

基于短视频平台的大学生英语听力自主学习策略研究

张晨龙

悉尼大学，澳大利亚 悉尼 2006

DOI: 10.61369/ETR.2025500011

摘要：移动互联网技术的发展，使得以抖音、快手等为代表的短视频平台深深融入到大学生的学习生活中，为大学生英语听力自主学习开辟出了一条新的道路，为其给予全新的资源。本文从大学生英语听力自主学习的角度出发，探究短视频平台运用于大学生英语听力自主学习的实践价值，建构一套切实可行的自主学习策略体系，首先梳理了短视频平台具备的独特优势—激发学习兴趣、提供真实语料、营造沉浸式语境以及实现个性化学习。然后从“资源筛选与评估策略”“元认知管理策略”等方面详细阐述了大学生怎样高效利用短视频平台开展英语听力自主学习。最后对实践中遇到的问题进行反思并对未来发展提出展望，旨在为数字化时代的大学生提升英语听力能力带来一定的理论借鉴意义。

关键词：短视频平台；英语听力；自主学习；大学生

Research on College Students' Autonomous English Listening Learning Strategies Based on Short-Video Platforms

Zhang Chenlong

The University of Sydney, Sydney, Australia 2006

Abstract : With the development of mobile Internet technology, short-video platforms represented by Douyin and Kuaishou have been deeply integrated into college students' study and life, opening up a new path for college students' autonomous English listening learning and providing them with brand-new resources. From the perspective of college students' autonomous English listening learning, this paper explores the practical value of applying short-video platforms to college students' autonomous English listening learning and constructs a set of feasible autonomous learning strategy systems. Firstly, it sorts out the unique advantages of short-video platforms: stimulating learning interest, providing real corpus, creating an immersive context, and realizing personalized learning. Then, it elaborates in detail on how college students can efficiently use short-video platforms to carry out autonomous English listening learning from aspects such as "resource screening and evaluation strategies" and "metacognitive management strategies". Finally, it reflects on the problems encountered in practice and puts forward prospects for future development, aiming to provide certain theoretical reference significance for college students to improve their English listening ability in the digital age.

Keywords : short-video platforms; English listening; autonomous learning; college students

引言

在全球化与教育信息化深度融合背景下，大学生英语应用能力被逐渐重视起来，其中作为信息输入环节的重要一环——听力理解能力更是如此。传统的大学英语听力教学往往以课堂统一授课、标准音频材料为主，存在着语料单一、语境真实感差以及无法满足学生个性化学习需求等问题。而大学生在课外进行听力自主学习时也常常会因为所学材料枯燥乏味、缺少互动和指导等原因难以坚持。而短视频作为一种集视觉、听觉、文本于一体的富媒体形式因其内容海量性、传播碎片化、形式趣味性和社交强互动性等特点已经成为当代大学生获取信息、娱乐消遣及社交的主要途径之一，在各大平台中蕴藏着大量的由国内外创作者原创生产的原生英语短视频涵盖新闻类、科普类、影视类、教学类等多种类型形成一个极具开发潜力的非正式英语学习资源库。基于此，怎样把大学生对短视频的高频使用变成有效的英语学习行为，引领他们用这个喜闻乐见的媒介开展系统的、高效的听力自主学习，具有深层次的研究意义。

一、短视频平台应用于大学生英语听力自主学习的实践价值

不是单纯的技术工具堆砌，而是因为其对学习要素进行了重新组合和改良，从以下几个方面可以看出：

(一) 激发内在动机，变“被动学习”为“主动探究”

把短视频平台带进大学生英语听力自主学习当中，它的价值

兴趣是最好的老师，相较于传统的听力教材，短视频内容生

动有趣、形式丰富多样，有助于降低大学生的情感过滤^[1]。大学生可根据自己的兴趣，如美妆、科技、游戏、旅游等，关注相关英语创作者，让听力学习与个人爱好紧密结合，以兴趣驱动的方式能够极大地激发大学生的内在动机，使英语听力从必须完成的学习任务转变为一种满足好奇心和探索欲的愉悦体验，从而提高学习的积极性和持续性^[2]。

