# 培养自学能力的方法有 提高自学能力的方法(五篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-06-27

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧培养自学能力的方法有 提高自学能力的方...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**培养自学能力的方法有 提高自学能力的方法篇一**

进入高中，新的面孔。新的环境、新的学习任务、新的作息制度，使学生不知所超，特别是一天两三节自习，甚至四节自习课，再加上两个多小时的晚自习，这些时间怎么安排，于是一部 分学生对高中生活很不适应。为什么会出现这种状况呢？一个重要的原因就是他还未适应高中生活，还未实现由初中到高中学习生活的转变。初中，基本上是老师占主角。不停地讲，有限的自习时间。甚至晚自习也用于讲课。没有给学生自由时间。那么，怎样适应高中生活呢？一个非常重要的方法就是要养成自学习惯，完成由 死记硬背到理解记忆，由老师灌输到自己学习，自己要学习的转变。那么，怎样实现这一转变，怎样培养学生的自学能力、自学习惯呢？自学能力按照认知心理学分析，就是学生将自己的学习活动作为对象加以主动积极地控制和管理的能力。经过观察，在高一应从以下几个方面培养学生的自学能力。

首先，使学生树立“变化的智能观”

刚入校，学生之间流行一种说法，认为人的头脑聪明或不聪明，一生不能改变，特别是扩招生，这种认识尤盛。我们称其为“固定的智能观”。如果持有这种观点，学生就不能在原有的水平上继续进步和发展，就会失去学习信心和努力向上的动力，同时也会影响学生一生的学习和工作。树立“变化得智能观”就显得格外重要和紧迫。它要求学生明白，大脑通过不断地训练，可 以变得越来越聪明。一旦树立这种观念，就会大大增强他们学习的积极性和学习兴趣，就会自觉地、主动地学习，也就能使头脑变得更聪明。如十班有位同学，自卑心理很重，找她谈话。竟哭 了；说自己末考上一中，复习一年；还未考上；拿了许多钱来上学。我就告诉她并不笨，是自己不会用脑，我还告诉她高中学习的基本方法。告诉她一定能考好，并多次做她的思想工作。果然，期中考试在年级前进300多名，从而使她树立了更大的信心。

其次，重视学生独立思考能力的培养。

独立思考能力的培养对适应高中生活尤为重要。高一开始，许多班自习课乱哄哄的，学生说话、问问题，不去独立思考。因此，必须要求自习保持安静，让学生独立思考，有问题课下再问，这样，就能逐步培养起独立思考的能力。为什么要培养学生的独立思考能力呢？从认知心理学观点来 看，首先，在相同的时间内学习相同的内容，自己进行深入思考 的学生比只是记下教师所教内容的学生，能够更好地理解和记忆学习内容。这种差别是由于对学习材料处理水平不同而造成的。我们称之为“处理水平效应”。另外，自己选择记忆对象比别人 指定记忆对象要好，这种现象被称为“自我选择效应”。由此可见，在学习过程中让学生独立思考，积极参与，会取得理想的学习效果，也能为其以后的学习打下良好的基础。其次，通过自己 的思考而理解学习内容的体验，可以给学生带来很大的快乐感。因此，课下学生提问时，在学生努力思考，寻求答案时如果教师过早的把答案告诉学生，实际上就是人为她终止学生的思考。在教学过程中，有些学生努力思考，可以观察他们听课时总是面带微笑，在老师还未讲出下一步骤时他们已考虑到，思维有了超前意识、回答学生提问时，教师旁敲侧击，引导其回答所问 问题，最终找出完整答案。而自习课安静，更能迫使其独立思考自己解决遇到的问题。

