

影子跟读法对英语听力的影响研究——以无锡三校为例

贾秀珍¹ 孙亚玲² 闵丽娇¹

1. 无锡南洋职业技术学院

2. 无锡太湖学院

DOI:10.12238/er.v7i10.5456

摘要：随着全球化的不断深入，英语作为国际交流的重要语言，其听说能力成为衡量语言水平的关键指标。影子跟读法作为一种有效的语言学习策略，已被广泛应用于英语教学中。本研究旨在探讨影子跟读法在提高英语听力能力方面的有效性，特别是在无锡三所不同教育层次的学校中的实际应用情况。本研究通过实证研究方法，对无锡太湖学院、无锡南洋职业技术学院和江苏省太湖高中的学生进行为期五个月的影子跟读训练，采用定量研究方式，评估影子跟读法对英语听力能力的影响。研究发现，影子跟读法能显著提高学生的英语听力能力，尤其在非英语专业的学生中效果更为明显。

关键词：影子跟读法；英语听说能力；有效性研究；无锡三校

中图分类号：G64 **文献标识码：**A

Research on the Influence of Shadowing Exercises on English Listening Comprehension——Taking Three Schools in Wuxi as Examples

Xiuzhen Jia Yalin Sun Jiaoli Min

Wuxi South Ocean College

Abstract: As globalization continues to deepen, English, as an important language for international communication, has seen its listening and speaking abilities become key indicators of language proficiency. The shadowing method, as an effective language learning strategy, has been widely applied in English teaching. This study aims to explore the effectiveness of the shadowing method in improving English listening and speaking abilities, especially in the practical application in three schools in Wuxi with different educational levels. Through empirical research methods, this study conducted a five-month shadowing training for students from Wuxi Taihu University, Wuxi South Ocean College, and Jiangsu Taihu High School, using quantitative research methods to assess the impact of the shadowing method on English listening abilities. The study found that the shadowing method can significantly improve students' English listening abilities, especially among non-English major students.

Keywords: Shadowing exercises; English listening ability; English speaking abilities; Effectiveness research; Three schools in Wuxi

引言

研究背景

在全球化的浪潮中，英语的角色愈发显著，特别是在国际商务、政治交流和学术研究中。听说能力作为英语交际能力的核心，对于非英语母语者尤为重要。然而，传统的英语教学往往过分强调语法和词汇学习，而忽视了实际听说技能的培养。影子跟读法作为一种有效的听说技能训练方法，通过模仿和即时复述，有助于提高学习者的语言流利度和准确性。

研究意义

本研究的意义在于填补了现有研究中对影子跟读法在不同教育阶段应用效果的探讨。此外，本研究通过实证研究，为英语教学提供了基于证据的教学策略，有助于提高教学效果和学习者的语言能力。

研究问题与目标

本研究旨在解答影子跟读法在不同教育背景下的应用效果。研究目标是通过实证研究，评估影子跟读法在无锡三所学校中提高英语听力能力的有效性，并探索其作用机制。

1. 文献综述

1.1 影子跟读法的理论基础

影子跟读法，又称为“shadowing exercise”，是一种通过模仿和即时复述来提高语言能力的方法。其理论基础主要来自于认知心理学和二语习得理论。认知心理学认为，通过模仿和重复，学习者可以加强记忆，提高语言处理能力。二语习得理论则指出，语言学习是一个逐步内化的过程，模仿是其中重要的一环。影子跟读法通过即时跟读，使学习者在语言输入和输出之间建立直接联系，从而提高语言能力。

1.2 国内外影子跟读法的应用研究

国内外众多研究已经证实了影子跟读法在语言学习中的有效性。Cherry 在 1953 年首次提出影子跟读法，并在后

续研究中证实其对听力理解的促进作用。这种方法要求学习者使用相同的语音、语调和语速对其听到的声音进行不间断的复述，可以有效提升学习者的语感、短时记忆能力以及口语水平。

Lambert 进一步研究了影子跟读法对语言节奏和语调的模仿效果，指出这种方法能够帮助学习者更好地掌握目标语言的韵律特点。在中国，影子跟读法也被广泛应用于英语教学中。胡文华（2019）通过实证研究，发现影子跟读法能够显著提高学生的英语听力和口语能力。廖洁（2017）年的研究也表明，影子跟读法对提高学生的辨音能力和短时记忆能力有显著效果。

