



体育教学策略与设计

Physical Education Strategy and Design

张振华 著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社



ISBN 978-7-303-13499-1



9 787303 134991 >

定价：42.00元

体育教学策略与设计

Physical Education Strategy and Design

张振华 著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP) 数据

体育教学策略与设计/张振华著.—北京:北京师范大学出版社, 2012.3

(国家社科基金后期资助项目)

ISBN 978-7-303-13499-1

I. ①体… II. ①张… III. ①体育教学—教学研究
IV. ①G807.01

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 203598 号

营销中心电话 010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子信箱 beishida168@126.com

TIYU JIAOXUE CELUE YU SHEJI

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京市易丰印刷有限责任公司

经销: 全国新华书店

开本: 165 mm × 238 mm

印张: 20.5

字数: 440 千字

版次: 2012 年 3 月第 1 版

印次: 2012 年 3 月第 1 次印刷

定价: 42.00 元

策划编辑: 曾忆梦

责任编辑: 曾忆梦

美术编辑: 毛佳

装帧设计: 毛淳 毛佳

责任校对: 李茵

责任印制: 李啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

国家社科基金后期资助项目

出版说明

后期资助项目是国家社科基金设立的一类重要项目，旨在鼓励广大社科研究者潜心治学，支持基础研究多出优秀成果。它是经过严格评审，从接近完成的科研成果中遴选立项的。为扩大后期资助项目的影响，更好地推动学术发展，促进成果转化，全国哲学社会科学规划办公室按照“统一设计、统一标识、统一版式、形成系列”的总体要求，组织出版国家社科基金后期资助项目成果。

全国哲学社会科学规划办公室

目 录

第一章 绪 论	(1)
第二章 现代学习论的发展与启示	(6)
第一节 多元化教育理念对学校体育的影响与启示	(7)
第二节 行为塑造：行为主义学习论	(10)
第三节 认知结构：认知主义学习论	(12)
第四节 意义建构：建构主义学习论	(16)
第五节 情感体验：人本主义学习论	(20)
第三章 现代学习观下的体育教学设计	(26)
第一节 教学设计的理论思考	(27)
第二节 行为强化：行为主义体育教学设计模式	(41)
第三节 认知建构：认知主义体育教学设计模式	(55)
第四节 主体生成：建构主义体育教学设计模式	(61)
第五节 价值形成：人本主义体育教学设计模式	(72)
第四章 体育有效学习与有效教学	(82)
第一节 体育的有效学习	(83)
第二节 体育有效学习的机制	(103)
第三节 体育的有效教学	(107)
第四节 体育有效教学的机制	(118)
第五章 体育学习与教学目标的设计	(143)
第一节 知与乐：知识与技能目标教学设计	(145)
第二节 学会学习：过程与方法目标教学设计	(150)
第三节 学会做人：情感、态度与价值观目标教学设计	(153)

第六章 体育学习者分析与教学内容设计	(173)
第一节 学习者认知发展与教学内容设计	(174)
第二节 情感发展与教学设计	(196)
第三节 行为发展与教学设计	(212)
第七章 体育教学策略与课堂教学设计	(220)
第一节 体育教学策略与教学设计	(222)
第二节 导入阶段的教学设计	(225)
第三节 教授阶段的教学设计	(231)
第四节 结束阶段的教学设计	(237)
第五节 案例应用：加涅信息加工理论	(241)
第八章 体育学习认知风格与教学设计	(252)
第一节 体育学习认知风格与因材施教	(253)
第二节 体育学习认知风格与差异教学	(264)
第九章 体育教学说课	(279)
第一节 说课的意义、作用、关系	(280)
第二节 说课	(284)
第三节 体育说课的技能的培训	(303)
第四节 校本研修新形式：“无生上课”	(310)
参考文献	(316)

第一章 绪 论

20 世纪 80 年代以来,随着中国教育改革的蓬勃发展,教育科学研究创造了空前的繁荣,众多新兴的国际教育教学理论被引入国内,并在体育课程改革中得到了一定的体现。这些教育理论打开了一扇又一扇窗户,使广大教师能够在拓展视野的同时,形成教育实践的新视阈,最终构筑起教育实践的新行为。应该说,这对于推进中国体育的教育理论研究和实践工作,发挥了积极的作用。当我们把视线收回时,一个不讳的事实是,在学习这些理论时,我们也会自觉不自觉地意识到存在问题:

一是,由于每一理论和实践潮流都是与其产生的特定文化背景相联系的,都是特定时代的表达,都是由深藏其后的特定学习方式所支配的,由于这些理论在实践中较难为广大基层教师所理解掌握,所以,教师的“理论困难”也就相伴而生了。

二是,这些理论分属各家各派,论述零散,观点凌乱,导致广大基层教师难以系统整合、理解和掌握,难以确切认识各种教育主张的实践意义,难以梳理出教育理论的源流关系。学习时常常陷入一种“只见树木,不见森林”的状态,以致出现这些理论难以有效说明中国基础教育发展与改革中所面临的问题,难以有针对性地帮助中国中小学教师摆脱所面临的困境的难题。

三是,由于这些教学理论的研究一般只是涉及教学过程的若干方面,还不能较为完整地反映整个教学过程中的规律性现象,还存在着一定偏离,在工作中不好操作,因此,在实践中推广应用这些理论时容易陷入片面。另外,这些教学理论中的新观点、新模式层出不穷,既相互促进又相互抑制,极易产生强调教学过程中的某一方面的新理念,而忽略了教学过程中整个结构的平衡的现象。

实践证明,以任何单一的视角检视教育理论都是孤立的、片面的,都是极其不可取的,都会产生理论上教条式的囫囵吞枣和实践上机械式的邯郸学步,致使理念无法形成整体的、宏观上的集合。这导致了广大体育教师对其理念主体在学校体育应用上的认识把握不充分,形成阐释

和理解上的差异,限制了理念多元融合深入运用的创造力和转生力。这导致了广大体育教师不能把这些理念有效地整合、叠加起来,形成整体观、全局观。这导致了广大体育教师不能把已有理念转换形成新的理念超越,变成自己的教育主题思想,在一个更高的层面上切入,结合实践指导工作。这致使体育教学中出现了用一般规律代替特殊规律,用“新”理念代替“旧”理念,用单一微观方法等来割裂教育理念的不恰当行为。这种片面的“结构对位”弱化和改变了理念的实质内容,影响了实践的实施。这种倾向不仅在理论方面干扰了新课程的发展,同时也给学校体育的整体教育带来负面影响。《教育部专家组 2007 年关于新课改的调研报告》指出,近几年来我们特别关注的学生心理健康与社会适应能力并未得到明显的改善,而且就连我们一贯重视的学生的运动技能,也有所下降。这种状况与当前对新理念认识上的不清晰与难以实施可谓不无关系。^①

这些现象促使我们思考:为什么会出现这种情况?导致上述表层现象的更深层的原因是什么?科学的理念应该有两条腿,一条腿是影响力,另一条腿是解释力。所谓影响力,强调的是“认识世界”的科学精神和认识任务。所谓解释力,着重突出的是“改造世界”的科学精神和实践任务。马克思曾指出,哲学家们只是用不同的方式解释世界,而问题在于改变世界。毛泽东也说,马克思主义的哲学认为十分重要的问题,不在于懂得了客观世界的规律性,因而能够解释世界,而在于拿了这种对于客观规律性的认识去能动地改造世界。从上述思想意义说,缺少影响力的理念是瘸腿的、残疾的,缺少解释力的理念则是没有价值的。只有影响力的求真与解释力的务实相统一,科学的理论、正确的认识、美好的理想,才能逐步变为现实。它是引导好、发挥好理念的两大柱石,缺一不可。目前,中国学校体育明显存在着注重理念指导的影响力,忽视理念实践运用的解释力,造成理念不能完全穷尽地指导实践,影响了理论与实践的结盟。实践告诉我们,在理念初期针对行为关系导向的指导中,影响力是左右理念的核心力量,而当价值成为确证后,在推进理念实践实施的进程中与影响力相比,解释力占有了核心地位。因为理念影响力的最终目的是实现理念在实践中更快、更好发展。实践是理念活动、发现、阐述和运用的场所,理念只有通过实践的检验才得以完善自身。众所周

^① 顾明远等:《国际教育新理念》,海口,海南出版社,2005,第3页。

知,一些专家常常把对现行教育方针政策诠释的理论研究视为主要任务,这对教师教学理念的形成具有一定的意义,却模糊了理论研究的适应性,很难给予教师具体的操作策略,为理论在实践中的实施埋下隐患。这也导致我们对学校体育的指导总是自觉不自觉地陷于把影响力放在核心地位、强调解释力对于实践的“权威”的错位思想。这种错位剥离了解释力与影响力自身“应然”上的联结,钳制了理论向“实然”的迈进。当前理念上这种“一条腿长,一条腿短”的缺陷,可以认为是引发学校体育认识偏差、行为扭曲的深层原因。^①