再次，让学生保持对学习方法的关心。进入高中，适应高中学习，事实上就是实现学习方法由初中到高中的转变。当学生从事一段时间的学习活动之后；他们对头脑内部的学习过程，如思考、理解、记忆等等，渐渐能加以注意，并能够对 自己的学习方法进行分析。如“改变观点就能理解”，“回忆前须学过的知识，就能讯速地解题”等。这些认知方面的体验对学生十分有益、实际上学生掌握了学习方法，可以更积极。有意识地进行自学。因此，教师在教授知识的同时，应多向学生讲些学习方法、做题方法。培养学生举一反三的能力。对学生自己；学习过程中存在着各种学习方法和策略，如果注意观察和分析自己和他人的学习，就能发现很多对自己有用的学习方法和策略。学生如果掌握了一些科学方法和策略，将对今后的学习产生巨大的 影响。这里，班主任就可以引导，比如开一些学习经验交流会；让学生互相学习。借鉴对自己有用的方法，将学习这种“学习者个人内部的行为”，变成一种“合作学习”，互相帮助。共同提高。这里又要注意学生座位的编排，使学生能互相弥补，相互促 进。同学之间的合作学习，相互交流，往往会收到十分理想的效果。保持对学习方法的关心。事实上就是使学生不断调整自己，形成我在学、我要学的习惯，更好地促进学生自学。

第四，注意合理运用现代教学辅助手段。合理运用现代教学辅助手段，这是现代社会对教授活动和学习活动的新要求，是现代教育不可缺少的组成部分。也是未来学习的需要。因此，教师在教学中应尽量使用现代教学手段，同时，学生应使用现代教学媒体进行学习。这一点，学校也应尽量提供先进教学设备，教师应充分利用现有的教学设备。现在，一些家庭购买电脑，许多家教软件的使用，就可使学生自学能力逐步 提高，从而为以后的学习打下良好多基础。

**培养自学能力的方法有 提高自学能力的方法篇二**

培养自学能力的有效途径

——从“问题式教学法”谈起

柴维斯

自学能力是获取新知识的最基本最重要的能力。提高自学能力就是提高掌握知识的质量和速度，并能不断地扩自学能力又是独立工作能力、科研能力等其他方面的重要基础。所以说自学能力是一个人终身受益的法宝。自学不仅对学生在校期间学习是必要的，而且对于毕业后面对未来更有着不可忽视的意义。

培养自学能力，首先要学会正确地选择学习目标和制定学习计划。同时，自学能力的培养和提高，是多种因的结果：明确的学习目的和动机、强烈的兴趣、坚强的毅力等都是至关重要的。

教学方法的改革对于学生特别是高校学生能力的培养，是非常重要的一个因素。过去传统的教学方法，无论尾式，还是烘托、衍发式等，均是由教师讲细、讲透，重“教”轻“学”，重知识传授轻能力培养，特别是轻自养，不利于学生主体作用的发挥。我们在教学中提出了改革的教学方法—问题式教学法，实践证明，这是培养学的有效途径。

所谓问题式教学法即：1.由教师在课前将教学内容提炼出问题。所提问题按难易程度可分为难、较难、一般易等五种，按教学内容可分为基本、重点、难点、研究等类型。2.把此次授课应解决的问题交给同学们。3.学生则明确了本次教学单元的目标，从而有了学习目的，经教师稍加揭示或不用揭示带着问题去看书，从书中寻找答自学自己解决问题。4.由学生提出问题。由于学生在学习过程中进行了主动思考，所以也提出了许多问题，甚至到的问题。对学生自学能力、创新能力的培养，教师教学经验的丰富均大有好处。5.最后对教学内容进行简单、的总结。

在学期中段进行现场测试，即同学们带着问题自学后，不经过教师的讲授，直接做作业，结果60%以上的学做出来，并且比较准确、快速。而且，同学们在学习过程中比较注重基本概念。例如，互等定理在材料力学中是杂的理论部分，以往的教学过程中，同学们不太重视公式推导，只是满足于应用解题。而本次教学时有同学对互导提出疑问，从而认为互等定理不成立，在老师的帮助下找到了自己的错误，解决了问题，澄清了概念，印象非时，解题的方法也比较活跃、多样化。

问题式教学方法的效果主要受教师知识范围、工作经验、教学艺术、积极性和对问题的提升与管理等因素影明，问题式教学法对教师、学生都有很大的提高和帮助。特别是对学生自学能力、创造能力的培养和建立奠定了初使学生的独立意识增强，依赖课堂、教师的惰性减弱，改变了传统教学方法中学生的被动地位，使学生能自主学习和有效学习。该教学方法融传授知识、培养能力、提高素质为一体，是培养高校学生自学能力的一条行之有效者认为，可将其推广至其他课程、学科，例如文、理、农、医等的许多课程中去。(作者单位：广东工业大学)

**培养自学能力的方法有 提高自学能力的方法篇三**

加强自学能力的培养

新闻来源：原理海泛舟 发布时间：2024-7-14 14:30:31 浏览次数：322

自学能力是大学生应具备的诸种能力中很重要的一种，那么在校大学生如何培养自学能力呢?

