

# A study on the influence of English teaching plan on students' self-learning ability in Senior high school(Grade 2)

Shimin Wei

ZheRong County No.1 Middle School, ZheRong, Fujian, 355300, China

## Abstract

Against the backdrop of the new curriculum reform, this study focuses on the relationship between the design of English lesson plans for senior high school students(Grade2) and their autonomous learning abilities. Through empirical research, it explores the mechanisms through which lesson plans impact students' self-directed learning capabilities. Employing questionnaire surveys (sample size N=200) and case analysis, the study finds that lesson plans significantly enhance students' abilities in autonomous planning, monitoring, and evaluation through goal orientation, task-driven approaches, and metacognitive training. However, there is room for improvement in personalized design and the integration of technology. The research findings provide practical insights for the integrated design of teaching and learning in high school English education.

## Keywords

Instructional lesson plans; Autonomous learning ability; Constructivist learning theory; Metacognitive theory; Integrated design of teaching and education

## 高二英语学教案对学生自主学习能力的研究

魏诗敏

柘荣县第一中学, 中国 · 福建 柘荣 355300

## 摘要

在新课程改革背景下, 本研究聚焦高二英语学教案设计与学生自主学习能力的关联, 通过实证研究探讨学教案对自主学习能力的研究机制。采用问卷调查法(样本 N=200)和案例分析法, 发现学教案通过目标导向、任务驱动和元认知训练显著提升学生自主规划、监控和评价能力, 但在个性化设计与技术融合方面存在优化空间。研究结果为高中英语学教一体化设计提供实践参考。

## 关键词

学教案; 自主学习能力; 建构主义学习理论; 元认知理论; 学教一体化设计

## 1 引言

### 1.1 研究背景

2020 年修订《普通高中英语课程标准》明确“培养学生自主学习能力”的核心目标是构建“以学生为中心”的课堂生态。高二阶段作为高中英语能力提升关键期, 面临语法体系深化(如虚拟语气、非谓语动词)、复杂文本阅读(如议论文、文学原著节选)和跨文化交际能力培养等多重任务。传统教案侧重教师讲授, 常出现“教师讲得多、学生练得少”“统一进度与个体差异冲突”等问题, 难以满足新课标下“学为主体”的需求。学教案作为融合“教学目标-学习任务-评价反馈”的一体化设计方案, 通过清晰的学习路径引导和多元任务设置, 为解决上述问题提供了新路径。

### 1.2 研究意义

理论层面: 本研究将“教-学-评”一体化理论与高中英语实践教学相结合, 拓展该理论在特定学段和学科的应用场景, 丰富自主学习能力发展的影响因素研究, 为后续相关研究提供理论参照。

实践层面: 通过分析学教案对学生自主学习能力的具体影响, 提炼可复制的设计与实施策略, 为一线教师提供操作性强的模板, 助力新课程理念在课堂教学中落地, 推动高中英语教学从“知识传授”向“能力培养”转型。

## 2 核心概念与理论基础

核心概念界定: 学教案区别于传统教案以“教师教学”为中心的设计逻辑, 学教案是基于“教为不教”理念构建的教学文本, 包含三大核心模块:

学习目标模块: 将课程标准转化为可观测的学生行为目标, 细化为知识、技能、素养三级指标(如“能运用虚

【作者简介】魏诗敏(1974-), 男, 中国福建宁德人, 本科, 一级教师, 从事高中生英语学习能力提高研究。

拟语气撰写建议信”，并标注对应的学科核心素养（语言能力、文化意识、思维品质、学习能力）。

学习任务模块：以“问题链”形式设计分层任务，包含基础性任务（如词汇思维导图绘制）、探究性任务（如小组辩论）、拓展性任务（如主题式写作），配套学习支架（如语法规则表、观点表达模板）。

评价反馈模块：提供过程性评价工具（如《课堂参与度自评表》《错题归因分析表》），引导学生对学习过程和成果进行自我评估。

## 2.1 理论基础

建构主义学习理论（Vygotsky）该理论强调学习是学习者在社会文化背景下，通过与他人互动建构知识意义的过程。学教案通过设计“最近发展区”任务（如在《Astronomy》单元设置“用英语讲解太阳系模型”的小组任务），为学生提供“脚手架”支持，引导其在完成任务的过程中主动建构语言知识和思维能力。

