教育學文摘
Abstracts of Education
ISSN Print: 3079-5443
ISSN Online: 3079-5451
https://doi.org/10.63313/EDU.8044

新课改背景下高中生英语自主学习能力培养的实践研究

李慧，左义

四川轻化工大学外语学院，四川自贡，643002

发布日期：2026年04月28日

摘　要

在新课程改革背景下，培养学生自主学习能力已成为英语教学的重要目标。本研究从高中英语自主学习能力的内涵和研究现状出发，基于自主学习的相关理论，立足于教学实践，研究尝试结合具体教学案例，建构一套有效的高中英语自主学习培养策略，以期转变师生教学观念，提升课堂效率，进而增强学生的语言综合运用能力、学习兴趣和创新精神，为英语教学的改革与发展提供参考。

关键词

新课改；高中英语；自主学习能力；教学策略

A Practical Study on Cultivating Senior High School Students' English Autonomous Learning Competence in the Context of the New Curriculum Reform

Hui Li. Yi Zuo

School of Foreign Languages, Sichuan University of Science & Engineering, Zigong, 643002, China

Abstract

Under the background of the new curriculum reform, cultivating students' autonomous learning ability has become an important goal of English teaching. This study, starting from the connotation and current research status of high school English autonomous learning ability, based on relevant theories of autonomous learning and grounded in teaching practice, attempts to construct a set of effective strategies for cultivating autonomous learning ability in high school English through specific teaching cases. The aim is to transform teachers' and students' teaching and learning concepts, improve classroom efficiency, and thereby enhance students' comprehensive language

文章引用: 李慧, 左义. (2026). 新课改背景下高中生英语自主学习能力培养的实践研究. 教育學文摘, 1(3), 61 - 67.
ISSN Print: 3079-5443, ISSN Online: 3079-5451.
DOI: 10.63313/EDU.8044

application ability, learning interest, and innovative spirit, so as to provide a reference for the reform and development of English teaching.

Keywords

New Curriculum Reform; Autonomous Learning Ability; Teaching Strategies; High School English

Copyright © 2026 by author(s) and Erytis Publishing Limited.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

1. 引言

随着教育改革的不断深化，自主学习能力逐渐成为衡量学生综合素质的关键指标。新课标明确要求课堂以素养为统领，融合语言、文化、思维和学习能力的培养，特别强调教师要重视学习策略的指导，帮助学生在学习过程中学会自我选择、评判与监控。然而，当前高中英语教学仍深受应试教育影响，教师偏重知识传授，学生习惯于被动接受，课外作业流于形式，缺乏有效的学习方法和自控能力。这种“灌输式”教学已无法适应快速变化的社会需求。与此同时，社会对创新型人才的要求越来越高，学生自身也需要通过自主学习来提升理解力、激发学习热情、培养自我管理和独立解决问题的能力。因此，无论从国家教育改革、社会诉求还是学生个人发展的角度来看，在高中英语教学中系统培养学生的自主学习能力都具有重要的现实意义。基于此，本研究从教学实践出发，结合理论知识与具体案例，探索可行的培养策略，以回应学生新的学习需求，推动英语教学质量的提升。

2. 自主学习能力的内涵

我国学者庞维国，将自主学习概括为：建立在自我意识上的“能学”；建立在学生具有内在学习动机基础上的“想学”；建立在学生掌握了一定的学习策略基础上的“会学”；建立在意志努力基础之上的“坚持学”。自主学习是与传统的接受学习相对应的一种现代化学习方式，通常是指主动、自觉、独立的学习，但是不能把自主学习与自学划等号，虽然它们之间有一定的联系，但自主学习和自学是完全不同的两个概念，自学并不等于自主学习。

英语自主学习能力就是指学习者在学习英语的过程中，能够确定自己的英语学习目标，规划自己的英语学习过程，选择恰当的英语学习方法和策略完成学习任务，并能够对自己的学习过程进行反思评价，依据存在的问题做出适当的调整，从而有效提高学习英语的能力。

自主学习能力的核心特征是学生摆脱被动接受的学习状态，成为学习的主体。学生能够自主明确学习目标、选择学习内容与方法（如自主筛选英语阅读素材、制定学习计划），独立完成知识探究与吸收过程，体现出 “自我主导、主动参与” 的特质，契合新课标中 “学生主体地位凸显” 的要求。学生通过该能力养成科学的学习习惯、提升自我管理能力，不仅能应对高中英语学习需求，更能适应未来社会对知识更新的要求，实现 “学会学习、持续成长” 的发展目标，凸显出与个体长远发展相契合的终身性特质。

