

大学英语

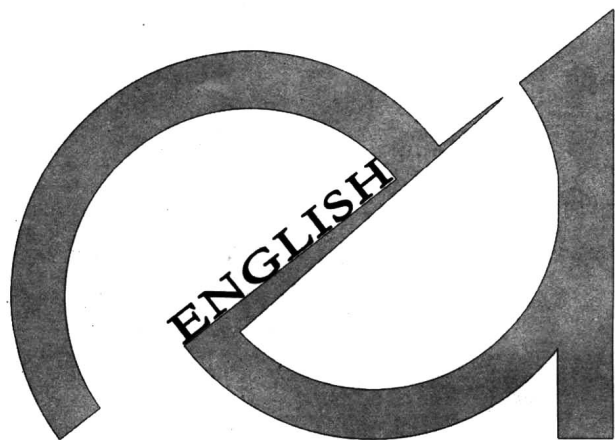
自主学习能力的培养教程

A College English Course for the Development of Autonomous Learning

严明 主编



江苏大学出版社



严明 主编

大学英语

自主学习能力的培养教程
A College English Course for the Development of Autonomous Learning



黑龙江大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学英语自主学习能力培养教程 / 严明主编. — 哈尔滨:
黑龙江大学出版社, 2007.9
ISBN 978-7-81129-018-9

I. 大… II. 严… III. 大学生-英语-学习方法-教材
IV. H319.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 137461 号

责任编辑 王松鹤 张爱华
封面设计 王国良

大学英语自主学习能力培养教程

DAXUE YINGYU ZIZHU XUEXI NENGLI PEIYANG JIAOCHENG

严 明 主 编

出版发行 黑龙江大学出版社

地 址 哈尔滨市南岗区学府路 74 号 邮编 150080

电 话 0451-86604277

经 销 新华书店

印 刷 哈尔滨久利印刷有限公司

版 次 2007 年 9 月 第 1 版

印 次 2007 年 9 月 第 1 次印刷

开 本 787 × 1092 毫米 1/16

印 张 19.5

字 数 300 千

书 号 ISBN 978-7-81129-018-9

定 价 16.80 元

凡购买黑龙江大学出版社图书,如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

续表

使用字典	做笔记	记录“用法”	在笔记中记下单词及其用法
巩固	复述	使用单词列表	在单词表中一个接一个地记忆单词
		口语复述	口头反复记单词
		反复看	重复默记单词
	编码	联系	与熟知单词联系记忆新单词
		视觉编码	在脑中描绘出形象来记单词
		听觉编码	靠单词发音来记忆单词
		语义编码	和其他同语义类别的单词一起记忆
		语境编码	和单词所在上下文(例如句子)一起记单词
		单词结构分析	分析单词结构记忆单词(例如:词根、连接词等)
激活	激活	激活策略	在说写中通过使用单词记忆

听力策略

十条用来确定谈话内容的策略:

1. 设法确定谈话内容的“主题”和主要思想。
2. 设法预测说话人要说的内容。如果对主题已有所了解,根据上下文和语境对主题进行合理的猜测。
3. 做课前准备。如果你已经知道第二天要讨论的题目,列出教师可能向你提出的提问。
4. 多倾听母语者的谈话。努力了解所谈内容的大意。
5. 听关键词。当你听到“女人与军事”这样的词时,你的经验会帮助你了解说话者可能的主题。
6. 注意听取一些来源于英语的词汇。像“电脑”和“可口可乐”这样的词是很普遍的。很多词语是通用的,尤其在新闻中。

前言

教育的根本目的是使学生成为独立、自主、有效的学习者。因此,学生会如何学习,如何使用有效的学习策略指导自己的学习,从而减轻学习负担,促进自主学习能力的形成,是学习成功的关键。

教育部最新颁布实施的《大学英语课程教学要求》明确提出:“大学英语教学是高等教育的一个有机组成部分,大学英语课程是大学生的一门必修的基础课程。”同时提出,大学英语教学性质和目标的主要内容包括“学习策略”和“增强学生的自主学习能力”。此外,《大学英语课程教学要求》还提出:“大学英语教学模式改革的目的之一是促进学生个性化学习方法的形成和自主学习能力的提高。新教学模式应使学生选择适合自己需要的材料和方法进行学习,获得学习策略的指导,逐步提高其自主学习的能力。”

