

如何设计有用有趣有效的课后练习

牟 名

新东方国际教育，辽宁 大连

收稿日期：2023年10月24日；录用日期：2023年11月17日；发布日期：2023年11月28日

摘 要

本实践报告结合市场变化的大背景，计划着重探究如何帮助一线教师们提高设计完整的、有趣的、有用的和创新的课后练习的能力这一课题。课后练习是学生在学习过程中的重要一环，优质的课后练习不仅能够帮助学生消化巩固课堂所学，还能提高学生学习自主性、增强学员和教师的粘度以及提高学生长期学习的可能性。本实践报告基于五次连续的、环环相扣的、互动分享式、基于案例分析的教研活动展开，并在教研结束之后采用数据分析和需求分析的方法，以保证和衡量整个培训的有效性和落地性。

关键词

课后练习，课程设计，教研

How to Design Useful, Engaging, and Effective After-Class Exercises

Ming Mu

New Oriental School, Dalian Liaoning

Received: Oct. 24th, 2023; accepted: Nov. 17th, 2023; published: Nov. 28th, 2023

Abstract

This proposal of practice report, set against the backdrop of market changes, focuses on exploring how to assist frontline teachers in enhancing their ability to design comprehensive, engaging, useful, and innovative after-class exercises. After-class exercises are a crucial component of the student learning process. High-quality exercises not only help students digest and consolidate what they have learned in class, but also foster student autonomy, strengthen the bond between students and teachers, and increase the likelihood of long-term learning. This report is based on five consecutive, interlinked, interactive, and case study-based teaching research activities. After the com-

pletion of the teaching research, data analysis and needs analysis methods were employed to ensure and measure the effectiveness and implementation of the entire training.

Keywords

After-Class Exercises, Curriculum Design, Teaching Research

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

1.1. 背景

传统上, 高质量的课后练习主要用于巩固学生在课堂上所学的知识。然而, 随着教育理念的变革和科技的不断进步, 青少学员和家长对于“高质量”课后练习的期望也发生了明显的变化。如今, 中国国内的青少教育市场竞争变得越来越激烈, 各青少教学项目都面临着巨大的招生挑战。本系列培训的开发背景就是为了应对中国青少英语教育市场竞争日益激烈的这一大背景。在学生的长期留存方面, 有趣且富有效用的课后练习起着至关重要的作用。因此, 一线教师需要再一次思考和审视课后练习的内容、形式和目的。这包括提高青少学员的习得感, 确保学生能够真正掌握知识; 增加青少学员之间、学员和家长之间的互动性, 激发学生去根据不同的课后练习内容去主动参与和自主探索; 增添趣味性, 使学习过程变得愉悦和充满激情。

1.2. 培训主题

基于以上背景来设计系列教师培训, 培训的主要目的在于提高教师设计富有创意、新意和有效的课后练习方面的能力, 以调动青少学员的英语学习兴趣, 提升新东方青少课程的教学效果, 从而提高整个青少项目的续班率。

1.3. 培训目的和意义

青少教育中, 新老师往往在课后练习内容的制定上面临多重难题, 这些难题主要涵盖了具体练习内容、听说读写比例、学生提交方式、教师反馈方法、家长期望以及学生可用时间等方面。即便是经验丰富的老师, 也难以应对市场和家长需求不断变化的挑战, 无法单凭个人经验和有限的精力设计出多样性、形式创新、互动性强的课后练习体系。基于以上因素的考虑和衡量, 本系列培训的核心目标在于帮助刚入职的新老师和拥有丰富经验的资深老师突破在课后练习设计方面所面临的各种瓶颈。

1.4. 培训模式

这一系列培训以线下形式展开, 为青少教师提供了一个讨论和实践特定主题的机会。培训持续 5 周, 期间提供教师理论知识、具体的工具、回收实践结果并讨论优化方法的平台。

2. 针对人群

2.1. 针对的教师

基于对新东方各分中心实际情况的考虑, 本系列培训的主要针对人群分为新教师和资深教师。

一般而言，新教师对于课后练习的重要性方面具有基本的认知，但他们设计的课后练习内容普遍缺乏完整性，并不能全面地覆盖英语学习过程中听说读写四大方面的不同练习需求。与此不同，资深教师在课后练习内容的设计上可能拥有丰富的经验，但他们往往面临形式单一、缺乏创新的问题。这导致的一个结果是学生一点点地降低甚至失去对课后练习的积极参与的态度，在另一方面来看，这样的学习态度也很难满足青少学员家长对高端英语培训项目的各种期望。

2.2. 针对的科目

培训的学科聚焦在 Global You 系列课程，旨在为学习小学一年级至初中三年级的青少语言学习者的教师提供有针对性的知识和技能。希望通过本次培训，不仅可以帮助新教师快速设计出一套较为完整的有趣的课后练习体系，还能够让资深老师在实践中发现多样性、创新性的课后练习形式，从而提高学生的学习体验，满足家长对高质量英语课程的期望。

