

# 元认知理论在小学音乐教学实践中的应用

郭柬晗

南昌航空大学

**摘要：**元认知是心理学研究中一个重要的理论，它认为个体应该对自己的思维过程有掌控和监控的能力，即元认知能力。这种能力是由学习、经验和训练所形成的，可以帮助个体更好地理解 and 掌握知识，提高学习和解决问题的效率。然而，在传统的音乐教学模式中，主要仍是以教师讲解为主，学生只是被动接受知识，缺乏主动思考和反省的机会。这种教育模式无法提高学生的认知水平和情感体验，也无法培养学生的主动学习能力和创新精神，难以满足促进学生综合发展要求。因此，将元认知理论融入小学音乐教学中，培养学生良好的学习习惯，具有重要意义。

**关键词：**元认知理论；小学音乐；教学实践

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.04.097

## 引言

小学的音乐教育是培养学生对音乐的兴趣并为学生打下音乐素养基础的重要环节。然而，单纯的传授知识和技巧并无法促进学生综合能力的发展。在教学过程中，教师要关注学生的内心成长、培养学生良好的艺术审美能力。元认知理论强调了个体对自身思维过程的监控、评估和调整能力，它不仅关注学生取得的学习成果，更注重学生学习的过程和内在的思考。因此，将元认知理论应用于小学音乐教学实践中，有助于引导学生积极参与学习，提高他们的自我认知和自我管理能力。

## 一、元认知理论的概述

### （一）元认知的定义

元认知是指对于认知过程的监控、调节、评价以及知识的获取和应用等方面的认知，即自我认知、自我监控和自我调节，它不仅是认知过程的组成部分，而且对人类认知能力的强化和提高有着重要的作用。元认知理论最初由约翰·弗拉维尔提出，主要涵盖了元认知的概念、度量、开发等方面，是认知心理学研究一个重要的方向<sup>[1]</sup>。

元认知理论主要包括以下几个方面：（1）元认知能力：元认知能力是指个体对自己在认知活动中的控制、评价和监控能力，涉及情境的表征、目标的设定、学习策略的运用等多个方面。元认知能力分为高级元认知与低级元认知两个层次。高级元认知是指个体对认知过程的整体评价、调节和监控能力；低级元认知是指个体对认知过程中的局部信息的识别和控制能力。（2）元认知策略：元认知策略指的是在认知活动中进行计划和决策时所采用的策略。根据认知的特点，元认知策略可以分为几类：表征策略、规划策略、监控策略、评价策略、记忆策略、控制策略、调节策略等，并不断发掘新的元认知策略。（3）元认知监控：元认知监控指的

是对认知过程中进行的自我监控和自我评价。它是认知活动的重要组成部分，可以帮助个体发现和解决认知过程中出现的问题，从而优化手段和方法，提高认知效果。元认知监控可以包括对认知活动的信息处理效率和准确性的评价，以及对策略效果的评价等多个方面。

（4）元认知知识：元认知知识是指在认知活动中所获取的关于认知过程的知识。它包括对认知过程本身的知识和对认知活动的感知和控制的知识。高级元认知知识包括对认知过程管理的知识、对认知活动控制的知识和对自我管理的知识；低级元认知知识包括对任务的属性和要求的知识、对实现策略的知识和对任务完成过程的知识。

对于个人而言，提高元认知能力可以加强对认知活动的控制和管理，从而提高认知水平，更好地适应和应对不同的学习环境。

### （二）元认知与小学音乐教学的关联性解析

将元认知理论融入小学音乐教学中，对于提高学生的音乐学习效果和培养他们的音乐素养具有重要意义。这主要是由于元认知理论为教师提供了指导学生学习和掌握音乐知识与技能的有效理论基础：（1）元认知能力与学习音乐的认知过程密切相关。学习音乐涉及识谱、乐理、节奏等各个方面，学生需要对自己的学习过程进行监控和评价，调节自己的学习策略。元认知能力使学生能够意识到自己学习音乐的难度，即时纠正错误，调整学习策略，提高学习效果<sup>[2]</sup>。例如，学生通过反思自己在演奏一首曲子时的表现，可以发现其中的问题，并运用元认知策略进行调整，提高演奏的水平。

（2）元认知策略在小学音乐教学中也具有重要作用。元认知策略是个体在认知活动中使用的调控手段，学生可以通过应用元认知策略提高自己的学习效果。在小学音乐教学中，教师可以引导学生使用各种元认知策略，

如分解任务、设定学习目标、使用记忆策略等，以帮助学生更好地理解和掌握音乐知识。例如，教师可以要求学生在学习一首歌曲时，先分解成小节，然后逐节学习，最后整合起来演奏。这样的分解和整合的元认知策略可以提高学生学习音乐的效果。（3）元认知监控可以帮助学生提高音乐表现能力。音乐表演需要学生在演奏中不断自我监控和评价。借助元认知监控，学生可以意识到自己演奏中的问题，及时进行调整和改进。同时，学生也可以通过元认知监控来评估自己的表演效果，从而激发积极的情绪和动力，提高自信心，并获得更好的音乐表现。（4）元认知知识是个体在认知活动中所获取的关于认知过程的知识，培养学生的元认知能力能够更好地理解和应用音乐知识。同时，学生也可以更好地选择合适的学习方法和策略。

