

# NLP



# 英语教学法

成宇宏◎著

湖南师范大学出版社

# NLP

## 英语教学法



ISBN 978-7-5648-3627-6



9 787564 836276 >

定价：48.00元

本书为湖南省教育科学“十二五”规划一般资助课题

“NLP运用于初中英语口语教学的行动研究”结题成果（课题编号：XJK015BZXX018）

# NLP

## 英语教学法

成宇宏◎著

蒋坚松 刘新芝◎审订

贵州师范学院内部使用

湖南师范大学出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

## 图书在版编目(CIP)数据

NLP 英语教学法 / 成宇宏著. —长沙:湖南师范大学出版社, 2019. 12

ISBN 978-7-5648-3627-6

I. ①N… II. ①成… III. ①英语课—教学法—中小学 IV. ①G633.412

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 163822 号

## NLP 英语教学法

NLP Yingyu Jiaoxuefa

成宇宏 著

◇组稿编辑:李 阳

◇责任编辑:李永芳 江洪波

◇责任校对:李 航

◇出版发行:湖南师范大学出版社

地址/长沙市岳麓山 邮编/410081

电话/0731-88873071 88873070 传真/0731-88872636

网址/http://press.hunnu.edu.cn

◇经销:新华书店

◇印刷:湖南雅嘉彩色印刷有限公司

◇开本:710 mm×1000 mm 1/16

◇印张:9

◇字数:200 千字

◇版次:2019 年 12 月第 1 版

◇印次:2019 年 12 月第 1 次印刷

◇书号:ISBN 978-7-5648-3627-6

◇定价:48.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换。

本社购书热线:0731-88872256 88872636

投稿热线:0731-88872256 13975805626 QQ:1349748847

贵州师范学院内部使用

## 序言

《国家教育事业发展“十三五”规划》提出要把立德树人作为教育的根本任务,全面实施素质教育,让学生成为德才兼备、全面发展的人才。2016年9月,教育部委托的研究团队发布了《中国学生发展核心素养》总体框架。如何在外语教育中全面落实立德树人的根本任务,如何通过语言学习帮助学生发展核心素养,进而促进青少年全人发展,已成为国内中小学外语教学界的热点话题。

2017年11月4~6日,成宇宏老师应邀参加了外专委第二十届年会,并在会上做了题为“NLP视角下初中英语口语教学的实证研究”的专题发言,获得与会专家和同行的积极评价:把NLP运用在英语口语教学上很有意义。并且与会专家和同行一致认为成老师的研究有几个突出优点:

(1)理念新。NLP是一种新的教育理论模式,也是一种非常有效的英语教学方法或技巧,从某种意义上来说,也是促进全人发展的一个新的手段。

(2)操作易。目前对于脑神经的研究风靡全球,只是大多停留在理论层面。成老师的研究形成了可操作模式,构建了英语口语教学的“NLP六步法”,非常实用、有效。

(3)信度高。该研究有充分的数据和分析,尤其是用社会科学统计软件SPSS17.0统计出来的实验前后用英语口语人机对话测试成绩配对样本T检验结果、实验班与对照

班进行英语口语人机对话成绩独立样本 T 检验结果、实验前后学生英语口语课堂五个维度问卷调查独立样本 T 检验结果均令人信服。此外,访谈结果、学生和老师的成果都能说明问题。

(4)效果好。课件制作精美,充分体现了“一图胜千言”的制作理念。其中链接了 NLP 技巧“手指操”等微课视频,课件更是生动。

本书记录了作者从教以来进行中学英语教学改革研究和实践的成果,包括她将国外最新的教学理念和方法与中国的教学情境相结合的大胆实验的探索。

本书主要内容分为理论篇、实践篇和思考篇。第一篇是理论篇,该篇介绍了包括 NLP 英语教学法在内的英语教学的新理念和方法,收集了作者在全国核心期刊《中小学英语教学与研究》等杂志发表的论文和省级课题研究的成果,涉及口语、阅读、写作和语法等教学案例,是经过实践验证的新理论、新方法的总结。第二篇是实践篇,包括湖南省教育科学“十二五”规划课题“NLP 运用于初中英语教学的行动研究”的实验课实践内容。第三篇是思考篇,主要是关于几个热点问题的反思。

本书为中学英语教学理论和实践的研究提供了一些新的元素和新的思考,涉及了英语阅读、写作、语法、口语等方面的教学方法及实践,特别是 NLP 在英语教学中的运用给人颇多启示。当然,成老师那种锐意改革、勇于实践和大胆创新的精神更令人钦佩,值得同行学习。

