

大学英语

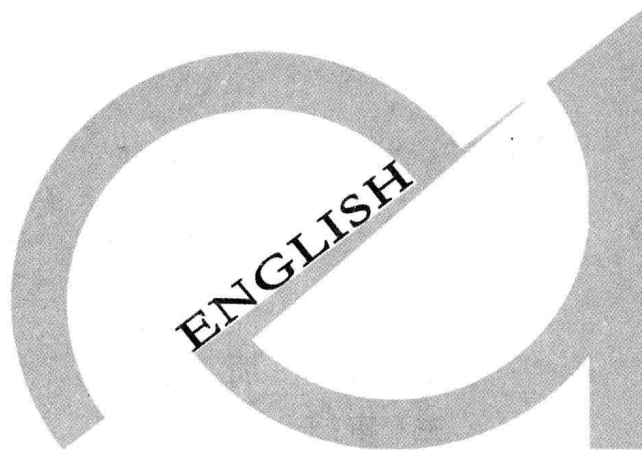
自主学习能力培养教程 (第二版)

A College English Course for the Development of Autonomous Learning

严明 主编



黑龙江大学出版社



ENGLISH

严明 主编

大学英语

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

(第二版)



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(第二版)
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 黑龙江省委党校印刷厂
版 次 2008 年 9 月 第 2 版
印 次 2008 年 9 月 第 1 次印刷
开 本 787 × 1092 毫米 1/16
印 张 23.25
字 数 390 千
书 号 ISBN 978 - 7 - 81129 - 018 - 9/G · 10

定 价 25.00 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

编 委 会

主 编:严 明

主 审:王 瑞

副主编:汪志涛 陈庆斌

编 者:(按姓氏笔画排序)

于 丽 孔香玲 王玉双 刘 丹

刘 洋 杨 白 郑春梅 胥 扬

徐德凯

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。新教学模式应能使学生在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。

本书由黑龙江大学应用外语学院编写。参与编写的11位同志均为教学一线及科研骨干教师。陈庆斌同志负责和参与编写了本书的前四章,并独立编写了第三章;汪志涛同志负责和参与编写了后六章,并独立编写了第四章。其他参与编写的同志分别为:郑春梅同志第一章,王玉双同志第二章,徐德凯同志第五章,于丽同志第六章,胥扬同志第七章,刘洋同志第八章,孔香玲同志第九章,刘丹同志第十章,杨白同志负责了目录、附录、参考文献及其他部分的编写和整理工作。

在此还要特别感谢黑龙江大学中文系杨庆辰教授和外籍教师 Mark Jones,他们分别负责了本书中文和英文的校对。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致以热烈的祝贺并对出版社自始至终给予的支持表示诚挚的谢意。同时也感谢所有以不同方式直接或间接帮助我们完成这本教材的所有朋友。

由于时间仓促,加之编者水平有限,书中疏漏谬误在所难免,恳请广大教师、学生及所有读者在使用中指正。

严 明

2008年8月

目 录

第一章 自主学习概述	1
一、自主学习的内涵	3
二、自主学习的必要性	6
三、自主学习的理论基础	9
四、影响自主学习能力的因素	10
第二章 动机与学习	29
一、动机的含义及特征	30
二、学习动机与外语学习	35
三、培养和激发学习动机	42
第三章 学习风格概述	49
一、学习风格的定义和特点	53
二、学习风格的分类	53
三、了解学习风格的意义	65
第四章 学习策略概述	72
一、学习策略的含义	74
二、应用学习策略的意义	75
三、检测目前学习策略使用的情况	76
四、学习策略的分类	80
五、成功的英语学习者使用的学习策略	97
第五章 词汇学习策略	107
一、词汇学习的本质和特点	109
二、词汇学习中的元认知策略	110

三、词汇学习中的认知策略	117
四、词汇学习中的社交/情感策略	132
第六章 听力学习策略	144
一、听力学习中的元认知策略	145
二、听力学习中的认知策略	152
三、听力学习中的社交/情感策略	163
第七章 口语学习策略	172
一、口语学习中的间接策略	175
二、口语学习中的直接策略	178
第八章 阅读学习策略	196
一、阅读的本质与特点	198
二、良好的阅读习惯与不良阅读习惯	199
三、阅读学习中的元认知策略	201
四、阅读学习中的认知策略	211
五、阅读学习中的社交/情感策略	234
第九章 写作学习策略	247
一、过程写作论	248
二、准备写作:开动脑筋、挖掘思路	249
三、开始写作:字斟句酌、组织成文	257
四、结束写作:修订润色、最终定稿	275
第十章 文化学习策略	282
一、文化的定义	284
二、文化在语言学习中的重要性	285
三、文化学习的内容	287
四、文化学习的策略	289
附录	
附录一:大学生英语学习自主性量表(一)	311
附录二:大学生英语学习自主性量表(二)	313
附录三:学习风格调查问卷	315
附录四:英语学习情况调查问卷(一)	319
附录五:英语学习情况调查问卷(二)	323
附录六:学习策略应用调查问卷	327

附录七:学习风格分类列表	333
附录八:英语学习策略列表(一)	336
附录九:英语学习策略列表(二)	343
附录十:学习时间记录表	350
附录十一:学习时间计划表	351
附录十二:学生英语能力自评/互评表	352
参考文献	358

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高低密切相关。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)