在我国,英语学习一直是很多学生的难题之一。大多数学生学习英语有十几年的时间。在此期间,受多方面因素制约,小学到中学的英语教育仍然以应试为目的,多数学生长期以来在以教师为中心的教学模式中,养成了过分依赖教师的习惯,许多学生不仅不愿意自主学习,而且不会自主学习。到了大学阶段,由于缺乏自主学习的意识和能力,尽管投入了大量的时间和精力,很多学生的英语学习效果还是不理想。因此,应该有一门课程专门讲授自主学习的知识和技巧,具体指导和帮助学生培养英语自主学习能力,从而为他们的终生学习打下基础。然而,直到现在,还没有一本适合我国普通高等学校非英语专业学生的培养英语自主学习能力的教材问世,这使我们大学英语教育者深感遗憾。本书旨在为填补这个空白尽绵薄之力。

本书以科学的自主学习理论和语言学习理论作指导,结合中国大学生英语学习的实际情况和特点,通过系统的学习策略和技巧的训练来培养学生的英语自主学习能力,具有较强的科学性、系统性、适用性和可操作性。全书设计理念以建构主义学习理论为基础,强调以学生为中心,注重学生自主学习意识的培养和学习策略的实际运用,并引导学生进行自我评价和反思。教学设计上采取任务型教学模式,通过大量的课堂活动及课堂讨论使学生真正理解和消化所学内容。每章后配备学生自评及课后练习,以检测该章的学习效果。因此,学习本书本身就是一个自主学习的过程。

全书由十章构成。前四章为基础理论知识部分,着重介绍和阐述自主学习、学习动机、学习风格及学习策略四个方面;后六章为英语学习策略指

导和应用部分,针对词汇、听力、口语、阅读、写作、文化六个方面进行讲解和训练。每章分为五个部分:课前导入、讲解、课堂活动、学生自评及课后练习,并提供相关网址,以便于学生课后自学。每章的最后还附有一个与外语学习有关的学习理论,供学生课后了解和学习。

考虑到广大非英语专业学生的实际英语水平,为了更好地达到教学目的,本书的讲解部分主要用汉语编写。但同时为了保证外语课堂中一定的语言输入,课堂活动及课后练习部分均用英语编写。

本书适用于普通高校非英语专业学生使用,尤其适用于一年级新生,建议新生入学后第一学期以短期集中强化的方式使用。也可供学生和广大英语学习爱好者自学使用。

本书由黑龙江大学外语教学与研究部编写。黑龙江大学中文系杨庆辰教授和外籍教师 Mark Jones 分别负责了本书的汉语和英语文字的校对,在此表示衷心的感谢。本书编写期间正值黑龙江大学出版社成立,在此谨以此书的出版向出版社致以热烈的祝贺并对出版社自始至终给予的关心和支持表示诚挚的谢意。

由于时间仓促,加之水平所限,书中疏漏错误在所难免,请广大教师、学生及所有读者在使用中指正。

严 明

2007 年 8 月

应更多的依靠文章的上下文内容而不是字典来理解词和短语的意思。

6. 伴随人们的阅读习惯通常是逐词进行阅读。更为有效的方法是同时多个词来阅读,不是单一,而是成组。
7. 即时总结:每读几行进行即时总结对阅读来说,是个不小的帮助。这种方法可以帮助大家在继续阅读新材料的同时对上文保持新鲜的记忆。下面给出一些总结的建议:
 - (1) 指出主题性的信息(主旨,重要概念);
 - (2) 区分重要内容和次要内容(列出事件次序);
 - (3) 阅读的同时提出问题;
 - (4) 指出无关的信息(不必包括在即时总结中)。
8. 猜测:在阅读的同时,对作者下一步要写什么作出猜想,这样可以帮助大家带着一些问题阅读,如 who, what, why, when, where and how 等问题。大家对于这些问题给出自己的猜想,然后通过阅读来对比自己的答案和文章的接近程度。
9. 找出联系:一篇文章就是和主旨紧密相连的一系列词和短语。连接词包括关联词(例如, whereas, however, and furthermore)
10. 策略使用的监控:在监督策略应用的过程中,还有一套策略。这些达成共识的策略包括:
 - (1) 计划应用哪些策略;
 - (2) 监督应用的有效性如何;
 - (3) 评估应用的有效性。

写作策略

1. “温故而知新”:一篇好的文章,在撰写的过程中应不断的回顾已经写过的内容,然后决定下面该写什么。
2. 重复关键词或词组:写一手好文章的人一般都比较注重文章思路的连贯性、观点的紧凑性。
3. 提前的计划或持久的计划(或两者兼而有之):好的作者或事先准备一份如何写文章的计划或制定一份可以遵循的工作计划。
4. 当写完文章后再作大的修改:大的改动应放在最后,这样不至于打断写作思路。
5. 广泛搜索“恰当的词”:好的作者一般在头脑中和已有资料中寻找恰当的