一、改变被动的学习习惯和方法，培养独立思考的能力“高等教育必须重视培养学生具备会思考、探索问题的本领。人们解决世界上的所有问题是用大脑的思维能力和智慧，而不是搬书本。”这是爱因斯坦的真知灼见。但是。目前我国大学生的学习习惯仍然是“搬书本”，靠老师，懒于独立思考。听课昕不懂，自己不动脑筋，要求教师细讲。课后没有复习习惯，只知模仿例题完成作业。考试前要求教师集中辅导，找出重点，分析例题，考试时依葫芦画瓢，应付过去。结果，表面上看成绩不错，可惜只培养了机械记忆和模仿习惯。这种被动的陈旧的学习方法必须改变。要培养出很强的自学能力，首先要掌握科学的思维方法，这就是要掌握马克思主义的唯物论和辩证法。因为它是关于自然、社会和人类思维的知识的高度概括和总结，为一切科学研究提供了科学的世界观和方法论。当然，也为培养自学能力提供了最佳的途径和方法。其次，要学会在独立思考中发展思维能力。思维能力不是靠教师在课堂上灌输出来的，而是遇着问题逼着自己去思考，训练出来的。再次，要不断总结自己的思维方法。一个人对一个具体问题的思维过程是很复杂的，在这个过程中会发生一些错误，要善于经常总结经验教训，并提高到逻辑和哲学的高度来审视，这就能避免以后重犯思维方式的错误。这是提高思维能力的重要手段。

二、在教学的各实践环节中培养自己的操作能力

“高分低能”仍然是目前我国学校教育中的一个主要弊端。要改变局面，首先在于学校和教师转变教育思想。但是，作为学生，也要深刻认识这种弊端，主动争取把自己变为学习的主体。其中重要一环，就是要努力在教学的各个实践环节中主动动手，独立操作，训练自己独立处理问题的能力。如理科学生，作实验时，不要停留在老师已事先将一切安排停当的实验项目上，只按步就班地利用调整好的实验仪器，按指定的方法进行操作，按规定的实验步骤进行。这样做，省时省力，但浮光掠影，事过境迁，印象不深。要做一些自己设计的实验，可以请老师协助出些题目。然后，自己独立地去查阅资料，独立设计实验步骤，测试实验数据，分析实验现象，最后写出实验报告。再如文科的学生进入三四年级后，可以在教师指导下选些科研题目，自己进行研究。围绕选题，自己去查询，搜集、审阅、整理资料，检索文献，进行独立思考，形成自己独到的见解，最后写出论文。这个过程，就训练和培养了利用资料、利用图书馆、吸收新知识，独立处理问题，解决问题的本领。这就是培养了自学的能力。

教学环节中安排的生产实践和社会调查，更是难得的培养实践能力的极好机会。因为它不仅可以使人获得实际生产知识和技能，获得社会其他生活知识和经验，而且使理论联系实际，全面培养各种能力，包括管理能力，协调能力。可惜这些年给学生实践的机会太少。唯其少，越显得可贵。

三、广泛参与各类课余活动，在第二课堂里培养能力

大学生各种能力锻练和培养，应是多渠道、多形式、多类型、不同层次、不同环节交叉进行的复杂过程，单靠课堂上听讲是远远不够的。大学生每年课余时间(包括节假日)：约占课堂时间的一半。如果人们能充分利用这笔时间，改变“三点一线”式的单调生活，通过广泛参与各类丰富多彩的课余活动，会大大提高自己的学习能力和实践能力。如参加各种竞赛活动：演讲比赛，百科知识竞赛、征文竞赛，参加各类课外研究小组：物理系的无线电课外活动小组、政教系的国际形势评论小组、中文系的文学创作、评论、诗歌小组；参加各类文体活动：节日演出活动，校际联欢活动、周末晚会等。以及走出校门，参加义务劳动，学雷锋活动、帮教活动、科技咨询等。这些活动可大大弥补目前课堂教学的单调和不足，可以开阔视野，增长知识，丰富生活，接近社会，同时能训练自已的组织管理能力、协调交际能力、表达演讲能力。这些，都是作为一名现代社会里大学生不可缺少的能力。

