

英语阅读 理论与实践

■ 李红 著



国防工业出版社

National Defense Industry Press

英语阅读理论与实践

李红 著

国防工业出版社

·北京·

内 容 简 介

本书是一部专门研究英语阅读的书籍。该书以提高英语阅读效率为基本关注点,针对某些读者在英语学习中存在的学习效率差、学习品质低等不良问题,对英语阅读进行了系统化和理性化的分析与研究。通过反思人类学习,结合现实应用,科学地分析了英语阅读对象、阅读要素、阅读的影响因素、阅读的策略和方法技巧等,应用元认知学习理论,提出了定量与定性相结合的英语阅读效率模型,读者可以应用此原理适时调整阅读实践。该书还对英语阅读能力的提高途径进行了分析,对英语阅读进行实践训练,包括目前英语考级中的相关阅读问题,提出了具体的经验性分析与建议。本书旨在帮助读者学会阅读,进行有效的指导,提升读者的英语阅读速度和质量,逐步成为一个高品质的学习者。

本书参阅了大量文献资料的精华,广辟思考的蹊径,通过系统的理论与实践研究,归纳总结经验,提出具有相对独特的观点和体系,适应于广大英语学习者的需要,也是其他社会学习者的重要参考书。该书的系统研究将对英语阅读主体的阅读活动有所裨益。

图书在版编目(CIP)数据

英语阅读理论与实践/李红著. —北京:国防工业出版社,2011.11

ISBN 978-7-118-07665-3

I. ①英... II. ①李... III. ①英语-阅读教学-自学参考资料 IV. ①H319.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 234634 号

※

国防工业出版社出版发行

(北京市海淀区紫竹院南路 23 号 邮政编码 100048)

北京奥鑫印刷厂印刷

新华书店经售

*

开本 787×1092 1/16 印张 13 字数 296 千字

2011 年 11 月第 1 版第 1 次印刷 印数 1 4000 册 定价 26.00 元

(本书如有印装错误,我社负责调换)

国防书店:(010)68428422

发行邮购:(010)68414474

发行传真:(010)68411535

发行业务:(010)68472764

序

李红老师这本书是专门讲阅读的,她在书中讲到了阅读的重要性,读什么样的材料以及怎样读才更有成效。她的阐述从理论到实践,很有说服力,也很实用,对广大从事英语教学的同仁有很好的启示和参考作用,对广大英语学习者也有很好的指导作用,是一本值得推荐的好书。

当今社会人们的生活节奏普遍都很快,接受信息的渠道也很多,真正能静下心来认真读书的人已有明显减少的趋势,即使愿意读书的人花在读书上的时间和精力也比以前有所减少。还有的人认为,古典文学作品内容陈旧、文字过时,缺乏实用价值,而当代作品中值得阅读的数量又很有限,于是就疏于阅读,改从其他渠道获取信息或者寻找乐子去了。

在当今的英语教学中,也有一种趋势,甚至是一种导向,认为学生的阅读能力已经不成问题,或者不是主要矛盾,教学的重点应放在加强听说能力的培养上。学习英语是为了交际,但在他们看来,似乎只有听说能力才属于交际能力,阅读能力则是算不上交际能力的。其实,我们在阅读时,何尝不是在与作者交流思想呢?再说,阅读是信息输入的重要途径,没有大量的信息输入,我们拿什么去和别人交流呢?交流必须是有意义的交流,不能只是一般的寒暄或者简单的日常生活会话,缺乏有意义的交流只能是肤浅的交流,再多的操练也只能是低水平层面上的循环,并不能实现有效的交际。这样的听说能力当然不能算是真正意义上的听说能力。

目前我国高校每年有几百万非英语专业的毕业生,在可见的将来,他们中的绝大部分人在工作中需要用到英语听说能力的机会是很少的,继续巩固和提高英语听说能力的机会则更少,他们更多可能是需要阅读与本专业有关的英语文献。与其让他们在学校短短几年的学习中花大量的时间和精力训练将来很可能用不着的听说能力,倒不如让他们多花些时间培养和加强更有实用价值的阅读能力。当然,一部分需要用到英语听说能力的相关专业的学生以及对英语听说感兴趣的学生,照样可以加强他们听说能力的培养。

阅读的内容其实是很广泛的,可以是小说(包括科幻小说)、散文、诗歌、戏剧、人物传记等文学作品,可以是科普文章或专业文献,也可以是报刊时文,等等。李红老

师在书中列举了很多有关如何有效阅读的策略和建议,值得我们大家借鉴。我还认为,对于学习英语的学生来说,任务性的阅读固然必须完成,但更多的阅读主要还是要根据个人的兴趣以及获取何种知识和信息而定,而且阅读量尽可能要大。相信兴趣愈大,读得就愈多,读得愈多,兴趣也就愈大,收获当然也就愈大。

