**江苏省仪征中学扬州市级骨干教师大讲堂演讲**

**问题清单：解锁三大优势**

**（英语教研室 刘佳）2025.05.12**

**问题清单，看似一个简单的操作，但坚持做好，却可以解锁三大优势，帮助学生在学习中变得更加高效和有条理。接下来，就让我们一起探索问题清单的神奇魔力。**

**一、主动探索，培养乐观态度**

**1. 激发探索欲望：写问题清单的过程本身就是一个主动思考和探索的过程。学生在学习过程中遇到疑惑时，不是被动等待老师讲解，而是主动将问题记录下来，这会激发他们对知识的探索欲望。**例如，一个学生在阅读科普文章时，除了解决这篇文章的几个选择题，还对此类题型的拓展阅读、解题策略存在疑惑，**这种主动探索的精神有助于学生更深入地了解知识，拓宽自己的知识面。**

**2. 形成乐观心态：主动探索的过程会让学生感受到学习的乐趣和成就感。当他们通过自己的努力解决了问题清单中的问题时，会产生一种积极的情绪体验，从而形成乐观向上的心态。这种乐观心态会让他们在面对学习中的困难和挫折时，更加积极主动地去寻找解决方法，而不是轻易放弃。**例如，一个学生在学习英语时，通过不断解决自己在词汇和语法方面的问题，逐渐发现自己能够更流畅地阅读和写作，**这种成就感会让他更有动力去学习英语，即使遇到新的困难，也会乐观地去面对。**（展示一个例子）

**二、****释放情绪，缓解紧张压力**

**1. 减轻心理负担：学习过程中，学生往往会遇到各种各样的问题，如果没有及时整理和记录，这些问题可能会在脑海中堆积，导致焦虑和压力。而通过写问题清单，学生可以将这些问题从脑海中“转移”到纸上，让自己的思绪更加清晰。这种“外化”的过程可以帮助学生减轻心理负担，让他们感到更加轻松和有条理。**例如，一个学生在考试前感到非常紧张，因为他觉得自己还有很多问题没有弄清楚。当他把这些问题写在问题清单上后，就感觉这些难题被“存储”在某个地方，自己可以有条不紊地去解决，从而减轻了紧张情绪。

**2. 增强情绪稳定性：写问题清单的过程可以让学生将注意力集中在解决问题上，而不是沉浸在消极情绪中。当学生遇到困难时，如果只是抱怨或者沮丧，这些消极情绪会不断积累。但如果他通过写问题清单，积极寻找解决方法，就会减少消极情绪的产生，增强情绪稳定性。**

**三、****有效沟通，培养优秀个性**

**1. 促进师生沟通：问题清单为学生和教师之间提供了一个良好的沟通平台。学生可以将自己的问题清晰地展示给教师，教师可以根据问题清单有针对性地进行讲解和指导，避免了沟通的盲目性。**例如，如果很多学生在某个知识点都存在困惑，教师可以根据问题清单，了解学生在哪些知识点上存在困难，从而有针对性地进行讲解，提高教学效果。（展示一个例子）

**2. 培养优秀品性：写问题清单要求学生清晰、准确地表达自己的问题，这有助于培养他们的沟通能力。学生在整理问题清单时，需要学会如何将复杂的问题简化，如何用准确的语言表达自己的疑问。这种沟通能力不仅在学习中很重要，在未来的生活和工作中也同样重要。而且，有的学生会在提问时，表现自己礼貌的品行，这种优良品质也是我们身为教师，在培养学生的历程中必须重视的。**（展示两个例子）

其实任何事情都有它的优点和缺点，那么当事人的态度就尤为重要，我们怎么看待它，心态也会不一样。让我们坚守本心，共同努力，谢谢！