当前理论的这种单一的微观取向应用,极大地钳制了学校体育教育的整体发展,已远远不能满足新课程的实践需要。实践迫切需要教育理念拓开解释力的视野,明确层面指导结构,相互补充、宏观地整体构建和融合,在一个更高的理论层面上指导学校体育工作,为新课程的正确实施提供支撑,为进一步提高体育教学水平奠定基础。这样,新课程才会走向深处,在不远的将来成为现实。因此,如何在教学过程中合理选择一些先进的教学理论,并有机地整合于自己的教学实践当中就成为一个极其重要的问题。本书着力于把整个教学理论研究的基本范畴(教师、学生、教学目的和任务、教学内容、教学方法和媒体等)都置于实践的视野之中,并以实际的、可操作的方式提出了增强教学有效性的原理和方法,让广大基层教师如同专业研究者一样,真切地感受全球性的、国际化的教育理论,并且能在感受、理解的基础上将其融入自己的知识框架体系,进而亲身实践这些理论,转变教育教学行为。基于此,进一步推进人们对新教育理论的认识,是本书写作的目的。

从以往的教学理论的使用情况来看,教师往往偏重单一解释力,而实践性不足。因此,对每个具体的教学理论来说,解决教学实践问题的作用发挥不够。新课程的变革要求广大体育教师能在新的形势下对教学所涉及的因素及其关系给予重新的解释与阐述,把握其对教学合理应用的说明。因而,本书着眼于帮助广大教师在学习和领会新教育理念的同时深化对新课程本质的认识,逐步使教师的教学表现更加民主、灵活,学生的学习趋向于主动、合作、探究和创新,在“教师是主导,学生是主体”等共享话语权下催生出课堂教学的新风貌。本书着眼于形成“知识传递”的教学环境,强调关注学习者“潜能”的存在,支

^① 石中英:《教育学的文化性格》,太原,山西教育出版社,2005,第7页。

援基于学习者自身意义发现而展开的“选项”教学，修正以凯洛夫教学论为代表的“以书本为中心、以课堂为中心、以教师为中心”的缺陷，催生学科从单纯的生物理解上升到整体文化性格的构建，满足社会对学校体育教育性格的要求和渴望，消弭学科百年来单一发展的不平衡性和由此产生的矛盾性。^①

本书从现代学习论的发展与特点、现代学习观与体育教学设计、体育有效学习与有效教学的行为与机制、体育学习与教学目标的设计、体育学习策略与教学内容设计、体育教学策略与课堂教学设计、体育学习风格与教学设计、体育说课与无声上课等方面，从学习与行为、学习与认知、学习与情感、学习与风格、学习策略与教学策略、学习与设计等方面，揭示了学生学习的多种类型，不同类型的学习有不同的学习过程和条件，并产生不同的学习结果的现象。在实施教学之前，要分析学习的不同类型，要针对不同类型的教学目标（即预期的学习结果）进行不同的教学过程、方法和评价的教学设计才可成功。本书力求根据基层教学的情景，选择当前大家熟悉的合适的教学理论作依据，来制定解决问题的方案，为新理论的成功应用创造条件，力求努力填平新教学与新学习之间的鸿沟。帮助广大教师学习理论、应用理论、贡献理论，达到“二次”行为的开发^②，否则的话，这些教育理论充其量仅仅是话语而已，仅仅是些文字库而已。

本书希望能化简为繁，化理论为实践，化学问为智慧，将现代教育理论关于教学的组织策略与设计的研究成果融入教与学过程的基本环节之中，使其同教与学的环节、教与学的目标和内容紧密结合，帮助广大教师将教与学的策略运用到具体教与学的活动之中，为提高教学质量服务。作为本研究的重要内容，我们将按照当代教学理论和相关理念，关注教师上课时的具体过程，通过对一些典型案例的具体展示，揭示其中存在的基本问题。从更高层次上对教师的上课行为进行分析，具体而言，就是将如何学习作为教学设计的出发点加以展示，从中捕捉这些可以被其他教师借鉴的规范。因此，我们强调以日常的

