



MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI
O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETINING
JIZZAX FILIALI

**ZAMONAVIY INNOVATSION
TADQIQOTLARNING
DOLZARB MUAMMOLARI
VA RIVOJLANISH
TENDENSIYALARI:
YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR
RESPUBLIKA ILMIY-TEXNIK
ANJUMAN MATERIALLARI
TO'PLAMI**



**15-16-MAY
2026-YIL**



**Google
Scholar**



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**MIRZO ULUG‘BEK NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY
UNIVERSITETINING JIZZAX FILIALI**

**ZAMONAVIY INNOVATSION TADQIQOTLARNING DOLZARB
MUAMMOLARI VA RIVOJLANISH TENDENSIYALARI: YECHIMLAR
VA ISTIQBOLLAR**

*mavzusidagi Respublika ilmiy-texnik anjuman materiallari to‘plami
(2026-yil 15-16-may)*

JIZZAX-2026

МЕТАПОЗНАНИЕ В ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

Ст. преподаватель Кудинова Ольга Андреевна

Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого

Тула, Россия

walwow@bk.ru

Аннотация: в статье рассматриваются примеры метакогнитивных стратегий, которые можно использовать на занятиях по иностранному языку, с целью улучшения качества усвоения знаний и развития рефлексивного мышления.

Ключевые слова: метапознание, метакогнитивные стратегии, критическое мышление, рефлексивное мышление, обучение иностранному языку.

В самом широком смысле метапознание означает “мышление о мышлении”, или процесс, выходящий за рамки мышления, при котором мы можем планировать, контролировать, мыслить, знать или осваивать что-либо. На практике метапознание предполагает активное наблюдение и анализ собственных мыслительных процессов, чтобы перестать использовать те стратегии изучения языка, которые не работают, и найти и внедрить те практики, которые действительно приносят результат. Метапознание относится к процессу, идущему “после” или “за пределами” (мета-) акта приобретения знаний (когниции). Н. Андерсон утверждает, что исследователи в этой области доказали, что студенты, изучающие язык на продвинутом уровне часто используют метакогнитивные стратегии, которые упрощают процесс усваивания языка [1]. Текущее исследование, посвященное когнитивным стратегиям, метапознанию и метакогнитивным стратегиям обучения в процессе овладения вторым языком, ориентированное на взрослых, изучающих иностранный язык, показало, что наилучшей возможностью для достижения более высокого уровня владения иностранным языком является обучение метакогнитивным стратегиям.

Примеры метакогнитивных стратегий, используемых для изучения иностранного языка, включают в себя, такие действия, как планирование языковых заданий, направление внимания, мониторинг и корректировка использования стратегии, применение базовых знаний и установление ожиданий. Суммируя все вышесказанное, мы решили понимать под метапознанием способность размышлять о своем собственном мышлении, самостоятельно решая возникающие проблемы, отслеживать, планировать и контролировать свою мыслительную деятельность (например, “понимаю ли я этот материал или просто запоминаю его”), а также, точно оценивать свой уровень знаний.

Метакогнитивные стратегии могут быть использованы в онлайн-обучении, при личном обучении, до и после обучения, а также в процессе социального обучения, предназначенного для погружения в языковую среду. В результате возникает необходимость в обучении преподавателей метакогнитивным стратегиям, чтобы они могли помочь учащимся чувствовать себя более комфортно, автоматически применяя данные стратегии к учебным заданиям, правильно концентрируя свое внимание, и корректируя свою работу, если что-то

идет не так. Они не задумываются об этих навыках во время их выполнения, но, если их спросят, что они делают, они обычно могут точно описать свои метакогнитивные процессы [2]. В исследовании также изучалось, в какой степени преподаватели, используют рефлексивную практику в обучении и в какой степени используются оба метакогнитивных процесса: а) знание о познании и б) регулирование познания.

