

项目化学习培养初中生英语自主学习能力的实证研究

王鑫

深圳市海湾中学，深圳

摘要 | 本研究基于“心理—能力—行为”三维构念理论，以深圳市某中学50名初中生为研究对象，采用三年纵向研究，探索项目化学习培养初中生英语自主学习能力的实践路径。研究设计了“初一习惯筑基—初二策略引领—初三行为自主”的三年递进式项目化学习方案，运用英语自主学习力量表、学业成绩和半结构化访谈收集数据。经过三年实践，阶梯式项目化学习路径能有效提升初中生英语自主学习能力及学业成绩。

关键词 | 项目化学习；自主学习能力；三维构念；初中生英语

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



当前初中英语教学中教师讲解过多，学习者的自主学习呈现“缺动机、缺策略、缺监控”的困境。《义务教育英语课程标准（2022年版）》提出，学习能力是核心素养发展的关键要素^[1]，教师应当在日常教学中注重培养学生自主学习能力。林莉兰（2013）提出，英语自主学习能力是一个由心理、能力和行为构成的三维构念，并编制了英语自主学习力量表，论证了该量表具有较高的信度和理想的效度^[2]。这为自主学习能力的培养提供了系统性框架：心理维度关注学习动机和学习信心的建立；能力维度强调学习策略和自我管理能力的发展；行为维度聚焦自主学习习惯和实际学习行为的养成。基于建构主义与认知学习理论，项目化学习（PBL）“以学习者为中心”，围绕真实任务，开展持续探究^[3,4]，为学习者自主学习指明方向。项目化学习

的实施过程与自主学习的三维构念高度契合：心理维度上，学习者需要调动学习动机和责任感；能力维度上，项目化学习需运用目标设定、合作学习、监控评估等策略；行为维度上，学习者要通过主动探究、计划制定等行为开展项目实践。因此，PBL为“心理—能力—行为”三维构念下的自主学习能力的培养提供了理想的实践框架。

基于上述理论基础，本研究以深圳市宝安区某中学50名学生为样本，设计“初一习惯筑基—初二策略引领—初三行为自主”的项目化学习阶梯方案，开展连续三年的追踪研究，尝试从自主学习心理、自我管理学习能力和自主学习行为三个维度，探究项目化学习培养初中生英语自主学习能力的有效实践路径。

基金项目：本文系广东省2025年度中小学教师教育科研能力提升计划项目“基于思维可视化工具提升初中生英语自主学习能力的实践研究”（课题编号：2025YQJK0248）；深圳市教育科学规划2023年度一般课题“基于思维可视化工具提升初中生英语自主学习能力的实践研究”（课题编号：yb23109）的阶段性成果。

作者简介：王鑫（1986-），男，汉族，广东省深圳市海湾中学，教研处副主任，研究方向：英语教育教学。

文章引用：王鑫. 项目化学习培养初中生英语自主学习能力的实证研究[J]. 教育研讨, 2025, 7(11): 1241-1246.

<https://doi.org/10.35534/es.0711231>

1 研究设计

1.1 研究对象

本研究以深圳市宝安区某中学2022级初一1个班级学生为研究对象,该班共有学生50名,其中男生29名,女生21名。根据初一统测结果(满分100分),学生英语基础分布为:80分以上8名(优良率16%),60分以上31名(及格率62%)。研究从初一入学开始持续跟踪至初三毕业,期间因转学流失1名学生,最终获得有效样本49名,样本保持率为98%。

1.2 研究工具

1.2.1 英语自主学习力量表

本研究采用林莉兰教授编制的英语自主学习力量表,并根据初中生的认知特点和语言表达习惯对部分题项表述进行了适当调整。量表共包含38个题项,分为三个维度:自主学习心理、自我管理学习能力和自主学习行为。量表采用李克特五级评分制,从“完全不同意”到“完全同意”分别计1~5分,总分范围为38~190分,分数越高表明学生的英语自主学习能力强^[2]。本研究中量表的Cronbach's α 系数为0.97,信度和效度较高。

1.2.2 英语学业成绩

为了解学生英语学业表现的变化趋势,本研究收

集了学生三年来5次关键考试的英语成绩,包括:初一上学期期末统考、初二下学期期末统考、初三第一次模拟考试、初三第二次模拟考试和中考成绩。这些考试均为市区统一命题、统一阅卷,具有较好的可比性,可用于分析学生自主学习能力和学业成绩变化的关系。

