

常青藤

课堂教学 / 课堂管理



Creating Classrooms of Deep Learning

# Eight Myths of Student Disengagement

## 提高学生

打造深度  
学习课堂

# 学习专注力的 8 个方法

[美] 詹妮弗·弗雷德里克斯 Jennifer Fredricks

美国教育研究协会、教育研究所**专注力项目**最新研究成果

认真听讲、积极参与课堂活动 = 专注力水平高？  
专注力领域最权威的研究者给出了不同的答案。

本书从行为、情感、认知三个维度，

帮助老师打造学生高度参与、拥有持久专注力的理想课堂。



卓越教师网



中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS



中文传媒

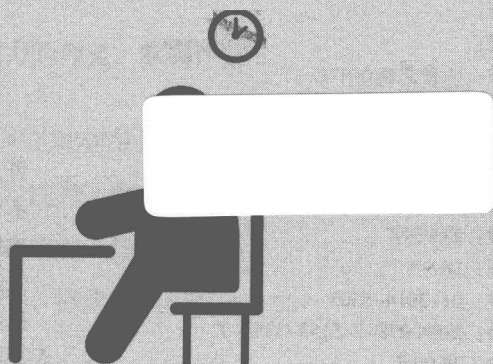
EIGHT MYTHS OF  
STUDENT DISENGAGEMENT


# 提高学生学习 专注力的8个方法

打造深度学习课堂

[美] 詹妮弗·弗雷德里克斯  
Jennifer Fredricks

Creating Classrooms of Deep Learning



 中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS

 10000 BOOKS



卓越教师网

## 图书在版编目(CIP)数据

提高学生学习专注力的8个方法：打造深度学习课堂 / (美) 弗雷德里克斯著；宋伟译。  
—北京：中国青年出版社，2015.7

书名原文：Eight Myths of Student Disengagement: Creating Classrooms of Deep Learning  
ISBN 978-7-5153-3355-7

I. ①提… II. ①弗… ②李… III. ①课堂教学-教学研究-中小学 IV. ①G632.421  
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第108773号

Eight Myths of Student Disengagement: Creating Classrooms of Deep Learning

Copyright © 2014 by Corwin

Simplified Chinese translation copyright © 2015 by China Youth Press

All rights reserved.

This translation published under licence.

## 提高学生学习专注力的8个方法：打造深度学习课堂

作者：〔美〕詹妮弗·弗雷德里克斯

译者：宋伟

策划编辑：朱小兰

责任编辑：肖佳

美术编辑：张燕楠

出版：中国青年出版社

发行：北京中青文文化传媒有限公司

电话：010-65511270/65516873

公司网址：www.cyb.com.cn

购书网址：zqwt.tmall.com www.diyijie.com

制作：中青文制作中心

印刷：三河市文通印刷包装有限公司

版次：2015年7月第1版

印次：2015年7月第1次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：235千字

印张：16

京权图字：01-2014-5505

书号：ISBN 978-7-5153-3355-7

定价：35.00元



### 版权声明

未经出版人事先书面许可，对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播，包括但不限于复印、录制、录音，或通过任何数据库、在线信息、数字化产品或可检索的系统。

中青版图书，版权所有，盗版必究

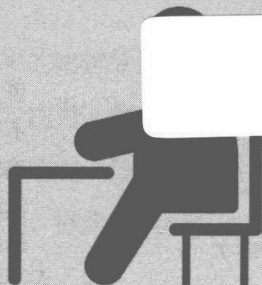
EIGHT MYTHS OF  
STUDENT DISENGAGEMENT


# 提高学生学习 专注力的8个方法

打造深度学习课堂

[美] 詹妮弗·弗雷德里克斯  
Jennifer Fredricks

Creating Classrooms of Deep Learning



 中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS



## 图书在版编目(CIP)数据

提高学生学习专注力的8个方法：打造深度学习课堂 / (美) 弗雷德里克斯著；宋伟译。  
—北京：中国青年出版社，2015.7

书名原文：Eight Myths of Student Disengagement: Creating Classrooms of Deep Learning  
ISBN 978-7-5153-3355-7

I. ①提… II. ①弗… ②李… III. ①课堂教学-教学研究-中小学 IV. ①G632.421  
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第108773号

Eight Myths of Student Disengagement: Creating Classrooms of Deep Learning

Copyright © 2014 by Corwin

Simplified Chinese translation copyright © 2015 by China Youth Press

All rights reserved.

This translation published under licence.