（二）提供真实、多元的语料输入，弥补教材不足

Krashen的“输入假说”认为可理解性输入对语言习得很重要。短视频平台提供了一个丰富且真实的语料库，这里的英语是“活”的，有各种不同地域的口音，如美音、英音、澳音等，不同的语速，大量的俚语和日常用语，还有各种各样的非语言交际线索（表情、手势、场景），“原汁原味”的输入可以弥补标准化教材中语言真实性方面的不足，使大学生熟悉真实的交际情景下的语言使用情况，提高其适应自然语流的能力和跨文化交际意识^[3]。

（三）创设多模态沉浸语境，降低听力理解难度

短视频集画面、声音+文字，如字幕、标题、评论区解释，构成多模态学习环境，视觉信息给听觉理解提供强大情境支撑^[4]。当大学生听到一个生词或者复杂句子时，画面中出现的场景、人物动作表情以及内置字幕都能成为理解的“脚手架”，帮助他们推测出意思，降低认知负荷，增加学习信心。这种音画同步输入方式更符合人脑认知规律，能形成更深记忆痕迹。

（四）支持个性化与碎片化学习，提升学习灵活性

短视频时长一般较短，适合大学生碎片化的时间。大学生可以随时随地利用课间、睡前、上下学等零碎时间进行“微学习”，平台根据算法推荐机制，会不断向大学生推送感兴趣领域的英语内容，实现学习内容的“私人订制”。学生可以根据自己的节奏自定步调，根据自己喜好选择自己想看的内容，自主决定学习时长，真正实现了个性化和灵活的学习方式^[5]。

二、基于短视频平台的大学生英语听力自主学习策略

认识到短视频平台的价值是第一步，关键在于如何有效利用它。大学生需从无意识的“观看者”转变为有策略的“大学生”。以下构建一套系统的自主学习策略体系。

（一）资源筛选与评估策略

面对海量信息，筛选高质量、适合自身水平的学习资源是成功的第一步。第一，明确目标和兴趣方向，大学生需先搞清楚自己想达成的目标，像准备四六级考试、提高日常口语听力水平或者了解学术英语之类的、感兴趣的内容等，从而选定关注的领域以及创作者^[6]。第二，评价资源质量，首选发音标准，内容积极向上的优质创作者。关注认证的教育类博主、大号媒体机构账号（BBC News, VOA Learning English）或具有良好教育背景的人群创作者。注意视频制作质量和评论区氛围作为辅助判断条件。第三，利用平台功能精准搜索，善用平台搜索功能，并利用标签、分类等功能进行筛选^[7]。关注平台内的“知识区”或“教育”频道，往往能发现更多优质内容。第四，建立个人学习资源库，

充分运用平台的“收藏”“点赞”和“创建合集”的功能，把适合各个学习阶段、不同主题的好视频分类保存起来，形成自己的个性化的听力学习资源库，便于日后复习使用。

（二）元认知管理策略：规划、监控与反思

自主学习的核心是元认知能力，即对学习过程的计划、监控、评估和调整。第一，计划策略，有周/月的学习计划。比如，规定每天15-20分钟看短视频英语听力、每周完成一个主题（如职场英语）的听力任务等，把碎片时间系统化起来，不能盲目的学、随便学。第二，监控策略，在学习的过程中，要对自己的学习进行一个自我监督，在遇到听不懂的时候是要暂停，还是回放呢？还是要根据上下文去猜测呢？是不是要用字幕呢？自己一定要很清楚自己在做什么以及为什么要这么做^[8]。每天做好学习日志，简要记录一下今天学了什么内容、遇到了哪些难题和有什么收获等。第三，评估与调节策略，定期翻看学习日志，评判自己的学习成果有没有达到预期的目的，哪些办法管用，哪些不管用，按照判断结果来改动自己的学习规划，所选的学习资源或者学习方法，要是察觉到目前留意的博主说话速度太快，就去寻找语速比较慢并且发音清楚的资料。

（三）精听与泛听结合策略

将传统的听力训练方法应用于短视频学习，实现听力理解的质与量双重提升。第一，泛听策略，理解大意，娱乐为主。大学生可以挑选自己喜欢的非教学类 vlog、纪录片片段、新闻简报等。第一遍观看时打开英文字幕或者中英字幕帮助理解，关注整体内容的理解而非纠结个别生词。目的是大量接触英语环境，培养语感，开阔视野。第二，精听策略，选择长度适中（1-3分钟）、语言质量高的视频作为精听材料。流程可分为。盲听，关闭字幕，完整听1-2遍，尽力捕捉关键词和主旨^[9]。细听，开启英文字幕，再次观看，核对理解，找出第一遍未听出的词汇、连读、弱读等语音现象。研读，暂停视频，查阅生词，分析句子结构，彻底理解文本内容。可以跟读模仿，练习语音语调。复听，关闭字幕，再听一遍，确认已经完全听懂。这种方法能充分挖掘一段材料的语文价值，大大提高辨音能力和细节理解能力。

