

【了如指掌·教育馆】

Effective Learning

让学习效果飞起来

ideas in action

【英】加文·里德 【加】香农·格林 / 著 王铮 / 译

了如指掌



江西教育出版社

让学习效果飞起来

【英】加文·里德 【加】香农·格林◎著 王铮◎译

图书在版编目(CIP)数据

让学习效果飞起来 / (英) 里德, (加) 格林著;
王铮译. — 南昌: 江西教育出版社, 2012.12
(了如指掌·教育馆)
书名原文: Effective Learning: Ideas in Action
ISBN 978-7-5392-6827-9

I. ①让… II. ①里… ②格… ③王… III. ①学习方法—通俗读物 IV. ①G791-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第306303号
江西省版权局著作权合同登记 图字: 14-2013-142

©Gavin Reid and Shannon Green 2009. First published by The Continuum International Publishing Group. This translation is published by arrangement with Bloomsbury Publishing Plc. Simplified Chinese translation copyright ©2012 by ZLLIB Culture & Art Beijing Co., LTD. Published by Jiangxi Education Publishing House. All rights reserved.

让学习效果飞起来

RANG XUEXI XIAO GUO FEI QI LAI

作者: 【英】加文·里德 【加】香农·格林
译者: 王 铮

出品人: 傅伟中
策划: 涂 华
组稿编辑: 万 哲
责任编辑: 万 哲
特约编辑: 秦 离

装帧设计: 了如指掌创意馆

出版: 江西教育出版社
发行: 江西教育出版社
社址: 南昌市抚河北路291号
邮编: 330008
开本: 787mm×1092mm 1/16
印张: 7
字数: 108千字
版次: 2013年5月第1版
印次: 2013年5月第1次印刷
印刷: 北京市通州鑫欣印刷厂
书号: ISBN 978-7-5392-6827-9
定价: 19.80元

赣教版图书如有印装质量问题, 可向我社产品制作部调换
电话: 0791-86740427 (江西教育出版社产品制作部)
赣版权登字-02-2012-331
版权所有, 侵权必究

目录

1 | 前言

第1章 认识并处理学习障碍 | 3

阻碍学生成功的障碍范围广泛——课堂环境、任务难度、记忆力、工作和理解速度等因素都需要考虑。对此，明智的做法是在学生学习期间加以观察，区别对待。

4 | 教室布置

6 | 使用教学支架

8 | 信息处理

第2章 学习如何学习 | 11

元认知和学习风格是学习如何学习的两个关键领域。元认知能力包括两点：其一，认识如何解决任务；其二，认识涉及学习经验各个方面的学习风格。这些都有助于提升学习效果。

12 | 元认知周期

14 | 培养自主学习

16 | 帮助学生确定学习风格

18 | 通过观察报告确定学习风格

20 | 认识归因理论的重要性

22 | 为学生减压

24 | 发展协同学习与合作学习

第3章 记忆 | 27

记忆技巧有很多，然而成功记忆的关键是个性化问题个别化解决——对一个人有效的方法可能对另外一个人不起作用。自我知识（指关于自我的知识或知道我们作为学习者“是什么人”的知识）对有效记忆非常重要

- 28 | 切忌信息过载
- 30 | 安排优先次序
- 32 | 组织信息
- 33 | 信息组织框架
- 34 | 使用标题和副标题
- 36 | 分块记忆
- 38 | 建立联系
- 40 | 再现
- 42 | 讨论
- 44 | 5R法——认识、修正、复习、回忆、反思

