

培养元认知能力，提高地理学习力

福建省南安市侨光中学 黄剑平

(邮编: 362314 电话: 13505019033 邮箱: 13505019033@163.com)

[摘要] 在地理教学中,应着重培养学生元认知意识,让学生在学习过程中多体验与感悟,并自觉调节和监控学习,从而提高地理学习力,提升学习效果。

[关键词] 元认知意识 元认知体验 元认知监控

在笔者多年的教学中,经常遇到这样的现象:有的学生特别是女生,学习非常勤奋,作业认真完成,上课专心听讲,就是成绩上不去,与她们交流时,学生一肚子苦水,说老师您讲的我听得懂,该记的也记该背的也背,就是学不好!越学越没有信心,不知怎么办才好。这类学生无论是学习态度还是学习行为应该是无可指责的,那问题出在哪里呢?不少老师也因此困惑不止,我认为主要原因之一是学生缺乏元认知能力。实践研究表明:如果学生具有较高的元认知水平,就能有效地对自己的学习过程进行监控、调节,能够提高学习的效率。因此培养学生的元认知能力,提高地理学习力,具有很强的现实意义。

一、激发兴趣与热情,提高元认知意识

元认知是指认知的认知,就是学习者对认知活动的自我意识和自我调节。元认知理论结构由元认知知识、元认知体验和元认知监控三部分组成,它既包括认知主体对自身心态、能力、任务与目标及认知策略等方面的知识,又包含认知主体对自身认知活动的计划、监控和评价。简单地说,元认知能力就是关于认知的知识,是驾驭自己学习的能力。

如何帮助学生获得系统而又正确的元认知知识?一是营造元认知学习的气氛。通过印发学习材料,列举成功案例,观看视频宣传,班级文化的布置,举办兴趣活动等形式,营造积极的元认知学习气氛,让学生耳濡目染,逐渐地接受,激发起兴趣与热情,并在应用中体会到其中的奥妙和乐趣,获得成功的体验。二是善于抓住教育时机。如在学期结束的前后或阶段考试后,此时学生要么成功感或荣誉感比较强,要么挫折感或失败感比较强,都有强烈的反思和进步的愿望,抓住此时机进行元认知知识的传授,可取得事半功倍的效果。三是帮助学生正确认识自我。首先,要引导学生认识自己已有的知识水平,明确自己已知道什么,不知道什么;优势是什么,不足又是什么。其次,要引导学生认识自己的学习风格和认知特点,如可以安排同一类的内容让学生分别用不同的方法去记忆,时间一长学生就会发现自己的记忆力类型,是善于机械记忆,还是图形记忆、书写记忆、视觉记忆、理解记忆等。要让学生充分利用自己的认知特点为学习服务,并找到适合自己的学习方法技巧。毕竟对自我是否正确认识,是进行元认知成功应用的一个重要前提。

总之,要帮助学生建立起元认知意识,提高自我观察、自我调控的敏感性和自觉性。要让学生知道,元认知是客观存在的,它十分重要。只有树立起元认知意识,元认知的培养才可能逐渐变成自觉行为。

二、重视过程与方法,丰富元认知体验

只教给学生元认知知识是不够的,还应丰富学生的元认知体验,因为最能激发人的认知和能力潜能的方式就是自我体验,因此要在地理学习中更好地应用元认知,必须重视元认知的体验。

1、营造和谐的学习氛围

教师要努力创设一种和谐、民主、平等、宽松的教学环境,使学生轻松地参与地理学习,以激发学生的情感,诱发学生的情感体验。首先,师生关系要和谐。教师要关心、爱护及信任学生,注重学生的情感体验,缩短师生之间的心理距离。同时提高自身素养,提升教学艺术,用学识感染学生,增强人格魅力,让学生敬重,并使学生由敬重教师而产生想要学和要学好地理的需求,达到“亲其师而信其道”。其次,多让学生展现自我。课堂上要让学生积极参与,尽量采用启发式、探究式教学,多让学生发表自己的看法,说清自己的思路或方法,使学生的认知活动公开化,如果学生的见解受到大家的认同,可以使学生加深对问题的理解;如果学生的见解受到别人的质疑,可以促使学生反思自己的观点,找到自己的不足,加以改进。这样,在相互学习中引起思维的碰撞,在碰撞的火花中不论是知识的获得还是体验的获得都会达到一个新的高度。再次,多鼓励少批评。教师要善于发现学生在学习上的进步,及时地表扬与鼓励,满足学生的情感需要,让他们品尝到成功的喜悦,增加成功体验。对于学习退步的学生不嘲笑不指责,多一些宽容与爱护,应循循善诱,帮助其分析原因,多用激励的话语,如“我相信你努力后一定行”,增强其信