蒋坚松

于湖南师范大学外国语学院

## 目 录

## 理论篇

- 第一章 NLP 视角下初中英语口语“六步”教学法研究 ..... (3)
- 第二章 运用支架理论对学生进行英语阅读技能训练的尝试 ..... (11)
- 第三章 试论英语写作课的“三三法” ..... (20)
- 第四章 运用交际法进行英语语法教学的尝试 ..... (27)
- 第五章 提高英语课堂教学趣味性的途径 ..... (32)

## 实践篇

- 第六章 “NLP 运用于初中英语口语教学的行动研究”的实验课堂实践  
..... (39)
- 第七章 一堂与信息技术深度融合的国培汇报课 ..... (63)
- 第八章 变枯燥为生动:记一堂说明文课堂实践 ..... (74)
- 第九章 中学生英语语言错误分析及对策 ..... (79)

## 思考篇

- 第十章 一套教学评估标准引发的思考 ..... (89)
- 第十一章 NLP:教学中最美的遇见 ..... (92)
- 第十二章 关于外语教育科研的思考  
——以“NLP 应用于初中英语口语教学的行动研究”为例 ..... (97)
- 第十三章 观看杜郎口中学英语教学有感 ..... (106)

参考文献 .....	(110)
附录 1 Ely 问卷调查表 .....	(113)
附录 2 学生列表格作品 .....	(115)
附录 3 第一堂实验课范本 .....	(116)
附录 4 实验课感想(选登) .....	(118)
附录 5 开题报告 .....	(121)
附录 6 中期评估报告 .....	(129)
附录 7 文章表格设计 .....	(134)
后记 .....	(135)

## 理论篇

本篇介绍了包括 NLP 英语教学法(又名初中英语口语“六步”教学法)在内的英语教学的新理念和方法,收集了作者在全国核心期刊《中小学英语教学与研究》等杂志发表的论文和湖南省教育科学“十二五”规划课题“NLP 运用于初中英语口语教学的行动研究”的成果,涉及口语、阅读、写作和语法等教学案例。

学院内部使用



## 第一章

# NLP 视角下初中英语口语“六步”教学法研究

目前,我们从农村初中或城市欠发达地区英语口语课堂中发现,当前初中英语口语教学中还存在一些问题。例如,教师受应试教育影响,重笔头练习,轻口头表达,未能为学生创设良好的口语表达的环境,教师口语教学方法单一,导致学生口语课堂怕开口、开不了口,口语表达能力非常欠缺。

就我们目力所及,学界相关研究较少。鉴于此,我们试图从 NLP 的视角构建初中英语口语“六步”教学法。

### 一、NLP 理论概述

NLP 是由美国的理查德·班德勒(Richard Bandler)和约翰·葛瑞德(John Grinder)于 1976 年创立的实用心理学流派,名为 Neuro Linguistic Programming(神经语言程序学)。N 是指我们的“神经系统”,它控制我们的感觉器官去维持与世界的联系。L 指的是我们头脑与身体之间的联系机制所用的语言模式。P 指的是凭着改善我们思想和行为的重复程序,我们可以在行动中取得更满意的效果。NLP 是研究我们的大脑如何工作的学问。其核心是解读人类思想、行为、学习及蜕变的方法及模式,它以富有弹性的处理手法带来快速而正面的改变。

NLP 用途广泛,包括了解我们如何学习,为老师及学生研制策略,善用我们的五种感官(视觉、听觉、触觉、味觉及嗅觉)及“快速学习”技巧等找到实质的方法帮助学生发挥所长。

NLP 革命性地将意识与潜意识的研究带到一个全新的高度。一切力量的源头在于内在世界,思想决定着所有的结果。NLP 使身心合一,让我们拥

有足够的能量去对待生活中的问题,突破原有自我的局限,将生命提升至更广阔的空间。

## 二、初中英语口语教学“六步法”的内涵

初中英语口语教学“六步法”是基于 NLP 视角构建的,主要目的是有效地激活、激励学生主动积极地学习,充满信心,大胆开口,提高口语表达能力。它共分为以下六个步骤:

### 1. 步骤一:技巧导课

这个步骤主要是让学生能以最佳状态进入学习情境,并起到非常好的破冰作用。在课堂前两分钟,教师从 NLP 视角采用各种技巧导入新课。如“Guided Fantasy”,在有益于集中注意力的音乐的背景下,学生闭上双眼,随着柔和的声音进入情境,用意念到达他或她所想要到达的任何地方,想象森林、高山、大海、花香、鸟语……彻底放松心灵。还有其他技巧如手指操、眼部运动等等。这些技巧能使学生放松心情,促进大脑平衡、脑部发育及身心健康。

心理学研究发现,让学生在良好的学习状态下学习才能取得最佳效果。教师可根据不同的课题内容选用不同的技巧,也可重复运用同样的技巧。当然,这个步骤也可用能起到相同效果的其他活动替代。

### 2. 步骤二:课构明示

这一步骤的目的是让学生明确学习目标、学习内容、学习方法以及如何解决问题,使学生在身心方面做好学习的准备,思维和注意力更加集中,学习效果自然会更好。教师可采用思维导图的方式,使一堂课的架构一目了然。根据 NLP 的有关理论,这个步骤就是为学生学习设框。因为框架会“标记”体验、指引注意,它会极大地影响对具体体验与事件的解释和回应方式。也就是说对学习效果能产生积极的影响。

### 3. 步骤三:情境设计

这一步骤紧紧围绕主题,设计灵活多样的教学方式,为学生搭建支架,使学生在各种情境下运用多种感官掌握新知。如音频、视频、短剧表演、图片展示、听说互动、将思维导图和绘画融合的板书设计、教师丰富的身势语等等都能创设一种宽松愉快、民主和谐、直观生动、开放互动的课堂教学情境。

依据 NLP 的理念,每个人都有各自偏重的表象系统,如听觉型,视觉型,

感觉型等。这一步骤运用图像、声音、感受等使学生通过多种感官来学习新知,能使每个学生都能运用最佳学习方式学习,学有所乐,学有所获。

#### 4. 步骤四:活动组织

这一步骤主要是以学生为中心,学生根据“组间同质、组内异质”的原则组成四人学习小组进行小组活动,通过合作、探究、自主学习的学习方式,掌握所学内容。小组中有小组长、报告员、记录员、评价员。小组长组织小组成员按照要求进行小组活动,确保每个成员积极参与。

人本主义理论认为轻松、自由表达的气氛有利于口语的提升,能激活思维,激发兴趣和潜能。这个活动实现了让每个人做“发光体”的 NLP 理念(我们相信有些人身上会发出某种电磁波,这种电磁波不是肉眼可见的“光”,但是我们能感觉到它的能量。只要“发光体”出现,他或她周围的人就会感觉放松、踏实、温暖,充满能量,看到希望)。

#### 5. 步骤五:展学汇报

这个步骤主要是让学生展示学习成果。学生通过小组活动完成课堂任务后,教师随机抽取若干小组进行展示汇报。汇报形式可以多样化:直接表达、对话、短剧、绘画、歌曲等。

从 NLP 的视角看,这种汇报方式能够让学生根据自身的表象系统发挥所长,也能使学生发展具有无限可能,最终使学生实现自我价值。随机抽取的形式体现了教育公平,又促使每个学生积极参与,教师也能了解学生的学习效果,以便查漏补缺。

#### 6. 步骤六:效果评价

教师和学生对学习效果进行及时评价反馈,使学生更加明白自己学到了什么、哪方面还需要努力。另外,课堂上每位学生的积极参与都能得到全班同学掌声鼓励,并大声说:“One! Two! Three! Yes, you can!”。one 代表每天进步一点点;two 代表潜能无限(爱因斯坦只用了大脑的 2%);three 代表明确目标(被调查的 100 人中 3 个有明确目标的人取得了成功)。课后学生填写自评、互评表进行评价。

按照 NLP 的观点,肯定、赞美、认同的评价能给足心理营养,使学生充满正能量。学生掌声鼓励能唤醒潜意识。通过评价表的方式为学生提供民主的多元性评价,能使学生不断认识和改进自我,促进成长。

初中英语口语“六步”教学法贯穿了 NLP 的理念,发挥了学生潜能,绽放着生命力。以教师为主导、学生为主体的教学观设计的六个步骤环环相扣,依次推进,为教师提供了操作简便的方法,为学生创设了足够的学习情境,使学生在口语学习中感觉其乐融融,口语能力得到极大提升。这正是初中英语口语六步教学法的魅力所在。