此外，影子跟读法的应用不仅限于提高语言学习者的听说能力，它还被用于专业训练中，如同声传译教学。张丽华（2020）年的研究中探讨了影子跟读练习在同声传译课程教学中的应用，指出这种方法经过多年的教学沉淀，在“广外模式”里获得了新的内涵，从机械、被动的跟读演变为可扩展、主动的教学应用。

影子跟读法在初中英语听力教学中的应用也被证实是有效的。张敏等人（2021）通过观察法和访谈法，探究了影子跟读法对提高初中生英语听力水平的作用，发现这种方法能在一定程度上增强初中生运用听力策略的能力和信心。

综上所述，影子跟读法作为一种经过验证的语言学习策略，不仅能够提高学习者的听说能力，还能够加强其语言节奏和语调的掌握，甚至在专业领域的语言技能训练中也显示出其独特的价值。随着教育者和研究者对其效果的不断探索和实践，影子跟读法有望在未来的语言教学中发挥更大的作用。

1.3 影子跟读法在不同教育阶段的应用现状

1.3.1 在本科阶段

在大学英语教学中，影子跟读法被广泛用于提高学生的英语专业能力和口译技能。由于大学生已经具备了一定的英语基础，教师可以采用更高难度的听力材料，如专业讲座、学术报告等，来训练学生的高级听力理解能力和语言的准确性。

1.3.2 在职业院校阶段

职业院校的学生往往需要掌握与特定职业相关的英语技能。影子跟读法在职业院校的应用，通常会结合专业课程内容，如旅游英语、商务英语、幼儿英语等，来培养学生的职业英语沟通能力。通过模仿行业内的专业人士的语言表达，学生能够更快地适应职业环境，并提高其职业技能。

1.3.3 在高中阶段

高中阶段的学生正处于英语学习的关键时期，影子跟读法在这个阶段的应用更侧重于提高学生的英语听说能力。教师通常会选择与学生日常生活和学习相关的话题，如学校生

活、科技、文化等，来激发学生的学习兴趣。通过影子跟读，学生不仅能够提高语音语调的模仿能力，还能够加深对话题内容的理解和记忆。

总之，影子跟读法作为一种多用途的语言学习方法，在不同教育阶段有着不同的应用重点。随着教育者对其应用的不断探索和创新，影子跟读法有望在未来的语言教学中发挥更大的作用。

2. 研究方法

2.1 研究设计

本研究采用实验法和比较法相结合的研究设计。通过在无锡三所学校中实施影子跟读训练，对比分析训练前后学生的英语听力能力变化，评估影子跟读法的实际效果。

2.2 研究对象与样本选择

研究对象为无锡太湖学院、无锡南洋职业技术学院和江苏省太湖高中的学生。每所学校各选取 10 名学生作为研究样本，确保样本具有代表性和多样性。

2.3 研究工具与材料

研究工具包括听力材料、问卷调查表和测试试卷。听力材料选择涵盖不同难度和类型的英语听力内容，问卷调查表和测试试卷用于收集学生的基本信息和评估他们的英语听说能力。

2.4 数据收集与分析方法

数据收集主要通过问卷调查和测试成绩来完成。数据分析则采用 SPSS 23，包括描述性统计、相关性分析和差异性分析，以确保研究结果的科学性和客观性。

3. 研究对象与研究场景

3.1 无锡太湖学院（本科）

无锡太湖学院作为一所本科院校，其学生具有较高的英语基础和学习能力。本研究将通过在该校实施影子跟读训练，评估其对本科生英语听说能力的影响。

3.2 无锡南洋职业技术学院（高职）

无锡南洋职业技术学院作为一所职业院校，其学生的专业背景和英语水平各异。本研究将探讨影子跟读法的应用效果。

3.3 江苏省太湖高中

江苏省太湖高中作为一所普通高中，其学生正处于英语学习的关键阶段。本研究将通过在该校实施影子跟读训练，评估其对学生英语听说能力提升的效果。

4. 实证研究

4.1 实验设计与实施

实验设计包括前测、训练和后测三个阶段。前测阶段测试评估学生的初始英语听力能力。训练阶段实施影子跟读训练，每周进行三次，每次 20 分钟。后测阶段通过问卷调查和再次测试评估学生的英语听力能力的变化。

4.2 实验过程

实验过程严格按照研究设计进行。首先，向学生介绍影子跟读法的原理和方法，并通过示范引导学生进行初步训练。随后，学生在教师的指导下，自主进行影子跟读训练。训练过程中，教师及时给予反馈和指导，确保训练效果。