3. 自主学习能力培养研究现状

3.1. 国外研究现状

国外对自主学习的探讨历史悠久，早在古希腊时期，苏格拉底提出的 “产婆术” 便蕴含启发学生主动思考、自主建构知识的思想，成为西方自主学习理念的早期源头。20 世纪以来，杜威的 “儿童中心论” 与 “从做中学”、斯金纳的行为主义研究等，进一步推动了自主学习的实验探索与理论发展。

20 世纪 60 年代后，自主学习思想开始在外语教学领域受到重视。Henri Hole 在《自主性与外语学习》中首次将 “学习者自主” 正式引入外语教育，明确了自主学习的概念与内涵，使其成为外语教学研究的重要议题。此后，班杜拉的社会认知理论、Zimmerman 编制的《自主学习访谈量表》与测评工具开发等，推动自主学习研究走向系统化、科学化。

80 至 90 年代，国外研究重点从概念界定、理论构建逐步转向实践应用，开始关注自主学习的内在机制、影响因素及其与学业成就的关系，并从文化、心理、社会互动等视角展开探讨，合作学习、社会化学习等路径也被重新强调。总体来看，国外自主学习研究起步早、体系成熟，成果集中在概念界定、理论模型、测评工具与培养策略等方面，为本研究提供了扎实的理论基础。

3.2. 国内研究现状

我国传统教育思想中早已蕴含自主学习理念，孔子 “启发诱导”、孟子 “自得之学”、朱熹强调教师引导而非灌输等，均重视学生学习的主动性与自觉性。近现代以来，蔡元培提出 “自动、自学、自觉” 的教育主张，进一步凸显了自主学习的重要性。

国内对自主学习的系统性研究始于 20 世纪 80 年代。卢仲衡的自学辅导教学、邱学华的《尝试教学法》等标志性成果，标志着我国自主学习研究进入实验探索阶段。此后，王永、董奇、李晓文、庞维国等学者从心理机制、自我监控、能力发展等角度开展深入研究，其中庞维国《自主学习——学与教的原理和策略》是我国第一部系统研究自主学习的专著，构建了较为完整的本土理论体系。程晓堂等则在外语学习策略与自主能力培养方面做出了重要探索。

随着新一轮课程改革推进，自主学习成为教育研究热点，研究重心逐渐从宏观理论转向学科教学实践。但总体而言，现有研究仍存在明显不足：一是本土化深度研究较少，多以借鉴国外理论为主；二是实践层面的可操作策略与课例研究不足；三是研究对象多集中于大学与初中阶段，针对高中英语学科的系统性、案例化自主学习培养研究相对匮乏。

基于上述研究缺口，本研究以高中生为对象，结合具体课例探讨英语自主学习能力的培养策略，具有一定的现实意义与研究创新性。

4. 高中英语教学中学生自主学习能力培养的教学实例

本研究构建的自主学习能力培养策略，以提升高中生英语自主学习能力为核心宗旨，以课堂教学实践为核心依托，采用“课前—课中—课后”三维联动模式，以自主学习导学案为核心载体，聚焦英语新课教学全过程的能力培养。具体实施路径包括，课前阶段：引导学生开展英语新课自主预习，通过导学案明确预习目标、任务与方法，为课堂学习奠定基础；课中阶段：组织独立探究、合作学习等互动活动，鼓励学生主动参与知识建构，提升自主探究与协作能力；课后阶段：指导学生进行自我拓展、自我检测、自我评价与反思，形成 “预习，探究，巩固，反思”的闭环学习流程，贯穿自主学习全过程。

为具体阐释该策略的实践应用，本研究选取外研社英语（B2U4）Understanding Ideas 板块课文“When Hamlet Meets Peking Opera”作为教学案例，结合上述三维模式展开详细分析，为高中英语新课教学中自主学习能力的培养提供可操作的实践参考。

4.1. 教材和学情分析

本研究选取的教学案例为外研社英语（B2U4）Understanding Ideas 板块课文“When Hamlet Meets Peking Opera”，该文本属于记叙文体裁，以一名英语母语高中生首次观看京剧版《哈姆雷特》的经历为核心内容，旨在展现京剧的独特艺术魅力，传递作者对京剧艺术的理解与欣赏之情。文本结构清晰，以“演出前—演出中—演出后”的时间顺序为明线，以作者的情感变化为暗线，围绕京剧相关描述与情感表达构建核心词汇体系，隶属于“人与社会”主题语境下的个人叙事类文本。作为单元教学中语言学习与跨文化意识培养的核心载体，该文本可从主题语境、语篇类型、文体结构、语言修辞、作者意图等多维度展开解读，能够为学生搭建理解中西方舞台艺术差异的桥梁，契合自主学习中 “探究式、体验式”的学习导向。

