

认知负荷理论视角下高三语文任务情境创设分析

艾军

江西省南康中学

摘要: 基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设教学策略,旨在提高学生的语文学习效果和思维能力。认知负荷理论认为,学习过程中的信息处理和认知资源的分配对学习具有重要影响。因此,通过合理创设教学情境,可以有效地降低学生的认知负荷,提高学习效率。高三是一个关键的学习阶段,学生面临着大量的学习任务和压力。因此,高三语文教学需要采取有效的策略,以帮助学生更好地应对挑战。

关键词: 认知负荷理论; 高三语文; 任务情境创设

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2024.07.186

引言

高三语文教学在我国教育体系中占有重要地位,然而,传统的教学模式往往过于注重知识的传授,忽视了学生的主体地位和认知负荷。认知负荷理论作为一种解释和优化人类认知过程的理论,为我们提供了一种新的教学思路。基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设教学策略,旨在通过降低学生的认知负荷,提高学习效率,促进学生的全面发展。

一、认知负荷理论概述

(一) 认知负荷理论的概念及其重要性

认知负荷理论是心理学与教育领域的一个重要概念,它主要关注人们在处理信息时的心理负担。这一理论认为,人们在进行认知活动时,大脑会根据任务的需求和个体的认知能力,调节记忆、注意力等心理资源,以完成任务。认知负荷过高会导致个体无法有效处理信息,从而影响学习和工作效率。因此,了解认知负荷理论对于优化教育方法、提高学习效果具有重要意义。

(二) 认知负荷理论的三个主要类别

认知负荷理论主要包括三类:内在认知负荷、外在认知负荷和元认知负荷。内在认知负荷是指个体在处理新知识时,由于知识本身复杂性和个体认知结构的不同,导致的心理负担。外在认知负荷是指任务本身的复杂性和难度,以及个体在完成任务过程中所需投入的心理资源。元认知负荷是指个体在监控和调整自己的认知过程时所承受的心理负担。这三种认知负荷相互交织,共同影响着个体的认知表现。^[1]

(三) 如何降低认知负荷以提高学习效果

为了降低认知负荷,提高学习效果,教育工作者和学者们提出了一系列方法。首先,应根据学生的认知水平设计合适的教学内容,以降低内在认知负荷。其次,教师应采用有效的教学策略,如分解任务、引导发现等,以降低外在认知负荷。此外,培养学生的元认知能力,如设定学习目标、监控学习进度等,有助于减轻元认知

负荷。最后,注重学习环境的优化,如合理安排学习时间、营造良好的学习氛围等,也有助于降低认知负荷,提高学习效果。

二、基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设原则

(一) 基于认知负荷理论,高三语文任务情境创设应注重任务的适宜性

高三学生的认知负荷已经相当大,因此在创设语文任务情境时,我们需要充分考虑任务的适宜性。这意味着任务的设计应该符合学生的认知发展水平,既不应过于简单,也不应过于复杂。过于简单的任务不能有效地促进学生的认知发展,而过于复杂的任务则可能导致学生产生挫败感,从而影响他们的学习动机。因此,在设计高三语文任务情境时,教师需要充分了解学生的认知发展水平,确保任务既能够吸引学生的兴趣,又能够有效地促进他们的认知发展。

(二) 基于认知负荷理论,高三语文任务情境创设应注重情境的真实性

认知负荷理论强调,学习过程中的情境真实性对学生的认知负荷有重要影响。在高三语文任务情境创设中,我们应该注重情境的真实性,让学生能够在真实的情境中进行学习。这意味着任务的设计应该尽可能地接近学生的生活实际,让学生能够在自己熟悉的情境中进行学习。这样,学生就能够更好地将新知识与已有知识进行整合,从而有效地降低认知负荷。因此,在高三语文任务情境创设中,教师需要注重情境的真实性,让学生能够在真实的情境中进行学习。

(三) 基于认知负荷理论,高三语文任务情境创设应注重任务的挑战性

认知负荷理论认为,任务的挑战性对学生的认知负荷有重要影响。在高三语文任务情境创设中,我们应该注重任务的挑战性,让学生能够在面对挑战的过程中进行学习。这意味着任务的设计应该具有一定的难度,需要学生进行

一定的思考和努力才能完成。这样，学生就能够更好地激活自己的认知资源，从而有效地提高学习效果。因此，在高三语文任务情境创设中，教师需要注重任务的挑战性，让学生能够在面对挑战的过程中进行学习。

三、基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设难点

（一）教师对理论的理解和运用

在高三语文任务情境创设中，应用认知负荷理论的主要难点之一是教师对理论的理解和运用。认知负荷理论指的是人们在接收和处理信息时，大脑所承受的负担。在语文教学中，教师需要根据学生的认知能力设计合适的教学任务，以提高教学效果。然而，许多教师可能对认知负荷理论的理解不够深入，导致在创设任务情境时无法充分考虑到学生的认知负担。此外，教师在创设任务情境时，需要充分考虑学生的认知特点，以确保任务的难度适中。如果任务过于简单，学生可能会感到无聊，从而影响学习动机；如果任务过于困难，学生可能会感到挫败，从而影响学习信心。因此，教师需要准确把握学生的认知水平，创设与其认知能力相匹配的任务情境。^[2]

