

# 持续无声阅读对培养高中生英语阅读习惯的影响

邱 宏

**摘 要:** 良好的阅读习惯有助于学生阅读兴趣的提高和语言能力的培养。通过长期坚持课外阅读, 学生大量接触语言, 因而语言能力得以提高。为了培养学生良好的阅读习惯, 笔者在日常教学中开展了持续无声阅读(Sustained Silent Reading, 简称SSR)的行动研究, 即利用每节课的10—15分钟, 师生一起安静地阅读。学生自己选择阅读材料, 并独立进行阅读。笔者发现, SSR活动激发了学生的阅读兴趣, 使学生逐步养成了良好的阅读习惯。

**关键词:** 持续无声阅读; 高中英语; 阅读习惯

**中图分类号:** G623.31 **文献标识码:** C **文章编号:** 1009-2536(2015)01-0035-05

## 一、引言

《普通高中英语课程标准(实验)》(教育部, 2003)中的语言技能七级目标要求, 除教材外高中学生的课外阅读量应累计达到30万词以上。泛读可以提高语言的输入量, 还可以拓展词汇, 巩固词汇知识, 更可以培养语感, 在潜移默化中提高语法水平与成句能力。黄源深在谈到英语学习中阅读的重要性时曾指出: 好的英语是“读”出来的, 不是做练习“做”出来的。“读”出来的英语是地道的、自然的, 因为使用者依赖的是“语感”(转引自焦晓骏, 2011)。

为了解学生的英语课外阅读情况, 笔者对北京市某高中一个高二年级文科班进行了问卷调查。参加调查的学生共有35人, 回收有效问卷33份。经过调查和数据分析, 笔者发现多数学生缺乏英语课外阅读习惯。在空闲时间, 学生最常做的三件事情是: 上网、睡觉和看电视, 阅读只排在了第五位。超过70%的学生每天阅读英语课外读物的时间不到15分钟, 甚至根本不进行英语课外阅读。可见, 培养学生的课外阅读习惯是亟待解决的问题。只有通过长期坚持课外阅读, 大量接触

语言, 学生的英语语言能力才有可能得以提高。

## 二、持续无声阅读

持续无声阅读(Sustained Silent Reading, SSR)指持续的、无声的阅读。阅读有很多目的, 持续无声阅读最主要的目的是激发学生以自行阅读为乐的动机。持续无声阅读包括 DEAR (Drop Everything and Read, 抛开一切, 专心阅读), DIRT (Daily Individual Reading Time, 每天个人阅读时间), SQUIRT (Sustained Quiet Uninterrupted Independent Reading Time, 持续不受干扰的独立阅读时间), 以及 FVR (Free Voluntary Reading, 自发性自由阅读)(崔利斯, 2006)。持续性默读是指在课堂上, 大家一起安静地阅读。学生可以在课堂上自己选择阅读材料, 并独立进行阅读(Gardiner, 2005)。

持续无声阅读采用的是非正式且不评分的阅读方式。因此, 它提供给学生一个全新的阅读体验, 让阅读成为娱乐。持续无声阅读可能不会使学生的阅读技巧立即改变, 但可以使学生对自发性阅读、指定性阅读以及阅读的重要性等问题的

态度产生积极转变。这将会影响学生的阅读量以及阅读流畅性。持续无声阅读可能是学生最重要的词汇积累方式，其重要性甚至超过他们在基本的教科书或日常口语中的词汇学习（崔利斯，2006）。

持续无声阅读的理论基础是，学生只有读得越多，越喜欢阅读，他们才能变成更好的读者。他们每天阅读的时候，会遇到新的词汇、句式和不同的观点。他们接触的文字越多，阅读对于他们就会变得越容易，而且他们也越容易享受阅读的过程。在教室中进行持续无声阅读计划后，学生会谈论他们所读到的内容，彼此推荐他们读的书籍（Gardiner，2005）。

本次行动研究就是要开展持续无声阅读计划，激发学生的阅读兴趣，引导学生找到读书的动机，

逐步养成读书的习惯。

三、行动方案实施

本次持续无声阅读计划的实施时间是 2013 年 2 月 25 日至 2013 年 7 月 13 日。教师给学生独立阅读的时间，每周一至周五在教室内阅读，每天一次，每次 10—15 分钟。本次持续无声阅读分为三个阶段（见表 1）。

第一阶段从 2013 年 2 月 25 日至 2013 年 3 月 10 日，共 2 周。在本阶段的第一周，教师向学生宣讲持续无声阅读的实施计划及目的，同时指导学生选择合适的读物。不合适的阅读材料是阻碍学生阅读的原因之一，故而在此阶段，笔者并没有指定读物，只是侧重和学生探讨如何选择读物

