

<<生命发展阶梯>>

图书基本信息

书名：<<生命发展阶梯>>

13位ISBN编号：9787505422988

10位ISBN编号：7505422987

出版时间：2010-2

出版时间：朝华出版社

作者：程鸿勋

页数：299

字数：310000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;生命发展阶梯&gt;&gt;

## 前言

《生命发展阶梯——阶梯式学习法》一书出版之前，程鸿勋老师嘱我为之作序，我当即答应下来。因为如何让孩子爱学习、会学习是一个极大的难题，而程老师几乎集毕生之经验，写出这部指导成功学习的力作，我怎能不支持他呢？

每个人生下来都是学习者，但学习的需要并不相同，有认知需要、发展需要、报答需要和竞争需要之别。

最好的学习需要是认知需要，即学习的目的就是为了获得知识与能力，这是一个人最重要的也是最稳定的内在学习动力。

换句话说，一个人只有认知需要强烈，才可能热爱学习。

因此，教师与父母的最大魅力，便是吸引孩子热爱学习。

然而，非常遗憾的是，在我们做的全国中小学生学习与发展状况调查中发现，因为喜欢读书而上学的学生中，小学生仅占8%，初中学生仅占11%，高中学生仅占4.3%。

也就是说，绝大多数孩子缺乏热爱学习的宝贵元素——认知需要。

在我看来，这是一个十分可怕的重大事实。

正是面对这一困扰，我们愈发感到程鸿勋老师研究成果的重要价值。

早在1999年6月，我们就专门采访过他，并在9月号《少年儿童研究》杂志发表了专访，题为《怎样让孩子爱学会学》。

请看我们的对话：问：沉重的学习负担导致了一些孩子不爱学习。

造成这种现象的原因一方面是教师和父母的压力，另一方面是孩子们没有掌握科学的学习方法。

请问应该有一个什么样的学习方法？

答：现在学生不会学、不爱学是普遍存在的问题，许多父母和学生处于烦恼之中。

这不仅影响了教育质量，而且会造成恶性循环，影响学生们创造性的发挥。

让孩子爱学习、会学习是奠定一个人一生的基础。

创新意识、创造能力从哪里来？

关键来自平时的学习。

所有的人，尤其是青少年，必须学会学习。

爱学是会学的动力，会学是爱学的基础。

作为基础教育，它的首要任务就是要教会学生学习。

学会学习，是培养创新意识的重要一环。

一个人学习的过程，就是不断觉悟的过程、创新的过程。

就人的成长来说，应该天天感到自己在超越。

而现在的孩子不仅不爱学、不会学，还存在着“两少”的问题。

问：哪“两少”？

答：一“少”是外部对孩子要求的目标多，而孩子们自己的目标少。

要把父母的期望转化成孩子的期望，关键是要使孩子形成自己的目标，变成自己的行动，让他自己知道自己长大了应该干点什么。

我们常常听父母或者老师唠叨“这个孩子变好了”，什么是“变好”？

成绩好了一点点不叫“变好”，“变好”的重要原则是孩子们有了自己的追求目标，这时你就会发现孩子懂事了。

二“少”是孩子们虽然有了目标，但达到目标的阶梯和办法少。

也就是说，人的目标应该是分阶梯的，有远期、中期、近期之分，一步一步去实现。

一个人如果没有近期目标，他就会不勤快；没有中期目标，就会不精神；没有远期目标，就会没气势。

基于这个想法，我提出了“阶梯式学习法”。

什么是“阶梯式学习法”呢？

## &lt;&lt;生命发展阶梯&gt;&gt;

简单地说，阶梯式学习法是让在同一个教学班中不同程度的学生各得其所，各有奔头，使知识、能力各不相同的学生，沿着各自设置的目标(台阶)，独自奋斗，攀登。

程老师把上课分为五级：一级是跟着上课。

上课时，学生只是跟着听，被动地抄笔记。

这是口袋式上课，水平很低。

二级是懂记上课。

上课时积极思考，在懂的基础上加强记忆。

三级是联想上课。

展开思路，举一反三。

四级是多得上课。

尽量扩大课时内的收获，知识的、美感的，等等。

五级是专论上课。

对某一专题有了独立见解，上课是来与老师做深入研究、讨论的。

程老师还把作业也分为三级：一级是独立认真完成作业。

二级是高效率作业。

作业正确，整洁，用时短。

三级是自我审批作业。

自我评审，并在作业本上加批注。

程老师还认为，所有的学习环节和教育任务，都可以分为几个目标层次，把学习的目标层次交给学生，让学生自己去攀登。

具体实施时，主要抓三个环节：首先，抓升级，在学生自己认定所属级别后，教师再个别指导，帮助。

其次，抓交流，让学生交流学习方法。

第三，抓合作，阶梯式学习法体现着学生为主体、教师为主导，并争取父母积极配合，是提高教学效果的重要手段。

我想，程老师之所以把详细介绍阶梯式学习法的书定名为《生命发展阶梯》，其用意是深远的。