愿广大的英语学习者都能从本书中得到启示,有兴趣从事阅读,培养较强的阅读能力,获得丰硕的阅读成果。

杨 治 中

2011 年 9 月于南京

编者注:杨治中先生为全国高校外语教学研究会会长,全国大学英语四、六级考试委员会主任,南京大学教授。

前 言

全球化和信息化的当代社会,经济飞速发展,科技日新月异,涉外交流日益增多,英语在全世界各个领域被广泛应用,如政治、经济、贸易、文化、外交、旅游、通信,以及自然科学、人文科学的研究等方面。据戴维·克里斯托(David Crystal,1997)统计,世界上有57个国家以英语为第一语言,67个国家以英语为第二语言。据《探讨英语作为世界语言的影响》一文介绍,“目前世界上有60多个国家把英语作为官方语言,85%的国际组织把英语列为通用语言(联合国、欧盟等),75%的邮件是用英语写的,80%的出版物和互联网信息是用英语出版和发布的”(载 <http://club.topsage.com/thread-947433-1-1.html>)。伴随着全球化的进程,英语已经成为当今世界的主导性语言,在全球范围内传播和普及。今天的学生,若想站在时代的前列,没有较强的英语语言能力是不行的。人们要想适应飞速发展的全球化、信息化的时代要求,必须坚持继续学习、终生学习,搞好英语阅读,才能与时俱进。

学习语言离不开阅读,英语学得好的人,都具有相当数量英语书籍阅读的基础,只有英语书籍读得比较多的人,才能真正学好英语。阅读是学习的重要手段,是较为便捷的语言信息输入的方式,是人类获取知识的重要途径,也是促进个人心智发展的一个重要工具。阅读中,读者运用已具备的语言知识、社会文化背景知识、学习策略和篇章结构知识等,以及对书面文字符号的感知、加工,理解作者思想和感情。通过阅读提高自身素质,获取知识技能,适应社会生存的需要,创造条件,实现人生理想。只有掌握扎实的专业知识技能,才能在人才竞争中处于优势地位。阅读也是学术研究的基本功,最大限度地掌握所关注领域的材料,多阅读、勤思考,在阅读辨析中碰撞出思想的火花,才能取得该专业的对话权,取得创新性的独到见解。“书读百遍,其义自见”的汉语学习格言,对于英语学习实践,道理也是相通的。

英语阅读可以增强学生的语感、扩大词汇量。记忆单词和扩大词汇量是许多学生的难题,而阅读则是帮助掌握单词的最佳手段。单词放在一定的语言环境中,使其在特定场景中鲜活起来,避免了孤立枯燥地死记,更便于被识记、理解和掌握。

英语阅读可以促进英语写作水平的提高。中国有句古语“读书破万卷,下笔如有神”。通过大量阅读,广泛地接触语言材料,积累优美的词句、格言、警句、固定表达、习惯用语、修辞常识等,将其吸收内化为自己的东西,通过学术研究创新性地再现文献的精神;还可以学习模仿英文作家的谋篇布局、文章衔接、遣词造句等来建构自己的写作技能,培养英语思维,避免汉式英语文章出现,写出更优美的作品。

英语阅读可以增加英语文化背景知识。英语阅读是了解西方风俗文化的主要途

径,通过阅读,掌握不同国家的历史、地理、政治、经济、文学、哲学、宗教、科技等,从而不仅促进英语语言的学习,而且还开拓视野,增长知识,丰富阅历,培养阅读兴趣,学会阅读,养成阅读的习惯。

古今中外对于读书的重要性似乎是自然明了的,但为什么很多人又那样畏难而不去实践呢?关键在于没有理智地关注读书问题,过于功利主义地看待读书,追求所谓“黄金屋”、“颜如玉”,没有深刻地洞悉读书对于人类自身素质的深刻意义。如将读书与金钱、做官联系起来,把读书和功利目的结合起来,知识等于金钱,“万般皆下品,唯有读书高”。在这种读书动机诱导下,其负面影响更多:读书有什么用?阅读对象的应试“针对性”强吗?是考试要点吗?读书中典型的“急躁”、“浮躁”倾向溢于言表,此种浅薄的功利主义读书观对于人类进步是鲜有裨益的。学问家、思想家们大都学富五车,著说甚丰。其中不乏写过很多读书体会,也不乏深刻地教诲后人勤勉读书的格言。人们甚至耳熟能详,信口道来。为什么在具体读书过程中又不善于实践运用呢?其原因在于对读书活动缺乏科学的理论分析、没有正确的态度,训练的是悬梁刺股、囊萤映雪的吃苦精神,让人感觉读书费工费时,枯燥乏味,是一种“苦差事”。所以,引导社会的读书实践,有赖于对于阅读活动的理论分析和科学研究,揭示读书对于人类文明的深刻意义,探索和实践有效阅读的策略和方法技巧,科学训练读书能力,提高阅读效率,体验阅读的自由追求,体会精神生活的无限丰富,从传统读书的僵化、灰色和痛苦感中解放出来,追求阅读的精神品味和美感。