### 三、初中英语口语教学“六步法”实验

为了验证初中英语口语“六步”教学法的可行性,我们进行了为期一年的教学实验。

#### 1. 实验概况

2016 年 3 月至 2016 年 12 月,我们在湖南师大附中星城实验中学实施了教学实验。该校是湖南师大附中集团在长沙市最薄弱的公办学校,地处长沙市教育欠发达的望城区。

实验对象为一个实验班和一个对照班。实验班级是 2014 级(八年级下期)笔者所教授的 4 楼的 B1 班,对照班是同年级同楼层 B2 班。每班各 50 人,男女比例均为 11:14,年龄在 13~14 岁之间。实验班学生有的来自农村,小学没有学过英语。实验班成绩在全年级排名靠后,对照班成绩位居年级前列。

实验班在实验前采用 Ely(1986)问卷调查表(从学生英语课堂冒险性、社交性、舒适度、动机强度、学习态度等五个维度进行调查,由本人亲自组织学生如实填写并当场收回问卷)和中考人机对话系统“听说科技”软件(题型同长沙市人机对话口语测试题,由课题组信息技术老师和笔者组织实施并记录成绩)进行了前测,另外还对部分学生和教师进行了访谈。为了了解不同学生适合的学习方式,还做了学生表象系统问卷调查。

通过使用 Jane Revell & Susan Norman 合著的 *Handing over—NLP-based Activities for Language Learning* 和人教版八年级下期及九年级教材,运用初中英语口语“六步”教学法进行近一年的实验后,再次对实验班进行相同的 Ely 问卷调查、口语人机对话测试,并用统计软件 SPSS17.0 进行前后测数据分析对比。相同的学生和教师再次访谈,进行前后对比。组织实验班和对照班进行英语口语人机对话测试(采用的是一起作业网人机对话软件,两个

班同时做的同一套口语试题),用同样统计软件进行数据对比分析(说明:对照班采用传统的教学方式,以教师讲授为主,学生是倾听者,辅以跟读、齐读等练习)。

## 2. 操作课例

下面以一堂实验课为例,以便更好地阐明实验课的实施方法。该课主题为“Solving problems”,使用的教材是人教版《初中英语》九年级第十一单元的课文“Unit 11 Sad movies make me cry<sub>3a~3b</sub>”,通过运用“NLP 五步脱困法”解决课文中国王、大臣、银行家、宫廷歌手的问题来培养学生快速解决问题的能力。

第一,激活大脑,促进平衡。由于本课需要解决一些棘手的问题,这节课采用了手指操的技巧。在课堂的前两分钟,教师通过该课主题巧妙引导学生运用这个动感有趣的 NLP 技巧:学生双手握拳,手臂呈 90 度置于胸前,在欢快的儿歌“伊比呀呀”中灵活地舞动手指;当听到“伊”的时候,左手五指张开,右手仅伸出食指;当听到“呀”时,右手五指张开,左手伸出食指;其他的节奏双手握拳。伴着唐老鸭的图片和分别显示手指、拳头及五指的动态图,加上有节奏的轻快音乐,教师学生真的享受其中!该技巧创造性地与信息技术深度融合,运用了图片、音频、动画等资源,使之有声有色。

第二,思维导图,明示课构。这个步骤从为什么要上这节课、这节课的内容是什么、怎样做以及如果遇到问题怎样解决四个方面阐述了本课堂的目标、内容、方法等。其中一级分支分别是:1)Why;2)What;3)How;4)What...if。二级分支分别是:1)To learn the method of dealing with problems; 2)Five steps out of dilemma;3)Cooperative learning; 4)To set an example。中心词使用是烫金的艺术字,非常醒目,一级分支沿用 3D 图片,图文并茂,一目了然。

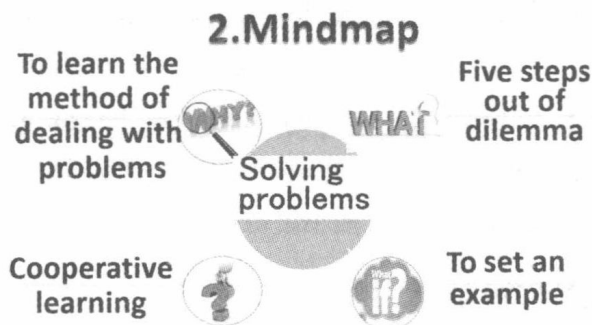


图 1-1 思维导图:课构明示

第三,设置情境,掌握方法。教师运用现代信息技术,采用多种教学手段为学生创设学习情境,使学生掌握所学“NLP 五步脱困法”并用来解决问题。教师先链接了一个自己制作好的“NLP 五步脱困法”的课件,介绍了什么是NLP 五步脱困法。并把五个步骤板书在设计精美的黑板上。然后教师以自己为例,做了一个使用五步脱困法解决瘦身问题的示范,为加深理解,还播放了之前指导学生运用五步脱困法解决问题拍摄的视频,为下一步活动实施做了铺垫。最后学生分角色朗读课文,找到文中国王、大臣、银行家及宫廷歌手的问题。学生理解了文章又掌握了方法,信心满满。