表 1 持续无声阅读计划的实施与数据收集

时间	行动步骤	收集的数据
2012年12月15日前	调查，并确认问题。	问卷
2013年2月25日—3月3日（共1周）	宣讲持续无声阅读计划，做好学生动员，并指导学生准备阅读材料。	登记学生阅读书目的名称，教师准备部分适合学生的读物。
2013年3月4日—3月10日（共1周）	学生在学校进行持续无声阅读，每天10—15分钟，时间为周一至周五中午1:00—1:15。教师观察学生阅读情况，并对出现的问题予以及时的指导和调整。	1) 记日志，尤其要详细记录学生在第一周出现的状况和困惑。 2) 周末访谈3—5名学生。访谈内容：阅读感受及建议。
2013年3月11日—4月21日（共6周）	学生在学校进行持续无声阅读，每天10—15分钟，时间为周一至周五早上7:50—8:05，教师减少观察学生的时间，陪同学生阅读。	1) 记日志，记录观察到的学生情况。 2) 访谈学生。 3) 定期录像。
2013年4月22日—5月2日（共2周）	学校考试及五一节放假，持续无声阅读暂停。	
2013年5月3日	1) 收集学生读书情况记录表。 2) 给予学生词汇积累及语言积累的建议。	1) 记日志。 2) 查看学生读书情况记录表。
2013年5月3日—6月16日（共7周）	1) 继续在学校开展持续无声阅读。 2) 鼓励学生随手记、随时聊。 3) 鼓励学生互换书籍。	1) 记日志。 2) 访谈学生：阅读感受及有无在家继续阅读。 3) 访谈15名学生。
2013年6月17日—7月7日（共3周）	学校进入复习考试阶段，持续无声阅读停止。	
2013年7月8日—7月13日（共1周）	1) 对学生开展持续无声阅读后的阅读习惯和学习习惯进行问卷调查和访谈。 2) 采集学生的阅读成绩、写作成绩及总成绩，与平行班进行对比。	1) 问卷、访谈。 2) 学生读书记录表汇总。 3) 采集学生成绩。

的问题。当周,学生选择好读物后,笔者将学生选择的读物进行了登记。第二周,持续无声阅读计划正式进行。笔者给每个学生发了一张可以当作书签的小卡片,并鼓励他们用背面做积累。学生在学校进行持续无声阅读,每天10—15分钟。持续无声阅读开展初期,笔者特别注意观察学生阅读的情况,予以必要的指导和调整。

第二阶段从2013年3月11日至2013年4月21日,共6周,学生在学校进行持续无声阅读,每天10—15分钟。在本阶段,学生已经随着计划的顺利实施,完全进入到持续无声阅读的状态。笔者开始陪同学生阅读,以身作则。每天的同一时间,进入教室之后,并不需要说什么,只需要翻开书,专心阅读就可以了。本阶段不要求学生写读书报告,也不做任何分数记录或阅读测试。教师将采用记日志、访谈学生、定期录像三种方式,来了解并收集信息及数据,了解学生阅读兴趣及读书习惯的变化。

第三阶段从2013年5月3日至2013年7月13日,共11周。本阶段学生继续在学校开展持续无声阅读,每天10—15分钟。持续无声阅读计划在这个班的实施已经进入到比较成熟的阶段,学生已经可以自觉地在提供的阅读时间开展独立阅读。本阶段初始的时候,笔者根据语言学习的特点和规律,给予学生词汇积累及语言积累的建议,但是并没有强迫学生必须这样做。同时,鼓励学生相互借书、换书来阅读,也给学生提供一些英文文学和科普方面的书籍。在这一阶段,笔者在保证学生的阅读时间和环境、不干涉学生的阅读活动的前提下,加强对学生阅读目的的指导和阅读兴趣的引导。

#### 四、数据分析与研究结果

本次持续无声阅读计划从2013年2月25日开始至2013年7月13日结束,有效时间共19周。通过记日志、定期录像、学生阅读记录表、学生访谈记录和学生考试成绩,可以看出学生在阅读习惯、阅读兴趣与态度以及阅读能力上的明显变化。

##### (一)持续无声阅读对阅读兴趣与态度的影响

持续无声阅读对学生的阅读兴趣与态度产生了较大影响。在33名学生中,在计划实施前的宣讲和准备阶段,支持该计划的学生有24人,占72.7%。在计划实施一学期后的调查中,可以看到支持该计划的学生已经达到了100%。

