

基于积极心理学的高中英语课堂教学设计

李杭

福建省闽清高级中学

[摘要] 在新课程改革中提出教学活动要以学生为中心, 促进综合素质的培养。通过积极心理学的引入能够促使教师全方面的了解和欣赏学生, 充分的挖掘其内在的潜力, 为学生的全面发展提供了根本保障。鉴于此在文章的介绍中以高中英语课堂教学为例, 对积极心理学在其中的应用展开了较为全面的分析和研究, 从而为高中英语教学质量的提升提供有效途径, 打下坚实的基础。

[关键词] 积极心理学; 高中英语; 教学设计

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.498

积极心理学是由著名的心理学家马丁·赛力格曼提出的, 主要是为了能够激发人内在的潜力, 通过激励的方式促使全过程保持愉悦的心理状态。在教育领域, 将积极心理学渗透其中, 不仅能够让学生感受到尊重和重视, 还能够促进学生对自己潜能的激发, 始终站在理解和尊重他人的基础上打动学生, 能够有效的提升学生的学习热情, 也能够较为有效的解决教师的职业倦怠, 让其饱含激情和热情投身到工作当中, 为教学效率和教学质量的提升提供了根本保障。

一、传统教育思想与积极心理学

传统教育理论本质是一种悲观的教育模式, 在对学生灌输时常呈现出消极的成分, 与积极思想存在较大的差异。比如说传统家庭中, 如果家长营造消极的氛围, 将个人的意识强加在学生身上, 无时无刻都在否定学生, 那么就会让学生产生自我否定的意识, 产生消极的心理, 不仅会打击到学生学习的积极性, 还会对其心理造成一定的伤害。又或者家长长期处在悲观的状态, 也会影响孩子对事物看待的态度, 难以有效的发挥隐藏的潜能, 对孩子之后的学习造成影响。如果家长营造积极的氛围, 时时刻刻给学生鼓励和支持, 那么就会激发学生的求知欲望, 提升自身的学习能力。从积极心理学的角度进行分析, 如果一个人具备一定的天分, 并将其运用到学习和工作中, 将会事半功倍, 从而取得成功。但是在消极心理学看来, 尽管天分具备一定的优势, 但也有失败的可能, 主要因传统思想的根深蒂固, 利用消极的意识只能教育出悲观的人。

二、积极心理学对高中英语教学的影响

(一) 激发英语学习兴趣

任何一门学科的学习都是以轻松的心情和积极的态度所决定的, 只有在较为愉悦的氛围中人的思维才能够清晰, 更为有效和快捷的掌握知识。因此在高中英语课堂教学中, 积极心理学的渗透能够营造良好的氛围, 在轻松的氛围中激发学生的学习动机和兴趣, 感受到英语学习的快乐, 领悟到英语的魅力, 进而爱上英语。尤其是对于在英语学习中较为吃力的学生, 通过教师的鼓舞和激励能够帮助学生重拾信心, 逐渐的克服因英语带来的负面情绪, 全身心的投入到英语学习中, 从而提高自身的英语学习能力。另外当学生在不断进步的时候, 通过积极心理学的暗示也能够对学生起到一定的

鼓舞和帮助, 在学生沟通交流中相互学习、相互促进, 为英语学习能力提升和之后的学习提供强有力的保障。

(二) 提供英语教学方向

就目前来看, 强硬式灌输方法已经不适用现阶段的英语课堂教学, 只有真正的以学生为中心, 尊重学生的主体地位, 采用能够让学生接受的教学方式才能够激发学生的内在潜力, 全身心的投入到英语学习中。比如说在英语课堂教学中, 通过情景再现、话剧表演以及辩论会的方式让学生积极主动的参与其中, 突出学生的主体地位, 将英语课堂真正的变成学生的施展天地, 激发学生的主观能动性。另外在课堂教学的过程中, 基于积极心理学的角度下教师引导学生与同学之间积极展开交流, 让不敢发言的学生敢于表达自己的观点和看法, 从而积极的讨论和交流, 促进学习能力的提升。

(三) 助于全面理解课程

基于积极心理学背景下, 能够在短期内激发学生的学习兴趣, 但学习并不是一蹴而就的, 是一个长期的过程, 学生只有全方面的了解英语课程, 才能够真正的爱上英语, 感受英语学习的过程。通过积极心理学的融入, 能够让教师看到每个学生的优势, 通过因材施教的方式全方位的指导和帮助学生, 从而调动学生的积极性, 提升教学质量和效率。因此积极心理学的渗透有助于帮助学生更为全面的理解英语课程, 从而不断提升学习能力^[1]。