**培养自学能力的方法有 提高自学能力的方法篇四**

浅谈小学生自学能力的培养

云梦县义堂镇明德小学张望连

随着科学技术的飞速发展，知识的更新以几何级数激增。这些知识、技术仅靠课堂或仅靠老师的传授显然是远远不够的。这就需要必要的补充，而自学是一种最佳的途径。小学生是学习的主人，如何引导学生主动学习，培养自学能力，使学生从学会到会学，提高探索科学知识的能力。教师应该努力做到放手让学生自己发现问题，自己研究规律，自己推导公式，自己归纳法则，自己探索创造。老师充分相信学生的能力，在充分放手的同时,在“导”字上下功夫,讲究“导”的艺术。“导”的好，学生的聪明才能得到充分发挥，成为学习的主人。

一、引导学生动手操作，调动自学能力。

兴趣是最好的老师。教学的艺术不在于传授知识，而在于激励、唤醒、鼓舞学生。教师要根据学生的实际年龄特点，知识能力，智力水平，抓住学生的思想活动的热点和焦点。在教学中，必须重视让学生动手操作，主动参与，借助操作启动思维，使学生自觉获得学习方法。如讲：“角的大小与角的两边无关。”要求每位学生用硬纸板做一个活角，师生共同操作：

1、活动角变大，角的两边是否变长。

2、活动角变小，角的两边怎样变。

3、用剪刀把两条边剪短，看一看有无变化。学生在动手操作中观察，比较，探索规律，突破难点，得出结论：“角的大小与边的长短无关。”学生在动手动脑的同时，获得知识，掌握学习方法，激励了学习兴趣。调动了自觉学习的能力。

二、放手让学生自学、自练、自批、自评。

教师要相信学生的能力，放开手让学生去做、去说、去论。只有在实践中能力才会受到锻炼和发展。自学是一种实践，学生在自学中不仅牢固的掌握知识，而且容易与解决实际问题相联系并形成能力。在教学中我们要有意识的培养学生这方面的能力。例如,自主探究式的教学方法要广泛采用。要优化课堂结构，改变传统的满堂灌，充分发挥学生的主体作用。教师只要做适当的引导。让学生正确对待在实践中成功与失败，要做到胜不骄、败不馁。特别要让学生从容的对待失败，树立必胜的信心，明确“失败乃成功之母”。

三、引导学生善于动脑，促进自学能力。

教学时，教会学生思考的方法，让学生在预习中带着问题思考，从老师讲的过程中思考，在课后不断思考，促进学生学会，掌握学习方法，把学生的思路引向深入。如教学分数时,121,就立刻联想到甲︰乙﹦1︰3,乙是甲的3倍,甲比乙少,甲是两数和的,3343乙是两数和的„ „久而久之,学生就会做一步,看两步,想到第三步。教师肯定学生上述4遇到甲是乙的种种想法，激励学生用不同的方法解答应用题，看谁思维正确，学生情绪高，再用画线段图的方法，分析分数与百分数的关系，一题多解可以开拓解题思路，提高思维的灵活性。问提学习数学的心脏，有了问题思维就有了方向，有了问题思维才有动力，创设最佳问题，就能引导学生自动能力。

四、引导学生观察，分析，培养学习能力。

根据教材的特点和学生的心理特征，课堂上充分引导学生动脑想，凡事通过思考能说的，教师不能包办代替，给学生充分的发言机会。从想思路，想解法，敢于把自己的想法说出来。说题意，说过程，说思路，说算理，直到设疑，释疑，能说清楚的，语言表达规范，说明知识学得扎实牢固。不爱说的同学，一定要鼓励学生说，多说，才能促进表达，计算，分析，思维等能力全面发展。如讲圆柱的侧面积时，让学生观察圆柱的模型，先看整体，再分析圆柱各部分，接着让学生动手操作。拿一张长方形的纸，卷成筒形，即侧面积，再展开这样反复几次。在操作的过程中观察，思考，展开的长方形，长是圆柱体的什么？宽又是什