（四）互动与输出驱动策略

巩固学习成果语言学习的最终目标是应用。利用短视频平台的互动特性，促进输入向输出的转化。第一，主动互动。大学生参加视频评论区的英语讨论，试着用英文表达自己的看法、提出问题或者回答别人的疑问。这种做法既是对自己的理解能力的一种考验，也是一种不错的写作输出练习机会^[10]。第二，模仿与跟读。大学生可以挑选发音地道的短视频片段，开展影子跟读练习，就像影子一样稍滞后一点时间仿照所听到的内容，这对于锻炼口语流利度和语音语调非常有效。第三，创造性输出。这属于最高级的学习策略，大学生可试着自己制作英语短视频，像用英语讲刚看过的内容、介绍自己喜欢的一本书或者分享日常之类的事情，在此过程中需综合运用听、说、写等多方面能力，这是对听力输入内容最深层的内化与应用，能够极大地提升成就感和动力。

三、结束语

综上所述，短视频平台是信息时代下诞生的一种新的学习场域，给大学生英语听力自主学习带来无限可能的空间。其自身优势在于激发学习兴趣、提供真实语料、创设沉浸语境以及支持个性化学习等方面，但工具的价值在于使用者的策略和方法。本研究提出的资源筛选、元认知管理、精泛听结合及互动输出四大策略体系旨在帮助学生有系统地、深入地、高效地开展学习，从而获得超越浅层的语言能力增长。同时需要明确短视频平台应用于

英语学习存在的问题，如碎片化的信息可能导致知识不完整，算法推荐容易形成“信息茧房”，且对大学生的自控力与信息素养要求较高等。基于此，在以后的实践中和研究中，一方面要提升大学生的自主学习能力和信息筛选能力，另一方面也需要教育工作者去引导，比如教师可以提供一份优质的账号清单、设计基于短视频的混合式学习任务单将非正式学习与课堂相衔接。伴随人工智能技术的发展，短视频平台可能会集更多智能字幕、词汇提示、个性化难度分级等学习支持功能于一身，为大学生英语自主学习赋能，促进大学英语教学模式变革走向深入。

参考文献

- [1] 林文韵,杨田田.讲好中国故事背景下大学生英语数字化叙事能力提升路径探究[J].延边教育学院学报,2023,37(03):10-13.
- [2] 闫学敏.抖音短视频在大学英语教学中的应用分析[J].海外英语,2023,(05):153-155.
- [3] 杨素兰.大学生中华优秀传统文化英语传播能力提升的探索与实践——以“说流利英语·讲中华文化”短视频大赛为例[J].宿州教育学院学报,2022,25(05):26-29.DOI:10.13985/j.cnki.34-1227/c.2022.05.026.
- [4] 郑宝玥,谢冰.基于短视频平台的大学生英语听说自主学习模式初探[J].海外英语,2022,(16):114-116.
- [5] 冯娟,付灵娜.研究新媒体短视频对大学生英语学习影响现状分析——以抖音为例[J].互联网周刊,2022,(09):43-45.
- [6] 谢育任,陈静雯,罗甜甜,等.短视频环境下英语专业大学生巴蜀文化认同的现状研究[C]//外语教育与翻译发展创新研究(11).成都信息工程大学;,2022:51-54.DOI:10.26914/c.cnkihy.2022.002815.
- [7] 程璐璐.基于移动互联网的大学生英语口语学习研究[J].海外英语,2021,(24):135-136.
- [8] 余殊.大学英语教育中的学习动机激发策略分析[J].教师,2020,(32):36-37.
- [9] 李怡璇.大学生英语词汇分级教学在抖音平台上的应用[J].计算机产品与流通,2020,(07):268.
- [10] 李鑫.旅游管理专业大学生英语第二课堂创新教学平台构建探索——以广西师范大学职师教学为例[J].电脑知识与技术,2020,16(08):121-122+128.DOI:10.14004/j.cnki. ckt.2020.0914.