第4章 动机 | 47

学习动机是有效学习的必要条件。设法将其内化，从而实现学习者的自我激励至关重要。你可以利用外部动机，例如物质奖励，但要尽快将其转化为内部动机。

- 48 | 激发学习动机
- 50 | 控制点
- 52 | 让个人化教育计划具有激励性
- 54 | 动机内化
- 56 | 鼓励创新

第5章 阅读和创意性写作 | 59

阅读和写作可以使学生成为更高效的学习者，而且它们对有效学习的其他要素也会产生影响，例如自尊心、动机、社交自信和自我实现。

- 60 | 练习拼读音声
- 62 | 鼓励深层次阅读
- 64 | 鼓励评价性阅读
- 66 | 鼓励创造性思维

- 68 | 制定阅读目标
- 70 | 为学生选书
- 72 | 将艺术和视觉用于创意性写作
- 74 | 使用创意性写作提示
- 76 | 为学生提供舒适的阅读地点
- 78 | 扩充词汇量
- 80 | 创建和使用个人词库

第6章 成功的学习 | 81

重点是教师要掌握有助于成功学习的丰富策略和技巧。将这些策略和技巧教给学生并让他们熟练掌握自己喜欢的那一种。

- 82 | 使用同侪互动提高学习能力
- 84 | 时间管理
- 86 | 数学学习策略
- 88 | 使用多元智能

第7章 全校参与模式 | 91

有效学习是全校的责任——全员参与，创造积极的学习氛围，让你的校园成为学习的卓越中心。

- 92 | 提升情绪素养
- 94 | 为任务做好情绪准备
- 95 | 使用双F、P、R法则
- 96 | 缓解校内压力
- 98 | 通过教职员工培训优先发展有效学习
- 101 | 补充书目

前言

这本书旨在为忙碌的教师们提供一些有助于激发课堂有效学习的方法。它集中关注了学生如何学习以及如何使学习更有效，鉴于课程内容通常是教学的重中之重，后者就显得尤为重要。从全身心地投入到确保正确安排每部分课程的教学时间或许非常轻松——这种观点本身就给教师施加了相当大的压力。他们经常完全没有时间去反思课程应当如何呈现，更重要的是学生从教育中获得的真实学习经验。这些经验有意义吗？它们可用于将来的学习吗？能够使学生成为更有效率和效果的学习者吗？这些都是每位教师在自身教学实践中需要考虑、规划和反思的重要问题。然而，“学习”本身常常未被赋予优先的地位——学习结果反被过分看重。完成任务并获得好的结果对于很多学生来说不是问题，但这还不足以使他们成为有效的学习者。成绩与学习之间的区别经常被混淆，太多学生没有学会反思如何通过学习成为更出色的学习者。这是本书的重点主题之一——帮助学生发展自主学习技能，使他们在学校和家庭，更重要的是离校后在学习中充满自我胜任感。

除了鼓励教师反思培养学生学习技能的需求，本书还提供了众多可以马上运用于课堂学习的现成实例。“观点”部分侧重反思和证明观点的重要性；“行动”部分则提供了经试用和测试可用于课堂的方法实例。

此外，发展有效学习不仅是教师的责任，更是学校的关注点。重要的是，每个人，包括学校管理者，都应当参与努力创建一个令人兴奋的激发学习的校园环境的行动中。本书最后一部分强调了这一点。我们也考虑了教师视角并谈到缓解校内压力的问题。我们感觉，一所全心投入和优先发展“有效学习”的学校不仅是所成功的学校，更是令人身心愉悦之处。

第 1 章

认识并处理学习障碍

阻碍学生成功的障碍范围广泛——课堂环境、任务难度、记忆力、工作和理解速度等因素都需要考虑。对此，明智的做法是在学生学习期间加以观察，区别对待。

教室布置

学习环境是达成有效学习的重要因素。但这一点极易被忽视，人们通常认为学习本身似乎更加迫切和重要。

有些学生因为无法集中注意力，抑或教室布置令他们的情绪难以放松而表现不佳。然而，沉闷和约束性的课堂氛围却是另一些学生所需要的，这会带给他们安全感和支持。下面是设计学习环境时需要考虑的因素：

- 规划——教室设备的组织方式；
- 课桌椅的设计；
- 讲台与学生的相对位置关系；
- 学生课桌的排列方式；
- 设备方便移动，可适应不同的布置要求；
- 校内各个教室之间的位置关系；
- 教室的颜色和形状；
- 教室内的光线强度；
- 可用空间大小。