图书是人类文化、智慧、知识的宝藏,尤其是信息化的当代社会,人们要与时俱进,必须通过有效地阅读,获取多方面的知识技能和滋养。阅读使生活充实、精神愉悦、不断进取。爱生活的人必定爱读好书,爱读书的人必定会更加爱生活、会生活。塑造高尚的人格、提高文化素养、奠定学问根底、培养丰富想象力、强化专业能力等都有赖于自觉、积极、有计划地多读书,读好书。质言之,阅读对于当代人的重要作用日趋明显,但是,通过现实图书市场的观察,通过对人们阅读习惯的认知调查以及将这些与国外图书市场和阅读状况的某种比较,有学者指出:中国读者的阅读范围、数量和质量都正随着社会的剧烈变化而改变,阅读范围在萎缩,阅读数量在减少,阅读质量在下降。阅读内容方面,拘泥于自己狭窄的视野,缺乏广泛的、高品位的人文社会科学、自然科学及工程技术类书籍的阅读。从阅读方式看,也没有广泛利用互联网、多媒体等介质进行阅读。英语学习者中,不少人阅读速度慢,理解能力弱,猜测词义时脱离语境,望文生义,感到英语阅读枯燥乏味。所以,加强英语阅读能力的培养极为重要。

本书旨在通过对阅读学习的系统的理论反思,帮助上述读者建立理智、科学的学习态度;通过对文明进程的展望,帮助他们理解英语阅读能力提高的重要性和迫切性,刻苦而又富有成效地博览群书,激发阅读的热情,以及提高阅读的能力和品位。

编著者
2011年7月

目 录

第一章 学习与英语阅读概说	1
1.1 学习是人类文明传递的基本方式	1
1.2 当代学习理论与英语阅读	6
1.3 英语阅读的功能与理论基础	9
第二章 英语阅读研究的系统分析	15
2.1 英语阅读活动要素分析	15
2.2 英语阅读过程的反思	20
2.3 英语阅读的效率问题分析	29
第三章 英语阅读种类综述	37
3.1 以阅读对象为基础的分类	37
3.2 以阅读目的为基础的分类	43
3.3 以阅读发声形式为基础的分类	46
3.4 以教学实践形式为基础的分类	49
3.5 以阅读方式为基础的分类	54
第四章 影响阅读的因素分析	57
4.1 心理因素分析	57
4.2 文化差异因素	66
4.3 语言知识因素	73
第五章 提高英语阅读能力途径的研究	79
5.1 英语阅读能力概述	79
5.2 英语阅读能力形成的内在逻辑分析	86
5.3 阅读能力形成的现实性思考	89
第六章 分类体裁文章阅读分析	98
6.1 记叙文阅读	98
6.2 描写文阅读	100
6.3 说明文阅读	102
6.4 议论文阅读	105

6.5 应用文阅读	108
第七章 英语阅读方法与技巧研究	116
7.1 英语阅读方法(Reading Method)	116
7.2 英语阅读技巧(Reading Skills)	136
7.3 阅读方法与技巧应用训练	145
第八章 英语阅读策略及其应用分析	150
8.1 英语阅读策略及其内涵	150
8.2 英语阅读策略应用分析	153
8.3 英语阅读策略技能训练	169
附录:英语阅读实践训练	177
Chapter One	177
Chapter Two	179
Chapter Three	182
Chapter Four	186
Chapter Five	189
部分参考答案	194
后记	198

第一章 学习与英语阅读概说

学习活动是人类进步的重要源泉，伴随着社会文明而发展。人类早就有了对于自己学习过程的反思，中国的《学记》就是重点论述学习的，西方文艺复兴时期的伊拉斯写过《学习方法论》。后来心理学家提出了多种学习理论，教育学家也从教与学的关系中研究学习过程的特点、方法和机制。适应当代全球化、信息化发展趋势，作为重要学习内容的英语学习日益为人们所重视，怎样快速掌握和应用英语工具、怎样更富有成效地学习英语，成为英语学习者反复思考的问题，了解影响学习过程的因素以及选择适合自己个性特点的学习方式和学习策略，提高自己英语阅读能力和效率成为学习者的重要任务。

