

从“赛教分离”到“赛教共生”：高校英语教师教学比赛中的“能动转化”机制研究

黄晓力

昆明城市学院，中国·云南 昆明 650106

摘要：教学比赛被普遍认为是促进高校英语教师专业发展的重要途径，但其教学创新能否转化为日常课堂的持久改进，机制尚不清晰。本研究基于教师能动性生态视角，通过对三位参与教学比赛的高校英语教师的质性案例研究，揭示了“能动转化”机制——教师通过主动的认知加工与实践调适，将比赛创新转化为日常教学改进。研究发现：比赛通过“认知冲突”触发转化，持续性反思是核心动力，关键在于将“展演性策略”改造为“实践性知识”。本文提出“赛教共生”概念，主张比赛与教学在教师能动性中介下构成双向生成关系，对优化教学比赛制度与实践具有启示意义。

关键词：高校英语教师；教学比赛；能动转化；赛教共生；教师专业发展

From Competition-Teaching Separation to Symbiosis: Unpacking the Mechanism of Agentive Transformation Among College English Teachers in Teaching Competitions

Huang Xiaoli

Kunming City College, China Yunnan Kunming 650106

Abstract: Teaching competitions are widely regarded as an important avenue for promoting the professional development of college English teachers, yet the mechanism through which pedagogical innovations in such competitions can be translated into sustainable improvements in daily classroom practice remains unclear. Drawing on the ecological perspective of teacher agency, this study conducts a qualitative case study of three college English teachers who participated in teaching competitions at or above the provincial level, and reveals the mechanism of "agentive transformation"—a process in which teachers, through active cognitive processing and practical adaptation, transform competition-inspired innovations into sustainable daily teaching improvements. The findings indicate that the transformation is triggered by "cognitive conflicts" that competitions provoke in teachers' established teaching habits, driven by sustained reflective practice, and actualized through the adaptation of "performative strategies" into "practical knowledge" applicable to everyday contexts. This paper proposes the concept of "competition-teaching symbiosis," arguing that teaching competitions and daily instruction constitute a bi-directional, generative relationship mediated by teacher agency—a perspective that carries significant implications for optimizing the design of teaching competition systems and advancing teacher professional development practices.

Keywords: College English teachers; Teaching competitions; Agentive transformation; Competition-teaching symbiosis; Teacher professional development

0 引言

教学比赛已成为高校英语教师专业发展的重要制度载体，从“外教社杯”全国高校外语教学大赛到全国高校青年教师教学竞赛，赛事覆盖面持续扩大，“以赛促教”的理念已获得学界与实务界的广泛认同。然而，一个不容回避的现实困境是：比赛中“精彩纷呈”的课堂与日常“涛声依旧”的教学之间存在着显著落差。许多教师为比赛精心设计的方案赛后即被束之高阁，比赛的“展演效应”难以转化为日常教学的持久改进。有研究甚至指出，在某些

情况下出现了“赛教同消”的现象，比赛的促教功能被削弱，教师的教学效能感受到抑制（王青，2024）。“以赛促教”并非自然而然的过程，其间存在着复杂的转化机制尚待揭示。

作为一名民办高校的大学英语教师，笔者对此深有体会。民办高校在生源结构、师资配置等方面具有特殊性，教学比赛的意义与挑战也呈现出独特的面貌。笔者多次参加校级及以上教学比赛并获奖，在备赛与参赛过程中深刻感受到比赛对教学认知的冲击与塑造，同时也注意到比赛

经验在日常教学中“消逝”的普遍困境。正是这种切身的矛盾体验,激发了笔者对“比赛经验如何真正转化为日常教学改进”这一问题的持续追问。

Ruan 等 (2025) 在 *Language Teaching Research* 发表的研究指出,教师能动性 (teacher agency) 是理解教学竞赛如何促进教学创新的关键变量。该研究基于生态视角,揭示了教师能动性的时间属性与情境属性,为理解教学比赛与教师发展的关系提供了新的理论视角。然而,现有研究仍未能充分回答:比赛中的教学创新究竟如何转化为日常教学的持久改进?其内在机制是什么?本研究尝试提出“能动转化”这一概念,通过对三位参赛教师的质性研究——包括笔者自身的参赛经验——揭示教学比赛促进教师发展的深层机制,并提出从“赛教分离”走向“赛教共生”的理论主张。