有些类型的学生，特别是听觉型学习者，学习时更倾向于传统的教室布置和身体笔直地坐在椅子上。而另外一些人——尤其是全脑和右脑学习者——则偏爱非常规的教室设计，甚至喜欢铺上垫子，坐在地板上。因而，灵活地布置和设计教室就显得尤为重要，这意味着我们有多种不同的选择。理想状况是，设计不拘一格，以适应当前教室内上课学生的偏好为原则。

改变你的教室布置之前请考虑自己想要创造何种课堂环境——例如，是有明确规则和日常安排的高度结构化的环境，还是一个学生可以随意走动和选择学习

材料的自由度相当高的非正式环境。具体需要关注下面几点：

- 预测水平；
- 你想要制定的日常安排类型；
- 课堂纪律和学生的纪律意识；
- 教室内的自由活动范围；
- 摆放设备的难易程度；
- 环境的刺激作用如何；
- 课桌的排列方式——插秧式排列、分组排列、传统排列^①、马蹄形排列以及讲台的位置。

布置教室时我需要考虑的因素如下：

课桌布局

- 课桌是单独、成对还是分组排列的；
- 课桌间是否留出了用于个人活动和摆放中心工作台的空间。

墙壁展示栏

- 有让孩子们用来展示自己作品的地方吗？
- 它们内容丰富、装饰精美、富于灵感而且新颖时尚吗？

空间

- 目的明确地利用了所有教室角落吗——例如读书角、手工角、图书角等？

声音

- 教室里有音乐吗？——轻柔的背景音乐有助于提高孩子的学习效率。

光线

- 有不同类型的光源吗？——台灯和教室主照明灯。

群体动力

- 如何对学生分组？——不同类型的分组尝试是有益的。

潜在的压力因素

避免

- 孩子被同伴孤立；
- 课堂规矩过多。

鼓励

- 音乐、讨论、小组协作。

① 传统排列：使两张课桌排一起，让紧邻的学生能成为学习伙伴。

使用教学支架

别轻易对一个人下结论，除非你曾穿着他的鹿皮靴走过两个月亮。^①

——阿努

“支架”是连接学习者与任务之间的桥梁。它们是学习的根本支撑点，重要的是根据学生个体的实际情况给予适当水平的支持。从这个意义上讲，最近发展区概念（ZPD）很有价值。维果斯基^②（1978）指出，学生的学习状态有两种水平，其一是独自解决问题时所能达到的水平，其二是在指导/教师的帮助下达到的水平，两者之间存在显著差异。学习者依托已掌握的知识随时能够获取某些新技能，但却可能因为未准备好去理解/吸收/运用这些新技能而错过了。维果斯基将那些当前潜在可能获得的技能描述为最近发展区。这意味着有效学习的关键点就是确保布置给学生的任务处于他/她的最近发展区内。

对于教师来说，关键问题是如何确定孩子的最近发展区并有效利用，这样新信息就能够被吸收并被定位于最近发展区内。首要工作之一是确定学生明确理解了任务是关于什么（目标）。教师需要清楚学生已掌握的知识（现有知识和技能）处在任务难度范围内，解决问题的一条路径是支架式教学。支架就像一级级台阶，帮助学习者到达有效解决任务所必需的最近发展区。

每级台阶都会帮助学生适应新的学习经验。决定撤去支架的时机很重要——太快可能会导致任务失败，迟迟不放手则会造成对教师/指导者的过度依赖。其重要性不亚于对支架类型的选择。