任何学习的指导都不是单纯的技能性的，而无不渗透了对生命与人格的理解。

程老师的学习指导中，包括了两个最重要的思想：一是培养良好的学习习惯；二是培养健康的人格，确立科学的成功观。

应当说，这是一切教与学探索的最根本的内容。

教育的核心不是传授知识，而是培养人的健康人格。

培养健康人格最重要的也是最有效的途径，就是从小培养孩子的好习惯。

所以，中国青少年研究中心申报了全国教育科学“十五”规划课题——少年儿童行为习惯与人格的关系研究。

我与程鸿勋老师一起在做这项课题，从做人、做事、学习三个方面，来研究习惯与人格的关系。

程鸿勋老师负责学习习惯与人格关系的研究，此书便是他的科研成果之一。

程老师说，爱学是德育之本。

我是赞同的，我甚至认为，爱学是万善之源，厌学是万恶之源。

试想，当精力充沛、身体强壮的青少年拒绝读书学习，他们巨大的时间空白将会干什么呢？

求知的世界阳光灿烂，无知的天地充满危险。

所以，联合国多次发出呼吁，全世界都要同学业失败现象作斗争。

我希望广大教师与父母以及一切学习者，特别是青少年学生都来读《生命发展阶梯》这本书，我相信大家必定会有开卷有益的感受。

尽管这本书表达了许多现代的教育教学思想，也介绍了不少卓有成效的学习方法，但有些概念需要进一步推敲，有些叙述需要进一步理顺等。

不过，毕竟瑕不掩瑜，我一向认为，一本书的价值是由作者与读者共同创造的。

让我们与孩子相互学习，一起成长，共同走进一个生机勃勃的学习型社会！



## <<生命发展阶梯>>

### 内容概要

本书是程鸿勋教授的代表作，同时也是“阶梯式学习法”的品牌核心教程，对“阶梯式学习法”进行了系统讲解，渗透了十余种先进的教育理念，从理念到具体操作方法，可谓集大成者。

本书是团中央“中国教育名家思想库”中的最为重要的作品之一，在教育界和思想界具有重大影响

。教育家、经济学家、原国家体改委副主任童大林认为，本书是从人的教育和学习的角度，对人类即将到来的新启蒙运动作了一个“序言”。

著名文艺理论家、中宣部原副部长林默涵认为，本书将教育理论与人的发展理论结合起来，是我国教育理论创新的一个重要成果。

著名教育专家、中国青少年研究中心副主任孙云晓则认为，程老师的学习指导中，包括了两个重要的思想：一是培养良好的学习习惯；二是培养健康的人格，确立科学的成功观。

应当说，这是一切教与学探索的最根本内容。

## <<生命发展阶梯>>

### 作者简介

程鸿勋，著名教育专家，阶梯式学习法创始人，中国关心下一代工作委员会专家委员会、儿童发展研究中心学习科研室主任，养成教育总课题组副组长。

其首创的“阶梯教育”和“活动教育”，在激发孩子的潜能发展，引导孩子爱学、会学，培养孩子良好习惯和人格方面均有显要、

## &lt;&lt;生命发展阶梯&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 学习的生命发展价值 学习是人的生命本能和发展 主动学习发展 学习的核心价值——人的自我更新 新世纪的学习——人的整体生命的自觉更新第二章 人要全面学习 学习的客体是全面、丰富、有特色的 主体有意识的五大参与，体现丰富的学习人生 主体潜意识学习，体现人生命的完整性第三章 指向自我的伟大实践 自己认识自己 自己规划自己 自己调控（生产）自己 自己研究自己第四章 学会学习 国际上一个强大的声音呼唤人类——“学会认知” 学会学习——懂学习、会学习、爱学习 普遍存在而又亟待解决的问题 终身学习第五章 学习习惯培养的时代性进展 学习习惯的时代特征 学习习惯的具体化和系统化 学习习惯培养的主要原则 学习习惯培养的策略和方法第六章 学会学习的基本方法——阶梯式学习法 什么是阶梯式学习法 阶梯式学习法的三大理念——主动、成功、阶段觉悟第七章 做好预习，学会自觉探索 超前、主动、探索 预习行为水平的阶梯目标及操作 根据自己的学习情况来预习 根据学科特点进行预习第八章 学会上课，提升生命质量 上课对人的学习与发展作用巨大 上课行为水平的阶梯目标 怎样提高上课水平第九章 搞好复习，强化体验。 注重创新 强化、深化、概括化 复习行为水平的阶梯目标及操作 把平时复习和阶段复习结合起来第十章 做好作业。 增长智能。 注重成果 醒悟、灵活、智能、品质 作业行为水平的阶梯目标及操作 做好课外练习第十一章 阶梯式学习法具体操作探索 抓真实定位（认识自己，生成目标） 抓合作升级（改变课型，提高水平） 抓讨论教学（群体效应，全面发展） 抓激励评价（期望发展、行为成效） 抓整体改革（整体工作，整体发展） 抓交流推广（注重办法、成效迁移）附录后记