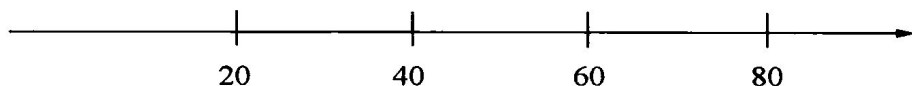
例如:教师应该为学生制定学习计划…………… (3)

- | | |
|------------------------------------|-----|
| 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。

一、自主学习的内涵

近年来,自主学习(autonomous learning 或 learner autonomy)已经成为外语教学及研究中的热点。登录中国期刊网,以“自主学习”为关键词能查到几万篇相关文章,以“大学英语自主学习”为关键词能查到千篇以上的文章。我国高校纷纷通过建立自主学习中心、成立自主学习研究项目组来研究自主学习,以促进大学外语的学习。自主学习已经成为外语学习的新趋势。那么,什么是自主学习呢?

国内外对自主学习的表达方式不同,除 autonomous learning 和 learner autonomy 外,还有其他的表述,如自我调节学习(self-regulated learning)、自我组织学习(self-organized learning)、自学(self-study)、自我计划学习(self-planned learning)、独立学习(independent learning)、主动学习(active learning)、自我教育(self-education)、自我定向学习(self-directed learning)、自我管理学习(self-managed learning)、自我监控学习(self-monitored learning)、开放式学习(open learning)、参与式学习(participatory learning)和自我获取学习(self-access learning)等。这些表达虽然不同,但都体现了一个共同的特征,即自主性。

西方教育学家从 20 世纪 60 年代开始倡导自主学习,并将其作为教育改革的主要目标之一。70 年代,自主学习进入语言学习领域。“欧洲议会的现代语言工程”在 1971 年成立了自主学习中心,其宗旨就是培养学习者的自主学习能力,也就是学生的独立学习能力。1981 年,Henri Holec 出版著作《自主性与外语学习》,该著作成为这一领域研究的发起点。他认为自主学习就是“能够对自己的学习负责(take charge of one's own learning)”,并且认为自主学习能力主要表现在五个方面:(1)确立学习目标;(2)确定学习内容和进度;(3)选择方法和技巧;(4)监控学习过程;(5)评估学习结果。

美国研究自主学习的权威心理学家齐莫曼(Zimmerman)自 20 世纪 80 年代中期就与一些心理学家致力于自主学习研究。他在总结了以前学者研究的基础上,提出只要学生在元认知、动机和行为三方面都是一个积极的参与者,那么其学习就是自主的。元认知指的是学生能够在学习的不同阶段进行自我反思,包括计划、组织、自我指导、自我监控和自我评价;动机是指学生从被动的学习变成主动的求知,由“要我学”变成“我要学”,视自己为有效的自律者;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。

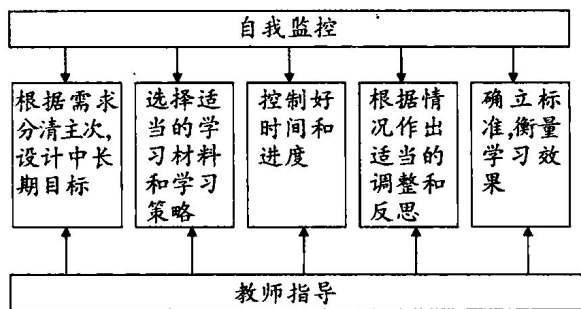
我国学者庞维国认为,“自主学习是建立在自我意识发展基础上的‘能学’;建立在学生具有内在动机基础上的‘想学’;建立在学生掌握了一定学习策略上的‘会学’;建立在意志努力上的‘坚持学’”。全国教育科学“十五”规划国家重点课题“新课程与学习方式转变实验研究”分课题负责人余文森认为,自主学习就是自己作为学习的主人,学习是自己的事,自己能够学,尽量自己学;不懂的不会的,在同学的帮助下、在教师的引导下思考。

综上所述,虽然国内外学者对自主学习的理解和界定并不完全统一,但大多数学者达成了共识,即自主学习应该是以学习者为中心(相对以教师为中心),学生根据自身不同的需求,在整个学习过程中自我规划、自我管理、自我调节、自我检测、自我反馈和自我评价的自我建构过程。具体包括以下几个步骤:

- (1) 在不同需求的引导下,分清主次,设计自己的中长期目标;
- (2) 选择适当的学习材料和学习策略;
- (3) 控制好时间和进度;
- (4) 根据不同的情况作适时的调整和反思;
- (5) 确立评价标准,衡量自己的学习效果。

Task 1

下图是自主学习的流程图,通过图例,我们可以对自主学习有更清晰的了解。



Discuss the following questions with your partner.

- (1) There are differences between traditional learning and autonomous learning. Think about them and fill in the following table.

	traditional learning	autonomous learning
motivation		
learning objectives		
learning content		
resources		
activities		
roles of teachers and students		
attitude		
evaluation		

(2) *The following statements are descriptions of autonomous learning. Discuss whether they are true or false. Write "T" for true and "F" for false in the brackets.*

A. Autonomous learning is different from passive learning; the learners should be highly motivated to learn. ()

B. The learners have right to select learning resources, methods, means and time. They should be responsible for their learning without the control of their teachers. ()

C. In autonomous learning, students are encouraged to reflect their progress, goals, study plans and strategies. They conduct self-assessment. ()

D. Autonomous learning equals to self-instruction (自学). ()

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作的比较。

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)