为了制作合适的教学支架，非常有必要了解学生的现有知识和技能，例如阅读

① 引自莎伦·克里奇：《印第安人的鹿皮靴》。

② 利维·维果斯基（1896—1934），苏联教育心理学家。

水平、查找资料 and 与主题相关的背景知识的能力。一旦掌握了这些信息，教师就可以着手为学生正在面对的任务准备恰当的支持材料。借助小组合作、教师提问和实地考察，背景知识和相关信息不断发展丰富，随后的讨论环节保证了学习行为的发生。与学生进行交互问答有助于确认其对任务和相关概念的理解达到了与教师同等的程度。分享信息的语言与支架密不可分。从本质上讲，支架概念就是指一个技巧性强的个体通过语言交流设法将知识传授给技巧性弱一些的个体，即借助语言实现理解层面的共享。这就是为什么维果斯基认为在学习和认知发展过程中语言扮演了至关重要的角色的原因。与此同时，他还强调了教师的中介作用。师生互动尤为重要，它是利用支架确定学生的最近发展区并提升其学习技能的核心。

你可以列出一些今后教学中可能会用到的支架：

- 骑自行车；
- 学习字母的发音；
- 读一本书；
- 写一篇随笔；
- 学游泳；
- 学溜冰；
- 在公开场合演讲。

信息处理

认知理论非常有助于指导教师个体化对待每个学生，因为它与信息处理的任务及其过程中的记忆、组织和构建认知联系等步骤密切相关。在很大程度上可以说学习效果取决于学习者构建认知联系的能力和技巧。

一个学生能够建立起知识之间的联系，表明他/她很好地理解了学习过程。构建联系使得学习变得有意义^①，它有助于深化对概念和“观点”的理解，进而巩固新知识。这里的构建联系主要指已有知识和新知识之间。学习者需要思考的问题有：新知识里有我熟悉的地方吗？如何利用这一点来帮助我学习新知识？它们帮助学生将新旧知识联系起来，从而提高学习效率。

然而，很多学生常常无法建立起这些联系，这意味着几乎任何学习行为都在面对完全陌生的知识。他们没能认识到先前运用过的策略和技巧是如何使学习变得轻松的。

学习过程包括输入、认识（思考）和输出。有些学习者在所有阶段都经历了挑战，在这种情况下，明智的做法是区别对待。例如，他们真的接受信息了吗（输入），能够理解吗（认识），具备表达信息的能力（输出）吗？让学生自己去审视他/她在每一阶段所采取的策略是个很好的实践方法。这也有助于学生将学习看成一个过程，而不是被迫接受事实。

任务开始时，要给学生一个提高学习效率的过程。举例来说，假设问题是莎士比亚文学缘何盛行于17世纪的英国，可以采用如下学习过程：

- a. 资料搜集——图书馆、互联网和小组讨论——要注意资料的先后次序。一些学

① 有意义的学习：将新知识与认知结构中已有的适当概念建立非人为的、实质性联系的过程。

习者更倾向于先通过讨论来更好地理解问题。这样将目光转向图书馆和互联网时，目的性就更强，有利于缩小查询范围。

b. 文明——查询有关17世纪英国文明的信息：贫富状况、消遣方式和居住条件。

c. 政治——当时的政治局势如何？

d. 娱乐——人们如何看待它和喜爱/采用何种类型的娱乐方式？

e. 同时代的其他作家。

f. 将这些信息联系到一起并提出莎士比亚文学盛行的3个主要理由。

记好上述过程，因为在学习历史、地理和英语等科目时经常用得到。重点要求学生反思他们是怎样解决问题的，尤其是如何使过程变得更有效率。

这个过程有助于知识结构的形成，使学生能够更轻松地在不同知识领域之间建立起联系，并对学习是一个过程和期间遇到的障碍及挑战有更深刻的体会。然而，很多学生并未意识到他们所使用的策略和步骤，例如理科知识亦可应用于其他学科。这方面的问题与学习技能有关，应该及早教给孩子，让他们明白“如何学习”与“学习什么”同等重要。这也是引入调动大脑不同部位参与学习的必要性以及如何提升大脑在不同学习领域的工作效率的绝佳切入点。你可以让学生参与一些实践活动，比如创作一首歌曲或绘制一幅注释图。

第 2 章

学习如何学习

元认知和学习风格是学习如何学习的两个关键领域。元认知能力包括两点：其一，认识如何解决任务；其二，认识涉及学习经验各个方面的学习风格。这些都有助于提升学习效果。