

提高英语听力逆向训练方法 PDF转换可能丢失图片或格式，  
建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/119/2021\\_2022\\_\\_E6\\_8F\\_90\\_E9\\_AB\\_98\\_E8\\_8B\\_B1\\_E8\\_c82\\_119013.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/119/2021_2022__E6_8F_90_E9_AB_98_E8_8B_B1_E8_c82_119013.htm) 学习英语听力已经有4年了，前后试用过逆向法、千万法和传统的听力教学法等，其中最有效的还是逆向法。我感到，英语听力中的难点是如何训练自己对于语音的识别能力。也就是说，第一步是如何做到一听就知道什么词、什么词意，继而再训练一听就知道整句话是什么意思、句子的语法结构是什么。先学会听懂单词，再学会听懂句子，以后还要学会听懂长篇报道的内容。最后是训练一次听懂的能力。其中最困难的是对于语音的识别能力。一是要把每个单词都听出来；二是要准确地听懂生词的发音，并从词典中查到生词；三是积累背景知识，对于个别发音非常模糊的单词，也能凭语感准确地识别出来。这中间，要花大量时间学会英语发音中的连读、略读，以及语音、语调等等。所有这些能力的培养，都要依靠高度集中的注意力，力求避免“假听”现象。在集中注意力方面，逆向法是最好的训练方法。听写时，只要有一个词没有听懂就无法进行下去。“假听”是听力训练中的大敌，实质上是精力分散的表现。好像都听懂了，实际上有许多是自欺欺人。还有，做听力对错选题，也会出现乱猜的缺陷。有时候虽然猜对了题，其实并没有真听懂。有的人托福考了高分，但是听力并没有过关。再有，“假听”浪费了很多时间。有的人听英语十多年，还是不能听得很准确，原因就是听得不认真。逆向法发明人钟道隆教授的著作《听遍全世界》是很好的听力教材。四年来，我不时翻阅这本书，每次都有新感受。他

的很多建议是出自自己直接经验，有很强的针对性，绝非纸上谈兵。只要沿着正确的学习途径走下去，反复训练，假之以时日，就一定可以学会英语听力。最后说说英语泛听问题。逆向法强调集中精力听懂每个词，比较忽视泛听训练。但是实际上，要提高泛听质量就必须有很扎实的听力基础，而逆向法就是加强基础训练的好方法。在保持长期用逆向法进行训练的同时，每天抽出半小时泛听一些英语新闻报道，是一种好方法。但是要注意泛听的材料不能太难。而且也要注意平时用于听写的材料也不可太难。总之，应经常提醒自己“宁可慢些”，千万不可急于求成。一旦脱离自己的真实水平，进行所谓的强化训练，结果一般不会理想。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

[www.100test.com](http://www.100test.com)