3. 实践目标

3.1. 培训目标

培训的目标分为直接目标和间接目标。直接目标包括提高新老师设计基本有效且内容完整的课后练习能力，同时也旨在提升资深老师的创新能力，使他们能够设计更具吸引力和多样性的练习，从而激发学生的积极性和提高练习的互动性。而间接目标涵盖了多个方面，包括通过有趣且有用的课后练习提高青少语言学习者的语言能力，进一步提高听说读写的综合水平。此外，通过形式丰富多样的练习内容，课程可以更多地帮助增进教师与学员之间的粘度，提高学生的学习自主性。最终，通过提供给青少学员更有趣更有效的课后练习，本系列培训有望提高各分中心的续费率，并为青少教学项目的发展营造良好的市场口碑。

3.2. 调研方法

在培训结束的后期，通过需求分析的方法来对教师、学员和学员家长进行反馈的采集和回收，目的是用来衡量本期培训的有效性。需求分析在行业内被视为评估研究领域的重要组成部分[1]。Riehterich 首次提出了外语教育中需求分析的模型，该模型旨在解决外语学习者如何在未来的语言使用环境中满足其交际需求的问题[2]。它可用于深入了解青少学生和家对外语教育的需求，并明确课后练习完成过程中可能出现的问题，以便引起足够的关注[3]。

4 实践内容

具体实践内容以及各次培训所涉及到的具体内容请见表1、表2、表3。

Table 1. Training outline

表 1. 培训大纲

序号	培训主题	训前任务	训后任务	工具
1	课后练习已有经验的梳理	-完成推荐参考读物的阅读 -完成训前测试	-上交教研笔记 -完成训后测试	PowerPoint 演示；教材；练习册；参考读物
2	课后练习的基本设计结构和案例分析	-完成课后练习的经典案例分析 -绘制课后练习基本结构的思维导图	-上交教研笔记 -围绕所授科目的一个单元进行课后练习内容的设计工作	PowerPoint 演示；案例研究；参考读物

Continued

3	创新课后练习设计的案例分析	-完成推荐参考读物的阅读 -完成训前测试 -通过阅读初步了解创新的课后练习案例	-上交教研笔记并在上一份课后练习设计的基础上完成创新 -将设计成果应用到对应的青少年班级课后练习任务中	PowerPoint 演示; 教材; 练习册; 案例研究; 参考读物
4	回收反馈和改进	-和学管老师合作回收来自学员和家长端对于课后练习内容的反馈 -根据反馈完成个人反思和总结并制作成 ppt 以便在下次培训中和其他老师分享	-上交教研笔记(笔记中需要体现从其他老师的案例中学到的积极经验以及在今后课后练习设计中需要规避的点)	PowerPoint 演示; 分组讨论
5	总结反思和下一期培训展望	-根据上一次培训的分享和总结设计新的课后练习任务并下发给对应的班级和学员	-上交教研笔记 -完成训后调研表	PowerPoint 演示; 分组讨论

Table 2. Specific content description of each training session

表 2. 各次培训的具体内容说明

序号	培训主题	内容和步骤
1	课后练习已有经验的梳理	1.介绍培训课程的目标和重要性, 强调课后练习对学生学习的影响。2.回顾过去的教学经验, 讨论学生对课后练习的反应以及练习的效果。3.探讨课后练习的定义、类型和分类, 包括传统作业、互动练习、项目作业等。4.分析已有课后练习的案例, 讨论其优点和缺点。
2	课后练习的基本设计结构和案例分析	1.回顾上次培训内容, 确保参与者理解课后练习的基本概念。2.介绍课后练习的基本设计结构, 包括目标明确、题目多样、难度适中、反馈及时等原则。3.分析成功的课后练习案例, 包括具体的设计和实施步骤, 强调每个案例的成功要素。4.练习设计小组活动: 参与者分组设计一个简单的课后练习, 然后分享和讨论。
3	创新课后练习设计的案例分析	1.回顾上次培训内容, 确保参与者掌握基本的课后练习设计原则。2.探讨创新课后练习的重要性的目标, 强调激发学生兴趣和参与的设计思路。3.分析创新的课后练习案例, 包括动手实验、角色扮演、团队合作、学员家长互动、项目制作等。4.创新设计小组活动: 参与者分组设计一个创新的课后练习, 然后分享和讨论。
4	回收反馈和改进	1.回顾前三次培训内容, 确保参与者具备设计和分析课后练习的能力。2.探讨不同的反馈收集方法, 包括问卷调查、小组讨论、一对一反馈等。3.指导参与者如何分析和理解学生的反馈信息, 识别问题和改进点。4.分组活动: 参与者模拟回收反馈并提出改进建议, 分享经验。
5	总结反思和下一期培训展望	1.回顾前四次培训的重要内容和学习点, 让参与者分享他们的收获和成长。2.引导参与者进行总结反思, 回顾他们在实践中的课后练习设计和改进经验。3.讨论下一期培训的可能主题和目标, 征集意见和建议。4.结束培训并鼓励参与者在未来继续研究和改进课后练习设计。