1.2.3 半结构化访谈

为深入了解学生在项目化学习过程中自主学习能力的变化,研究采用半结构化访谈的方式收集质性数据。根据初一首次统考成绩,将学生分为A(优生,前30%)、B(中等生,中40%)、C(帮扶生,后30%)三层,每层随机抽取3人,共9人,进行半结构化访谈,每人10~12分钟,访谈内容主要围绕学生对项目学习的体验感受、自主学习习惯的变化、学习策略的运用等方面展开。

1.3 项目化学习实施方案

基于“心理—能力—行为”三维构念理论,本研究设计了“初一习惯筑基—初二策略引领—初三行为自主”的三年递进式PBL培养方案(如表1所示)。初一阶段以培养学习兴趣和基本学习习惯为重点,设计相对简单的项目任务;初二阶段注重学习策略的传授和运用,项目难度适中;初三阶段强调学生的自主规划和独立执行能力,项目复杂度较高。

表1 三阶段项目化学习任务表

Table 1 Three-stage project-based learning task schedule

年级	核心项目	关键支架	三维构念聚焦	责任释放程度
初一	课堂个人英语报告+作业书法展	音标软件、书法单、自主学习单、听写单	自主学习心理(兴趣、信心)	教师主导
初二	优秀文化主题小组展示	八大思维图、分层任务单	自我管理学习能力(计划、协作)	师生共担
初三	Teens 报刊读后演讲分享	写作量表、考前押题复习单	自主学习行为(监控、评价)	学生主导

具体实施中,每学期开展1~2个主题项目。学生需要经历项目选题、资料收集、方案制定、任务执行、成果展示、反思总结等流程,教师在不同阶段给予相应的指导和支持,逐步培养学生的自主学习能力。

1.4 数据收集与分析

自主学习力量表的前测安排在2021年9月,后测在2024年5月,以追踪学生能力发展的动态变化。英语成绩数据和访谈在相应考试结束后及时收集整理。量化数据采用SPSS 23.0软件进行统计分析,主要运用描述性统计、配对样本T检验等方法;质性数据采用主题分析法,对访谈内容进行编码和归类。同时,将量化与质性数据相结合,评估项目化学习对初中生英语自主学习能力的培养的实际效果。

2 实践路径

2.1 初一阶段:习惯筑基,激发自主学习心理

2.1.1 核心理念与目标

初一是学生初中英语学习的基础,也是自主学习心理培养的奠基期。基于林莉兰“三维构念”理论中的心理维度,本阶段以激发学习兴趣、建立学习信心、培养学习责任感为核心目标。通过设计贴近学生生活的项目任务,让学生在“做中学”的过程中体验成功,逐步形成“我能学好英语”的积极心理暗示,为后续发展自主学习能力奠定心理基础。

2.1.2 具体实践策略

本阶段设计了两个核心项目:英语课堂个人英语报告(Daily Duty Report)和阶段作业书法展(Homework &

Handwriting Gallery), 采用“教师主导、学生参与”的实施模式。

(1) 英语课堂个人英语报告项目

驱动问题: 如何在5分钟内向同学们展示一个有趣的英语内容?

实施过程: 学生按学号顺序, 每人在学期内完成至少一次个人英语展示。展示内容包括: 英语歌曲、名言或课文句子; 书法展示重点单词的拼写和音标; 借助自主学习单积累词组搭配、情境例句和近义词或反义词等; 制作词汇相关的图画释义或思维导图。

支架工具: 教师提供音标学习软件, 帮助学生纠正发音, 使用字典查找单词; 自主学习单, 学生准备展示内容。整个过程中, 教师给予全程指导和鼓励, 重在让每个学生都能体验到展示成功的喜悦。

(2) 阶段作业书法展项目

驱动问题: 什么样的英语作业才算优秀? 如何让自己的作业成为同学们学习的榜样?

