

《心理学》：什么是技能 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E3_80_8A_E5_BF_83_E7_90_86_E5_c38_60543.htm 上课记笔记时，我们专心想的只是记下听讲的内容，而对写字过程本身却很少考虑。但是，我们初学写字时，情况却大不相同。那时要注意一笔一笔地照着写，写起来很吃力，有时还要写错。以后由于反复练习，写字的动作就达到近乎自动化的程度。这种由于练习而近乎自动化了的动作，我们称为技能。这是有意识的活动中近乎自动化了的部分。本来，技能既包括技能形成的初级阶段，即初步学会的阶段，也包括技能形成的高级阶段，即形成熟练技巧的阶段。这里所说的技能主要是指后者。就教学的目的要求来看，所谓培养技能，实际上也是要使學生形成一定的熟练技巧。技能的生理机制是由于在大脑皮层运动中枢的神经细胞之间形成了牢固的联'系系统，所以以后只要在一定刺激的作用下，一系列的动作便可以一个接一个地、自动地产生出来。 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com