Знание о познании состоит из трех компонентов:

1. Знание факторов, влияющих на собственную успеваемость
2. Знание различных типов стратегий обучения
3. Знание того, какую стратегию использовать в конкретной учебной ситуации

Регулирование познавательной деятельности включает в себя:

1. Постановку целей и планирование
2. Мониторинг и управление процессом обучения
3. Оценка собственного регулирования (оценка результатов и используемых стратегий)

Н. Андерсон упоминает несколько инструментов, которые учителя могут использовать для содействия реализации метакогнитивных стратегий учащихся, таких как опросы и анкетирование [3], журналы по изучению языка, видеозаписи с образцами речи для самооценки, формы для оценки групповой работы, протоколы размышлений вслух и самооценки после выполнения задания [4].

Двумя наиболее важными инструментами, предназначенными для развития языковой осведомленности учащихся и реализации метакогнитивных стратегий, являются учебный план и портфолио. Поскольку обучение происходит со временем, и возможно только среди студентов старших курсов, уже имеющих определенную языковую базу и навыки, чтобы путем практики и экспериментов суметь отследить, развить, оценить свои метакогнитивные способности, а главное, понять свои потребности в обучении и разработать стратегии для удовлетворения этих потребностей и последующую их реализацию.

Метакогнитивные навыки обычно приобретаются на более позднем этапе развития и важно понимать разницу между изучением стратегий и самообразованием, так как метакогнитивные знания имеют решающее значение для эффективного самостоятельного обучения, способствуя предусмотрительности и саморефлексии, что важно в процессе обучения с целью развития критического анализа.

Для развития метакогнитивных способностей следует использовать следующие виды работы: интерактивные занятия, инфографика или презентация и обзор литературы по заданной теме, написание резюме, отзывов или реферирование статей, а также, ведение журнала о метапознании, в котором учащиеся могли бы описать стратегии обучения/преподавания, которые они используют в настоящее время и как их можно изменить для более эффективного обучения/преподавания. Ведение журнала укрепит связь между учениками и преподавателем и позволит сократить “разрыв” между “текущим поведением =

текущими оценками" и "продуктивным поведением = желаемыми оценками", поможет выявить наиболее эффективные и интересные виды работ.

Таким образом, понимание метапознания, того, как мы мыслим, является своего рода основой для критического мышления и стратегией, позволяющей понять, что нужно изменить в процессе обучения, чтобы добиться успеха.

В результате исследования был сделан вывод о том, что метапознание является критически важным в образовании и, к сожалению, часто упускаемым из виду компонентом процесса обучения. Проще говоря, все люди в той или иной степени занимаются метапознанием. Они планируют, думают, оценивают и соответствующим образом пересматривают свою практику. Однако метапознание остается на заднем плане, в результате чего многие используют непродуктивные и неподходящие стратегии. Более того, четкое обучение метапознанию поможет учителям и учащимся работать умнее, учиться эффективнее и достигать более высоких уровней владения языком. Исследование показывает, что метакогнитивная осведомленность является важным фактором, определяющим академические достижения.

Внедряя метакогнитивные стратегии на занятиях по иностранному языку, значительно повышается уровень владения иностранным языком, улучшается рабочая память и успеваемость учащихся на более поздних этапах усвоения. При моделировании видов рефлексивного мышления, знания о себе как об учениках и о подходящих стратегиях для выполнения конкретной задачи, внедрения планирования, самостоятельного контроля и оценивания, улучшается процесс обучения.

Список использованной литературы

1. Anderson N.J. Metacognition and good language learners. In C. Griffiths (Ed.) *Lessons from good language learners* (pp. 99-109). Cambridge University Press; 2008 Apr 3.
2. Mitsea E, Drigas A. A. Journey into the Metacognitive Learning Strategies. *International Journal of Online & Biomedical Engineering*. 2019 Dec 15;15(14).
3. Akamatsu D, Nakaya M, Koizumi R. Effects of metacognitive strategies on the self-regulated learning process: The mediating effects of self-efficacy. *Behavioral Sciences*. 2019 Dec;9(12):128.
4. Кудинова О.А., Кудинова В.И., Педагогические стратегии и методы их использования в процессе обучения. *Перспективы развития научных изысканий: теория, методология, практика*. Сборник научных трудов по материалам XI Международной научно-практической конференции (г.-к. Анапа, 29 декабря 2025 г.). – Анапа: НИЦ ЭСП в ЮФО, 2025. С. 168-174.