^① 顾明远：《中国教育文化基础》，太原，山西教育出版社，2004，第10页。

^② 所谓的“二次开发”，就是教师根据教学要求、学生特点、自身风格与教学理论对接进行系统细致地梳理，结合自身的教育实践加以分析，能依据实践的需要，进行相应的变革，选择相应的教学策略，探讨在自身的教育教学中实践这种理论的种种可能性，从而在教育理论与自身教育实践之间铺设起一座桥梁。

实例为范本，通过提供上课实例，来帮助教师将新教育教学理念内化为自身的素养，并能在日常教学行为中应用展现。循着这些认识，本书在每章中尽力体现这些理念，期望促使更多的教师在自身实践中创造出更多的、更鲜活的、更有成效的相关经验，从而实现学习、继承、创新和贡献的三重目的，以获得更高的教学成就。

第二章 现代学习论的发展与启示

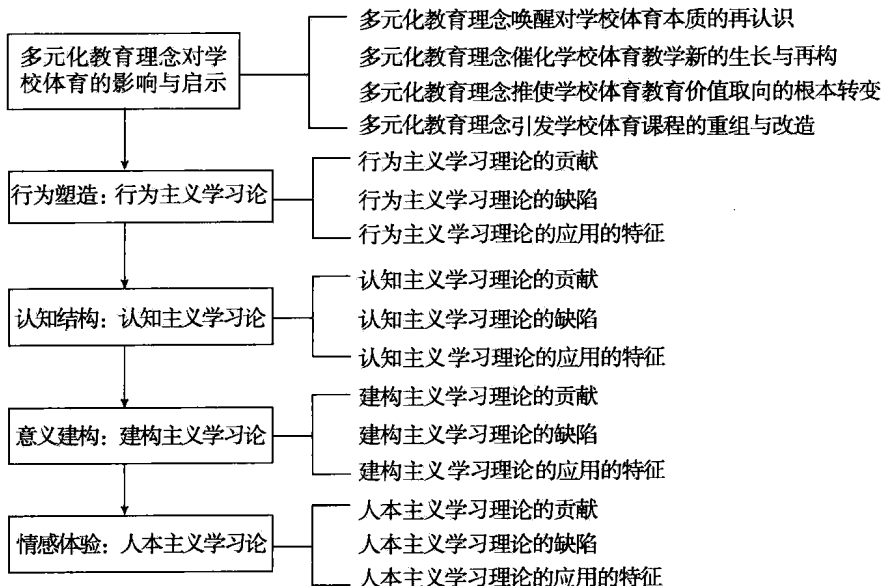
【本章摘要】

不同的学习范式集中表达并反映着人们特定的存在方式，折射出不同时期的时代诉求，烙印着教育的转向和发展。它的每一次演进，都在昭示着一种新的课程价值取向、教学行为方式的诞生与教育观念之间的转换。因此，本章拟就这一问题对四种学习理念的基本理论范式进行梳理与评析，以期更为完整、准确地把握四种学习理念在学校体育应用上的成就和问题，为科学运用四种学习理念提供参考。

【本章理解】

1. 掌握多元化学习理念对学校体育的影响与变迁和实施的意义、作用与价值。
2. 识记并理解多元学习理论发展进程中每个教育思想的主要观点或主张。
3. 辨析传统教育教学思想与现代教育教学思想的区别。
4. 树立科学运用新教育观的思想，达到学习理论、应用理论、贡献理论的目的。

【本章内容结构】



第一节 多元化教育理念对学校体育的影响与启示

自 20 世纪以来,全球化呈现出越来越突出的发展趋势,影响着社会政治、经济、文化的各个方面。这一深刻的嬗变引发文化的交融与共生,启迪催生了终身教育思潮、学习化社会、多元智力理论、建构主义学习理论、人本主义学习理论等相应的多种教育形态的呈现,为世界各国普遍接受和认同。它为各国的教育改革注入了活力,提供了一定的理论基础,也为学校体育的再生长提供了新的动力和支持,迫使学校体育从一种固态稳定的传统教育态势,向处于日渐多元化的动态的现代教育迈进。由此引发了学校体育的教育目标、课程与教学不断调整和改革以适应这一挑战。