## 提高学生学习专注力的8个方法：打造深度学习课堂

作者：〔美〕詹妮弗·弗雷德里克斯

译者：宋伟

策划编辑：朱小兰

责任编辑：肖佳

美术编辑：张燕楠

出版：中国青年出版社

发行：北京中青文文化传媒有限公司

电话：010-65511270/65516873

公司网址：[www.cyb.com.cn](http://www.cyb.com.cn)

购书网址：[zqwt.tmall.com](http://zqwt.tmall.com) [www.diyijie.com](http://www.diyijie.com)

制作：中青文制作中心

印刷：三河市文通印刷包装有限公司

版次：2015年7月第1版

印次：2015年7月第1次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：235千字

印张：16

京权图字：01-2014-5505

书号：ISBN 978-7-5153-3355-7

定价：35.00元



### 版权声明

未经出版人事先书面许可，对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播，包括但不限于复印、录制、录音，或通过任何数据库、在线信息、数字化产品或可检索的系统。

中青版图书，版权所有，盗版必究

EIGHT MYTHS OF   
STUDENT DISENGAGEMENT

目 录

CONTENTS

序 言 .....	007
致 谢 .....	011
关于作者 .....	013
关于联合撰稿人 .....	015
引 言 .....	017
第一章	
方法 1: 正确理解专注力的含义, 掌握评估专注力的方法 .....	027

三种专注力水平的案例分析 / 028

如何正确理解专注力 / 031

为什么要进行专注力评估 / 036

专注力的稳定性、持续时间和变化 / 037

评估专注力的方法 / 039

## 第二章

### 方法 2: 了解除学生动机之外影响学生专注力的其他因素 ..... 055

课堂学习任务对专注力的影响 / 058

师生关系对专注力的影响 / 063

同学关系对专注力的影响 / 068

## 第三章

### 方法 3: 通过课外活动与家长的支持提高学习专注力 ..... 079

参加课外活动对学业表现的影响 / 080

不同环境下专注力的区别 / 084

自我决定理论和专注力 / 086

家长的支持与学生专注力的关系 / 089

家长参与孩子教育所面临的阻碍 / 094

提高家长在孩子教育上的参与度 / 098

## 第四章

### 方法 4: 创造使学生专注力更高的课堂任务 ..... 105

为专注力而设计的课堂任务 / 107

课堂任务的认知组成 / 116

真实情境任务 / 120

真实情境授课方法 / 123

真实情境教学所面临的挑战 / 131

执行认知复杂教学任务的策略 / 136

## 第五章

### 方法 5: 建立有效的师生关系 ..... 143

师生关系对学生专注力和成就的影响 / 145

有效的师生关系的基本特征 / 148

在课堂上建立关联性 / 149

支持学生的自主性 / 155

满足学生对能力提升与获得成功的需求 / 161

老师如何提高学生的认知专注力 / 164

培养高质量的师生关系所面临的挑战 / 168

与后进生建立积极的关系 / 169

## 第六章

### 方法 6: 通过合作与协作学习, 打造高效的分组学习 ..... 177

为什么同学关系很重要 / 179

教师对学生的态度和教学实践对同学关系的影响 / 182

同学间社交活动如何影响专注力 / 183

合作学习和协作学习 / 186

分组学习的挑战 / 189

支持合作和协作学习的核心策略 / 191

建立课堂社群 / 201



## 第七章

### 方法 7: 使所有学生拥有持久专注力 ..... 209

为什么防止专注力低下非常重要 / 211

专注力低下的风险因素 / 211

学生为什么专注力低下 / 214

男孩与专注力低下 / 217

学业成绩差与专注力低下 / 225

有行为问题历史的学生与专注力低下 / 230

通过老师、家长的干预提高专注力 / 234

## 第八章

### 方法 8: 付出努力, 而不是被动等待学生专注力的提高 ..... 239

# EIGHT MYTHS OF STUDENT DISENGAGEMENT

## 序 言

### PREFACE

“学校可以做很多事情帮助孩子把学习变成有趣的事情。我认为孩子本性喜好学习，但这种兴趣却被学校慢慢地扼杀了。”

我在做调研的时候听学生讲起他们在学校的经历。上面一段话引自我的一份研究报告，该研究主要是对比青少年在学校和课外艺术、体育等活动环境下的不同体验。对于很多青少年而言，学校枯燥无味，有时会令人生厌，与他们的课外生活关联甚少。通常这些学生只会完成硬性要求的一些任务，很少会加倍努力地深入学习，也不会全心投入。相反，同样是这些学生中，有很多对课外的经历有很积极的评价。他们说课外活动令人兴奋，希望能一直参加课外活动，也愿意付出必要的时间和精力来发展在这些领域的技能。