么？让学生口述，你发现了什么？圆柱体的侧面是一个长方形，长方形的长是援助的底面周长，宽是圆柱的高。在学生有了丰富感性认知的基础上，引导学生推出侧面积计算公式：因为长方体的面积=长ⅹ宽，所以，圆柱体的侧面积=底面周长ⅹ高。这样学生对圆柱的侧面积有一个整体的认识，每个学生边观察，边操作，边口述，边分析推理过程，人人兴趣盎然，参与学习当中，使学生清楚的认识圆柱体的计算方法，培养了学生的观察能力，操作能力，分析能力，理解能力，也增强了自学能力。

培养学生的自学能力是教师传授知识的一种手段，学生可以终身受用的一种科学方法，只有把能力的培养贯穿到教学活动的始终，才能把科学知识深深印在自己的脑海里。叶圣陶先生说过：“阅读教学的目的，我以为首先在养成读书之良好习惯。”只有我们持之以恒，在课堂、课前、课后养成儿童自学的良好习惯，必有益于学生自学能力的形成，这样，“教，是为了不教”的目的就达到了。

**培养自学能力的方法有 提高自学能力的方法篇五**

如何培养小学生的自学能力

朱文娟

教学改革，就是如何培养学生正确的学习方法，把课堂还给学生，让课堂真正成为学生自己的发展空间，课堂变成学生谈论问题的地方，解决学习中完成质疑的场所，让学生真正成了的学习主人。这种教学改革是现今教育界多少人追求的，也是学生渴望得到的。本人就教学实践有以下做法：

一、对学生的课下要求

两单四步教学目标就是教会学生保证准确有效的学习方法，把教转化为不教。这样以来，单凭一节课把课学好学透，那是不可能的。为此，我们就要在课下对学生提出要求，首先要求学生在课下必须做好预习，为课堂做准备。对于四年级学生来说，预习就不知从何入手，即使有个别预习好的，也只是预习了课本的表面内容，课本内的知识挖掘不出来，这里就需要老师的帮助，所以，第一阶段就是引导学生如何进行预习.那么如何引导学生预习呢？首先，要学生看课本，先把看到的课本表面知识搞明白，会分出层次，之后要求学生对本节课学习的重点概括出来，再从每句话中引导学生，你想到了什么？你有什么发现。每个环节中你想到什么？联想到生活，以及前后知识的联系和本节内容的重难点总结，这些都要求学生必须吃透本节教学内容才能完成的，否则，学生是无法完成学习任务的。在预习中，该让学生动手的，就在预习中要求学生动手完成，从中得到知识的形成过程。并要求学生把获得的以及发现的写出来，帮助学生在课堂上为汇报而准备。学生预习到位了，内容预习透了，课堂上学生才能侃侃而谈，思维之间才能出现碰撞火花，才会出现质疑，在讨论中再进行解决问题，达到理想的课堂。

二、课堂上调动学生的学习欲望，调动学生主动学习

1．提供材料，创设自主学习条件

课堂教学中，精心设计一个恰到好处的教学活动，要出现这样

一个理想状态，能让每一个学生主动参与、观察、思考，获取自己的体验，在合作交流中不断优化自己的结论。要做到这点，对于小学生来说，特定的情境和充分的材料都是不可少的。美国心理学家布鲁纳说得好：“学习的最好刺激，就是对学习材料的兴趣。”教学中，要根据学生的年龄特点和认知特点，设计探索性开放性问题，给学生提供自主探索的机会，教师不能代替学生思考，不能简单地以成人眼光对学生的解答作出判断，要让学生在汇报中思维之间出现碰撞，在碰撞中发现问题，在碰撞中解决问题，在碰撞中理解问题是怎么提出的，概念是如何形成的，结论是如何归纳得到的，提供学生主动参与、表达自己想法的机会。

