考点梳理

（一）学习策略的概念

学习策略是指学习者为了提高学习的效果和效率，有目的、有意识地制订的有关学习过程的复杂方案。

（二）学习策略的分类

迈克尔等人将学习策略概括为认知策略、元认知策略、资源管理策略。这是最常用的学习策略的分类方式，具体内容如图所示。

资源利用策略

努力管理策略

环境管理策略

时间管理策略

监控策略

调节策略

计划策略

资源管理策略

学习策略

元认知策略

组织策略

精加工策略

复述策略

认知策略

一、认知策略

（1）复述策略：如重复、抄写、画线等

（2）精加工策略：如记忆术、做笔记、提问等  
（3）组织策略：如归类、列提纲、画关系图等

二、元认知策略

（1）计划策略：如订制学习计划、学习方案等

（2）监控策略：如自我测查、集中注意等

（3）调节策略：如调节阅读速度、重新阅读、复查等

三、资源管理策略

（1）时间管理策略：如建立时间表、设置进度目标等

（2）环境管理策略：如寻找固定地点、安静环境等  
（3）努力管理策略：如归因于努力、调整心境、坚持不懈、自我强化等

（4）资源利用策略：如寻求教师帮助、伙伴帮助、获得个别指导