元认知理论（Flavell）元认知指个体对自身认知过程的认知和调控。学教案中的反思日志、学习计划表等工具，直接作用于学生的元认知监控能力。例如，要求学生课后填写《策略使用记录表》，记录“今天阅读时遇到长难句，我用了划分句子成分的方法，耗时5分钟，正确率80%”，促使其有意识地优化学习策略。

## 3 研究设计

### 3.1 研究对象

选取柘荣一中高二年级4个平行班（2个实验班、2个对照班），共200名学生（男生102人，女生98人）。实验班英语教师均参与过“学教案设计与实施”专项培训，对照班教师采用传统教案授课，两组教师教龄均在10年以上，教学风格无显著差异。

### 3.2 研究工具

自主学习能力问卷：改编自文秋芳《英语学习策略问卷》，结合高二英语学习特点增设“语法规则自主归纳”“跨文化知识拓展”等题项，形成4个维度16个题项的量表。

目标规划：“我会根据英语作业难度合理分配时间”“我能主动查找词典解决阅读中的生词问题”。

半结构化访谈提纲：选取20名学业水平分层学生（优、中、弱各约7人），围绕学教案使用体验设计问题，如：“学教案中的哪类任务对你帮助最大？”。

课堂观察表：聚焦“自主预习-小组讨论-反思总结”三个关键环节，记录学生提问次数、策略使用频率（如是否使用思维导图、错题本）、同伴互动质量（如是否有效质疑、补充观点）等行为指标，每周观察2次，累计获取48课时观察数据。

### 3.3 实施过程

学教案开发阶段（8周）由学校高二英语备课组联合设

计，覆盖人教版选必五、选必六共8个单元。每个单元学教案包含：

课前预习单：提供单词发音二维码、背景知识链接（如《The power of nature》单元链接火山喷发纪录片）、预学问题（如“List the natural disasters mentioned in the text”）；

课堂任务卡：分层设计“基础任务（必做）+拓展任务（选做）”，如阅读课基础任务为“完成课文事实信息表”，拓展任务为“用英语复述课文并加入个人观点”；

课后反思册：包含《学习策略库》（收录10种记忆策略、8种阅读技巧）、《错题归因表》（分类：知识盲区/策略不当/粗心失误）。

## 4 研究结果与分析

### 4.1 定量研究：学教案对自主学习能力的显著提升

下表显示，实验班在目标规划、策略运用、过程监控、自我评价四个维度得分均显著高于对照班（ $p<0.01$ ），其中目标规划能力提升最突出（效应值  $d=0.92$ ）。进一步分析发现，实验班学生在学教案“目标可视化”设计的引导下，78%能自主制定周学习计划，而对照班仅有42%。

维度	实验班 ( $M \pm SD$ )	对照班 ( $M \pm SD$ )	t 值	p 值
目标规划能力	$3.82 \pm 0.92$	$3.21 \pm 0.58$	4.12	<0.01
策略运用能力	$3.68 \pm 0.72$	$3.05 \pm 0.63$	3.89	<0.01
过程监控能力	$3.75 \pm 0.68$	$3.10 \pm 0.55$	4.56	<0.01
自我评价能力	$3.59 \pm 0.70$	$2.98 \pm 0.60$	3.97	<0.01

### 4.2 质性研究：学教案影响自主学习的三大机制

目标锚定机制：从“模糊学”到“清晰学”学生A（中等生）反馈：“以前老师说‘今天学完这篇课文’，但我不知道要掌握到什么程度。现在学教案开头的‘学习导航图’用三个色块标出‘必须会’（基础词汇）、‘努力会’（复杂句型）、‘拓展会’（文化背景），我能清楚自己的重点。”这种三级目标分类使学生的学习行为更具方向性，课堂提问聚焦度提升60%（观察数据）。

任务脚手架机制：从“被动接”到“主动探”在处理《Astronomy: the science of the stars》时，学教案提供“概念类比表”（如将“太阳系”类比为“原子结构”），帮助中等生B建立天体系统认知框架。该生不仅独立完成课文思维导图，还主动查阅NASA资料补充星系演化知识，其成果被选为全班范例。这表明分层任务与学习支架的结合，降低了探究性任务的门槛，使65%的中等生愿意尝试挑战性任务。

元认知赋能机制：从“无意识”到“有反思”实验班85%的学生养成课后填写《学习策略使用日志》的习惯。学生C（学困生）记录：“今天背单词用了联想记忆法，记住了8个，比昨天的死记硬背多记住3个，明天试试词根法。”这种对学习过程的显性记录，促使学生有意识地比较不同