一、多元化教育理念唤醒对学校体育本质的再认识、 催化学校体育教学新的生长与再构

带着全球化烙印的多元化教育理念,拭亮了学校体育再认知的眼睛。它为学校体育带来一系列革命性的观念变化,为学校体育的自我更新带来摆脱课程“跑道”路径单一学程的静态模式,它力图形成一种新的教育观。它改变了学科以自然性视角对学校体育居高临下的俯瞰模式,使学科走出了习惯以外在技能论“英雄”的死胡同,推使人们对学校体育的认识从单纯的生物理解上升到认为其是对整体文化性格的构建,开阔了学校体育的应用空间。它同时使学科结构由单一走向广义,教育属性由狭义走向多重,消弭了学科百年来单一发展的不平衡性和由此产生的矛盾性,催化学科兼收并蓄、博采多长,成为一个有多元文化性格的集合体,由学科走向领域,满足了社会对学校体育多元文化性格的要求和渴望。这一变迁告诉我们:多元化教育理念可为学校体育的再生长提供新的理论基础,可为学校体育的教育目标和实践提供新的设计和思路,形成一种新的教育观,从而扬弃了时下我们在体育学习中把体育学科当作一种单纯的运动手段,把体育的学习当作单纯的体育知识积累的学习导向。多元化教育理念启示我们认识到:学生的全面发展是知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观教育共生的结果。任何教育,如果只重视一部分人类的能力并且围绕它来组织课程教学,把它视为完整人生的标准加以过分强调,就会缺失人的情感历程、具体思维、实际活动和道德行为,那么这种教育就不可能成为最好的教育,是偏颇的。

重新审视学科教育的属性与作用及在学校教育的位置,弄清体育教育与人的素质和社会可持续发展之间的关系。以体育为媒介将不同文化属性整合到课程与教学中去,从学科的特点出发,努力探寻“学科教学观与学习主观能动性的研究”“学科科学性与人文性的研究”“学科教学活动的丰富性与教学目标价值取向多元性的研究”“学科知识观变化与学习方式变革的研究”的新路子,发挥学校体育“德智体”多因素育人潜在的优势,把德育、智育、美育等有机地统一到体育教学活动的各个环节,才是最根本的价值所在。让每一个学生都能在“德智体”中发展,都能享受体育学习“懂会乐”和谐的乐趣,都认为体育既是运动又是教育、既能锻炼又能娱乐,走出当前学校体育单一技艺系统复制的狭隘框架。我们过去的主张和行为是站在狭隘的“学科立场”,唯体育而研究体育,所有的研究只围绕学科的“形式”,而没有触及学科教育的“本质”。因而,只能培养出体育的“勇士”,而不能培养出全面发展的“人”。正如毛振明所指出的:体育学习与培养仅仅满足于一般传授技艺与增进体能,体育文化的意义和体育人化的崇高境界却被淡化和遗忘了。

正因为多元教育理念蕴涵着提高教育质量的潜在可能性,通过借鉴可以帮助我们获得多种教育的视角,叩问学科教育的本性。为我们找出为什么过去一次次努力的发展只是在量的展开,而不是质的飞跃。而且总是走不出“学科主义”狭隘的立场,只能永远尴尬地处于教育的边缘,并把这种观念支配下产生的“生物性格”作为奋斗的方向。既不能达到满足人自然性的发展,又不能迁移人社会性的养成,使之成为人在未来社会生存与发展的不可缺少的素质。21世纪是一个知识经济初露端倪的“信息”时代。教育工作的重心不再仅仅是教给学生固有的知识,而是转向塑造适应知识型社会的新型人格。学校教育的根本任务不再仅仅是使学习者学会学习,学会工作,学会做人,学会生存,还要学会发展。在这样的背景下,学习借鉴多元化教育理念,促进学科自我更新与对教育本质的再认识比任何时候都更加紧迫了。

二、多元化教育理念推使学校体育教育价值取向的根本转变、 引发学校体育课程的重组与改造

(一)终身教育理念对学校体育文化性格的影响与变迁

从1903年体育进入中国学校教育以来到20世纪末,经过不断地进步,体育虽然成为学校教育“德智体”的一个词汇。但其功能基本上被局

限在一个狭小的发展人的“自然性”的实践领域中，因而有名无实地一直站在次要的位置，被一些思想偏颇者进行种种限制、批评、改造或弃置不用的事情时有发生。这有道理吗？一个学科如果不能响亮告诉人们想做什么，能做什么，不能明确告诉学科存在的重要使命和任务，虽有实用性却模棱两可，只在狭小的“三基”里面打圈圈，这是一门学科吗？终身教育理念的引入帮助学科解决了这一“康德式的难题”，为学科注入了活力，提供了动力和支持学科找到自己发展的方式和教育方向，使学科教育的知识性、普遍性和可持续发展的统一性共同构成一个整体。显然，这一获得是多元教育理念研究框架下的产物。