第七章 口语学习策略	139
一、口语学习中的元认知策略	140
二、口语学习中的认知策略	144
三、口语学习中的社交/情感策略	153
第八章 阅读学习策略	161
一、不良阅读习惯	163
二、阅读学习中的元认知策略	165
三、阅读学习中的认知策略	174
四、阅读学习中的社交/情感策略	191
第九章 写作学习策略	204
一、准备写作:开动脑筋,挖掘思路	205
二、开始写作:字斟句酌,组织成文	213
三、结束写作:修订润色,最终定稿	224
第十章 文化学习策略	231
一、文化的定义	233
二、文化在语言学习中的重要性	234
三、文化学习的内容	236
四、文化学习的策略	237
附录	
一、大学生英语学习自主性量表(一)	254
二、大学生英语学习自主性量表(二)	256
三、学习风格调查问卷	258
四、英语学习情况调查问卷(一)	262
五、英语学习情况调查问卷(二)	266
六、学习策略应用调查问卷	270
七、学习风格分类列表	276
八、英语学习策略列表(一)	279
九、英语学习策略列表(二)	286
十、学习时间记录表	293
十一、学习时间计划表	294
十二、学生英语能力自评/互评表	295
参考文献	301

第一章 自主学习概述

本章学习目标

1. 明确自主学习的内涵
2. 了解自主学习的理论基础
3. 掌握影响自主学习的因素

本章概述

当代教育界和心理学界已经认识到,教育的根本目标是使学生成为独立、自主、有效的学习者。学生学会如何学习,如何使用有效的学习策略指导自己的学习,从而减轻学习负担,促进自主学习能力,是学习成功的关键。因此,近年来自主学习已经成为教育界研究的热点。研究表明,学生的学习成绩与自主学习能力的强弱密切相关。就大学英语学习而言,尽管投入了大量的时间和精力,很多学生的英语学习效果还是不理想,根本原因在于他们缺乏自主学习的意识和能力。2007年,国家教育部最新制定的《大学英语课程教学要求》在谈到大学英语教学目标时指出,“大学英语的教学目标是培养学生英语的综合应用能力,同时增强自主学习能力,提高综合文化素养,以适应我国经济发展和国际交流的需要”。

本章介绍了自主学习的内涵和意义、自主学习的理论基础以及影响自主学习的因素。希望通过本章的学习,学习者能明确自主学习的必要性,初步具备自主学习的意识并能运用有效的手段在日后的学习中逐步培养自主学习能力。

自主学习调查问卷

同学们,为了了解你们的自主学习意识和学习态度,请参与本次调查。你的回答只反映你对相关问题的基本看法或做法,没有好坏对错之分。谢谢合作!

问卷共有20个描述,每个描述有四个选项供选择。四个选项分别代表四个分值,1等于1分,2等于2分,依此类推。请认真阅读每一个描述,选择与你的认识或情况最接近的一个选项,将对应的数字填在后面的括号中。

- 1 = 完全同意(或完全符合)
 2 = 部分同意(或部分符合)
 3 = 不太同意(或不太符合)
 4 = 完全不同意(或完全不符合)

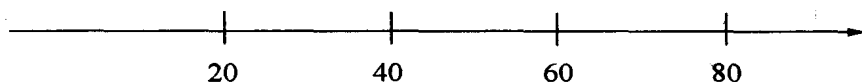
例如:教师应该为学生制定学习计划..... (3)

- | | |
|------------------------------------|-----|
| 1. 教师应该为学生制定学习计划。 | () |
| 2. 教师应该监督学生实施学习计划。 | () |
| 3. 教师的任务就是要为学生清晰地讲解课程内容。 | () |
| 4. 教师应该为学生布置课外任务,如阅读、听力等。 | () |
| 5. 教师应该检查学生作业中的错误。 | () |
| 6. 教师应该了解学生学习的进展和学习过程中的难点、重点。 | () |
| 7. 英语课堂中,教师是权威。 | () |
| 8. 学生英语学习的好坏与教师密切相关。 | () |
| 9. 教师让学生自己看书是浪费时间。 | () |
| 10. 知识应该由教师讲,而不是学生自己学。 | () |
| 11. 自身的努力不能决定英语学习的好坏。 | () |
| 12. 我没有学好英语的能力。 | () |
| 13. 我自己不能检查出英语作业中的错误。 | () |
| 14. 我不相信自己能学好英语。 | () |
| 15. 我不能系统地制定英语学习计划。 | () |
| 16. 我不知道如何制定系统的英语学习计划。 | () |
| 17. 我不能实施英语学习计划。 | () |
| 18. 我不能积极参与课堂活动,如小组讨论、角色扮演等。 | () |
| 19. 我不能处理较难的知识点。 | () |
| 20. 我不能利用课外的学习资源学习外语,如通过互联网、英文歌曲等。 | () |