本书就是以改善英语阅读现状，提高英语阅读效率为目的的一项系统性研究与探索。英语阅读是语言学习领域的一种人类社会实践活动，因此，研究英语阅读，逻辑上应当从人类的学习活动作为起点。

1.1 学习是人类文明传递的基本方式

人类对文明的接受基于人类本能的代际遗传之外，突出的是外在知识技能的习得方面。由本能的传承，跃迁到由年长的一代有目的、有计划、有意识地把前辈的经验、知识和技能，系统地、循序渐进地传授给下一代，教育也伴随着人类的学习需求而产生了。把人类既有知识技能应用于更新的实践过程，构成了传承与创新的内在活力。

1.1.1 人类实践与学习构成文明进步的源头活水

人类的文明进步本质上区别于动物本能，故人类学习对于人类进步的重要性是极为明显的。人类接受其他社会成员或自然知识的能力应当说在于后天努力的因素居多。就群体存在而言，基于个体与社会的正向力量和社会克服阻力或者牵拉偏斜之力而形成的合力，促进了人类文明的进步。人类的学习是社会成员的义务和责任，个体正是组成社会集体的分子，有着责无旁贷的使命。人们通过创新、积累与变革汇成了人类文明历史的长河。

1. 实践促进了学习的分化发展

进化论认为有机体适应环境有两种方式：一种是依靠先天决定的反应倾向，通过种系遗传所保留的固有反射或本能；另一种是后天习得的方式——学习，来适应环境的变化。动物和人类共有的适应环境的学习是迅速而且广泛的，但人类学习在形式、内容、心理机制等方面有着与动物学习质的差别。心理学家正是从差异入手，研究和说明人类学习的。如加涅认为“学习是人的倾向或能力的变化，这种变化能够保持且不能单纯归因于生长过程”。

2. 学习的本质

人类的学习活动和学习能力经历了一个由简单到复杂、由低级到高级的漫长发展过程，人们对学习的认识同样经历了一个由片面到全面，由现象到本质的逐步深化过程。

现代意义的学习是学术界、教育界广受关注的较发达的研究领域，专家们从各自不同的视角出发，对学习、学习的实质、学习的过程及机制等方面进行研究。在教育心理学的研究中，不同的心理学家从不同的心理学立场和研究的层面出发，对学习、学习的实质进行了不同的研究和解释。

通过对于学习理论的研究，可以把学习的实质概括为：学习是后天习得的知识能力继承与创新，是由经验或实践引起的智慧与能力增长活动。由学习引起的变化既可以是外显的行为变化，也可以是个体内部经验的重组或改组。学习引起的变化是能够相对持久保持的，是通过反复练习、训练所产生的。

3. 文字载体与学习方式的变革

文字是文化传播与学习的重要物质载体。此前人类的学习活动只能通过直接经验和依靠口头语言或体态语言传递的方式进行，显然受到时间和空间的限制。人类文明的初期，受大自然奴役较多，先辈熟练的技能和经验必定经过相当长时间实践才能形成。师傅教徒弟，在做中学，在学中做，言传加身教，学与做融为一体，后代工匠式的工艺传承方式“师带徒”就是这种学习方式的集中体现。

文字出现后，经验可以以文字记载为载体，文字促进了专门学习的可能性，人类积累的直接或间接经验借助文字形态得以保存和传播，并且经过不断研究和总结，越来越系统化、理论化，由此突破了文化传播的时空障碍，使人类的学习以越来越抽象、间接的方式进行，大大提高了学习效率。使学习从直接经验中分化出来，逐渐发展成为相对独立的活动领域和活动方式。文字的产生是人类学习方式演变发展中的第一个里程碑。

文化学习形态的变革获得了广泛传播和加速发展，并成为近现代社会中占主导地位的学习方式，主要得益于印刷术的产生，尤其是活字印刷技术的发展。因为仅仅依靠手写的文字，绝不可能实现文化和教育的普及，只有当印刷体的书籍在社会成员中广泛传播之时，通过阅读能够培养人的优良品格、拓宽人的眼界、增长人的才干，使人发奋图强，改变社会，改变命运，使自己拥有美好理想，获得财富，赢得幸福。开阔人的胸襟气度，汲取不竭的主体力量，皆因为拥有书籍之源头活水，可以说印刷术的产生是人类学习方式演变发展中的第二个里程碑。