1 文献综述与理论框架

1.1 “以赛促教”研究:从倡导到反思

“以赛促教、以赛促学”的理念在高校教学研究中已被广泛讨论。王密卿 (2025) 系统阐述了“以赛促教、以教促研、教研融通”的实践路径,指出高校英语教师应建立课堂教学与教学研究为一体的教研共同体。张薇薇 (2025) 结合 14 年赛教融合经验,揭示了“赛场反哺课堂”的转化逻辑,强调教学竞赛能够以“压力倒逼创新”。吴玉光 (2025) 提出了“目标—过程—评价”耦合模型,分析教学大赛与外语教师职业能力发展的耦合机制。曹霞和任改妮 (2024) 通过对 10 位获奖青年教师的质性研究,发现科学的教学设计、有效的教学实施和自觉的教学反思是教学理念转化为教学实践的关键环节。

上述研究虽揭示了“以赛促教”的可能路径,但大多停留在“应然”层面的描述,对转化过程的“黑箱”缺乏深入揭示。王青 (2024) 的扎根研究提出了重要警示:在青教赛一般参与者中同样存在“赛教同消”现象,比赛的促教功能被削弱,教师的教学效能感受到抑制。“以赛促教”并非必然结果,其发生需要特定的条件与机制。

值得特别关注的是民办高校教师的处境。周艳鲜等 (2024) 指出,民办高校外语教师面临教学任务繁重、科研资源有限、发展通道狭窄等多重结构性约束,教学比赛的作用更为复杂——既可能是突破困境的“窗口”,也可能因缺乏后续支持而沦为“一次性事件”。探究教学比赛的转化机制,不能脱离教师所处的制度环境。

1.2 教师能动性:一个被忽视的视角

教师能动性 (teacher agency) 为理解上述问题提供了新的理论透镜。从生态视角看,教师能动性不是孤立的个人属性,而是在特定时间与情境脉络中生成的关系性现象。

Ruan 等 (2025) 的研究强调,需要审视教师能动性的时间属性和情境属性——教师通过定期反思自己对教与学的基本信念而受益。

在国际语言教育研究领域,集体能动性 (collective agency) 同样受到关注。Tao 和 Zhao (2025) 揭示了外语教师团队如何通过集体能动性实现“教—研”融合,表明能动性嵌入于专业共同体之中。

但现有研究对教学比赛中教师能动性的考察仍聚焦于“能动性的表现”而非“转化效果”,即已知教师在比赛中会发挥能动性,但尚不清楚这种能动性如何延续至赛后的日常教学。

1.3 “能动转化”:本研究的理论框架

基于上述分析,本研究提出“能动转化”这一核心概念,用以指代教师在比赛经历中,通过主动的认知加工与实践调适,将比赛中的教学创新转化为日常教学持久改进的过程。“能动转化”包含四个关键环节:

第一,触发——比赛要求与日常教学经验之间的“认知冲突”。比赛的评价标准、时间限制和展示性质,往往迫使教师采用与日常惯习不同的教学策略,这种差异本身即构成转化的起点。

第二,反思——教师对自身教学信念与方法的深度审视。比赛提供的“自我陌生化”体验,促使教师以局外人的眼光重新审视习以为常的教学实践。

第三,调适——将比赛的“展演性策略”改造为适应日常情境的“实践性知识”。这一环节是转化的关键,也是区分“真正转化”与“赛后遗忘”的分水岭。

第四,固化——通过反复实践形成新的教学常规,使创新从“有意识的刻意”变为“无意识的自然”。

这一框架既吸收了教师能动性研究的理论资源,又回应了“以赛促教”研究中转化机制不清的现实问题。

2 研究设计

2.1 研究方法

本研究采用质性案例研究方法。选择质性研究的理由在于:本研究关注的是“转化过程”而非“转化结果”,关注“如何发生”而非“是否发生”,质性研究适合揭示这种过程性、情境性的复杂现象。