（二）任务情境的设计

另一个应用认知负荷理论的难点是任务情境的设计。为了提高学生的语文素养，教师需要设计具有趣味性、实践性和挑战性的任务情境。然而，在实际操作中，教师往往面临着创意不足、情境与教学内容脱节等问题。要解决这一问题，教师需要不断提高自己的专业素养，关注时事热点，将生活中的元素融入教学。同时，教师还可以借鉴其他学科的教学方法，如跨学科教学、项目式学习等，以丰富任务情境的设计。此外，教师还可以与学生互动，了解他们的兴趣和需求，从而设计出更符合学生认知特点的任务情境。

（三）评价机制的设定

评价机制的设定也是应用认知负荷理论的一个难点。在任务情境中，教师需要设定合理的评价标准，以检验学生完成任务的效果。然而，评价机制的设计往往受到多种因素的制约，如评价标准的不明确、评价方法的不合理等。为了解决这一问题，教师需要明确评价标准，确保评价的公正性和客观性。同时，教师还可以采用多种评价方法，如自评、互评、师评等，以全面了解学生的学习情况。此外，教师还可以根据学生的反馈，不断调整评价机制，使其更加符合教学目标和学生的认知负荷。通过合理的评价机制，教师可以有效激发学生的学习积极性，提高语文教学效果。

四、基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设案例分析

（一）注重任务的真实性和情境的贴近性

基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设中，注

重任务的真实性和情境的贴近性是一种有效的教学策略。这种策略旨在减轻学生的认知负担，提高他们的学习效果。以《红楼梦》整本书阅读为例，首先，为了确保任务的真实性，教师可以设计一些与学生生活实际相关的情境。例如，在引导学生阅读《红楼梦》时，可以让他们思考：《红楼梦》中的故事情节是否能在现实生活中找到类似的情况？这样的思考有助于学生将书中的知识与现实生活联系起来，从而提高他们的学习兴趣。其次，为了使情境更加贴近学生，教师可以利用多媒体手段为学生提供丰富的教学资源。例如，在讲解《红楼梦》中的某个情节时，教师可以播放相关片段的视频，让学生直观地感受故事情节的发展。这样，学生就能更加身临其境地理解书中的内容，从而降低他们的认知负荷。此外，教师还可以将《红楼梦》中的故事情节与现实生活中的热点话题相结合，以提高学生的参与度。例如，在讲解《红楼梦》中的人物关系时，教师可以让学生分析现实生活中的热点话题相结合，以提高学生的参与度。例如，在讲解《红楼梦》中的人物关系时，教师可以让学生分析现实生活中类似的人物关系，如政治家族、商业家族等。通过这种对比分析，学生能更好地理解书中的内容，同时也能提高他们的社会认知能力。在实施上述策略的过程中，教师应注重任务的难度适中，以避免过度加重学生的认知负荷。

具体来说，教师可以按照以下步骤进行：教师可以通过讲述现实生活中的例子，引导学生关注《红楼梦》中的故事情节。例如，讲述一个家族的兴衰史，让学生思考这与《红楼梦》中的贾家有何相似之处。教师可以设计一些与学生生活实际相关的问题，让学生在阅读《红楼梦》的过程中思考。例如，让学生分析《红楼梦》中的人物性格特点，并将其与现实生活中的人物进行对比。教师可以利用多媒体手段，为学生提供丰富的教学资源。例如，播放《红楼梦》的电视剧片段，让学生直观地感受故事情节的发展。教师可以组织学生进行小组讨论，让他们分享自己的观点和体会。这样，学生能在互动中加深对《红楼梦》的理解，提高他们的认知能力。在阅读结束后，教师可以对《红楼梦》中的重要情节进行总结，并引导学生思考如何将书中的知识应用到现实生活中。此外，教师还可以推荐一些与《红楼梦》相关的阅读材料，让学生进一步拓展知识面。通过以上策略，教师可以有效地创设贴近学生实际的任务情境，降低学生的认知负荷，提高他们的学习效果。同时，这种教学方式也有助于培养学生的综合素质，使他们在阅读《红楼梦》的过程中，既能提高文学素养，又能提升社会认知能力。

（二）考虑任务的复杂性和挑战性

基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设中，我们需要充分考虑任务的复杂性和挑战性，从而有效提高学生的学习效果。以《阿房宫赋》课文教学为例，具体