得分: _____

他主学习(被动学习)

自主学习



线段的最右端代表完全能够自主学习,线段的最左端恰巧与其相反,我们把它叫做他主学习或被动学习。分值越高自主学习意识和能力越强。

表二:学生英语能力自评/互评表(较高要求)

请在右面“自评”栏中对自己的英语能力作出评估,能够做到的写Y,能够轻易做到的写YY;在“同学评”栏中请同学对你的英语能力用相同方式作出评估;在“追求目标”栏中,标出你认为重要但目前还不具备的英语能力,写O代表努力目标,写P代表优先考虑目标。在每项能力下的空行中,请列出(或请同学、老师帮助)你所具有的表上未列出的能力或你所期望达到的能力目标。	自评	同学评	追求目标
听力/Listening	A	B	C
我能听懂英语国家人士的谈话或讲座,能理解要点和细节。			
我能听懂国内语速正常的广播及电视节目,如新闻报道、访谈、讲座等,并能理解其大意及主要细节。			
我能听懂我所学领域的涉及专业知识的讲座,包括一些较为复杂或抽象的概念。			
我能使用基本的听力技巧帮助理解,如听要点或细节的方法。			
口语/Speaking	A	B	C
我能就熟悉的话题与英语国家人士进行较为流利的会话,能将会话或讨论进行下去,并能接受或礼貌地拒绝对方的意见。			
我能根据地图或指示册等用较复杂的语言为人指方向、说明情况、解释疑难问题等。			
我能基本表达个人的情感,如惊异、喜恶、沮丧、抱怨等,能表达个人就某一事件的观点和意见。			
我能基本完整地讲述一个故事,如故事的发生、发展、结局、时间、地点、人物、原因等。			
我能基本描述个人经历、体验,如昨天发生的一件事情或经历的一段事件;表达愿望与理想,如近期期待的旅行地或将来的理想职业等。			
我能对自己提出的计划或要采取的行动作出合乎逻辑的解释或给出有说服力的证明。			
我能就专业领域的题目作主题汇报或在学术会议上宣读论文,并能回答问题。			

有效的自律者;行为是指学生能够自主地创设有利于学习的最佳环境。

齐莫曼还建立了一套具有特色的自主学习研究体系。见下表:

自主学习的研究框架

科学的问题	心理维度	任务条件	自主实质	自主过程
1. 为什么学	动机	选择参与	内在的或自我激发的	自我目标、自我效能、价值观、归因等
2. 如何学	方法	选择方法	有计划的或自动化的	策略的使用等
3. 何时学	时间	控制时限	定时而有效	时间计划和管理
4. 学什么	学习结果	控制学习结果	对学习结果的自我意识	自我监控、自我判断、行为控制、意志等
5. 在哪里学	环境	控制物质条件	对物质环境的敏感和随机应变	选择、组织学习环境
6. 与谁一起学	社会性	控制社会环境	对社会环境的敏感和随机应变	选择榜样、寻求帮助

(引自: 庞维国,《自主学习——学与教的原理和策略》,华东师范大学出版社 2003 年版,第 3 页。)

齐莫曼着重指出研究学生的学习是否是自主的主要依据上面框架中第三项,即任务条件。如果学习者在六个方面都能够选择和控制,那么学习就是自主的,如果不能,学习则不是自主的。齐莫曼进一步指出,学生很难达到完全的自主和完全的不自主,大多数学习者都处于两极之间。

国内学者对自主学习的探讨始于 20 世纪 80 年代中后期,他们在总结和分析国外自主学习理论的基础上结合我国的实际情况对自主学习进行了研究和探讨,主要围绕自主学习在我国当前条件下的必要性、可行性和深远意义、自主学习中教师和学生的角色定位、自主学习能力的调查与培养方法、自主学习环境的构建等方面展开。