Table 3. A sample of modified POST

表 3. 推荐读物

读物分类	具体信息
英文书籍	-“How Learning Works: Seven Research-Based Principles for Smart Teaching” -Author: Susan A. Ambrose, <i>et al.</i> [4]
	-“Make It Stick: The Science of Successful Learning” -Authors: Peter C. Brown, Henry L. Roediger III, Mark A. McDaniel [5]
	-“The New Science of Learning: How to Learn in Harmony with Your Brain” -Authors: Terry Doyle, Todd Zakrajsek [6]
	-“Small Teaching: Everyday Lessons from the Science of Learning” -Author: James M. Lang [7]
	-“Teaching What You Don’t Know” -Author: Therese Huston [8]
	-“Design for How People Learn” -Author: Julie Dirksen [9]

Continued

- Dunlosky, J., Rawson, K. A., Marsh, E. J., Nathan, M. J., & Willingham, D. T. (2013). "Improving students' learning with effective learning techniques: Promising directions from cognitive and educational psychology." *Psychological Science in the Public Interest*, 14(1), 4-58. [10]
- Roediger III, H. L., & Karpicke, J. D. (2006). "Test-enhanced learning: Taking memory tests improves long-term retention." *Psychological Science*, 17(3), 249-255. [11]
- 英文 -Hattie, J., & Timperley, H. (2007). "The power of feedback." *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112. [12]
- 论文 -Ambrose, S. A. (2010). "How learning works: Seven research-based principles for smart teaching." *Change: The Magazine of Higher Learning*, 42(5), 38-43. [13]
- Bransford, J. D., Brown, A. L., & Cocking, R. R. (2000). "How People Learn: Brain, Mind, Experience, and School: Expanded Edition." National Academies Press. [14]
- Pashler, H., Bain, P. M., Bottge, B. A., Graesser, A., Koedinger, K., McDaniel, M., & Metcalfe, J. (2007). "Organizing instruction and study to improve student learning." NCER 2007-2004. National Center for Education Research. [15]

5. 培训时长

各次培训的时间安排具体请见表 4。

Table 4. Specific explanation of training time

表 4. 培训时间的具体说明

序号	培训主题	培训时长	与下一次培训之间的时间间隔	开展时间
1	课后练习已有经验的梳理	2 小时	一周	教研季第二周
2	课后练习的基本设计结构和案例分析	2 小时	一周	教研季第三周
3	创新课后练习设计的案例分析	2 小时	两周	教研季第四周
4	回收反馈和改进	2 小时	一周	教研季第六周
5	总结反思和下一期培训展望	2 小时	无	教研季第七周

6. 实践成果检验

6.1. 预计的反馈和调整

在实际操作中，培训期间可能会出现的一些挑战和反馈，这些反馈和阻力可能会对培训的顺利进行产生影响。这些问题主要可以归结为以下几个方面。首先，对于新老师来说，由于经验和能力上的不足，他们可能会感到在培训过程中的学习体验一般，或者在实际教学中难以成功应用创新的课后练习设计。这可能来自有经验的教师额外的支持和指导，以确保他们能够充分理解和运用所学知识。其次，如果参与培训的中心教师人数过多，可能会导致在有限的 2 小时内难以完成所有培训内容。为了应对这种情况，我们需要确保时间管理得当，可能需要缩减某些内容或者将一些内容留待后续培训，或者采用分组的形式控制各位教师分享和展示的时间。此外，当学员的水平较弱，或者他们的课后自我管理能力不足时，新的课后练习内容和形式可能会对他们产生更多的挑战和压力。在这种情况下，教师端口需要来自学管老师端口提供的额外的支持和帮助，以帮助程度较弱的学员们逐步适应新的课后练习内容。最后，对于那些经验丰富的教师，他们可能会对培训的内容产生较低的兴趣和参与度。在这种情况下，我们需要通过鼓励他们分享自己的经验和观点，以及提供更高级别的课后练习设计来激发他们的积极参与。