本次教学对象为高一学生，他们具备基础英语阅读技能，能够梳理文本时间线索、提取基础事实信息并进行简单语言表达，对京剧与《哈姆雷特》的主题抱有较强兴趣和求知欲，且已积累一定相关背景知识，为自主预习与探究奠定了基础。但是，整体语言水平处于中低阶段，词汇储备有限，缺乏信息整合、分析推理及逻辑创造性表达的能力，对文本的深度解读存在困难；同时，学生关于舞台艺术的知识较为零散，对相关专业表达掌握较少，自主学习中需借助支架辅助突破难点。因此，教学中需通过小组活动降低语言输出压力，借助信息结构图、知识结构图和问题链搭建理解支架，并通过头脑风暴激活已有知识，帮助学生突破学习难点。

4.2. 教学目标

结合文本特征、学情实际及自主学习能力培养宗旨，课后学生能够：

知识与技能目标：梳理文本故事的事实信息，掌握京剧相关结构化知识及核心词汇，分析作者观看演出前、中、后的情感变化及背后原因；提升信息整合、逻辑推理与跨文化表达能力，为自主探究与知识迁移奠定基础；

过程与方法目标：通过自主预习、独立探究、合作学习等活动，对比中西方两种舞台艺术形式的异同，落实自主学习模式，掌握文本分析、对比探究的基本方法；

情感态度与价值观目标：感受京剧的艺术魅力，培养跨文化包容与欣赏意识，激发自主探究跨文化主题的兴趣，并能创造性地表达对中西方舞台艺术形式的观点，实现知识的迁移与创新应用。

4.3. 教学过程

4.3.1. 课前自主预习

课前自主预习是自主学习模式的起点，也是培养学生自主规划、自主探究能力的关键环节。结合前文教材文本特征与高一学生学情实际，本环节以自主学习导学案为核心载体，通过明确目标、设计分层任务、提供资源支持的方式，引导学生主动开展课前预习，为课堂深度探究奠定基础。

教师提前发布导学案，学生明确三维预习目标：语言基础目标：掌握核心词汇（adaptation, blend, heritage, classic, stagecraft），梳理文本中描述京剧元素（costume, mask, vocal technique）与莎剧元素（plot, soliloquy, theme）的关键短语；圈画生词和难句，尝试概括文章大意，划分段落结构。文化背景目标：通过短视频、文本资料自主了解《哈姆雷特》经典情节与主题、京剧的基本艺术特征，萌发对 “中西方文化融合” 主题的探究兴趣。

导学案设计阶梯式、综合性预习任务，引导学生有序开展自主学习。首先，学生需完成核心词汇与短语的识记、归类；标注文本段落层次，用简洁语言概括各部分主要内容；列出自主学习中遇到的生词、难句及困惑点，形成个人“问题清单”。其次，可借助词典、在线资源查阅文化背景，重点解答以下预

习思考题：What do you know about Peking Opera? Can you name the four main roles (生、旦、净、丑)? What do different facial makeup colors represent? Have you heard of Shakespeare's Hamlet? What is the story about? 初步形成个人见解，为课堂讨论与探究做好准备。基于语言梳理与背景了解，初步构思对 “跨文化戏剧改编”（如京剧版《哈姆雷特》）的个人看法，记录核心观点或疑问，为课堂合作探究提供思路。

4.3.2. 课中自能探究

课中自能探究是自主学习模式的核心环节，旨在承接课前预习成果，通过情境创设、任务驱动、合作探究等方式，为学生提供充足的自主学习与思维拓展空间，助力其深化文本理解、提升自主探究与合作能力。

第一，情境创设，预习检测。

为激活学生课前预习积累的知识与经验，营造沉浸式学习氛围，教师采用模态教学手段创设主题情境：播放京剧版《哈姆雷特》与西方原版话剧片段的对比视频，展示京剧脸谱、戏服与莎剧舞台造型的图片，引导学生直观感受中西方舞台艺术的差异与融合。在此基础上，教师通过开放性问题引发学生思考与表达：“What do you see in the video and pictures? What adjectives can you use to describe the performances? How does the actor show sadness or anger through facial makeup and movements?”