4.3 数据收集与处理

数据收集包括学生的基本信息、训练过程的部分跟读视频、问卷调查结果和测试成绩。数据处理则通过统计分析方法，对数据进行整理和分析，确保研究结果的科学性和准确性。

5. 结果分析

5.1 测试结果分析

配对样本 t 检验结果显示，前测的平均分是 31.80，后测的平均分是 38.70，平均提升了 6.90 分（后测-前测）。这种差异在统计上是显著的（Sig. (2-tailed) = .000 < .05），表明前测和后测之间存在显著的差异。此外，95%的置信区间（-8.749, -5.051）也表明这种差异是稳定的，不太可能是偶然的。

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean	Correlation	Sig.
Pair 1 前测	31.80	30	5.416	.989	.543	
后测	38.70	30	4.893	.893		.002

前测 ANOVA 结果组间差异显著（Sig. = .031 < .05），表明三组在前测时的得分存在显著差异。后测 ANOVA 结果组间差异不显著（Sig. = .134 > .05），这意味着在后测时，三组之间的差异变得不那么显著，但这并不直接等同于说三组在后测时都有相似的提升或下降。

5.2 问卷结果分析

KMO 值是衡量变量间偏相关性的一个重要指标，KMO 值大于 0.7 被认为是适合进行因子分析的阈值。在本研究中，KMO 值为 .776，表明数据中存在足够的共同因素，适合进行因子分析。Bartlett 球形检验的显著性水平为 .000，远小于 0.05，说明变量之间存在高度的相关性，进一步支持了数据适合进行因子分析的结论。

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.776
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	518.077
	df	66
	Sig.	.000

6. 讨论

6.1 教学实践中的挑战与对策

在教学实践中，主要的挑战在于如何持续保持学生的长期参与和动力。应对策略包括设计多样化的听力材料，引入主题讨论和角色扮演等互动活动，以及定期组织学生进行小

组合作学习。此外，及时提供反馈，可以有效激励学生的学习动力。一些学生可能在跟读过程中遇到语音难点，需要额外的个别辅导或者更频繁的练习机会。通过个性化的辅导，可以帮助他们克服这些障碍。

6.2 对不同教育阶段学生的适应性分析

对影子跟读法在不同教育阶段学生的适应性分析显示，高职学生更倾向于将所学技能应用于专业场景，而本科和高中学生则更注重基础技能的提高。因此，教学设计应当考虑到学生的专业背景和学习需求，提供个性化的训练方案。

针对高职学生，可以通过行业相关的听力材料和专业术语的跟读练习，帮助他们在工作中更流利地进行英语交流。而对于本科和高中学生，则可以在基础跟读练习中加入更多的词汇和语法训练，以确保他们建立坚实的语言基础。

7. 结论与建议

7.1 研究结论

本研究的主要发现显示，影子跟读法在提升学生英语听力能力方面具有显著效果。通过影子跟读，学生能够在听力理解和口语表达方面取得显著进步。这种方法不仅有助于提高学生的语音准确性和语调节奏，还能够全面促进其英语综合能力的发展。

7.2 对英语教学的建议

针对影子跟读的具体实施，建议根据学生的不同水平和需求进行个性化调整和优化。例如，可以根据学生的专业背景设计相关的听力材料，或者针对语言能力较弱的学生加强基础训练。此外，及时的反馈和评估也是提升影子跟读效果的关键。

7.3 研究的局限性与未来研究方向

尽管本研究显示了影子跟读的积极效果，但此次研究样本较小，未能涵盖广泛的学生群体，未来的研究可以通过扩大样本量来进一步验证这一方法的普适性和效果稳定性。此外，延长训练周期也是未来研究的一个重要方向，以探索影子跟读在长期学习过程中的持续性表现和长期效果。

[参考文献]

- [1]胡文华.影子跟读对初中生英语听力广度和听力水平影响的实验研究[D].广州大学,2019.
- [2]廖洁.影子跟读训练提高高中生英语听说能力之行动研究[J].疯狂英语(教学版),2017,(01):32-33.
- [3]张丽华.影子跟读练习在“广外模式”同声传译课程教学中的应用[J].当代外语研究,2020,(03):105-119.
- [4]张敏,张卓然,黄惠贤.影子跟读法在初中英语听力教学中的应用研究[J].英语教师,2021,21(04):48-54.

作者简介:

贾秀珍, (1978-), 女, 汉, 江苏省无锡市, 副教授, 硕士, 研究方向: 英语教育、学前英语教学

课题项目:

2023年江苏高校哲学社会科学项目“基于模仿学习理论的影子跟读法在英语教学中的应用研究”(编号:2023SJB1037 阶段性成果之一)