

# 浅议元认知策略在 英语听力教学中的训练及应用

四川南充西华师范大学外国语学院 李虹

[摘要]在当前英语专业听力教学存在种种困难的形势下,笔者讨论了元认知策略对听力教学的重要意义。首先介绍了不同研究者对学习策略的定义及分类,然后浅略分析了在教师和学生共同的努力下,元认知策略在听力教学中的训练及应用。希望能引起英语教师及学生的一些思考。

[关键词]英语专业听力教学 学习策略 元认知策略 训练 应用

## 一、引言

就我们所知,以结构主义语言学为理论基础的听说法将语言能力分解为听说读写等几项基本技能。其中听说训练在基础教育阶段很少得到重视,因此英语专业听力教学可以说是从零起步的,而且对于母语是非英语的学生来说又很难有英语的环境,这些的确是听力教学中难以避免的问题。但在趋向全球化的当今社会,语言的交际功用越来越不容忽视。因此这就为英语听力教学提出了艰巨却又必须完成的任务。

二十世纪九十年代以来的听力教学都开始意识到学生“学”的重要性,因此改变了以往都是教师为主体,而开始采用

以学生为中心的教学模式。在这些教学模式中,基于学习策略的教学法也开始被大家所认识,本文主要探讨的就是其中的元认知策略在专业英语听力教学中的训练及应用,希望能引起人们的思考。

## 二、学习策略

### (一)学习策略的定义

第二语言学习策略的研究开始于二十世纪七十年代中期,是受到二语习得理论与认知心理学研究的影响发展起来的。国外到目前为止已经有不少的研究成果,对学习策略的定义在相关论著中也有很多。例如 Stern 认为,策略最好用于泛指英

师生之间“命令与服从”、“上级与下级”的关系,体育教师不但要向学生传授知识和技能,更要与学生沟通感情、交流思想、协调学生之间的关系,让学生在整個学习过程中互相讨论、互相评价、互相教学,既有竞争又有协同,使学生体验到集体中人际关系和谐的满足与温暖。

### (二)处理好快乐与质量的关系

对于体育教学来说,“乐”只是一种手段,而不是目的。快乐体育不是简单地让学生笑或降低教学的难度,而是为了更好地提高教学质量,寓“乐”于增强体质教育的过程。在教学活动中,教师一定将快乐原则灵活运用,把握好“乐”的尺度,将多种教学方法综合运用,要按体育教学大纲规定的内容制定相应的计划,更好地促进学生的体能、体格及心理健康的全面发展。只有这样才能适应当代的素质教育,为学生的体育素质打下良好的基础。

(三)注意对学生精神上的磨练,促进学生社会适应能力的发展

“快乐”二字是针对情感而言的,情感上的快乐不仅不排斥需要意志支持的勤学苦练,而且是勤学苦练等各种努力得以坚持和发展的必要条件。快乐体育不仅要让学生产生积极的情绪体验,还要通过体育教学培养他们的意志品质,促进他们的社会适应能力,发展个体的社会性。教师在教学中不要一味地让学生成功,可以设计一些困难或障碍去磨练学生的意志。要让学生领悟到成功的体验不仅仅是“快乐”,在追求成功的道路上还充满了艰辛和苦涩,只有不畏艰难险阻,登上了成功的顶峰,才能够真正感受到体育的全部乐趣。

### 三、结语

“学校体育”教育的内涵是很丰富的,随着终生体育思想的普及,如今人们越来越重视对学校体育长远效益的追求,也就是说学校体育不仅要把握学生在校期间的有利时机,对学生进行直接的身体培育,增强学生体质,而且更重要的是对学生进行有关体育运动的理论与

实践的教育,促进学生终生身心健康,提高其生活质量,以更好地体味体育给人们带来的快乐。中学体育课“快乐体育”是素质教育的体现,把培养创新精神和实践能力作为重点,是一种弘扬学生主体性的教育,把学生放到学习的中心地位,要求学生全面发展与个人特性发展结合,对于学生发挥主体性作用,全面提高身体素质和心理素质具有重要的作用。

### 参考文献

- [1] 石峰. 浅析快乐体育教育对学生个性发展的影响[J]. 河南纺织高等专科学校学报, 2003 15(1).
- [2] 毛振明. 体育教学科学化探索[M]. 北京: 高等教育出版社, 1999.
- [3] 孙辉. 试论日本快乐体育教学思想及在我国体育教学中的运用[J]. 上海体育学院学报, 1997, 21(1).