第四,小组合作,学以致用。教师把全班分成四个大组,分别解决以上四人的问题(To make the king/the prime minister/the king's banker/the palace singer happy)。由小组长组织全组成员进行小组活动,运用“NLP 五步脱困法”依次说出解决以上人员不快乐的方法,每人说一个步骤。整个活动非常流畅,小组讨论愉快而美好。

第五,随机自由,展示自我。学生完成了老师布置的任务后,开始展学汇报。教师用“魔法学号”软件随机抽取了小组进行口头汇报。有的组是派代表,有的组全员参与。被抽到的小组都做了非常精彩的演绎。每个问题都得到了解决。例如第一组是这样说的:

S1: How to help the king's banker?

S2: First, he is always worried about losing his money;

S3: Up to now, he has not been able to give up his money;

S4: Because he didn't know too much money can not make him happy in the past;

S1: When he learns to share his money, he is able to get more happiness;

S2: He wants to learn to share his money, so he can be happier.

第六,及时反馈,积极评价。最后,教师对学生的表现进行赋予能量的评价。所发自评、互评表课后完成。按小组得分,评选优胜者获得红旗。

#### 四、实验及教学效果

经过为期一年的教学实践,采用NLP 视角下的英语口语教学“六步法”实

验取得了比较理想的教学效果,主要包括以下几个方面:

### 1. 学生比以前更自信了

NLP 视角下的英语口语教学“六步法”,为学生创设了宽松的学习氛围。课堂上歌声、掌声、欢笑声、读书声、讨论声声声入耳;精致的课件、漂亮的板书给学生带来视觉的享受;师生心灵相通,其乐融融;平衡大脑、开发智力、有益身心的 NLP 技巧灵动轻快,学生的精彩表现令人大开眼界;教师教态亲切自然,表情丰富,笑容可掬,肯定的评价及由学生自愿组成的小组,都降低了学生的焦虑。学生在熟悉的同学面前更加敢于开口,彼此信任,相互积极影响。学生大胆开口,学会了表达,更加自信,更愿意展示自己,课堂气氛越来越活跃。

Ely 问卷调查(表 1-1)及访谈结果(略)也恰好说明了这点:

表 1-1 实验课前后英语口语表达能力状态的差异(M±SD)

问卷调查维度	前测	后测	T 值	p
英语口语表达冒险性	13.71±3.802	13.84±3.791	-0.183	0.856
英语口语表达社交性	15.53±4.433	17.25±3.684	-2.158	0.033*
英语口语表达舒适性	12.33±4.967	14.75±4.891	-2.491	0.009**
英语口语表达动机强度	15.10±4.192	17.16±4.192	-2.071	0.042*
英语口语学习的态度	12.61±4.686	14.41±4.036	-2.083	0.040*

注: \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ 。

### 2. 学生学会了学习

实验前学生习惯于传统的学习方式,被动接受,不敢开口,不会开口。实验课改变了这种状况。丰富的教学内容、灵活多样的教学手段、良好的语言环境、NLP 理念的输入激发了学生潜能,使学生更加主动地学习。课堂上,学生全身心投入,积极发言,用多种方式展示自我,学会了自主学习、合作学习、探究学习,学会了发现问题和解决问题。课后,学生能自觉地通过看英文电影、学唱英文歌曲、录制英语趣配音等方式学习。他们根据自身的表象系统找到了最适合自己的学习方法,能把英语当成自己的语言大胆表达出来。

### 3. 学生口语成绩提高了

口语课堂使师生交流沟通能力大幅提升,学生口语水平明显提高。通过对 B1 实验班在实验前后的两次人机对话口语测试进行配对样本  $t$  检验发现  $p = 0.000$ ,  $p < 0.001$ ,说明两次考试差异极其显著,第二次成绩明显高于第一