在持续无声阅读活动进行前,虽然有个别学生对该活动的具体操作形式尚有疑问,但是很清楚这是一项长期阅读的活动。对此,大部分学生感到好奇、有兴趣,抱着积极的态度进行此项阅读活动。但是,仍有近三分之一的学生认为该活动无趣、无意义,觉得难度很大,而且很有可能半途而废,流于形式。然而,当一个学期的持续无声阅读活动结束后,再次了解学生对该活动的态度时,所有的学生都希望下学期可以继续,并坚信这是一项可以使人受益匪浅的活动。在学期结束时笔者对学生进行了访谈,了解他们对持续无声阅读计划的态度。可以看出,学生并没有认为利用每天课堂的时间进行这样的全无压力甚至与考试无关的阅读是浪费课堂时间,他们对于持续无声阅读计划在课堂中进行是完全认可并乐在其中的。曾经对该活动质疑的学生,最终也极力赞成该活动的继续进行。

另外,与其说持续无声阅读计划对学生英语阅读的兴趣培养产生了积极的作用,不如说它对学生的阅读态度有了很大影响。学生清楚了英语阅读不仅仅是为了词汇的积累,应对各种考试,它还可以拓展课外知识,提升文化素质。更有学生认为,这样的阅读活动不仅可以应用到英语阅读中,更可以推广到语文、历史等其他人文学科。如此看来,学生不仅对英语阅读的态度发生了改变,爱上了英语阅读,更是爱上了阅读。

##### (二)持续无声阅读计划对阅读习惯的影响

持续无声阅读在改变学生阅读兴趣与态度的同时,亦对他们的阅读习惯产生了积极的影响。在持续无声阅读进行前,参与该活动的33名学生中,阅读过英文书籍的学生只有20人,占60.6%,也就是说,有近40%的学生从未阅读过英文读物。与此同时,在本计划开始之前就接触

过英语读物的学生中，有一半学生是因为自己喜欢而选择去读，而另一半则是在教师或家长的要求下阅读的。在本计划实施一段时间后，几乎所有学生都认为喜欢自己所读的书，而且认为英语读物可以培养自己的英语阅读能力和语感，还可以帮助自己了解外国的文学和文化。由此可见，对于对阅读还未产生兴趣的学生而言，开始英语阅读需要外界力量的引导与督促。一旦开始，就很有可能改变学生对阅读的兴趣。

虽然持续无声阅读计划在该班只进行了19周，但是对学生阅读习惯的改变是显著的。目前可以看到，无论是在学校内的规定时间，还是在课下的自由时间，学生都已基本形成了良好的阅读习惯。在每天规定的阅读时间内，大部分学生在开始铃声响后都可以迅速放下手中的工作，拿起自己喜欢的英语读物开始阅读。个别学生会选择把手中的一点工作迅速处理完再开始读书。在读书过程中，笔者观察到他们都很投入，偶尔会有相互讨论个别句子或词汇用法的情况，有时也会看到他们脸上展现的笑容，读书的氛围甚是浓厚。当结束铃声响后，由于课外读物内容的连续性比较强，大部分学生都会继续阅读，延长3—4分钟，将该页或该章节读完再去做其他的事情。

当持续无声阅读慢慢成为学生的一种习惯时，他们就不仅限于每天在学校的阅读了。暑假中，除了个别学生认为作业繁重，不会进行课外阅读外，大部分学生都会在课外时间继续阅读自己手中的这本书，或者选择去书店买一些其他喜欢的英文书籍或杂志。但在平时的课后时间，只有少

部分学生坚持课外阅读英语读物，其他学生只在学校安排的时间里阅读，其主要原因是高中课程作业繁重，对于学习水平一般或偏下的学生而言，没有过多的时间来翻阅英语读物。这也正说明了持续无声阅读在校内进行的必要性。

（三）持续无声阅读计划对阅读能力的影响

持续无声阅读不仅在提高学生阅读兴趣的同时，帮助其养成良好的读书习惯，更重要的是，这项活动可以帮助学生潜移默化地提高英语阅读能力。从浅层来看，所有学生都认为持续无声阅读可以帮助他们提高英语的阅读速度，扩大英语词汇量。无论是课本中的生词出现在英语读物中，还是英语读物中的生词出现在课本中，都强化了学生对这些词汇的记忆。当词汇量扩充、语感增强时，阅读速度自然会提高。学生因为每天都进行阅读，所以在阅读量上有明显的增加，从之前每周为满足作业需求偶尔进行课外阅读的周平均2200字左右，上升到了5300字左右。从考试成绩来看，也证明了持续无声阅读对学生英语成绩的提升所起到的积极作用。