我也曾坐在教室里观察过很多学生。我看到教室里有些学生无

所事事、百无聊赖，为了即将到来的考试临时抱佛脚，没有任何想要深度学习的意愿。坐在这样的教室里，看着专注力很低的学生，令人心痛。与此同时，我也有过令人愉悦的课堂经历，课堂上的学生积极踊跃，对学习充满热情，利用各种方法来深入理解课程内容。

与学生交谈、观察学生课堂表现的经历令我想到了几个问题。为什么有这么多的学生在学校里专注力低下？从课外环境下学生的表现我们可以学到什么，并运用到课堂上？如何区分学生专注力高和专注力低下的课堂？课堂上的学习任务、师生交流以及学生间的沟通对专注力会有怎样的影响？有没有可能创造出所有学生专注力很高的课堂氛围？本书的写作目的便是解决上述问题。

我成为一名教育研究者的初衷便是想要创造出学生都深度学习、专注力很高的课堂。然而，随着时间的推移，我发现研究与实践之间存在巨大的鸿沟，因此产生了深深的挫败感。尽管理论研究界在动机和专注力的研究上已经取得了巨大的进步，但是绝大多数研究成果在教育实践中的应用都微乎其微。这些研究通常都技术性太强，艰涩难懂。而且，这些研究也很少能够考虑老师每日面对的实际问题的复杂性。

我之所以写作本书，是因为我想借此机会以一种便于理解的方式将研究成果介绍给老师，以期在理论研究与实践之间建起一座桥梁。我请了三位共同撰稿人帮忙，她们分别来自种族和经济状况各不相同的学校。她们写了一些短文，讲述关于专注力的研究在她们的小学、初中和高中课堂上的应用情况。我认为这一部分的内容非

常关键，能够向其他老师证明，总有办法可以使学生在课堂上专注力更高。我相信这本书是成功的，可以供实践者采用，能够给课堂带来有益的改变。我们希望这本书能够帮助学校一步步地创造出学生深度学习的理想课堂。



# EIGHT MYTHS OF STUDENT DISENGAGEMENT

## 致 谢

### ACKNOWLEDGMENTS

本书能够出版，需要感谢几位同人。首先，我要对三位共同撰稿人艾伦、梅丽莎和米歇尔表示感谢，她们提了一些建议，使本书更便于教育工作者采用，更贴合他们的工作实际。她们完成的“专注力实践”部分非常了不起，还给予我一些建议，使研究成果更有利于在学校的日常教学中应用。能与这几位才华出众且善于反思的教育工作者共事，向她们学习，乃此生一大幸事。我还要感谢我在康涅狄格学院的学生安德里亚·列文斯基，他帮我搜集素材，编写了“付诸实践的练习”部分，还负责了本书的文本编辑。另外，如果没有我的丈夫哈维的关心、支持和鼓励，我根本就无法完成本书。感谢他一直做我的超级粉丝，还承担了更多的家庭责任，使我在周末能够写作。我还要感谢我的两个儿子，雅各布和迪伦；我的妹妹罗斯；我的父母，汤姆和梅特，感谢他们一直以来给我的关爱和支持。

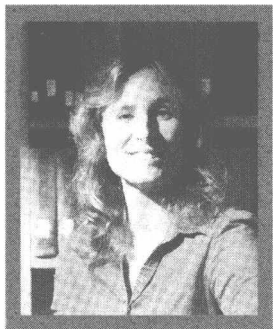
## Acknowledgments

我还要感谢那些允许我进入课堂做观察、采访、进行问卷调查的老师和学生，使我能够更好地理解动机和专注力。最后，我要感谢所有孜孜不倦教育青少年的老师。成为一名高效的老师是世上最难的事情，也是最被世人低估的一项工作。我希望有一天我们能够得到应有的尊重和赞赏。

# EIGHT MYTHS OF STUDENT DISENGAGEMENT

## 关于作者

ABOUT THE AUTHOR



**詹妮弗·弗雷德里克斯**是康涅狄格学院人类发展学教授，专注力和动机研究领域首屈一指的研究者，最早发表文章提出专注力是一个多维度概念。她的研究领域涵盖学习专注力、青少年发展、学习动机、课外活动参与等方面，其关于学习专注力的项目获得了美国教育研究协会与教育研究所的资助。目前，詹妮弗正在执行由美国国家科学基金会拨款的一个三年期项目，研究学生在数学和科学课上的参与度。她发表、出版的同行评审期刊论文和书籍章节超过三十五篇。