6.2. 培训效果的评估

培训效果的评估涵盖了三个关键维度，以确保培训的质量和实效。这些维度分别是来自教师反馈、

家长和学员的反馈以及数据分析和续班率的反馈。在教师反馈层面，培训将采用线下面谈的方法，以获取他们在培训过程中的第一手感受和反馈。通过建立轻松诚恳的交流氛围，教研组织者与一线教师进行深入对话，以了解他们对新的课后练习设计的认知和体验。这种直接的反馈机制使培训师能够更好地理解教师的需求和期望。在家长和学员的反馈方面，一线教师与家长举行结班家长会，与他们分享学员在新课后练习中的心得和感受，从而收集家长和学员的反馈和观点。具体可以通过在每期课程的最后一节课中设置丰富的课后练习内容展示环节，以展示创新的教学方法和课后练习设计。这有助于我们了解培训对学员学习经验和家长满意度的影响。在数据分析和续班率的反馈层面，我们还通过分析调查问卷数据来量化培训效果。鉴于青少年课程的特殊性，学员的续班率往往能够反映出他们对教师和课程的粘度以及家长对教育质量的满意度。通过设计简单而有效的调查问卷，并结合数据分析来检验培训带来的创新课后练习内容对续班率的影响。这一维度为我们提供了客观的量化指标，以评估培训的长期影响。

综合这三个维度的数据和反馈，我们能够全面了解培训的效果，不仅从教师的角度，还包括学员和家长的视角。这样的多维度评估有助于我们不断改进培训，确保课后练习设计能够真正实现其目标并提供有价值的教育体验。

7. 结语

在本研究中，我们探讨了完整的、有趣的、有效的和形式多样的课后练习内容对于教师和学员的帮助。本研究通过五次教研活动使教师逐步了解和掌握课后练习内容设计的基本逻辑和一些基本的创新方法。然而，我们也认识到，让这样的突破传统的课后练习落地可能面临挑战，包括时间管理、学员能力、教师的组织能力和技术支持等等。因此，未来的教研工作可以努力致力于这些问题的探讨和研究。

参考文献

- [1] Suarez, T.M. (1989) Needs Assessment. In: Husen, T. and Postlethwaite, T.N., Eds., *The International Encyclopedia of Education*. 2nd Edition, Vol. 7, Pergamon Press, Oxford.
- [2] Richterich, R. and Chancerel, J.-L. (1980) Identifying the Needs of Adults Learning a Foreign Language. 2nd Edition, Council of Europe, Oxford.
- [3] Cohen, L., Manion, L. and Morrison, K. (2017) *Research Methods in Education*. 8th Edition, Routledge, London. <https://doi.org/10.4324/9781315456539>
- [4] Ambrose, S.A., et al. (2012) How Learning Works: Seven Research-Based Principles for Smart Teaching. *Journal of Chiropractic Education*, **26**, 192. <https://doi.org/10.7899/JCE-12-022>
- [5] Brown, P.C., Roediger III, H.L. and McDaniel, M.A. (1988) *Make It Stick: The Science of Successful Learning*. Belknap Press of Harvard University Press, London.
- [6] Zakrajsek, T.D. (2022) *The New Science of Learning: How to Learn in Harmony with Your Brain*. 3rd Edition, Routledge, New York. <https://doi.org/10.4324/9781003447986>
- [7] Lang, J.M. (2016) *Small Teaching: Everyday Lessons from the Science of Learning*. Jossey-Bass, Hoboken.
- [8] Huston, T. (2012) *Teaching What You Don't Know*. Harvard University Press, Cambridge.
- [9] Dirksen, J. (2015) *Design for How People Learn*. 2nd Edition, New Riders, Berkeley.
- [10] Dunlosky, J., Rawson, K.A., Marsh, E.J., Nathan, M.J. and Willingham, D. T. (2013) Improving Students' Learning with Effective Learning Techniques: Promising Directions from Cognitive and Educational Psychology. *Psychological Science in the Public Interest*, **14**, 4-58. <https://doi.org/10.1177/1529100612453266>
- [11] Roediger III, H.L. and Karpicke, J.D. (2006) Test-Enhanced Learning: Taking Memory Tests Improves Long-Term Retention. *Psychological Science*, **17**, 249-255. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01693.x>
- [12] Hattie, J. and Timperley, H. (2007) The Power of Feedback. *Review of Educational Research*, **77**, 81-112. <https://doi.org/10.3102/003465430298487>

-
- [13] Ambrose, S.A., Bridges, M.W., DiPietro, M., Lovett, M.C. and Norman, M.K. (2010) *How Learning Works: Seven Research-Based Principles for Smart Teaching*. Jossey-Bass, Hoboken, 38-43.
- [14] Bransford, J.D., Brown, A.L. and Cocking, R.R. (2000) *How People Learn: Brain, Mind, Experience, and School*. Expanded Edition. National Academies Press, Washington.
- [15] Pashler, H., Bain, P.M., Bottge, B.A., Graesser, A., Koedinger, K., McDaniel, M. and Metcalfe, J. (2007) *Organizing Instruction and Study to Improve Student Learning*. IES Practice Guide. NCER 2007-2004.
<https://doi.org/10.1037/e607972011-001>