从表2可以看到，实验班在持续无声阅读计划实施前，在统测中完形部分（满分15分）的成绩高于平行班1.26分，而在持续无声阅读计划实施后6周和12周后，该部分成绩分别高于平行班1.46和1.85分，差值呈上升趋势。而该班在该部分的成绩在持续无声阅读实施前后与重点班和精英班的差距在逐步减小，从计划实施前的低于精英班0.72分，到12周后，只低于精英班0.30分。实验班不仅在完形填空上体现出阅读能力的提升，

表 2 持续无声阅读计划实施前后学生完形成绩对比

班级	前测完形 (区统考)	差值	后测完形1 (校期中统考)	差值	后测完形2 (区统考)	差值
实验班	13.69	--	17.06	--	16.85	--
文科平行班	12.43	1.26	15.60	1.46	15.00	1.85
理科重点班	13.27	0.42	18.03	-0.97	16.57	0.28
理科精英班	14.41	-0.72	18.65	-1.59	17.15	-0.30



表 3 持续无声阅读计划实施前后学生阅读成绩对比

班级	前测阅读 (区统考)	差值	后测阅读1 (校期中统考)	差值	后测阅读2 (区统考)	差值
实验班	22.16	--	27.03	--	24.35	--
文科平行班	19.17	2.99	22.40	4.63	20.87	3.48
理科重点班	23.55	-1.39	26.86	0.17	23.47	0.88
理科精英班	23.96	-1.80	27.88	-0.85	24.18	0.17

更在考试中的阅读部分（满分 30 分）体现出阅读能力的改善。

从表 3 可以看到，实验班在阅读部分，持续无声阅读实施前分别低于重点班和精英班 1.39 分和 1.80 分；持续无声阅读实施 12 周后，高于重点班 0.88 分，高于精英班 0.17 分。实验班的学生在经过一段时间的持续无声阅读后，虽然在平时的课堂教学和课后作业中并没有刻意增加阅读部分和完形部分的训练与讲解，可是他们在这两部分的成绩均有显著提高。

除此之外，学生阅读英文读物，不仅是对文字的浏览，更是在了解作者的思想，了解西方作者的思维方式以及西方文化。当学生融入其中时，不仅扩大了文化与知识的广度，更在阅读的思考中学会了取舍，学会有选择地阅读，合理地分配时间。曾经对读英文原著很没自信的学生也开始认为英语读物并不是高不可攀的了。

五、结语

通过观察记录和学生的访谈记录可以看出，每天给学生提供阅读的时间，让学生安静地独立阅读对学生在阅读兴趣和阅读习惯上是有积极影响的。同时，持续默读能够提高学生的阅读能力，即持续默读可以提高学生的阅读速度，使他们成为流畅的阅读者；持续默读可以提高学生的语言感知能力，阅读和理解过程不再费力，形成了自动化的过程（李兴勇，2012）。霍姆林斯基（1984）说：“如果没有占据学生理智和心灵的真正的阅读，学生就没有学习的愿望，他们的精神

世界就会变得狭窄和贫乏。如果一个人渴望读书，阅读的时刻给他带来快乐，那么所读的东西就会深印在他的意识里。”在高中阶段，教师既要帮助学生实现语言积累，又要提高人文素养。因此，学会阅读、热爱阅读对于学生来说显得尤为重要。持续无声阅读计划能够激励学生自觉地阅读，让阅读成为一种习惯。

参考文献：

Gardiner, S. 2005. *Building Student Literacy Through Sustained Silent Reading* [M]. Virginia: Association for Supervision and Curriculum Development.

崔利斯. 2006. 朗读手册 [M]. 沙永玲，麦奇美，麦倩宜译. 海口：南海出版公司.

霍姆林斯基. 1984. 给教师的建议 [M]. 杜殿坤译. 北京：教育科学出版社.

焦晓骏. 2011. 怎样成为一名优秀英语教师 [M]. 上海：华东师范大学出版社 .

李兴勇. 2012. 持续默读对高中生英语阅读能力的影响 [J]. 山东师范大学外国语学院学报（基础英语教育），14(3): 26-31

中华人民共和国教育部. 2003. 普通高中英语课程标准（实验）[S]. 北京：人民教育出版社.

收稿日期：2014-12  
通信地址：100007 北京东直门中学  
电子信箱：2435251939@qq.com

编辑：张玉青