语学习者采用方法的一般趋势或总体特点。O'Malley & Chamot 认为策略是学习者个人用于帮助自己理解、学习或记忆信息的特殊思想和行为;而 Cohen 觉得语言学习策略是学习者为了改善自己对目标语言的认识和理解而使用的有意识的思想和行为。除此之外,当然还有其他的定义,这里就不再全部罗列。综上所述可以看出,不管学习策略是一种趋势还是思想和行为,目的都是为了帮助第二语言的有效习得。

## (二)学习策略的分类

由于各个研究者的角度不同,也出现了对学习策略的不同分类。

O'Malley & Chamot 将学习策略分为三大类:元认知策略、认知策略和社会/情感策略。元认知策略是高层次的行为,对语言习得产生间接的影响,具体指学习者对语言学习进行规划、监控或评估等;认知策略指的是学习者对输入材料进行分析、归纳或转换时所运用的策略,具体指学习者在语言学习过程中的推理、演绎、总结等;社会/情感策略则主要指合作性策略,用于人际交往或对情感的控制,具体指合作、提问、自言自语等。

Cohen 则根据不同的功用把学习策略分为语言学习策略和语言使用策略两大类。他认为语言学习策略是为了帮助学习者获得知识,后者则是关注对习得语言的运用。

除了上述提到的两种比较流行的策略分类以外,还有其他的分类法。笔者认为 O'Malley & Chamot 对学习策略的分类清晰,而且指出了元认知策略的重要地位,对英语听力教学具有很大的指导意义。因此下文讨论的是在此类学习策略中元认知策略的应用。

## 三、元认知策略在英语听力教学中的训练及应用

### (一)元认知策略与听力教学

我们知道元认知策略并不直接参与语言习得的过程,而是站在更高的层面上对其进行规划、监控或评估。它可以包括学习者的提前准备、集中注意、选择注意、自我管理、事先练习、自我监控、延迟表达和自我评价。由于元认知策略对语言习得产生影响没有认知和社会/情感策略那么直接,大部分不是直接在课堂上完成,因此很容易被老师和学生忽视。但我们应该看到,如果老师能够重视训练学生对元认知策略的应用,对英语听力教学会起到事半功倍的作用。以下会对其作出具体的分析。

### (二)元认知策略的规划作用

元认知策略认为学生应该有规划的学习。也就是对学习有个总体计划,可以提前为学习活动进行准备,事先做必要的练习。在听力教学中,教师应该在上课前把课程安排和长期以及短期的教学目标告知学生。在宣布教学目标的同时,应该请学生注意学习策略的意义并督促他们能运用到听力的学习中。这样一来,就让学生对课程最后要达到的目标有个总体的认识,然后再根据自己的初始水平去制定一个较具体的计划。

学习者在自我管理、规划的时候有个很大的好处就是可以选择自己感兴趣的听力材料来进行练习,比如说好听的英文歌,优美的散文等等。这样比起由老师指定听什么材料,怎么样去练习有趣多了。学生的学习积极性会大大提高,也有利于

之后的自我监控、评估的开展。

### (三)元认知策略的监控、评估作用

由于学生针对长期和短期的教学目标都制定了相应的学习计划,那么自然也要对学习过程和方法,学习效率和结果进行一个监控和评估,否则光订计划却不实施或是完全没有效率也是空谈。比如上文小刘在对长期目标的规划中,为了监控自己的学习进度和效率,规定每个月底听写一篇难度逐渐递增的文章,总结一个月来的辨音能力的提高程度来检测之前学习的效果。不过自我评价这个部分量化起来还是缺乏一定的标准,毕竟听力技能的积累和提高是潜移默化的,可能需要老师和学生共同探讨来制定具体的做法。但是如果学生能够坚持根据自己制定的学习计划进行练习,并找出适合自己特点的方式去听,在一定时间之后是会看到成效的。当然老师也能够评估环节给学生一些指导。比如针对所掌握的学生学习水平提供不同难度的听力材料,帮助其对自己的学习效果有一个较清楚的认识。

## 四、结语

本文简单介绍了 O'Malley & Chamot 所提出的元认知策略、认知策略和社会/情感策略这三大学习策略并主要围绕元认知策略在英语专业听力教学中的训练及应用进行了初步的探讨,希望表明学生对元认知策略的合理应用对二语习得是具有重大意义的。当前的英语听力教学中对自主学习的倡导是一个明显的趋势,比如有些高校开始推出的“零课时”听力教学等。而元认知策略中的自我规划、自我监控、自我评估也正是对学生的自主学习能力有很大的促进作用。当然在这个过程中,教师也起到必不可少的事先指导和训练作用。虽然目前我国英语教学界对学习策略的研究还不深入,但正如 O'Malley, Chamot, Stewner-Manzanares, Russo & Küpper 研究表明,学习策略运用于二语课堂教学再结合学生自身的综合技能对语言学习很有辅助作用。所以为了让学生更加主动地学习,更好地自主学习,掌握并合理的应用学习策略尤其是元认知策略是通向良好的二语习得的有效途径。

## 参考文献

- [1]左焕琪.外语教育展望[M].上海:华东师范大学出版社,2001.
- [2]O'Malley J & Chamot A. Learning strategies in Second language Acquisition [M]. Cambridge: Cambridge University Press, 1990.