进入 20 世纪 90 年代以来，信息技术、多媒体和国际互联网成为工业化时代向信息时代转变的巨大杠杆，以惊人的速度改变着人们的工作方式、思维方式、交往方式乃至生活方式，并推动人类学习方式从印刷时代迅速跨入信息时代。人类的智慧将会创造出与多媒体和国际互联网相适应的一整套全新、高效的学习模式，从而大大提高人类个体和整个社会的学习与创新能力。当代信息技术将成为人类文化传播方式和学习方式演变发展中的第三个里程碑。

人类发展空间的扩大，本质上的深化，推动学习的分化。文化传承方式的变化促进学习过程和学习模式的变化，人类文明越来越寄托于读书学习方面。

1.1.2 学习的特点及其规律

学习是与人类进步须臾不可分离的活动，必须了解其特点、规律。人们不仅要刻苦勤奋地学习，而且更要善于学习，在实践中不断地改进方法，提高学习效率。

1. 人类学习的特点

对于人类来说，学习不是简单地适应环境，而是具有主动能动的创新性的活动。学习方式、活动载体以及自觉目的性等方面都有自己的特点。

1) 人类学习的中介性——语言文字为载体

人类是以语言为中介来进行学习的。语言作为事物之间关系抽象化的信号，可以替代第一信号进行人际沟通。巴甫洛夫学说认为，由于第二信号系统的出现，给人的学习带来了新的机制，而且使人的第一信号系统也具有了与动物不同的内容和形式。即借助于人特有的语言、文字工具，把人类积累起来的丰富经验继承下来，转化为个体的精神财富，并以此为基础，形成新的个体经验。

2) 人类学习的社会性——间接经验为主

马克思主义关于人的理论认为，现实的人是一定社会关系的总和，人只能是社会的人。

随着人类文明的发展，文字书籍产生以后，特别是进入信息化时代，人类越来越依赖间接的知识，人们可以在阅读中获取、感受书中的知识、技能和生活，极大地扩展了生活世界与精神世界。

3) 人类学习的能动性——主体的积极自觉

人是在积极地作用于环境，在与周围人的交往过程中进行学习，有着明确的学习目的和自觉的学习动机。为了达到目的，人们主动地探索各种有效的学习方法，表现为自觉性，学习活动的发起、持续、停止、指向对象的转移等都是人在一定的思想意识指导和意志的控制下自觉主动进行的。

2. 学习的一般规律

学习规律就是在学生内化知识、技能和能力的认识过程中反映出来的本质的、普遍的、必然的关系或联系，它决定着学习发展的趋势。学习规律不但是客观存在的，而且是可以认识和利用的。学习规律主要有：

1) 学习的不可替代规律

人的学习与发展过程，是人们在意向心理活动的主导控制下，能动而有选择地感知、加工、输出信息，并通过反馈，对其不断进行评价、修正、重组，创造新的信息。同时与环境有序地进行物质、能量、信息交流的过程，通过学习获取科学文化知识，提高思想认识，发展各种能力，形成科学的世界观、方法论以及相应的道德品质和行为习惯的过程。任何他人都不能、也不可能代替学习主体的自主修养过程。

2) 学习的循序渐进规律

学习遵循辩证发展的客观逻辑，由量变到质变、由现象到本质。人们的知识体系构造也应遵守由简单到复杂、由个别到一般的过程。人们的学习，依据自身情况和学习任务，按照科学的学习程序，制定学习策略，循序渐进，不断攀登新台阶。

3) 学思结合规律

孔子说：“学而不思则罔，思而不学则殆”。学习的实质是用脑的过程、思维的过程，

是学与思相互作用、相互促进和循环递进的过程。学思结合规律揭示了学与思密不可分的辩证关系。学是信息的输入和认知，思是信息的处理和加工，即对所感知材料的内化理解、编码、储存，使学习的知识升华。所以，学与思是学习过程不可分割的两个阶段。通过学习，引发疑问，促进思考。经过思考解决不了的问题，可请教别人或自己深入研究，最终使问题解决。这样互相促进，使学习更深入、更细致、更透彻。

1.1.3 大学生的学习

1. 大学生的学习特点

大学生作为高层次的专门人才，是未来社会建设的栋梁，必须适应新的形势和要求，强化学习素质的培养锻炼。具备学会学习的品质，不仅要学会学习，更应该学会创造，用创造性学习的成果来证明自己的价值所在；用创新学习的过程来为国家科技创新体系的建立添砖加瓦。与其他社会成员相比，大学生的学习，有其自身的独特性。

1) 教师的指导

学生学习是在教师的具体指导下进行的，教师掌握和控制着教育目的、方向、进程，对于学生的学习活动具有支配和主导作用。但是，主导并不是主宰。从根本上说，学习好坏的主要原因在于主体的努力上。