2.2 研究对象

本研究选取三位参与过省级及以上教学比赛的高校英语教师作为研究对象。三位教师的基本信息如下:

教师 A: 女,讲师,教龄 9 年,民办本科院校大学英语教师,曾参与“外教社杯”全国高校外语教学大赛省级决赛,获得二等奖。

教师 B: 女,副教授,教龄 15 年,公办省属高校英

语教师，曾参与全国高校青年教师教学竞赛省级选拔赛，获得一等奖。

教师 C（即笔者）：女，讲师，教龄 17 年，民办本科院校大学英语教师，多次参与校级教学比赛，曾获得校级课堂教学能力展示大赛优秀教师并获得该课程一流课程立项、校级思政教学比赛三等奖、校级教学基本功教学比赛校级一等奖及基本功示范课立项等。

三位教师的选取遵循目的性抽样原则，覆盖不同院校类型（公办/民办）、不同赛事类型、不同获奖层次和不同教龄阶段，以期获得较为丰富的转化经验类型。特别值得注意的是，三位教师中有两位（A 和 C）来自民办高校，这使得本研究能够对民办高校教师的特殊处境给予足够关注。

2.3 数据收集与分析

数据收集采用半结构化访谈、课堂观察和备赛资料分析三种方式。访谈围绕以下主题展开：参赛动机与经历、比赛中的教学设计与日常教学的差异、赛后教学行为的变化、转化过程中的困难与支持等。每位教师接受 2-3 次访谈，每次约 60 分钟。其中，教师 C（笔者）的访谈由研究团队中的另一位成员执行，以尽可能保持访谈的客观性。课堂观察在赛后 1-3 个月内进行，每位教师观察 2-4 课时。备赛资料包括教学设计方案、课件、赛后反思日志等。

数据分析采用主题分析法（thematic analysis），遵循 Braun 和 Clarke（2006）提出的六步程序：熟悉数据、生成初始编码、寻找主题、审查主题、定义主题、撰写报告。

3 研究发现

3.1 转化的触发：比赛带来的“认知冲突”

三位教师在访谈中均提到，比赛经历最重要的“冲击”并非来自竞争本身，而是来自比赛要求与日常教学惯习之间的张力。

教师 A 谈到：

“平时上课，我习惯用 PPT 一页页往下翻，学生听就听，不听也没办法。但比赛要求十分钟内要呈现完整的教学闭环，每一个环节都要有设计意图，我突然发现——我其实从来没认真想过，我为什么要这样教。”（访谈，A-202502）

教师 B 的体验更为深刻。作为教龄较长的教师，她自认为教学经验丰富，但比赛准备过程中的“反向设计”让她产生了“自我陌生化”：

“比赛要求先写教学设计，再上课，我平时从来不用这么详细的教案。写着写着我就问自己：我为什么要安排这个活动？它和我的教学目标有什么关系？有些问题我答

不上来。那一刻我很惶恐——教了十几年书，我竟然没有认真想过这些问题。”（访谈，B-202503）

笔者（教师 C）的参赛体验与上述两位教师既有共鸣，也有来自民办高校语境的特殊性：

“我第一次参加校级课堂教学能力展示比赛的时候，最大的冲击不是来自教学设计本身，而是来自一种对比——我在自己学校觉得课堂效果还不错，但到了比赛的场合，看到其他学校教师的展示，我才意识到自己的教学理念有多么传统。民办高校的同行交流本来就少，比赛是我第一次真正‘走出去’看别人怎么上课。那种冲击不仅是技术层面的，更是认知层面的——我开始质疑自己所有的教学假设。”（反思日志，C-202307）