实施过程: 每学期定期开展优秀作业展示活动。优秀作业的标准包括: 思维过程清晰可见、学习笔记翔实、书写规范美观。教师每周定期反馈作业情况, 展示优秀作业范本, 并将优秀作业拍照上传班级群供同学们学习借鉴。

支架工具: 教师提供26个英文字母的标准书写笔顺和规范要求, 设计书法练习单和听写检测单, 帮助学生巩固基础知识。通过“展示—对比—订正—反思”的循环过程, 让规范书写和认真学习成为学生的自觉行为。

2.1.3 实施效果与反思

经过项目学习, 在学习兴趣方面, 课堂观察显示学生主动发言的频次增加, 更多的学生表示“喜欢上英语课”; 在学习信心方面, 通过个人展示项目, 原本内向的学生也能大胆开口说英语, 班级形成了“人人说英语、个个会展示”的良好氛围; 在学习习惯方面, 学生逐步养成了每日朗读、定期整理、及时订正的学习习惯。

更为重要的是, 学生开始主动承担学习责任。访谈中, 学生表示: “以前觉得学英语是为了考试, 现在觉得能用英语表达自己的想法很酷。”这表明学生的学习动机已从外在驱动转向内在驱动, 为后续阶段的策略学习和行为自主奠定了良好的心理基础。

2.2 初二阶段: 策略引领, 发展自我管理学习能力

2.2.1 核心理念与目标

初二是学生认知发展的关键期, 学生基本适应初中学习节奏, 但面临“马鞍形”心理发展阶段, 同伴影响增强, 更愿意在团队活动中展现个人能力。基于三维概念理论中的能力维度, 本阶段以传授学习策略、培养自我管理能力的核心目标。重点发展学生的计划制定、任务分解、进度监控、团队协作等关键能力, 实现从“教

师主导”向“师生共担”的角色转变, 为后期的自主学习做好准备。

2.2.2 具体实践策略

本阶段设计的核心项目是“优秀文化”主题小组展示, 采用“师生共担、策略引领”的实施模式。在项目实施过程中, 教师有机融入计划制定策略, 信息处理策略和自我监控策略。

驱动问题: 如何通过小组合作, 向全班同学生动展示中华优秀传统文化或榜样人物的精神品质?

实施过程: 项目按照“主题选择→资料搜集→内容整理→展示准备→成果汇报→反思总结”六个环节展开, 教师为每个环节提供相应策略指导和工具支撑。

支架工具: 第一, 八大思维图工具。根据不同学习任务的特点, 教师引导学生选择合适的思维图进行信息整理。例如, 树形图(分类关系)、括号图(整体与部分关系)、复流程图(因果关系)、桥状图(类比关系)等^[5]; 第二, 分层任务单。借鉴阅读圈的角色分工理念, 根据学生的能力差异和兴趣特长设计不同层次的任务。设置“词汇大师”“结构分析师”“文化解读员”“展示策划者”等角色; 第三, 小组合作指南。制定明确的合作规则和评价标准。通过角色轮换和互评机制, 培养学生的团队协作能力和责任意识。

2.2.3 实施效果与反思

在该阶段, 学生的自我管理学习能力得到显著提升。在计划制定方面, 大多数学生能够尝试制定项目实施计划, 并按计划完成任务; 在团队协作方面, 学生逐步适应在合作中发挥个人优势, 同时承担集体责任; 在策略运用方面, 部分学生开始自觉运用思维图等工具整理学习内容, 增强信息处理能力。

教师从“知识传授者”转变为“策略引导者”, 更多地关注学生学习过程中的方法指导和能力培养^[6]; 学生从“被动接受者”转变为“主动建构者”, 开始承担更多的学习责任和决策权。访谈中, 学生表示: “现在遇到学习任务, 我会先想想用什么方法最有效, 然后制定计划一步步完成。”这表明学生已经初步具备了自我管理学习的意识和能力。学生在遇到困难时能够主动寻求解决策略, 并与同伴有效合作完成学习任务, 这为初三阶段的自主学习奠定了能力基础。

2.3 初三阶段: 行为自主, 强化自主学习行为

2.3.1 核心理念与目标

初三阶段是初中学习的冲刺期, 学生面临中考压力, 同时也是自主学习能力成熟的关键期。本阶段以培养独立学习行为、强化自我监控能力为核心目标。重点发展学生的自主规划、独立执行、自我评价、持续改进等关键行为, 实现从“师生共担”到“学生主导”的最终转变, 形成可持续的自主学习行为模式。

2.3.2 具体实践策略

本阶段设计的核心项目是“Teens报刊读后演讲分享”，采用“学生主导、教师支持”的实施模式。学生在自主阅读文章后需完成“3—2—1”任务：积累3个核心词汇或短语、掌握2个重点句型结构、提出1个深层次问题。学生需根据所提问题选择合适的思维可视图进行分析，撰写相关主题的短文，最后通过演讲形式与同学分享学习成果。