### 二、小学阶段学生的认知发展

#### （一）学生的认知发展特点分析

小学阶段是学生认知发展的关键时期，学生的认知能力正在逐渐发展和成熟。在认知发展上，小学生正逐渐从感知阶段向思维阶段转变。他们开始具备逻辑思考、问题解决和概念理解的能力。因此，在小学音乐教学中，教师应该充分考虑学生的认知能力，引导他们进行思维活动，提供具体的例子和实践来帮助学生理解和掌握音乐知识。同时，小学生的注意力和集中力相对较短，容易分散。他们对新事物和新知识的兴趣持续时间较短，往往需要更多的互动和变化来保持他们的注意力<sup>[3]</sup>。因此，在小学音乐教学中，教师也需要采用多样化的教学方法和活动，如游戏、合作学习和实践体验，来激发学生的兴趣和保持他们的参与度。由于小学生的认知发展不成熟，所以他们对音乐的学习态度和动机受到多种因素的影响，如家庭环境、教师的激励和同伴的影响。因此，在小学音乐教学中，教师更应该注意培养学生的积极学习态度和自主学习意识，提供正面的激励和支持，鼓励学生探索和表达自己的音乐能力。了解学生的认知发展特点对于有效开展音乐教学非常重要。因此，教师应该根据学生的认知能力和兴趣特点，选择适当的教学方法和内容，激发学生的学习兴趣 and 参与度。只有通过关注学生的认知发展特点，将教育与学生实际需求相结合，才能促进学生的全面发展，提高他们的音乐素养和表达能力。

#### （二）关注学生的元认知能力的必要性

元认知能力是指个体对自身思维过程的监控、评估和调整能力，关注学生元认知能力的发展。能够帮助学生更好地参与音乐学习，提高学习效果和学习成果。

教师通过培养学生的元认知能力可以帮助他们更好地了解自己的学习过程。在音乐学习中，学生需要观察和了解自己的思维过程，了解自己在音乐学习中使用了哪些策略和方法。通过对自己学习过程的监控，学生可以更好地把握自己的学习效果和成果，促进学习的深入和提高。同时，元认知能力也可以帮助学生更好地进行自我评估。自我评估是元认知的核心内容之一，它是指个体对自己的思维和学习过程进行评价和判断。在音乐学习中，学生可以通过自我评估来了解自己的学习目标是否达到，发现自己在学习中的优势和不足。这样的自我评估能力可以帮助学生更好地调整学习策略、改进学习方法，提高学习效果和学习成果。此外，元认知能力也可以帮助学生在学习过程中更好地进行自我调整。元认知能力强调个体对自身思维过程的调整和改进<sup>[4]</sup>。在音乐学习中，学生可以通过观察和评估自己的学习过程，灵活地调整学习策略和方法。他们可以根据自己的学习需求和目标，选择适合自己的学习方式，进一步提升音乐学习的效果。

教师在音乐教学中要注重引导学生意识到自己的学习过程，提供评估和反馈的机会，鼓励学生灵活调整学习策略和方法。通过培养学生的元认知能力，能够促进学生的全面发展，提高音乐素养的同时，也帮助学生养成良好的学习习惯。

### 三、元认知理论在小学音乐教学实践中的应用

#### （一）激发学生自主学习意识

激发学生自主学习意识可以说是元认知理论在小学音乐教学实践中应用的重要方面之一。它不仅能够帮助学生在学习音乐的过程中更好地掌握知识和技能，还能够培养学生的自主学习能力和自我管理能力，为学生未来的学习打下更加坚实的基础。在实际教学中，教师首先需要合理地设计学习任务和目标。在音乐教学中，教师可以通过启发式教学、情景式教学、问题式教学等方式，引导学生主动探究和解决问题。同时，教师还应该在学习目标和任务的设置方面注重个性化，让学生在掌握知识和技能的基础上，发扬自己的个性特点，帮助学生取得更好的学习效果。第二步，教师帮助学生进行评估和反思。教师可以通过定期的学习评估和反思活动，帮助学生对自己的学习过程进行全面的梳理和评估，并且总结自己的学习成果和不足，发现自身存在的问题并且制定下一步学习计划。这不仅能够激发学生的自主性和独立思考能力，还能够提高学生对学习的自信心和积极性。第三，教师在教学过程中也要逐步培养学生对自己的学习过程进行监控和调控的能力。在音乐教学中，