## 章节摘录

第三章 指向自我的伟大实践 自己调控（生产）自己 二、充分利用兴趣发展自己 1.什么是兴趣 对学习内容或参与学习活动的兴趣，叫做学习兴趣。

从这个意义上来看，兴趣和学习兴趣基本上是一回事。

古今中外，由于对某种事物有浓厚兴趣而成为专家、科学家、伟人的事例太多了。

历史上，有个专偷尸体的人的故事。

1536年的一天，在比利时发生了一件怪事，绞刑架上的尸体被盗了。

在比利时法律上明文规定，盗尸是要被处以绞刑的。

正当警方四处通缉盗尸犯的时候，一个人正藏在秘密的地窖里专心致志地解剖“偷”来的头颅呢！

这个偷尸体的人，叫维萨里，后来，他多次偷尸体进行解剖，不知与尸体打了多少年的交道，最后终于写成了一部惊世著作《人体的构造》，成为世界上第一个正确认识人体结构的科学家。

什么是学习兴趣呢？

学习兴趣就是学习者对学习对象或学习对象力求认识或力求参与的心理倾向。

兴趣是人的基本需要，是人的一种内在动力。

兴趣的源泉是人的伟大的天性——好奇心，正因为如此，人们才带有感情色彩地积极地去探究某种事物和活动，人们才会产生揭示自然和人类奥秘的强烈欲望，才有了对真理的执著追求。

可见，兴趣是人的意识对一定事物或活动的内在趋向性和选择性。

人内在趋向什么，选择什么，很不简单！

有着丰富而深刻的内涵，可见，兴趣是人生命活力的主要表现。

有的人面对纷纭复杂的大千世界，面对浩瀚无垠的知识海洋，熟视无睹，麻木不仁，甚至心情冷漠。

我们与其说他缺少兴趣，不如说他缺少生命力。

2.兴趣使人爱学习，会学习，成就大业 兴趣对人的知识的增长，智能的提高，情感的调动，品格的形成，潜能的发挥，成长、成功、成才等等都起着巨大的作用。

今天，从社会角度来看，兴趣是一个人爱学习、会学习的重要基础。

是终身学习的人必不可少的重要素质。

学习者一接触到自己感兴趣的学习内容或活动，态度就积极，心情就愉快，思维就活跃。

苏霍姆斯基说：“他们带着一种高涨的、激动的情绪从事学习和思考，对面前展示的真理感到惊奇甚至震惊；学生在学习中意识和感觉到自己的智慧力量，体验到创造的欢乐，为人的智慧和意志的伟大而感到骄傲。