紧接着，结合情境开展预习检测：邀请学生分享课前查阅的京剧脸谱颜色含义、《哈姆雷特》故事梗概等背景知识，鼓励学生主动展示个人问题清单中的困惑点。这一环节既实现了对课前预习效果的精准反馈，又自然导入“When Hamlet Meets Peking Opera”的文本主题，有效提升学生的课堂参与度与学习积极性，让学生在直观体验中感受英语学习与文化探究的乐趣。

第二，任务驱动，自主学习和合作学习。

为引导学生逐步深化文本理解，本环节设计阶梯式任务链，兼顾自主思考与合作探究，推动学生从“被动接受”转向“主动建构”。

预测与快速阅读任务（自主探究）：首先引导学生基于课前预习与情境体验进行预测：“What does Hamlet and Peking Opera refer to in the text? What might be the biggest challenge in adapting Hamlet into Peking Opera?” 随后让学生进行快速阅读，完成段落大意匹配任务，初步梳理文本 “演出前—演出中—演出后”的叙事结构。接着，要求学生自主精读文本，回答核心问题：“How did the author feel before and after watching the opera? What changed his opinion?” 并圈画体现作者 Presley 情绪变化的关键词（如 curious, confused, amazed, impressed 等），培养自主提取信息、梳理逻辑的能力。

多深度探究任务（合作学习）：在自主学习基础上，组织学生以小组为单位开展合作探究，围绕以下深度问题展开讨论：“What was the author curious about Peking Opera before going to see The Revenge of Prince Zidan? Why does the author say “The revenge of Prince Zidan” ticks all the right boxes”? What your understanding of “ I was on the edge my seat”? Does Presley recommended The Revenge of Zidan? Why?”小组内成员分工协作，交流个人见解，共同梳理答案，在思想碰撞中深化对文本内涵的理解。同时，引导学生结合文本内容，探讨人们对中西方文化融合的态度变化，进一步增强跨文化理解与包容意识。这一过程既让学生在互助中取长补短、集思广益，又充分发挥了学习的独立性与自主性，助力实现共同进步。

第三，成果共享，师生互评。

为巩固探究成果，培养学生的表达能力与思辨意识，本环节设置成果共享与多元评价环节。首先，围绕 “Why do artists try to perform Hamlet by Peking Opera? How can we promote our Chinese culture stage art to the world?” 等拓展性问题，组织集体讨论，邀请各小组代表分享讨论成果，鼓励学生结合文本知识与生活实际发表个人观点，实现知识的迁移与应用。

随后，开展多维度评价反馈：采用学生自我评价（反思个人在自主探究与合作学习中的表现）、小组互助评价（互评成员的参与度、贡献度与表达效果）、师生互评（教师对学生的探究成果、思维深度、语言表达进行针对性点评，同时倾听学生对课堂任务设计的意见与建议）的多元评价方式，对课堂学习的各个环节进行全面分析。通过评价与反思，不仅帮助学生明确自身优势与不足，更能培养其自主学习意识与创新精神，进一步强化思辨能力与文化自信。

综上，课中自能探究环节通过创设多元趣味情境、设计多样化任务与活动、运用现代化信息技术手段，为学生搭建了主动参与、自主探究、合作交流的平台。在充足的自主学习与合作探究空间中，学生既能深入理解和掌握文本知识，又能强化自主学习体验，逐步形成良好的自主学习能力与英语思维，为课后拓展环节的自主学习奠定坚实基础。

4.3.3. 课后自能拓展

课后自能拓展是自主学习模式的延伸与巩固环节，旨在通过自我检测、知识延展与分层任务，帮助学生深化课堂所学、持续提升自主学习能力，实现“输入，内化，输出”的闭环学习。本环节以“自我反思—知识拓展—实践创新”为核心逻辑，兼顾基础巩固与能力提升，充分尊重学生的学习自主性与个体差异。