驱动问题：如何通过深度阅读和批判性思考，设计有价值的问题帮助同学更好地理解文章？

实施流程：学生自主选择《21世纪学生英文报》中的文章，根据个人兴趣、学习需求和中考热点自主选择阅读材料，体现学习的个性化和针对性。同时自主计划安排每周的阅读时间、提问角度，培养时间管理和任务规划能力。此外学生建立个人学习档案，记录阅读进度、词汇积累、问题思考和反思总结。

核心支架工具：第一，写作量表。从结构完整性、内容逻辑性、语言准确性、卷面整洁性四个维度提供详细的评价标准，引导学生进行自我检查和持续改进；第二，考前押题复习单。结合中考命题规律和热点话题，引导学生以“命题者思维”预测可能的考点和写作主题；第三，同伴互评表。从问题设计的深度、分析过程的逻辑、演讲表达的清晰度等方面进行互评。

2.3.3 实施效果与反思

经过一学年的实践，学生的自主学习行为得到强化，项目取得了预期成效。

量化数据显示：学生在自主学习行为维度的量表得

分从开始的平均2.95分提升到初三结束时的3.55分。同时，学生的中考英语成绩也有明显提升，班级平均分对比八年级下学期提升6.62分。

在自主学习行为表现上，大部分学生建立了个人学习档案，详细记录学习过程和成长轨迹，能够定期进行自我评价和反思，形成了持续改进的学习循环。

学生的自主学习行为不仅体现在英语学科，还迁移到其他学科的学习中。访谈中，学生表示：“现在学习任何科目，我都会先分析自己的基础，制定计划，然后按计划执行，遇到问题及时调整。”还有学生说：“我会根据自己的兴趣和需求主动寻找学习资料，还会用英语记录生活中的有趣事件，学习英语国家的文化知识来帮助理解语言背景。”

通过三年递进式的项目化学习实践，学生在“心理—能力—行为”三个维度上都实现了明显发展，为后续阶段更加复杂的学习任务做好了准备。

3 结果与讨论

3.1 自主学习能力提升成效

3.1.1 总体发展水平

经过三年项目化学习实践，学生的英语自主学习能力提升获得了显著提升。如表2所示，配对样本T检验结果表明，学生自主学习能力提升总分从前测的3.09分提升至后测的3.66分，提升0.57分， t 值为12.54， $p < 0.001$ ，达到极显著水平。这一结果有力证明了三年递进式项目化学习方案的有效性。

表2 前后测各维度配对样本T检验结果 ($N=40$, $df=39$)

Table 2 Results of paired samples t -test for each dimension in pre-test and post-test ($N=40$, $df=39$)

自主学习三维构念	前测均值	后测均值	均值差异 (后测—前测)	t 值	p 值 (Sig. 2-tailed)	显著性
自主学习心理	3.45	3.98	0.53	8.65	0.000	**
自我管理学习能力	3.12	3.85	0.73	11.21	0.000	**
自主学习行为	2.95	3.55	0.60	9.13	0.000	**
总体	3.09	3.66	0.57	12.54	0.000	**

3.1.2 三维构念发展特征

自主学习心理维度表现出稳定而显著的提升，从3.45分增长至3.98分 ($\Delta=0.53$, $p < 0.001$)。这一结果印证了初一阶段“习惯筑基”策略的有效性，通过个人英语报告和作业书法展等项目，成功激发了学生的学习兴趣，建立了学习信心，为后续能力发展奠定了坚实的心理基础。

自我管理学习能力维度取得了最显著的提升，从3.12分跃升至3.85分 ($\Delta=0.73$, $p < 0.001$)，提升幅度达23.4%。这一成效主要归功于初二阶段的“策略引领”，通过八大思维图、自主学习单等支架工具的系统运用，学生在计划制定、任务分解、进度监控等方面的能力得到了有效培养。

自主学习行为维度虽然也实现了显著提升，从2.95分增长至3.55分 ($\Delta=0.60$, $p < 0.001$)，但其绝对分值仍为三个维度中最低。这提示一线教师，尽管初三阶段的“行为自主”项目取得了积极成效，但学生在资源利用、元认知监控等深层次自主学习行为方面仍有进一步提升的空间。