三、积极心理学在高中英语课堂教学设计中的实际应用

(一) 认知图示激发学习兴趣

以人教版高中英语选修七《Unit 1 Living well》为例, 本单元主要是以残疾人和残疾人日常生活开展的英语知识学习, 在单元教学中主要介绍了有些残疾人凭借自身坚强的品格和顽强的意志, 在社会公众的关怀下战胜了生活中的困难, 以更加积极的态度来面对人生当中的种种挑战。本节课主要是以单元的第二课时为主, 其内容是Marty在网页上讲述了自己的故事, 通过学习能够让了解到他复杂的情感变化, 在希望破灭之后内心的恐惧、焦虑和迷茫, 对理解的渴望, 在接受自己和被别人接受之后重燃的希望。

在本节课教学中首先通过词汇练习来复习巩固旧知识, 学习阅读语篇中的新词汇。然后做个小游戏, “单手系鞋

带，”体验残疾人的困难，为语篇阅读做准备。通过看图和理解标题来预测篇内容大意，激发学生的兴趣和求知欲^[2]。

1. 学习新单词

- (1) guess you could say...
- (2) one in a billion
- (3) adapt to my ability
- (4) Even after all that
- (5) what the future holds
- (6) all in all

设计意图：复习巩固旧知识，教授新知识，解决阅读中的词汇困难。

2. 游戏设计

What is the disadvantage of the disability?

设计意图：通过活动体验残疾人的生活中的困难，并活跃气氛，使学生初步对残疾人产生共情。

(二) 体验感悟培养学习习惯

通过任务型阅读的方式，引导学生带着问题去阅读。在完成的过程中，体验主人公的情感变化，并总结出他的品质，并迁移至对自身耐挫力和意志品质的思考^[3]。具体设计如下：

1. Read for structure

- (1) Where probably is the passage from?

设计意图：通过引导学生关注文章的框架以及文章的最后一句话，让学生猜测文章的出处。

- (2) What is the structure of the reading passage?

设计意图：引导学生注意文章的篇章结构，更好地了解文章的内容以及写作特点。

2. Read for main idea

Write a summary for each paragraph.

设计意图：让学生通过细读后概括段落大意，以培养他们的分析和概括能力，并整体把握主人公的心理变化的过程。

3. Read for details

Read Marty's story and fill in the blank.

Problems caused by his disability	What Marty does in spite of his disability

设计意图：完成表格阅读任务后，引导学生体会残疾对生活的影响，以及Marty如何积极地看待生活中的挫折与失败^[4]。

(三) 自主合作提升学习能力

围绕问题展开小组合作探究活动。成员先独立思考，从阅读过程中查找情感方面的词汇，感受主人公的情感变化。与本组成员积极交流探讨深入理解本单元的标题Living well含义，主人公的意志品质及对残疾人的态度。鼓励学生提出

自己的独特的见解，最后每组整理归纳讨论的结果，得出结论，共同体验合作探究的成就感^[5]。具体设计如下：

Q1: Why has his fellow students' conduct and attitude changed towards Marty?

Conclusion: Because they found that Marty was able to live as rich and full a life as everyone else.

Q2: How did his feeling change?

Conclusion: the change of Marty's feeling:
hopeful puzzled worried regretful
happy satisfied

Q3: What kind of person do you think Marty is?

From his motto: Live one day at a time, we can see that Marty is an /a optimistic, brave, stupid, pessimistic, independent, strong-minded... person.

设计意图：本节课的核心部分，让学生通过仔细阅读文章，找出不同阶段别人对待Marty的态度以及Marty自己对待自己残疾的态度，体验他复杂的情感变化过程以及身残志坚的品质。以及通过小组合作探究，引导学生得出结论：要让别人接受你首先你得自己先接受认可自己，在精神层面得到了升华^[6]。

总结

综上所述，高中是英语学习的重要阶段，在高中英语课堂教学的过程中，通过积极心理学的融入能够有效的消除学生的厌学心理和教师的职业倦怠，从而提高学生学习英语的兴趣，提升学生的自信心和胜任力。更为关键的是通过积极心理学引入高中英语课堂教学中能够有效的增加学生在未来学习和工作中的核心竞争力，促进学生培养积极健康的心理状态，树立正确的人生观念，为其之后的发展提供有效保障，打下坚实的基础。

参考文献

[1] 王艳霞. 积极心理学视角下的高中语文课堂教学设计研究[D]. 河北师范大学, 2017.

[2] 邵敏华. 谈积极心理学视角下的高中幸福语文课堂的构建[J]. 读与写(上, 下旬), 2018, 015(022):80,81.

[3] 赵昱, 郝培利, 解冰. 基于核心素养四维目标的初中英语课堂教学设计*—以全国外国语学校系列教材七年级第二册 Unit4 Clothing为例[J]. 长春教育学院学报, 2016(7):4.

[4] 胡远鹤. 基于英语学科核心素养四维目标的初中英语写作高效课堂教学设计策略[J]. 中学生英语, 2018 (14): 81.

[5] 杨华. 基于核心素养培养的高中英语课堂教学设计[J]. 课程教育研究, 2019, (20): 101.

[6] 宋建华. 积极心理学视角下的高中语文课堂教学设计[J]. 语文天地, 2019, (01): 25-26.