策略的效果,进而优化学习行为。数据显示,实验班学生主动调整学习方法的频率是对照班的2.3倍。

### 4.3 现存问题:个性化与技术融合的双重挑战

任务难度适配不足访谈发现,学教案预设的“基础任务 60%+ 拓展任务 40%”比例,导致后 20% 学生在完成拓展任务(如即兴演讲)时因语言储备不足而放弃,前 30% 学生认为基础任务(如词汇抄写)缺乏挑战性,出现“优生吃不饱、学困生吃不下”的现象。技术融合深度欠缺尽管 30% 的学教案配备了资源链接,但仅停留在简单的视频或词典链接,缺乏动态交互功能。例如,在听力训练部分,若能开发“点击生词自动跳转解析”或“语音跟读智能纠错”功能,可进一步提升自主学习效率。

## 5 学教案优化策略与实施建议

精准化目标设计:构建三级目标动态调节体系,建立“基础目标(课标保底)+进阶目标(素养发展)+自选目标(个性需求)”的弹性目标体系,允许学生根据自身水平选择目标并动态调整。例如《The power of nature》单元:

基础目标(必选):掌握 volcano、erupt 等 8 个核心词汇的音形义;

进阶目标(可选):用英语描述火山形成过程(提供流程图模板);

自选目标(拓展):自主检索庞贝古城火山灾害资料,制作英文简报(提供文献检索指南)。配套红(基础)、黄(进阶)、蓝(自选)三色目标达成度自评表,学生每周勾选完成情况,教师据此调整分组任务。

### 5.1 分层任务链设计:实施“问题驱动+支架递进”策略

以《Art for everyone》阅读课为例,设计三级任务链并匹配差异化支架:

基础任务(语言解码):

任务:借助词汇注释通读全文,完成“艺术家-代表作-艺术风格”信息表;

支架:提供“词性转化规则速查表”(如 art→artist→artistic)、长难句断句符号标注(用/划分意群)。

进阶任务(意义建构):

任务:小组讨论“Should art be accessible to everyone?”,记录正反方观点;

支架:发放“观点表达框架卡”(I agree/disagree because.. One example is..)、辩论评分量规(内容、语言、逻辑各占 30%)。

拓展任务(迁移创新):

任务:自主策划“校园艺术周”英文推广方案,包含

海报文案、活动流程表;

支架:提供 PPT 模板(含封面、目录、内容页版式)、优秀案例二维码(链接教育视频)。

### 5.2 实施保障:教师能力与家校协同双轮驱动

教师专项培训:

开展“学教案设计工作坊”,聚焦“目标分解技术”“差异化任务设计”“元认知工具开发”三大核心技能,通过“理论讲解-案例分析-实战设计-互评修改”四步培训法提升教师能力。建立校级优秀学教案案例库,每学期征集 20 个精品案例(附学生反馈数据),供教师参考借鉴。

家校协同机制:

编制《家庭学习支持指南》,指导家长通过“三问法”辅助学生反思:“今天学教案里最难的任务是什么?你用了什么方法解决?如果重来一次你会怎么改进?”避免家长盲目介入学习内容辅导。

## 6 结语

本研究通过实证分析证实,系统化设计的高二英语学教案能够通过目标可视化、任务结构化、反思工具化三大路径,有效提升学生的自主规划、策略运用、过程监控和自我评价能力。其核心价值在于将抽象的“自主学习能力培养”转化为可操作的教学行为,为新课程背景下的课堂转型提供了实践范本。

研究同时发现,学教案的个性化设计和技术融合仍有提升空间。未来可进一步探索:基于 AI 的个性化学教案生成系统,实现“一人一策”的精准化学习支持;学教案应用与高考新题型(如读后续写、概要写作)的衔接策略,研究如何通过任务设计提升特定应试能力;在“双减”政策背景下,学教案如何平衡“减负”与“增效”,实现学习效率与能力发展的双重优化。本研究为高中英语教学改革提供了新视角,期待后续研究在此基础上深化拓展,共同推动英语学科育人目标的实现。

### 参考文献

- [1] 教育部.普通高中英语课程标准(2020年修订)[S].人民教育出版社,2020.
- [2] Zimmerman B J. Self-regulated learning and academic achievement: An overview[J]. Educational Psychologist, 1990.
- [3] 王蔷.从课程标准看学生自主学习能力的培养[J].外语教学与研究,2021.
- [4] 陈则航,王蔷.英语学习活动观与学科核心素养的培养[J].外语教学与研究,2016.
- [5] 文秋芳.英语学习策略论[M].上海:上海外语教育出版社,1996.