教师 C 的体验揭示了一个在民办高校教师中尤为突出的问题：日常教学环境的封闭性可能使教师形成“井底之蛙”式的教学认知，而比赛提供的“外部视角”恰恰打破了这种封闭性。正如周艳鲜等（2024）研究所指出的，民办高校教师的教学交流机会有限，教学比赛在某种意义上弥补了这一缺陷。

这一发现与已有研究一致。曹霞和任改妮（2024）指出，“自觉的教学反思是教学理念改进教学实践的助推力量”。本研究进一步揭示，比赛的“认知冲突”之所以能触发转化，是因为它为教师提供了一个“被迫反思”的外部情境——教师不是因为“想要反思”而反思，而是因为“不得不回答比赛的问题”而反思。这种“被迫的自觉”，恰恰是转化的起点。

3.2 转化的核心：持续性反思

研究发现，真正实现转化的教师，其反思具有“持续性”特征，而非“一次性”或“赛后就结束”。

教师 A 在赛后继续保留了比赛期间养成的习惯：

“比赛时我每堂课都会写简短的教学反思，其实就几句话，但坚持下来了。平时上课上完就完了，不会去想这节课哪里好哪里不好。现在会想了。”（访谈，A-202502）

教师 B 则将对比赛的反思延伸到了对自身教学理念的系统审视：

“比赛让我重新理解了什么是一堂好课。以前我觉得好课就是学生喜欢、课堂热闹。但比赛评委的评价标准是‘教学目标是否达成’，这个标准其实更根本。我现在备课会先写目标，再倒推设计，和比赛时一样。”（访谈，B-202503）

值得关注的是，教师 B 的反思不仅停留在技术层面，更触及了教学信念层面。这与 Ruan 等（2025）的发现一致：教师通过定期反思自己对教与学的基本信念而受益。反思之所以成为转化的核心动力，是因为它改变了教师看

待自身教学的方式——从“无意识地教学”转向“有意识地教学”。

笔者（教师 C）的反思经历了从“被动”到“主动”的转变，但这个过程并非一帆风顺：

“比赛结束后，有过一段‘断崖式’的停滞。备赛时每天都会想教学的事，赛后突然没有那个压力了，也就不想了。大概过了一个月，在一次课上，我发现自己又回到了比赛前的‘老路子’——那一刻我很沮丧，因为比赛时明明对自己有了新的认识，怎么这么快就回去了？后来我强迫自己每周写一次教学日志，不求多，就记‘今天哪件事让我觉得不对劲’。坚持下来之后，反思才从‘任务’变成‘习惯’。”（访谈，C-202506）

教师 C 的经历印证了王青（2024）研究的发现——部分参与者的确会陷入“赛教同消”的困境。但同时也提示，反思习惯的建立并非一蹴而就，需要跨越赛后“断崖期”的考验。对于缺乏系统支持的民办高校教师而言，这一跨越尤为困难。

3.3 转化的关键：从“展演性策略”到“实践性知识”

本研究发现，转化的核心难题在于：比赛中的教学策略往往具有很强的“展演性”——精心设计、高度控制、追求即时效果——这些策略能否适用于日常教学？如果可以，如何改造？

教师 A 对此有深刻体会：

“比赛时我设计了一个小组辩论活动，效果很好，评委评价也很高。但比赛结束后我试过在平时课上用，效果很差——时间不够、学生准备不足、课堂秩序乱。后来我调整了做法：不搞完整的辩论，只取‘观点交锋’这个环节，压缩到十分钟，提前一天布置思考题。现在这个做法已经成为我课堂的固定环节了。”（访谈，A-202505）

教师 A 的案例生动地展示了“调适”环节的本质：不是全盘照搬比赛的“展演性策略”，而是“取其神而变其形”——保留教学理念的创新内核，调整实施方式以适应日常情境。比赛策略经过改造后，从“展演性策略”转化为“实践性知识”——后者不同于前者的关键特征在于：具有情境适应性、可持续性和内化性。