”可见，兴趣是一种动力，是人生存和发展的内在的重要动力。

它既有引起的动力作用，又有维持的动力作用。

在生活、学习和工作中，常会听到人们用下列词汇去表述由于有了强烈兴趣而达到的境界：“积极主动”“如饥似渴”“废寝忘食”“持之以恒”“夜以继日”“手不释卷”等。

兴趣是有感情色彩倾向的。

当人处于上述状态时，可想而知，人付出了多大的热情。

这种状态就是对人付出热情的最大回报。

人在这种状态里的宝贵体验对人的最直接作用，就是调动人有更大的积极性。

对学习来说，人就会更加热爱学习。

这种状态也会把兴趣提升为乐趣。

当充满乐趣地从事学习时，环境多么困难艰苦，他都感到快乐，甚至感到无比的快乐。

达尔文说：“我一生主要乐趣和唯一职务就是科学工作，对于科学工作热心使我忘却或者赶走我的日常的不适。

”爱因斯坦说：“推动我进行科学工作的是一种想了解自然奥秘的抑制不住的渴望，而不是别的感觉。

”诺贝尔物理学奖获得者丁肇中博士说：“成为一个杰出科学家最重要的，第一是要对科学感兴

## &lt;&lt;生命发展阶梯&gt;&gt;

趣，认为从事的科学是你一辈子唯一的乐趣，其他都是次要的。

假如你没有这个信心的话，你就不应该从事科学研究，而应该做别的。

” 居里夫人说：“科学的探讨研究，其本身就含有至美，其本身给人的愉快就是报酬。所以我在我的工作里面获得快乐。

” 巴甫洛夫说：“感谢科学，它不仅使生活充满快乐和欢欣，并且给生活以支柱和自尊心。

” 在生活、学习和工作中，对于出现上述境界的人，人们也常会用下列词汇表述：“全神贯注”“兴奋不已”“如痴如迷”，等等。

“全神贯注”是所有成功的人、伟大的人都有过的共同经历。

我国东晋著名书法家王羲之专心于书法，一次他写字时书童把饼子和蒜泥端上来，请他吃饭。

他的夫人走进来，只见王羲之满嘴是墨，原来他是用饼子蘸着墨汁吃的，还不住地对夫人说蒜泥好吃，好吃。

类似这样专注的趣事还很多。

“全神贯注”确实能像钻头一样，能钻透如铜墙铁壁一般的知识堡垒，从而占领知识的高峰。

学习需要兴奋。

人在兴奋状态下思维活跃，思路开阔，联想丰富，创新意识强烈。

同时人的分析、综合、抽象、概括等能力都较强。

这时的学习效率肯定高，学习效果肯定好。

经常处于“全神贯注”“兴奋不已”状态，有利于知识的理解和掌握，有利于学习成绩的提高，有利于学习能力和品质的发展。

这种状态会使人形成、校正、创新学习的方法，从而使人更加会学习。

“痴如迷”地学习，会使人获得更深刻的领悟和独到的见解，是人潜能发挥的契机，是人的创造精神的源泉。

众多的在某一方面取得成功的人都有过这样的学习经历。

兴趣对人的发展还有一个重要作用，就是定向作用。

一个人现在做什么、不做什么是由自己的兴趣来定向的。

因此，要努力地引导自己发展那些积极的健康的兴趣，坚决拒绝和抑制那些低级趣味的不正当的兴趣，如赌博、恶作剧等。

在现代社会中，一个人现在做什么、将来做什么，与兴趣有很大关系。

特别是当一个人的某方面兴趣与他的志向结合起来时，也就是说兴趣与他的崇高理想、远大目标结合起来时，就形成了志趣。

这时的兴趣会对人的未来发展起到全面准备的作用。

浓厚的兴趣会使远大理想的目标坚定，实现顺利，业绩辉煌。

我国20世纪六七十年代主张目的学习，西方强调兴趣学习，今天，要把兴趣学习和目的学习结合起来。

郭沫若说：“兴趣出勤奋，勤奋出天才。

” 爱因斯坦说：“推动我进行科学工作的是一种想了解自然奥秘的抑制不住的渴望，而不是别的感觉。”

## <<生命发展阶梯>>

### 媒体关注与评论

我想，程老师之所以把详细介绍“阶梯式学习法”的书定名为《生命发展阶梯》，其用意是深远的。

任何学习的指导都不是单纯的技能性的，而无不渗透了对生命与人格的理解。

程老师的学习指导中，包括了两个重要的思想：一是培养良好的学习习惯；二是培养健康的人格，确立科学的成功观。

应当说，这是一切教与学探索的最根本的内容。

——中国青少年研究中心副主任 孙云晓 由程鸿勋教授首创的“阶梯式学习法”是让每一个不同程度的学生各得其所，各有奔头，使知识、能力各不相同的学生，沿着各自设置的阶梯目标，独自奋斗，攀登。

让孩子爱学、会学是奠定一个人一生的基础。

从这个意义上说，程鸿勋教授是一位真正的民族英雄。

——中国关心下一代工作委员会专家委员会副主任 林格

## <<生命发展阶梯>>

### 编辑推荐

著名教育专家林格、孙云晓、杨春茂重点推荐！

三十年的反复实践，引发了一场真正意义上的学习革命。

科学的理论依据，四个学习环节的分述，五个阶梯水平的划分，各阶梯详细的要求说明和指导，形成一套学习操作系统——阶梯式学习法，科学，系统，好操作，帮助学生减负担、增效能，帮助学校出名师、出品牌。

欢迎渴望成功的人，热情地沿着阶梯前进！

本书是程鸿勋教授的代表作，同时也是“阶梯式学习法”的品牌核心教程，对“阶梯式学习法”进行了系统讲解，渗透了十余种先进的教育理念，从理念到具体操作方法，可谓集大成者。

<<生命发展阶梯>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>