分析如何创设任务情境，以降低学生的认知负荷，提高学习效率。真实性问题创设：在教学《阿房宫赋》时，我们可以提出一些真实性问题，如：“阿房宫为何会成为秦始皇的行宫？”“阿房宫的建筑特点有哪些？”这些问题可以引导学生关注文本内容，深入挖掘课文所蕴含的信息。复杂性问题创设：在教学过程中，我们可以设计一些复杂性问题，如：“请分析《阿房宫赋》中的修辞手法及其作用。”“请从文化角度解读《阿房宫赋》。”这些问题有助于提高学生对文本的深入理解，培养他们的批判性思维能力。挑战性问题创设：为了提高学生的认知负荷，我们可以提出一些挑战性问题，如：“如果你是秦始皇，你会如何建设阿房宫？”“请设计一份阿房宫旅游攻略。”这些问题可以激发学生的创新思维，培养他们的实践能力。

课前预习：在课前，教师可以让学生预习《阿房宫赋》，并布置一些预习任务，如查找相关资料，了解秦始皇和阿房宫的历史背景。这样可以帮助学生建立起对课文的基本认识，为后续学习降低认知负荷。课堂讨论：在课堂上，教师可以组织学生进行讨论，让学生分享自己的观点和感受。例如，针对“阿房宫为何会成为秦始皇的行宫？”这个问题，学生可以结合自己所了解的历史背景，发表自己的看法。通过讨论，学生可以加深对课文内容的理解。任务情境实践：教师可以设计一些任务情境，让学生亲身参与其中。例如，让学生以导游的身份，为同学们介绍阿房宫的历史、建筑和文化特点。这样既可以提高学生的实践能力，又可以激发他们的学习兴趣。课后作业：教师可以布置一些具有挑战性的课后作业，如让学生撰写一篇关于阿房宫的论文，从不同角度进行分析。这样既可以检验学生对课文的理解程度，又可以提高他们的写作能力。在基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设中，我们需要关注任务的复杂性和挑战性，通过合理设计问题、组织讨论、实践任务等方式，降低学生的认知负荷，提高学习效果。通过以上策略，我们可以有效地帮助学生深入学习《阿房宫赋》，提高他们的语文素养。

（三）注重任务的分解和支架式教学

基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设中，任务的分解和支架式教学是两个重要的策略。在《将进酒》课文教学中，我们可以通过以下步骤来实施这两个策略。首先，我们需要对课文进行深入解读，理解诗人的生活背景、创作动机和诗歌主题。在《将进酒》这首诗中，我们可以看到诗人李白对人生的豪放态度和对命运的无畏挑战。这首诗创作于唐朝盛世，诗人生活在一种极度自由和开放的环境中，这使得他能够以一种超越常人的

眼光看待人生和命运。通过对诗人的生活背景和诗歌内容的解读，我们可以帮助学生更好地理解诗歌的主题和情感。接下来，我们需要将任务进行分解，将其划分为一系列小任务。

在《将进酒》的教学中，我们可以将任务分解为以下几个部分：解读诗歌标题：让学生理解“将进酒”这个标题的含义，引导他们思考诗歌的主题和情感。分析诗歌结构：让学生仔细阅读诗歌，分析其结构和韵律，理解诗人如何通过诗歌的形式表达情感和主题。解读诗歌意象：让学生关注诗歌中的意象，如“花间一壶酒”，“独酌无相亲”等，引导他们理解意象对人物形象的表现作用。分析人物形象：让学生分析诗中的人物形象，如“举杯邀明月”，“对影成三人”等，帮助他们理解人物形象与诗歌主题的关联。解读诗歌情感：让学生关注诗歌中的情感变化，如从豪放到忧郁，再从忧郁到豪放的情感转变，引导他们理解诗人对人生的态度和思考。通过任务的分解，我们可以帮助学生逐步理解和欣赏《将进酒》这首诗，提高他们对诗歌的鉴赏能力。最后，我们需要运用支架式教学策略，为学生提供必要的支持和引导。在《将进酒》的教学中，我们可以通过以下方式实施支架式教学：提供背景知识：为学生提供关于李白和唐朝的背景知识，帮助他们更好地理解诗歌的内容和情感。提问和引导：通过提问和引导，激发学生的思考，帮助他们深入理解诗歌的主题和情感。反馈和评价：给予学生及时的反馈和评价，鼓励他们积极参与课堂讨论，提高他们的语文素养。通过以上步骤，我们可以帮助学生在《将进酒》的教学中更好地理解 and 欣赏诗歌，提高他们的语文素养和鉴赏能力。同时，这也符合认知负荷理论的要求，通过任务的分解和支架式教学，减轻学生的认知负荷，提高学习效果。

综上所述，基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设教学策略，可以帮助学生更好地应对学习任务和压力，提高语文学习效果和思维能力。通过合理创设教学情境，分配认知资源，注重学生的反馈和评估，可以有效地降低学生的认知负荷，促进他们的全面发展。未来，我们将继续深入研究，进一步完善和优化教学策略，为提高高三语文教学质量做出更大贡献。

参考文献

- [1] 林碧云. 基于认知负荷理论的高三语文任务情境创设教学策略[J]. 当代教研论丛, 2022, 8(11): 35-38.
- [2] 夏永兰. 关于高三语文有效性教学策略探讨[J]. 课外语文(教师适用), 2012(08): 29.