我国学者庞维国认为,“自主学习是建立在自我意识发展基础上的‘能学’;建立在学生具有内在动机基础上的‘想学’;建立在学生掌握了一定学习策略上的‘会学’;建立在意志努力上的‘坚持学’”。全国教育科学“十五”规划国家重点课题“新课程与学习方式转变实验研究”分课题负责人余文森认为,自主学习就是自己作为学习的主人,学习是自己的事,自己能够学,尽量

表三:学生英语能力自评/互评表(更高要求)

请在右面“自评”栏中对自己的英语能力作出评估,能够做到的写Y,能够轻易做到的写YY;在“同学评”栏中请同学对你的英语能力用相同方式作出评估;在“追求目标”栏中,标出你认为重要但目前还不具备的英语能力,写O代表努力目标,写P代表优先考虑目标。在每项能力下的空行中,请列出(或请同学、老师帮助)你所具有的表上未列出的能力或你所期望达到的能力目标。	自评	同学评	追求目标
听力/Listening	A	B	C
我能听懂语速正常、内容稍长的对话、短文、报告等,并在其结构复杂、观点较为隐含时也能理解要点和主要细节。			
我能基本听懂语速正常的英语国家广播及电视节目,如新闻报道、访谈、讲座、电影、电视剧等,并能理解其主要意义。			
我能听懂涉及专业知识的学术报告、专题讲座等,并能理解其中阐述的事实或包含的较为抽象的概念。			
口语/Speaking	A	B	C
我能就一般或专业性话题较为流利、准确地与英语国家人士对话或讨论,并能将对话或讨论有效地进行下去。			
我能就个人目的或社会交际目的灵活、有效地使用英语表达自己的意念,如情感表达、意愿表达等,甚至能使用较为幽默的语言达到交际目的。			
我能用简要的语言概括较长、语言稍难的文章或讲话,并能对某一题目给出较长的解释和说明。			
我能在学术会议或专业交流中较为自如地表达自己的观点和看法,重点突出、内容完整、语言流畅。			
我能使用较高的讲话技巧,如引起听众的注意力、维持听众的热情、协调与其他讲话人的关系等。			

二、自主学习的必要性

1972年,联合国教科文组织国际委员会的教育报告《学会生存——教育世界的今天和明天》指出:“未来的学校必须把教育的对象变成自己教育的主体。受教育的人必须成为教育他自己的人,别人的教育必须成为这个人自己的教育。”“我们今天把重点放在教育与学习过程中的‘自学’原则上,而不是放在传统的‘教学’原则上。”“新的教育精神使个人成为他自己文化进步的主人和创造者。自学,尤其是有帮助的自学,在任何教育体系中,都具有无可替代的价值。”

2007年,国家教育部最新制定的《大学英语课程教学要求》在谈到大学英语教学目标时指出,“大学英语的教学目标是培养学生英语的综合应用能力,特别是听说能力,使他们在今后的工作和社会交往中能有效地进行口语和书面的信息交流,同时增强自主学习能力,提高综合文化素养,以适应我国经济发展和国际交流的需要”。

事实上,培养自主学习能力是整个社会发展的必然,主要体现在以下几个方面。

1. 自主学习是科技发展的必然

21世纪,科学技术飞速发展,知识更新周期大为缩短,知识总量爆炸式增长,学校教育不可能形成学习者一生的知识储备。国外研究了在农业经济时代、工业经济时代和当今的知识经济时代人们接受教育的年限。在农业经济时代,7~14岁接受的教育足以应对今后40年的工作和生活;在工业经济时代,求学的时间延长为5~22岁;在当今的知识经济时代,学习已成为人们终生的需要。因此要想跟上时代和社会的发展,必须打破原来的那种“一次性”教育定终生的观念。学生应不断多渠道、多方式、多途径摄入信息,充实自己。“自主学习”和“学会学习”已成为教育界的最强音。

Task 2

With the development of science and technology, the total amount of knowledge has increased greatly. Discuss with your partner, guess the possible number of years and then fill in the blanks.

(1) During the 19th century, the total amount of knowledge doubled every _____ year(s).

(2) During the 1950s, the total amount of knowledge doubled every _____ year(s).

(3) During the 1970s, the total amount of knowledge doubled every _____ year(s).

(4) During the 1980s, the total amount of knowledge doubled every _____ year(s).