为帮助学生精准把握自身学习效果、深化自主学习意识，课后设计针对性自我检测清单，引导学生从知识掌握、能力提升与学习习惯养成三个维度进行自我评估。检测内容紧扣课堂教学目标与自主学习能力培养要求，具体包括：“我能在规定时间内独立完成阅读任务”，“我能以思维导图形式呈现文章核心内容”，“我能用英语介绍京剧的四大行当（生、旦、净、丑）和脸谱颜色的寓意”，“我能简要复述《哈姆雷特》的故事主线”，“我能比较京剧与西方戏剧的至少三个不同点”，“我能清晰表达对中西方文化融合的个人看法”，“我养成了课前预习和独立思考的学习习惯”等。通过自我检测，学生可自主梳理学习成果、明确薄弱环节，教师则能通过回收检测反馈，及时掌握课堂教学效果，为后续教学调整与个性化指导提供依据，同时助力学生形成对自主学习能力的清晰认知。

课后拓展不仅注重语言知识的巩固，更强调文化素养的提升与自主探究能力的培养。教师鼓励学生突破课堂知识边界，通过网络平台、英文书籍、学术期刊等多元渠道，自主查阅 “中西方艺术融合”的相关案例，如将莎士比亚戏剧改编为越剧、昆曲的经典实践，或西方歌剧对中国传统故事的演绎等，进一步拓宽文化视野，深化对“文化创新与融合”主题的理解。在此过程中，学生需自主筛选有效信息、整理探究成果，逐步提升资源整合与自主探究的核心能力，同时强化跨文化包容与文化自信的价值认同。

为兼顾不同语言水平与学习需求的学生，课后作业采用 “必做+选做”的分层设计模式，给予学生自主选择的空间，激发其学习主动性与创造性。必做：Write an essay to introduce your feelings of watching the Peking Opera for the first time. 选做：Search for more examples of cultural integration and introduce it to the classmates.

这一环节通过自我检测、知识延展与分层作业的有机结合，构建了课堂教学的有效延伸体系。在这一过程中，学生始终处于自主学习的核心地位，通过自主反思、自主探究、自主选择与自主实践，不仅巩固了语言知识与文化认知，更逐步养成了自主规划、资源整合、反思优化的良好学习习惯，自主学习能力得到持续强化。同时，分层设计与文化导向的作业安排，契合高一学生的认知特点与发展需求，既保障了教学目标的高效达成，又为学生的长远发展奠定了坚实基础。

综上，本研究构建的自主学习培养策略，通过课前明确目标、课中任务驱动、课后自主延伸的闭环设计，既落实了学生的学习主体地位，又为教师的引导性教学提供了清晰路径，最终实现高中生英语自主学习能力、语言综合运用能力与跨文化素养的协同提升。

5. 结语

本研究立足新课改核心素养培养要求，针对高中英语自主学习能力培养不足的问题，以高一教学实践为依托，构建了自主学习培养策略。该策略以导学案为载体，通过课前预习、课中探究、课后拓展形成闭环体系，结合具体课例验证，兼具可行性与实效性。其不仅推动教师从知识传授者向学习引导者转型，更有效激发学生学习主动性，提升自主规划、资源整合等核心能力与跨文化认知水平，为一线教学提供实践参考。

但本研究仍有局限：聚焦教学实施层面，对多主体协同培养机制探讨不足，未开展策略差异化效果的量化研究，个性化指导精准度有待提升。未来可从三方面深化：一是构建学生、教师、家校合力的协同培养体系；二是通过对比实验明确不同教学策略的适用场景，优化分层教学细节；三是结合信息技术完善个性化指导，开展长期纵向追踪研究，积累可复制经验，为高中英语教育改革提供更坚实支撑。培养高中生英语自主学习能力是系统工程，需理论与实践持续探索、多方协同发力，助力学生形成终身受益的核心素养。

基金项目

“四川轻化工大学研究生创新基金资助项目”（中文期刊）

研究成果（项目编号：Y2024242）：新课改背景下高中生英语自主学习能力培养的实践研究

参考文献

[1] Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. Educational Psychologist, 25(1), 3-17.

[2] Holec, H. (1981). Autonomy and foreign language learning. Pergamon Press.

[3] 陈保红，单伟龙.“互联网+”视阈下大学生自主学习能力培养研究——以大学英语为例[J].中国电化教育，2021(12):139-145.

[4] 程晓堂.论自主学习[J].学科教育, 1999 (09): 32-35+39.

[5] 庞维国.从自主学习的心理机制看自主学习能力培养的着眼点[J].全球教育展望,2005, 34 (1):1-3.

[6] 彭小飞.大学英语“六步法”教学培养学生自主学习能力[J].教育学术月刊, 2020 (12):103-108.

[7] 谭霞，张正厚.英语学习策略、自主学习能力及学习成绩关系的分析[J].外语教学理论与实践，2015,(01):59-65+88+96-97.