2．确立目标，启发自主参与

教学活动的出发点和归宿点，有着举足轻重的地位。学习者参与确定对自己有意义的学习目标，自己制定学习进度，参与设计评价，这是自主学习的特征之一。可是事实上教学目标基本上都是“老师说了算”，学生真正能参与确定教学目标的课堂少之又少。造成这一普遍现象的主要原因是 我们的教师观念上的“定势”造成的，总觉得理所当然决定权在教师手中，学生哪可能知道什么教学目标，就算让他们参与制定了，肯定也是七嘴八舌不得要领，浪费宝贵的课堂教学时间。只要启发得当，由学生来参与教学，将会极大地激发学生的学习欲望。这样把以前总是老师完成的东西交给学生，只要学生有了学习欲望，学生之间完成起来不难而且完成的会更好，因为那是集体的智慧加老师的智慧，所以课堂上老师调动学生的学习欲望，引导学生主动参与课堂会得到老师想象不到效果。

3．让学生想说就说

语言是思维的物质外壳，语言和思维的发展是密切相关的。小学生的语言表达能力和思维能力的发展 表现为不同步性，分析问题往往看到了、想到了就是表达不出来，再加上数学学科特有的抽象性、逻辑性，学生更是感到无从说起。针对这种情况，教师首先要不断鼓励学生，使他们敢说、爱说，怎样想就怎样说，说错了再重说，使学生慢慢学会说话。其次在课堂中教师要充分利用讨论的机会，来激发火花，把课堂推向理想的平台。调动一大部分的学生提供说以此来带动全部学生说。

4．激发情感，提高自主学习兴趣

在学习中，学生的认知、情感、技能、态度等诸方面应获得和谐发展。心理学研究表明：学生真正积极参与的关键是教学方法情感化。因此，教师应千方百计地去激发学生的学习情感，使学生在学习过程中有内在动力的支持，提高自主学习的兴趣。体现以学生发展为本、尊重学生、尊重师生之间的 情感交流，真正构筑数学课堂情感交流的平台。

5．评价主体的多元化

在自主学习过程中，评价者可以是教师，也可以是学生自己，要更注重开展自主评价。我们要改变学生处于被评价的被动局面，采用教师对学生评价和学生之间的互评以及学生的自评相结合的形式，注重发挥评价目标的导向作用，在教师指导下开展互评和自评，充分激发学生学习的积极性、主动性和创造性。评价内容的全面性。对学生自主学习的评价，既要关注学生知识和技能的理解掌握，更要关注学生情感和态度的形成和发展；既要关注学生学习的结果，更要关注学生在学习过程中的变化与发展，重视考察学生的思维过程。评价方式的多样化。课堂教学过程中为使对学生学习状况的评价更加客观和公正，应采取多种方式，既应包括对学生书面作业情况的评价，也应包括通过观察、提问、交谈等方式对学生在动手实践、自主探索、合作交流等活动中的表现进行评价。

三、质疑问难，培养自主学习能力

学贵有疑，“疑”是学习的需要，是思维的开端，是创造的基础。质疑问难是学生自主学习数学知识的重要环节。培养学生自主学习能力，教师要鼓励学生质疑问难，让学生敢问、会问、善问，培养学生敢于质疑问难的勇气和精神。

教师还要从思想上更新观念。把“你今天学到什么知识？”转变为“对于今天的学习你还有什么问题？”明确提问不仅是教师的权力，更应该是学生的权力。其次把课堂变成学生交流学习问题的地

方，让学生在学习过程中随时提出问题。课结束前，根据学生的表现，评选出“最佳提问人”和“最佳问题”，以调动学生参与获取知识的积极性，从而达到培养学生多思多问的“问题意识”。

只有预习要求到位，课堂才能到达预想的结果。也只有方法得当才能激发学生强烈的学习需要与兴趣，只有那些在教学内容上能够切入并丰富学生经验系统的教学，只有那些能够使学生获得积极的、深层次的体验的教学，也只有那些能给学生足够自主的空间、足够活动的机会的教学，才能真正发挥学生的主体作用，才能切实、有效地达到我们要求的效果。

2024年6月5日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找