

“西部红烛”照亮雪域高原

——陕师大学子跨越15年的支教接力

■ 本报记者 王娇莉 见习记者 张桢璐

“我想去看看，教育在雪域高原会生长出什么样子。而我得到的答案，比我想象得更温暖……那里不缺对知识的渴望，缺的或许只是一些愿意留下来、和他们一起寻找答案的人。”在西藏拉萨北京实验中学刚刚结束了3个月支教实习的陕西师范大学学生缪瑞雪说。在平均海拔4500米的雪域高原，氧气稀缺但信仰滚烫，一批又一批陕西师范大学毕业生肩负教育使命，跨越山海扎根高原教育一线，在雪域大地书写着师者担当。



缪瑞雪在拉萨北京实验中学授课。

初心

——跨越山海的青春奔赴

近日，陕西师范大学举行了教育援藏新闻媒体集中采访活动，多位师生代表分享了他们的实习支教故事。

“西部红烛，总归是扎在这里做些实事。”石磊是陕师大外国语学院2012届公费师范生，2011年，他作出了影响一生的选择——赴西藏山南市贡嘎县中学实习支教。这份初心，一方面受祖父影响，一方面源自指导老师的言传身教，在他心中悄然埋下了扎根西藏的种子。

初到西藏，现实远超石磊想象。相对艰苦的环境，尚需进一步优化完善教学理念和方式……但学生们强烈的求知欲给了他力量，让他认真审视早已印刻在心底的教育初心。于是，石磊从兴趣入手，将英文歌、精巧短诗、剧本等融入教学，趣味性和互动性的增强让课堂焕发活力，他还向学生分享高效记忆单词的妙招，坚持全英文授课，创办微信公众号“石说英语”。“实习结束时，学生们围在我身边依依不舍，看着他们清澈的眸子，我觉得他们需要我，我要践行我的承诺。”于是，在重庆八中、西安中学等名校的橄榄枝前，石磊毅然选择留藏，践行自己的初心。

短短三个月的实习生涯，让来自云南的缪瑞雪在拉萨北京实验中学体会到了教育是“双向奔赴的心灵共振”。在物理课堂上，她将牦牛奔跑的速度、酥油茶沸腾的温度、牧区夜晚星空的光线融入教学，接地气的讲授方式让当地学生感受到知识的实用性。她还主动承担“英语辅导员”，设立固定听写日，利用自习课辅导语法，所带班级英语均分提高4分。“听到学生用藏语为我唱《烛光》，看到他们悄悄地在我桌上放酸奶，我知道他们认可了我。记得实习结束的那天，孩子们打响礼花筒，笑着给我献哈达，叽叽喳喳说着祝福的话，我当时特别感动，他们让我看到了教育最本真的样子。”作为一名非西藏生源定向西藏生，2026年的秋天，缪瑞雪将与西藏再续前缘。

坚守

——雪域高原的漫长陪伴

“那曲难长树，但我们能种下教育和人才的种子。”陕西师范大学历史文化学院毕业生张毅的援藏之路，是一场长达18年的深情坚守。作为全国第一批非西藏生源定向西藏生，面对相对薄弱的教育环境和学生渴求新知的目光，张毅扎根那曲，希望见证并参与西藏教育的跨越式发展。这是张毅坚守的理由，也是众多陕师大毕业生坚守的初心。

与石磊同年毕业的李晨光，2019年作为陕西省第二批“组团式”教育援藏人才，奔赴拉萨阿里地区高级中学，开启三年援藏之旅。针对当地学生课外阅读资源匮乏的问题，2019年10月，李晨光萌生建立“晨光书屋”的想法。“首个班级图书角建立后，没想到半个月内就收到全国50多位朋友捐赠的600余本图书，一个月内高一年级9个班都建起了图书角。”随后，李晨光自费购置设备、自学图书编排管理，放弃午休与节假日，耗时三个月建成学校“图书馆”。如今，“晨光书屋”已发展为20个班级书屋和一个拥有近5万册藏书、可容纳120人阅读的图书阅览室。“晨光书屋”不仅填补了拉萨阿里地区高级中学学生课外阅读资源的空白，其作用还“辐射”到阿里地区的其他学校。

“授人以鱼，不如授人以渔”，一场短暂的支教往往成为一场漫长的陪伴。他们刚来到这片土地的时候，或许只计划停留三个月、半年，但当他们真正站在这片土地上，看见孩子们眼中的渴望，就会明白，有些选择，一旦作出，就是一生。石磊与西藏的缘分，一留就是15年，“我的指导老师曾告诉我‘讲台虽小，能载山河’，现在我把这句箴言送给在西藏实习支教的学弟学妹。”石磊说。

接力

——一代一代薪火相传

因为在高中时听过石磊上的英语课，有感于恩师对高原教育事业的坚守与奉献，陕师大马克思主义学院公费师范生邸田玉，带着回馈故土的初心回到拉萨北京实验中学实习支教。她把议题式教学引入初中道德与法治课堂，结合本土案例，让抽象知识变得鲜活。“实习期间，我和学生们形成了一种亦师亦友的关系。我今年毕业，将回到西藏工作。”

杨鹏鑫是陕师大美术学院2024届公费师范生，2023年9月他随实习队伍抵达拉萨阿里地区高级中学。“记得有一次，卓嘎画了一幅布达拉宫给我看，她说以后想当美术老师，教更多人画家乡美景。那一刻，我更深刻地理解了教师的价值——不是教会学生多少技巧，而是点亮孩子心里的光。”

陕师大外国语学院副教授庞玮是这场接力的见证者。她连续多年负责西藏地区的教育实习带队工作，累计护送184名师范生完成实习，见证了一届又一届师范生在边疆教育实践中历练、成长与进步。多年的带队工作，庞玮摸索出一套独具特色的带队方法。针对高海拔缺氧问题，她常年备好血氧仪、氧气和葡萄糖，定期监测学生健康状况；借鉴西藏传统民俗“过林卡”，自费租下草地与帐篷，举办实习经验分享会……“在这片高原上，最稀缺的是氧气，但最宝贵的是热爱。陕师大师生正是怀揣这份赤子之心，跨越山河，把青春汗水挥洒在祖国边疆的基层学校。”庞玮说。

到祖国需要的地方去，从来不只是浪漫的想象，而是理想与现实之间的抉择，是坚守与超越时空的欣慰。而在他们背后，是陕师大持续15年的支教接力。

作为国家“双一流”建设高校和教育部直属师范大学，陕师大自2010年起已连续十余年组织千余名国家公费师范生、“非西定西”师范生、国家“优师计划”师范生赴藏实习支教，其中超过80%的学生在实习支教结束后留藏任教，从一线的青年教师逐步成长为当地基础教育领域的骨干。截至目前，共有884名陕师大毕业生在西藏任教，其中241人返校攻读教育硕士，多数成长为教学骨干和管理中坚。

近年来，陕师大持续深化“实践导向”的教师教育改革，扩大赴西藏实习规模，优化本土化培养方案，将“西部红烛”精神熔铸于雪域高原的讲台。这束跨越山海的“红烛”之光，不仅照亮了高原孩子的追梦之路，更在西藏教育的沃土上，孕育出“教育兴藏”的累累硕果。



学生在“晨光书屋”阅览书籍。



带队教师庞玮在拉萨教培中心举办实习总结会。



李晨光和他的学生们。

(受访者供图)