3.2 学业成绩提升效果

3.2.1 整体成绩变化

学业成绩数据进一步验证了项目化学习的实效性。如表3所示，班级英语平均分从七年级上学期（深圳市七年级英语满分100分）的63.42分稳步提升至中考（深圳

市中考英语满分100分)的77.12分, 总体提升幅度达13.7分。配对T检验结果显示 ($t=8.74, p<0.001$), 这一提升

具有统计学显著性, 95%置信区间为 [10.29, 16.36], 不包含0, 证实提升真实有效。

表3 学业成绩发展统计表

Table 3 Statistical table of academic performance development

测试时间	平均分	标准差	最高分	最低分	及格率 (%)	优良率 (%)
七年级上学期	63.42	14.58	92.85	27.42	62	16
八年级下学期	70.55	17.83	96.75	31.8	70	36
中考	77.12	18	99	38	76	50

3.2.2 个体发展差异

从个体层面分析, 88%的学生 (43人) 实现了成绩提升, 其中26%的学生 (13人) 大幅提升超过20分, 64%的学生 (31人) 显著提升超过10分。最大提升幅度达30.61分, 充分体现了项目化学习对不同基础学生的普遍适用性。

等级分布的优化更加明显: 经过三年实践, A+等级学生从4人增至5人, A等级学生从11人增至14人, 整体分布向高分段集中。特别值得关注的是, 4名学生从A等级提升至A+等级, 4名学生从B+等级提升至A等级, 验证了“分层递进”培养模式的有效性。

4 结语

本研究通过三年追踪, 验证了“习惯筑基→策略引领→行为自主”阶梯式项目化学习模式对初中生英语自主学习能力的培养效果。研究表明项目化学习能够显著提升初中生英语自主学习能力。其中, 自我管理学习能力维度提升最为突出 ($\Delta=0.73$), 印证了策略教学和工具支撑的有效性。三年递进式培养模式符合初中生认知发展规律, 初步形成初中生英语自主能力发展路径。同时, 自主学习能力的提升促进了学业成绩的改善, 证明了素养导向教学与学业表现的正向关系。

研究同时为项目化学习实践提供了建议, 教师在初中英语项目化学习实践中应注重分阶段实施策略: 初一阶段应重点提供学习支架, 激发学习兴趣, 建立学习信心; 初二阶段应强化小组合作, 运用思维导图等可视化工具传授学习策略, 培养管理能力; 初三阶段应突出学

生自主, 通过开放性任务和自我评价工具固化自主学习行为。

接下来将完善变量控制, 扩大研究对象范围, 提高结果的普适性, 进一步探索项目化学习影响自主学习能力的内在机制和关键要素。

参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 义务教育英语课程标准 (2022年版) [S]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.
- [2] 林莉兰. 基于三维构念的大学生英语自主学习能力量表编制与检验 [J]. 外语界, 2013 (4): 73-80.
- [3] Benson P. Measuring autonomy: Should we put our ability to the test? [A]. In Paran A & Sercu L (eds.). Testing the Untestable in Language Education [C]. New York: Multilingual Matters, 2010: 77-97.
- [4] 美国巴克教育研究所. 项目学习教师指南: 21世纪的中学教学法 (第二版) [M]. 任伟, 译. 北京: 教育科学出版社, 2008.
- [5] 王鑫. 指向思维品质培养的初中英语阅读教学: 思维可视图的应用方法与案例 [J]. 英语学习, 2021 (S1): 60-62.
- [6] 张文兰, 张思琦, 林君芬, 等. 网络环境下基于课程重构理念的项目式学习设计与实践研究 [J]. 电化教育研究, 2016, 37 (2): 38-45, 53.

An Empirical Study on Cultivating Junior High School Students' English Autonomous Learning Ability through Project-Based Learning

Wang Xin

Shenzhen Haiwan Middle School, Shenzhen

Abstract: Based on the three-dimensional construct theory of “psychology-ability-behavior”, this study takes 50 junior high school students from a middle school in Shenzhen as the research objects and adopts a three-year longitudinal study to explore the practical path of cultivating junior high school students' English autonomous learning ability through project-based learning. The study designs a three-year progressive project-based learning plan featuring “habit building in Grade 7, strategy guidance in Grade 8, and behavioral autonomy in Grade 9”. Data are collected using an English autonomous learning ability scale, academic performance records, and semi-structured interviews. After three years of practice, the stepped project-based learning path has been proven effective in improving junior high school students' English autonomous learning ability and academic performance.

Key words: Project-Based Learning; Autonomous learning ability; Three-dimensional construct; Junior high school English