2) 集体交往性

学生在校学习是一种集体交往活动。通过知识、技能、情感、意志的纵向和横向综合传递，使自己得到发展。良好的学习环境、密切的人际关系，对学习起着重要的激发作用。

3) 自主学习的突出作用

学习者要学习好，应有强烈的自我发展意识、自我完善要求，充分认识到学习与自己的利害关系，按照规定的目标，最大限度地挖掘自己的生理和心理条件与潜力，顽强拼搏，全面锻炼提高自己。没有这种内省的自我发展和自我完善的愿望，就没有学习的内驱力，就不可能学好。

4) 专业性、实践性特点

大学生的学习具有一定的专业方向性，学习的内容是围绕专业方向的需要展开的。每个专业都要根据社会对该专业人才的要求，制定出该专业的培养目标、教学大纲、教学计划、教学方法和手段，为实现教学目标服务。

专业性也是相对的。有一定的专业性，又不完全局限于这个专业，还要有较强的适应性。有意识地拓宽自己的知识面，增强自己的专业适应性，尽可能使自己成为一专多能的“通才”。

所谓实践性特点，是说大学生在课堂上学习的知识理论，通过参加实践性环节加以巩固，增长一些书本上学不到的知识和技能。实践环节主要是培养大学生的独立思考能力、实际操作能力和解决问题的实际能力，完成从知识到能力的过渡。

5) 创造性特点

大学生的创造性，是指在学习过程中的创造意识和创造活动。这是由大学生自身的特点和大学教育的特点决定的。大学生生理、心理、思维、智力发展日趋成熟，为他们的学习由继承性过渡到创造性提供了基础。大学生在学习时，不仅仅是知识的接收器，

还会对现有的知识进行梳理、整合、体验、思考、加工，使之变为“自我”的知识，并且有可能创造出新的知识。

2. 大学生的学习过程

大学生的学习从属于一般学习，又具有自身特征，根据大学生学习的具体状况一般分为四个阶段。

1) 感知阶段

感知是对事物认识的最初阶段，在学习过程中，学生对所学内容的初步表象的认识阶段，就是感知阶段。没有感性认识，就不可能向更高阶段的认识即理性认识发展。但是，感知阶段又是需要发展的，只停留在感知阶段，便不能深刻认识事物，掌握事物规律。学生的感知越丰富，越具体，进一步学习就越容易，越深刻。

2) 理解阶段

理解是通过思维和想象把感性知识提高到理性知识的阶段，是感知阶段的发展和深化。学习中的理解是指对教师所讲内容，通过思考、练习、讨论等学习方法，已经完全懂了，掌握了重点、难点和规律。理解是学习的关键一步，因为它有承上启下的作用。它既是感知阶段的自然发展，又是巩固和应用的前提和基础。因此，要尽最大努力实现理解。

3) 巩固阶段

巩固就是加强记忆。感知的、理解的，如果记不住，那等于没学。一般说来，理解了的东西是最容易记忆的。但是，如果不采取一些记忆措施，很快也会遗忘。记忆最好的办法就是通过各种练习以加强记忆，通过复习以巩固记忆。

4) 应用阶段

应用就是把所学的知识用于实际中去，形成技能和技巧，开发自己的智力，培养能力。学习阶段的应用，不像实际工作的运用以创造出成果为主，而是以发展自己为主，为将来到实际工作中去创造做储备，打基础。

3. 大学生怎样搞好英语学习

中国古代学者在研究学习时，一般要涉及到志向、注意、兴趣、情感、意志等心理因素与学习的关系，并据此告诫学习者志向要远大，注意力要集中，兴趣要稳定，情感要热烈，意志要坚强，态度要谦逊。现代大学生应当怎样对待英语学习呢？

1) 积极的自主学习观

在英语学习中，学生应充分发挥自身的主观能动性。课堂上主动参与各项活动，课外积极开展自主学习。英语阅读是重要的学习环节，英语能力的提高不能仅依靠课堂学习，还必须加强课外泛读，做到精泛结合，把课堂上学到的阅读技巧和策略在课外阅读中加以实践和应用。在英语学习过程中，应积极实践元认知策略，增强英语阅读的目的性，制定阅读计划、监控阅读过程和评估阅读效果，学会利用多种学习资源，如图书馆、阅览室、互联网等，通过多种途径进行阅读练习和交流，提高自主学习的能力。

2) 坚持速度与质量统一的阅读效率观

一般认为英语学习主要是通过阅读扩大词汇量，实际上英语阅读是一项综合性的学习活动，阅读不仅包括速度，而且还包括质量方面的要求。阅读能力或者效率体现在阅读质量和速度的统一上，所以，英语阅读应当做好阅读主体精神状态调整，优化阅读参