教师 B 则提到了另一种“转化”路径——将比赛中的“教学设计意识”转化为日常教学的“备课常规”：

“比赛让我养成了‘先设计再上课’的习惯。以前备课就是看看教材，想想怎么讲。现在我会先问自己：这节课要达成什么目标？学生从哪里来？要到哪里去？用什么方法验证他们到了？这些问题都是比赛逼着我回答的，但现在已经成为我备课的固定流程了。”（访谈，B-202505）

笔者（教师 C）的转化路径与教师 A 有相似之处，但

呈现出民办高校特有的情境约束：

“我在比赛中学到的一个核心方法是以‘产出导向法’（POA）来设计课堂，比赛时用的是经过反复打磨的理想化方案。赛后我想把它用到日常课堂上，发现根本做不到——我们学校的学生英语基础普遍偏弱，比赛那套设计对他们来说太难了。后来我做了大幅度的简化，只保留‘驱动—促成—评价’的框架，但把具体的任务难度降低到学生‘跳一跳够得着’的程度。简化之后反而更可持续了，我现在几乎每堂课都用这个框架。”（访谈，C-202506）

教师 C 的案例揭示了民办高校教师“能动转化”的一个独特面向：由于民办高校的生源特点与公办高校存在差异，比赛中的教学策略往往需要进行更大程度的“本土化改造”才能在民办高校的课堂中落地。这种改造本身即是一种高强度的“能动转化”——教师不仅要在策略层面进行调整，更要在信念层面完成从“模仿优秀教学”到“创造适切教学”的跨越。

3.4 转化的阻碍因素

尽管三位教师都经历了不同程度的转化，但阻碍因素同样不容忽视。综合访谈资料，阻碍“能动转化”的主要因素包括：

制度层面：比赛与日常教学评价体系割裂。教师 A 提到：“比赛的评价标准和学校的教学评价标准不一样，比赛看重创新，学校看重规范。我如果按照比赛的标准去上课，可能反而不符合学校的评价要求。”（访谈，A-202505）

资源层面：比赛投入的时间精力与日常工作量的矛盾。教师 C（笔者）对此深有体会：“民办高校教师的教学工作量本来就大，备赛的两个月几乎每个周末都在改教学设计。比赛结束后，积压的作业要改、期末试卷要出、科研任务要赶，根本没有精力去慢慢消化比赛学到的东西。”（访谈，C-202506）

心理层面：比赛的“表演”经历反而强化了日常教学的“安全区”心理。正如教师 B 所说：“比赛时那种‘被审视’的感觉其实很难受，比赛结束后我反而更想待在舒适区里。”（访谈，B-202505）

民办高校的组织支持不足：教师 A 和教师 C 均提到，民办高校对参赛教师的后续支持较弱。教师 A 指出：“我们学校鼓励参赛，但赛后基本没有组织过教学分享或者跟踪评估。参赛是个人的事，获奖是个人的荣誉，和学校教学改革之间没有连接。”（访谈，A-202502）

这些阻碍因素表明，“能动转化”不仅是个体教师的主观努力问题，更受到制度环境的深刻影响。对民办高校教师而言，组织支持的缺失使“能动转化”更加依赖个体的自觉与坚持，而这恰恰是最不可靠的保障。

4 讨论：从“赛教分离”到“赛教共生”

4.1 “赛教共生”的实质

传统认知将教学比赛视为推动教师发展的“外力”，强调“以赛促教”的单向逻辑。本研究的发现提示，这一理解有待深化。真正的促进并非发生在“比赛影响教师”的层面，而是发生在教师主动“转化”比赛经验的过程中——比赛提供了反思的“触发器”，但转化的动力与方向取决于教师的能动性。