2. 自主学习是我国教学现状的必然

我国现阶段的课堂外语教学存在着时间紧、任务重等问题,教师要在规定的时间内完成当天的教学计划,教师与学生的互动交流较少,很难展开大量的听、说、读、写方面的训练,学生不可能在有限的课堂时间内完全掌握所学知识。而外语是一门实践性很强的课程,要想熟练地掌握它,需要对听、说、读、写、译各项技能进行大量的练习。因此,学好英语,仅仅靠有限的课堂教学远远不够,学生应根据自身的情况利用课余时间来复习、理解、消化和吸收,将所学知识内化,以便能够运用自如。另外教师的教学风格和策略也有差别,不可能适应每一位学生的学习需求。加之学生个体认知方式不同,每个学生都是独一无二的个体,学生的学习方式存在差异。要求学生速度一致、整齐划一地在规定时间内完全达到学习目标几乎是不可能的。通过自主学习可以克服这种局限性。

Task 3

Each individual is unique. Consider the different students around you and try to list some differences that you have noticed. Write your notes in the space provided below.

The differences include:

- (1) _____
- (2) _____
- (3) _____
- (4) _____
- (5) _____
- (6) _____
- (7) _____

- (8) _____
- (9) _____
- (10) _____

3. 自主学习是个体发展的必然

自主学习有利于个人潜能的发展,是个人发展的根本保证。自主学习使学生能积极、主动地理解知识,同时对知识进行筛选、吸纳、加工、整合、改造和建构。自主学习既是对原有知识的保留,也是对原有知识的超越。学习效果的转变必须依靠个人积极主动地投入到学习过程中,自觉自愿地学习。也只有对学习掌握了主动权的学生,才能成为学习的主体,灵活地运用知识。近年来的研究表明,自主学习能力强的学生由于能够系统地运用一系列学习和自我调节策略,他们的成绩要优于自主学习能力差的学生。下表是对低成绩和高成绩学生的自主学习过程所做的比较。

低成绩和高成绩学生的自主学习过程

过 程	低成绩者	高成绩者
时间运用	更加冲动、随意	学习时间的管理良好
学习目标	设置较低的学业目标	设置较高而具体的近期目标
自我监控	监控不太准确	监控更加频繁、准确
自我反应	更多的自我批评	设置较高的满意标准
自我效能	低自我效能感	高自我效能感
动机	更容易放弃	面对障碍能持之以恒

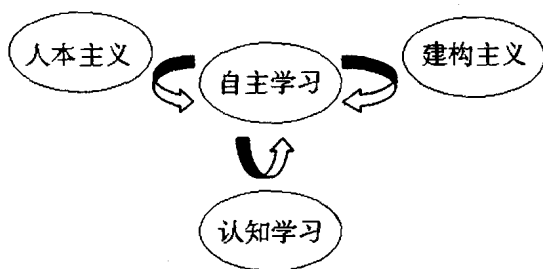
(引自: 庞维国,《自主学习——学与教的原理和策略》,华东师范大学出版社 2003 年版,第 17 页。)

Task 4

Think about your learning process, and then compare it with the table above. Write down your findings in the space provided below.

三、自主学习的理论基础

“自主学习”这个概念是建立在一定理论基础之上的,为自主学习提供理论支撑的主要有人本主义理论、建构主义理论和认知学习理论。



1. 人本主义教育理论 (Humanistic Theory)

人本主义探讨的是培养完整的人,它强调以学生的发展为本,突出学生的主体地位。它的教育理念是尊重学生的个人情感与需要,强调具有真实个人意义的学习。有个人意义的学习包括四个要素:(1)学习是个人参与性的 (personal involvement), 是学生个人全身心地投入,包括情感和认知两个方面;(2)学习是自我发起 (self-initiated) 性的,学生自己发现、获得、掌握和领会知识;(3)学习是渗透性的 (pervasive), 学习会改变学生的行为和态度,乃至个性;(4)学习是自我评价性的 (evaluated by the learner), 学生最清楚学习是否满足了他们的需求,是否回答了他们的疑问,是否解答了原来不清楚的地方。由此可见,人本主义就是调动学生的积极性和主动性,促进学生不断探索,主动发展。

2. 建构主义教育理论 (Constructivism)

建构主义是一种认识论。建构主义理论有许多分支,但最具有影响力的是认知建构主义和社会建构主义。这里讨论的是认知建构主义。建构主义的重要原理是:学习是学习者主动的知识建构,是通过新知识学习与原有的知识经验相互作用而实现的,而不是简单地从外到内的信息输入。具体地说,学习者是在原有知识或经验的基础上构建知识和加强对新知识的理