与的诸要素，建立阅读质量与速度统一的“效率统一观”。

3) 语言技能的综合互动观

学生要处理好阅读与其他语言技能的关系。在英语听、说、读、写、译五项技能中，阅读是基础，阅读能力的增强会促进其他技能的改进，同时其他技能也会对阅读产生反作用，推动阅读能力的进一步提高。在阅读训练中，注意五项技能的有机统一，综合培养自己的英语应用能力，提高学习效率。

1.2 当代学习理论与英语阅读

在现代社会，要使社会生活的各个方面正常运转，必须有与之相适应的人去管理，需要人的继续学习和终身学习。人要与时俱进地接受新知识，就离不开阅读活动。阅读是人类获取知识的重要途径，它既是学习的一个重要手段，也是促进个人心智发展的重要阶段。人与人的交流、国家与国家的交流、文化与文化之间的交流主要是依赖文字来完成的，英语就是当代国际间交往的重要工具。因此，应认识和理解英语阅读的重要性，搞好英语阅读。学习理论是揭示人类学习活动的本质和规律、解释和说明学习过程的心理机制、指导人类学习、探究人类学习的本质及其形成机制的心理学理论。对于搞好英语阅读具有重要而实际的指导作用。

1.2.1 现代学习理论研究综述

随着学习理论的发展，自主、探究、合作学习方式的研究也在不断深入。20 世纪初，杜威在其经验主义的学习理论中提出了“做中学”的学习方式。虽然一度被行为主义理论所倡导的“操练”学习方式所取代，但到了 20 世纪中期，布鲁纳、施瓦布等认知理论学家所强调的“发现学习”(discovery learning)、“探究学习”(inquiry learning)等已经有了新的学习方式雏形。其后，罗杰斯人本主义学习理论的“自由学习”(free learning)、“学生中心观”(student-centered)，建构主义学习理论的“自我调节学习”(self-regulated learning)、“反思学习”(reflective learning)、“合作学习”(cooperative learning)等形式为新的学习方式奠定了坚实的理论与实践基础。

1. 当代学习理论研究的主要流派

学习理论着重说明学习是怎样产生的，经历了怎样的过程，有哪些规律；学习的结果使学习者发生了怎样的变化，是外部的行为操作还是内部的心理结构，如何才能进行有效地学习等问题。目前，一般将学习理论概括为四大流派，即行为主义、认知主义、人本主义和建构主义。

1) 行为主义

学习是个体在某些条件限制下产生的反应，个体习得的行为是刺激与反应之间的联结，侧重于学习的外部行为研究，对陈述性知识和技能方面的学习有指导意义。教师要观察学生行为变化及时强化，支持程序式教学设计，对学习者的认知加工和学习环境的丰富程度都没有特别高的要求。

2) 认知主义

学习是个体对事物由认识、辨别、理解到获得新知识的过程。在这个过程中，个体

认知结构会发生改变。在教学实践中,强调根据学生已有的心理结构,提供适当的问题情景,支持信息加工式教学设计,对学习者的认知加工能力有较高的要求。

3) 人本主义

人本主义主张研究人的整体意识性、人的尊严、价值及其本性。强调“以学生为中心”,着眼于学生独立性、创造性地发展和人格的自我实现,着重对学生完善的个性和人格的培养以及对个性强、性格孤僻的学生的教育。重视合作学习和发挥学生的主动性,重视学习动机和情感教育,支持双主式教学设计。教师要有责任心,要对自身职业和学生热爱。

4) 建构主义

强调学生在学习过程中主动建构知识的意义。力图在更接近实际的情境学习中,以个人原有的经验、心理结构和信念为基础建构新知识,赋予新知识个人理解的意义。适合于复杂知识的学习和掌握,即一些需要高认知加工的任务。利用现代信息技术为学生创设情境,设计合适的任务或问题,引导学生自主探究学习、合作学习,支持探究式学习活动设计。学习者要有很强的认知技能和自我控制能力。学习环境能充分展示问题的复杂性,提供足够的材料、细致数据分析与操纵的工具等。

2. 关注学习理论研究的目的是

概览学习理论流派学术观点异彩纷呈,涉及的基本问题大致有下列方面:①学习的实质和意义;②学习的种类或类型;③学习的过程及心理机制;④学习的条件或影响学习的因素;⑤有效地学习;⑥教学改进以及怎样更深入的研究学习等问题。每个学派都从不同视角给予不同的回答,根据自己的试验和观察,得出特殊的研究结论。关注学习理论的研究是为了有助于系统地反思学习过程、从中得到启发,进一步指导具体学习,提高学习效率。

