

Mosston 教學光譜之十一種教學形式的目的與本質		
教學形式	目 的	本 質
Style A 命令式	讓學習者能在短時間內做出正確的動作，而動作內容則由教師全權決定。	要求對一個刺激能有立即之反應，其表現是正確的，如先前動作模式之再製。
Style B 練習式	給予學習者有個別學習之活動時間，也給予時間讓教師提供個別回饋。	主要時間提供給學習者作個別學習活動，教師能同時利用時間對學習者作個別之指導與回饋。
Style C 互惠式	學習者依據教師所預定好之標準目標，與同伴配對輪流練習，並依據標準互相提供同伴回饋。	學習者與同伴配對執行動作之學習，並依照教師所提供之標準，給予同伴立即之回饋，可進而發展溝通回饋與社會化技巧。
Style D 自測式	學習依據教師所提供之標準，作一個動作，並能自我檢測該項動作。	教師需先提供動作目標之標準值，學習者依據標準自行練習並能自我評量與檢定。
Style E 包含式	學習者選擇可達到某一程度的動作表現，並能挑戰難度較高之動作以測試自己所做之動作。	相同的動作分成不同層級的難度，學習者選擇自己欲達成的動作來做，並再做進一階段之挑戰。

Style F 導引式	教師提供線索，作一連串發問，引發學習者對問題之思考，進而發現問題解決之答案。	答案已預先擬好，但學習者尚不知道，由教師有系統循序漸進地引導，讓學生朝答案的目標去思考。
Style G 聚斂式	學習者去發現一個問題的解答，以證實該爭論，並藉邏輯思考的程序，推演得到一個結論。	教師提出一爭議性問題，問題的內在結構必須是有一個單一且正確的答案，學習者則需透過參與以尋得這唯一正確的答案。
Style H 擴散式	學習者對單一問題發展出多樣性之答案。	學習者透過發散性思考與問題之解決，而產生多種具可能性、可行性的答案來。
Style I 設計式	學習者為達到某一連串動作之學習而與教師商量進而設計、發展的個人動作學習計畫。	教師與學習者商議選定一教材範圍，學習者可自選主題、蒐集資料並進而設計、發展與表現出一連串個人動作學習之計畫。
Style J 創造式	學習者與教師共同擬定學習目標，並自行設計、表現與評量，以創造一個具個人色彩的學習經驗。	學習者必須熟悉每一種教學形式，進而自行安排教學形式之進行，以創造一系列之活動時序，達成學習之目標。
Style K 自學式	由學生自行決定整個學習經驗之計畫、設計與執行，教師僅在需要時提供一般之協助。	學習者全權決定其學習經驗，教師採放任式之教學態度，幾乎不直接介入學習者之學習情境。