（二）多元教育理念对学校体育文化性格的影响与变迁

多元化的教育观是在终身教育思潮基础上出现的一种具有国际影响的教育潮流，是学校体育继“终身体育”后又一个重要的教育理念和实践进步。如建构主义、人本主义、多元智力等新教育理念对学校体育的指导意义：突破了长期以来只在狭小的“三基”里面打圈圈的偏向；开拓了与人可持续发展一致的建构。如果说传统体育教育更多的是从“如何教”的角度强调体育教育的话，那么新体育教育观则是从“如何学”角度进行体育教育的探讨。在指向对象方面，传统体育教育解决的是教学组织设计的逻辑问题，而新教育观则从知识与人、知识与生活、知识与社会，即教育的整体角度进行体育教育的研究和体系的建构。这一理念使学校体育得到最充分的认可、体现，增添了丰富的新内容；使教师为掌握而教，学生为掌握而学，真正享受和体验到体育运动的乐趣和体育学习的意义，改变了学生喜爱体育活动不喜爱体育课的病理现象。不仅使当今学习理论发生重大的转型，而且对传统的教学模式产生革命性的影响。其提出的教学观：①植根于学习者的经验；②知识源于社会的建构；③关注学习者潜能的发展；④重视互动的学习方式等观点，赋予了学习的性质一种新的理解和表述。它促使我们深刻地认识到“传统教学认识论”仅限于第一范畴（认知过程），而失落了第二范畴（社会过程）与第三范畴（内省过程），启示我们从个人与社会两个角度去认识知识的建构性，理解学习是“社会协商”、学习是积极参与中的“个体建构”等概念。相信这对我们如何对待学习，如何进行教学设计具有一定的启发。

多元教育理念倡导把“教”建立在“学”上的新教育主张，支援学习者基于自身意义发现而展开学习。不仅引起知识观的变化，而且把握了知识技能传授与应用能力、创造能力培养之间的关系，为我们提供了一种个人发展的新模式。体育学习不是标准化的统一，体育学习不

存在差生，每个学生都有自己的学习领域，有自己的学习类型和认知风格。只要根据学生的爱好去教学，有意义的学习就能发生，学生终身体育的行为就可能养成。多元化教育理念还引起了学习方式的变革，使我们认识到尊重个体智力的差异，在教学上尊重知识理解的多元化途径和方式。其“乐观的学生观”“个性化的课程观”“对症下药的教学观”以及“灵活多样的评价观”，为体育教育理论和实践指引了新的道路，超越了传统体育教学机械重复的“授—受行为”，为当前学校体育新课改开启了新一轮体育教学观“在教师引导下学生独立获取知识的特点”，彰显了着眼为每一个学生提供满意的“知识传递”的教学环境。“帮助学生学会学习”，对学生的学习方法进行有效的指导与培养，已成为当前体育新课改的重要理念之一。

这些新教育观对学校体育的指导意义恰如 1992 年日本在《文教政策的年度报告》中阐述的：建立具有尊重个性而又丰富多彩的生活方式的体育学习化社会，最主要的是在人生的各个需要体育学习的阶段，给人们提供多种多样良好的体育学习机会；确保每一个人走向社会后，能够根据自己的性格、愿望和能力选择学习途径。

第二节 行为塑造：行为主义学习论

一、行为主义学习理论的贡献

严格意义上说，是行为主义心理学的研究，开创了学习理论的真正历程。行为主义心理学产生于 20 世纪初，流行于 20 世纪 50 年代的北美，形成了以桑代克(Thorndike)、斯蒂芬斯(Stephens)为代表的联结主义，以华生(Watson)、格里思(Guthrie)为代表的经典性条件反射主义，后期出现赫尔(Hull)的习惯形成说、斯金纳(Skinner)的操作性条件反射说等流派，力图使行为主义学习论更符合实际情况的学习活动。这些理论既丰富了、扩展了学习的条件反射学说，又为行为主义继续发展提供了理论依据。

可以说，联结学习论、试误学习论、经典性条件反射学说、操作学习论等理论是其体育教育的重要基础理论。虽然行为主义学习理论主张学习是行为的发生，而不是意识的发生，坚信学习就是“刺激—反应”之间的联结，否认学习的内部心理过程，把人的心理现象看成是人的肌肉运动与腺体分泌的过程，认为学习是动物和人在活动中受外在因素的影