1.2.2 外语学习的特殊性问题

我国学生的英语学习通常是在母语基础上进行的语言学习,属于语言学所谓的第二语言习得(Second Language Acquisition, SLA),通常指母语习得之后的任何其他语言学习。第二语言习得研究理论形成于20世纪60年代末70年代初,对学习者的第二语言特征及其发展变化、学习者学习第二语言时所具有的共同特征和个别差异进行描述,并分析影响第二语言习得的内外部因素(For Chinese students, it is foreign language learning, not second language acquisition. I believe there is a lot of difference between the two.)。

习得第二语言应当能很好理解目的语所承载的民族文化知识。对于目的语的文化、历史、地理、社会习俗、民族思维、认知心理特征等各个方面应有基本的了解,因此,应当明确所处的英语学习的环境,制定出适当的学习策略。

1. 我国学生英语学习的环境特点

1.1 学习英语时的内在语言是汉语或者是汉语思维模式

作为第二语言的英语学习,我国目前还缺乏普遍的交流环境条件,直接听说英语的机会相对较少,课堂学习相对于很多专业课程来讲时间又非常有限。尽管在英语学习的过程中提倡使用英语,尽量创设英语环境,但从小学到大学的英语教学可以说外壳是英语,内里是汉语。课堂教学组织用英语,一出教室,交流就是汉语。实际上,英语课

上和实际生活中使用英语有很大程度的不同。课堂上，英语带有固定程序，目标指向非常明确，往往按照一定的教学内容运用语言，学生自然地会想到要完成老师交给的任务，实质上是被动地使用语言，难以脱离背书性表演。而真正的语言使用环境中，以上所说的条件并不具备，交流更多带有即兴应对的特点，因此，难以形成使用英语思维的习惯。

2) 使用英语时的从汉语翻译到英语的强迫性思维转换

英语学习实践中，大量的英语词汇、复杂的语法现象以及不太习惯的非母语表达方式，占去了很多时间。因而英语阅读成为学习掌握英语、内化语言材料的非常关键环节。在英语学习中，尽管强调用英语思维，但除个别已经非常熟练的英语学习者，很少有人能真正用英语思维。出现所谓 chinglish(中式英语)，学习者常常先用汉语打腹稿，或列出中文提纲，再把汉语一句句机械地转换成英语，带有中文语音、语法、词汇特色，有明显的汉语痕迹。

3) 英语使用的中间性与有限性

学习者在英语使用过程中，总是受中式英语影响，“汉语注音，英语背书，汉语解释”结构上把英语放在汉语中间，学习效率差，低层次循环现象普遍。这个问题带来的只能是在有限范围内使用英语。“We use English only to express what we can say, while we use our native language to express what we want to say.”表面上学生能够流畅地使用英语，但能够表达的范围十分有限，局限于目的语的主体演讲、特指文本朗诵或歌曲、剧本的表演，更广阔的交流沟通，则不敢涉猎。而母语的共同交流则没有这个局限。

2. 怎样搞好汉语语境下的第二语言学习

在汉语环境下的英语学习中，汉语的影响整个贯穿其中。即便有的学习者英语水平已经较高，如通过了大学英语六级考试，掌握了上万个词汇，但也难以达到完全摆脱汉语、使用英语背景思考的程度。那么怎样才能消除汉语的负面影响，发挥正面作用，促进英语学习效率的提高呢？

1) 善于使用英语习惯学习英语

对于英语单词的语音来说，英语国家的人在说一个词的时候，是一个词一个词地说，几乎没有单音的概念。而中国人在说英语单词时则一个音一个音地说，最后再把这一个个音组成单词。如说 speak，中国人把这个词先分解成一个个单音，然后再合成一个词 speak。再如中国人学英语的语调，是在语音之上再加上语调，而英语国家人士的语音语调是不可分割的整体，是共生存的东西。

2) 关注汉语思维和表达的负面影响

汉语的思维习惯和英语的思维不同，单词在句子中的次序、语法结构、交际的使用等方面都有明显区别。中国学生在使用英语的过程中，若是先有了中文意思(汉语思维)再用英语的形式表示出来，这样的表达程序就难免带有汉语的痕迹。

3) 应当积极地参与英语交流实践

要在自然的环境中使用英语，而不仅仅在教室里或英语竞赛中才使用英语。对教室以外的英语学习应给予更多的重视，关注学生学习使用英语的整个过程。

中国学生的英语学习是在汉语环境下进行的，这种环境下的英语学习有其自身的特点和规律，在英语教学和研究中，只有重视这些问题、研究这些问题，才能使英语教学更有的放矢、效果更好。