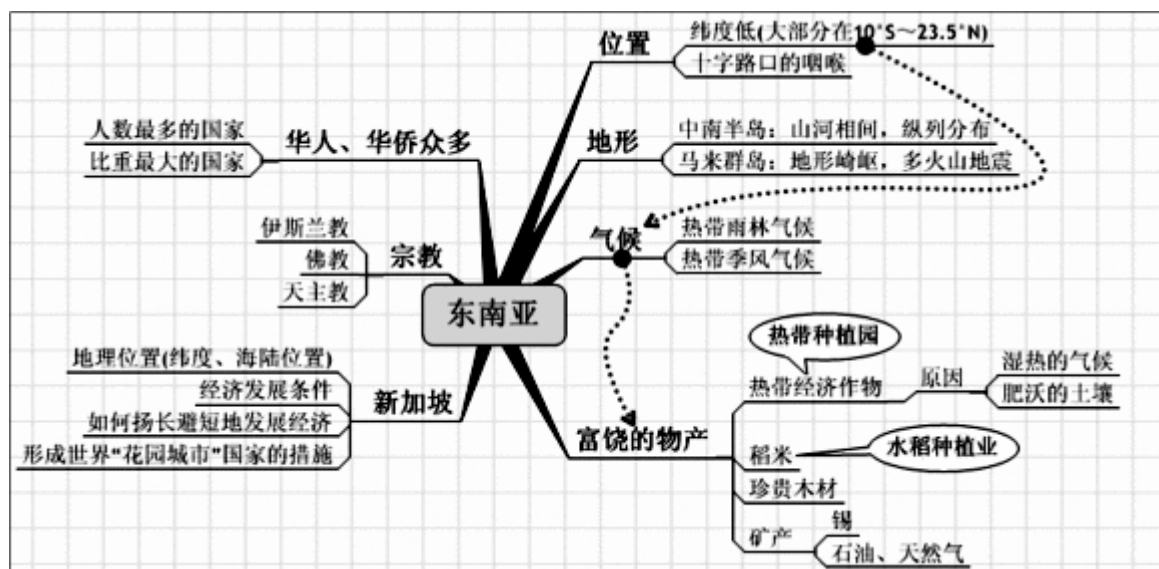
心，之后倘若有点滴的进步，更要大肆表扬，从而使他对学习投入更大的热情。

2. 引导学生重视学习过程

在地理学习中，学生往往更注重结论的掌握和记忆，缺失对思维过程的学习体验，因此在具体运用时，分析与解决问题的能力较差。如判断风力的大小，许多学生都知道等压线越密集，水平气压梯度力越大，风力就越大。但转换新的情境问在冬季英吉利海峡的风力更大的原因，就答得很不好。究其原因，不少的学生没有全面掌握风力的形成过程，没有真正弄清大气运动的根本原因和直接原因，以及气温与气压的关系。因此，要引导学生学习时，不仅要重视基础知识的记忆，还要掌握知识点的来龙去脉及内在联系，多问几个为什么。对学习过程和结果既知其然，又知其所以然，才能取得良好的学习效果。

3. 指导学生掌握思维方法

综合思维是地理核心素养之一，地理逻辑思维能力是高考考查的重要内容，高考以试题为载体，考查学生分析与综合、比较与分类、抽象与概括、归纳与演绎以及提取、解读和运用信息等思维水平的高低。因此要答好高考地理试题不仅需具备丰富而扎实的基础知识，还需要有灵活的思维方法。在教学中，应重视培养学生的地理逻辑思维，运用思维导图是较好的途径之一。比如学习区域地理时，其学习思维链可归纳为：确定区域地理位置→认识区域特征及成因→分析区域发展条件→确定区域发展方向及措施→探究区域发展中的问题及应对措施。具体在知识点的学习时，可让学生画出思维导图，如下图所示。在笔者学校中就推广此做法，由于充分发挥学生的积极性和主动性，强化了学生的认知发展过程，增加学生的思维体验，取得不错的学习效果。



三、注重总结与反思，强化元认知监控

元认知监控是认知主体在进行认知活动的过程中，将自己正在进行的认知活动作为意识对象，不断地对其进行积极、自觉的监控和调节的活动。在地理教学中，教师要引导学生学会对学习过程中进行反思。自觉地评价自己对知识掌握的程度及存在的问题，并及时地对学习活动进行调节，监控并估计自己完成任务的能力。

1. 课后总结。每节课在结束前的1-2分钟内，要求学生回顾本堂课所学的内容：①学会什么知识？②哪些是重点？③有什么疑惑？④最感兴趣的是什么？⑤掌握了什么学习方法或技巧？⑥课堂表现如何，是否认真听讲，积极思考等等。这样有意识地去培养学生的总结概括能力，以及自我评价的能力。

2. 练后反思。做完练习或作业后，要求学生反思：①怎样做出来的？想解题采用的方法；②为什么这样做？想解题依据的原理；③为什么想到这种方法？想解题的思路；④有无其他方法？哪种方法更好？想多种途径，培养求异思维；⑤有什么收获，能否运用这个结果或方法于其它问题？想一题多变，促使思维发散等等。帮助学生学会对解题思路、解题规律、解题结果等方面的反思，提高自我监控能力。

3. 考后反省。在每一次考试后要求学生认真做好反省：①对本次考试成绩是否满意？满意在哪些方面，不满意又在哪些方面？②学习进步或退步的原因是什么？③有什么经验或教训？④本阶段学习中曾遇到什么困惑，是如何克服的？⑤能否合理分配时间？⑥学习方法有何改进？⑦对自己的学习能力是否更有

信心等等。引导学生对自己的学习心理、学习过程、学习结果等情况进行分析评价，以提高元认知监控能力。

通过以上途径反思后的总结和评价，可以使学生元认知知识和元认知体验得到补充、丰富和完善，还可在更高的层次上进行归纳和概括，进而发展元认知监控能力。

总之，在地理教学中，应着重培养学生元认知意识，让学生在学习过程中多体验与感悟，并自觉调节和监控学习，从而提高地理学习力，提升学习效果。

参考文献：

- [1]杨鸿雁. 论元认知与自主学习能力的培养. 遵义师范学院学报. 2012.6
- [2]王秀. 从元认知角度浅谈提高学习者自主性. 教育探索. 2015.7