教师可以通过反馈机制和自我监控机制,帮助学生掌握学习过程中的关键信息和技能,并且能够对自己的学习行为进行纠正和调整。同时,教师还可以通过鼓励和奖励的方式,激发学生的主动性和积极性,帮助学生养成良好的学习习惯。

### (二) 强调学习过程中的自我监控

元认知理论认为,学习的过程不仅涉及知识的获取和掌握,更包括对学习过程的认知和自我监控。因此,在小学音乐教学中,强调学习过程中的自我监控非常重要的策略。在学习过程中,教师可以提供一些案例,帮助学生了解自我监控应该如何实施,强化学生的自我管理意识。教师可以通过分享自己的学习经历或者其他学生的学习故事,向学生展示如何在学习过程中进行自我监控。例如,教师可以分享自己在学习一首新歌的过程中如何反思自己的练习方法,并逐步改进,使自己的表演更加出色。这样的案例可以让学生明白,自我监控不仅是理论上的概念,更是需要在实践中逐步实施的。或者教师也可以教授学生一些自我监控的技巧和方法。例如,教师可以教导学生如何设定学习目标,并定期检查自己的进展情况。学生可以通过编制学习计划或者制定学习清单的方式,将学习目标划分成更小的目标,并设定评估自己的时间点,以监控自己的学习进度。此外,教师还可以教授学生如何运用不同的学习策略,根据自己的学习情况进行调整和优化。例如,在学习一首新歌的过程中,学生可以尝试使用不同的练习方法,并反思每种方法的效果和适用性,以确定最佳的学习策略。在这个过程中教师一定要把握好一个度,既不能完全放任不管也不能干涉过程。教师应该定期与学生进行学习反馈和评估,帮助他们识别自己在学习过程中的强项和改进的方向。同时,教师也要鼓励学生之间多进行交流和分享自己的学习体验,以促进彼此之间的学习和成长<sup>[4]</sup>。

### (三) 提供反馈和评估

在小学音乐教学实践中,提供准确和及时的反馈以及评估,是帮助学生不断改进和获得更好成绩的关键所在。在音乐教学中,老师应该及时记录学生的表现,并针对学生在课堂上的表现制定相应的反馈措施。对于一些表现良好的学生,老师可以通过口头赞扬、鼓励和支持来提高他们的自我信心和表现积极性;而对于表现较差的学生,老师更要注意以温柔的语气帮助他们了解自己的不足之处,并提供相应的改进建议,以便让他们更好地理解 and 掌握学习内容。此外,及时提供反馈以外,在音乐教学中,评估学生的学习成果是十分重要的。评估的方式可以有很多种,比如采用考试、测试、作业等

方式。在评估的过程中,老师应该注重评估学生的理解和掌握程度,而不仅仅是评估他们的记忆能力或技能水平。同时,评估的过程中还应该关注学生的学习动态,比如注意力、自我反省和自我调整能力等。老师可以通过给学生准确的评价,对学生的学习进程进行指导和引导,以便更好地调整学生的学习方式。

### (四) 激发学生的自主性

在教学过程中,教师需要营造积极的学习氛围,让学生感受到学习音乐的乐趣和意义。同时也需要发挥学生的主体性,在教学内容的安排上给予他们一定的自主性。例如,可以鼓励学生在音乐学习过程中自选歌曲、自主创作音乐,这样可以激发学生的探究欲望和创造力,让学习变得更加有趣和有意义。同时,在教师也应该在教学中引导学生自我探究、自我发现,通过自主思考和解决问题,让学生更主动参与到课堂教学当中,促进思维能力的发展。教师可以采用情境模拟等方式,给学生创造出一个乐器演奏、编曲、歌唱等实践性的学习环境,在实践中培养学生独立思考、解决问题的能力,使其在学习中不断积累。例如,在鉴赏音乐时,教师可以有意识的进行场景构建,引导学生感受歌曲的情感,同时也可以引导学生自主编排一些动作加入到歌曲演奏中。

### 结语

元认知理论在小学音乐教学中的应用是一项必要的改革。只有在教学中充分发挥学生自主性和主动性,针对不同学生提供不同的教学方法和策略指导,形成完整的反馈和评价机制,才能真正提高学生的学习效果,促进学生综合能力的全面发展。

### 参考文献

- [1]张胜环.元认知理论指导下的高等教育阶段声乐教学[J].2021(2014-11):186-188.
  - [2]王春明.元认知理论在小学音乐教学实践中的使用[J].新课程:小学,2018(3):1.
  - [3]徐艳婕.在小学音乐教学中激发学生思维创新[J].小作家选刊(教学交流),2021(7):0313-0313.
  - [4]董颖.探析提高小学音乐教学有效性的策略[J].家用电脑世界(电子版),2021(002):000.
  - [5]曹静怡.优化小学音乐教学提升学生音乐核心素养的策略探究[J].中国科技经济新闻数据库 教育,2023(1):3.
- 作者简介:郭束晗(2000年8月),女,汉族,江西吉安人,硕士在读,研究方向:音乐教育。