由此，本研究提出“赛教共生”概念以替代“以赛促教”的单向表述。“共生”意味着教学比赛从日常教学中汲取素材与问题意识，日常教学从比赛中获得反思契机与创新灵感，二者不再是“外力—对象”的关系，而是“互哺”的关系。对于民办高校教师而言，比赛不仅是教学能力的“竞技场”，更是突破封闭教学环境的“窗口”。这一理解与张春敏（2026）提出的“教赛研融合相长”理念相通——“教学是根本、竞赛是抓手、科研是升华，三者融合共生才能形成协同发展的有机整体”。本研究进一步揭示了“融合共生”的微观机制：它不是静态的结构安排，而是教师通过“能动转化”持续建构的动态过程。

4.2 对教学比赛制度的反思

本研究的发现对现行教学比赛制度具有反思意义：现行评价标准是否过于强调“展演性”而忽视了“可持续性”？本研究建议增加对参赛教师赛后教学改进的追踪性评价，将比赛视为“过程”而非“事件”。正如王青（2024）所建议，高校教学应从“竞赛选拔”转向“促进教师共同发展”，建立示范与反思的教学共同体。对于民办高校而言，这种转变尤为重要——比赛不应止于“证明教师有多优秀”，而应服务于“帮助教师持续成长”的长远目标。

4.3 对教师专业发展，特别是民办高校教师的启示

对参赛教师而言，备赛不只是“准备一堂好课”，更要思考“这堂课能带给我什么长期改变”。将比赛视为“终点”还是“起点”，决定了“能动转化”能否发生。民办高校教师尤需主动建立赛后反思与转化的自我机制。对院校支持而言，建立“比赛—反思—改进”的制度化通道至关重要，应将比赛经验纳入教师发展体系而非“参赛即结束”。民办高校的赛事投入应延伸到赛后“转化”阶段，通过组织分享、资助研究、建立共同体等方式，将个体收获转化为全校教学资产。

5 结语

本研究基于教师能动性的生态视角，通过对三位参赛

教师的质性研究——包括笔者作为民办高校教师的参赛经验——提出了“能动转化”概念，揭示了教学比赛促进教师发展的深层机制：比赛通过“认知冲突”触发转化，持续性反思是核心动力，从“展演性策略”到“实践性知识”的调适是关键环节。在此基础上，本文提出“赛教共生”理念，主张比赛与日常教学在教师能动性中介下构成双向生成关系。研究特别关注民办高校教师处境，发现其面临更严峻的结构约束，但比赛对其认知“破壁”意义更为凸显。本研究也存在局限：样本有限，且主要依靠回溯性访谈，未来研究可扩大样本、采用纵向追踪或量化方法进一步验证。

参考文献：

- [1] Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
 - [2] Ruan, X. L., Yu, N. B., & Zhu, Y. B. (2025). Honing innovative language teaching through teaching competitions: The role of teacher agency. *Language Teaching Research*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/13621688251383764>.
 - [3] Tao, J., & Zhao, K. (2025). A social network analysis of collective agency in achieving the teaching-research nexus. *System*, 133, 103785.
 - [4] 曹霞, 任改妮. (2024). “上好一门课”理念的表达与实践——一项基于高校青年教师教学竞赛的质性研究. *中国成人教育*, 2024(5), 37-48.
 - [5] 王密卿. (2025, 3月). 地方高校大学英语实践教学和教学研究探讨与思考[讲座]. 商丘师范学院归德大讲堂.
 - [6] 王青. (2024). “赛教同消”：对青教赛一般参与者的扎根理论研究. *教师教育研究*, 36(3): 93-99.
 - [7] 吴玉光. (2025). 教学大赛与高职外语教师职业能力发展的耦合机制研究. *高教论坛*, 2025(11): 4-7.
 - [8] 张春敏. (2026, 4月). 教赛研融合相长，赋能人才培养[讲座]. 许昌学院.
 - [9] 张薇薇. (2025, 4月). 教学竞赛经验谈[讲座]. 江汉大学.
 - [10] 周艳鲜, 李红, 张蕾. (2024). 民办高校外语教师的结构性约束与发展路径研究. *现代教育科学*, 2024(2), 112-119.
- 作者简介：黄晓力（1986-），女，回族，广西百色人，硕士，讲师，研究方向：英语、管理学、经济学。