

【学法指导】英语听力经典训练方法推荐 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/121/2021\\_2022\\_\\_E3\\_80\\_90\\_E5\\_AD\\_A6\\_E6\\_B3\\_95\\_E6\\_c84\\_121044.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/121/2021_2022__E3_80_90_E5_AD_A6_E6_B3_95_E6_c84_121044.htm)

一、听说训练中应注意几个问题 一般英语学习者，在全面提高英语的前提下，要提高听、说能力，应首先注意以下三点： 1 . 注意区分和模仿正确的语音、语调 在英语里有不少读音相近，但意思却截然不同的词汇，象cure(治愈)和 kill(杀死)，menu(菜单)和manure(肥料)等。设想如果有一个医生想说：“I ’ ll cure you 。”(我要治好你的病。) 却因发音不好，说成：“I ’ ll kill you。”(我要杀死你。)那病人会吓成什么样子。又比如，有人对你说：“ I am thirty. My wife is thirty , too. ” 而你听到的却是：“ I am dirty. My wife is dirty , too. ” 你一定会莫名其妙。实际上，所差之处就是一个音素。因此，我们从一开始就要注意区分和模仿正确的语音，语调。在这个基础上提高听、说，才能收到良好效果。 2 . 创造一定的听、说环境 听、说是一种语言交流，没有一个外语环境或一定的听、说条件，只靠单枪匹马很难收效。当然，现代科学为我们提供了录音机这一工具，我们可以把课文，对话和中外成品磁带录制下来反复听和模仿。还可以把自己的口头作文和复述录下来，仔细审听，发现问题，及时纠正。但是，在自然条件下，听与说是不能分的。一个人听的过程实际是另一个人说的过程。如果有条件的话，最好能把自学的伙伴组织起来，定期开展会话活动，或利用社会上，公园中提供的“外语角”等条件，既练了说，又练了听，在实际的语言环境中练习，才能取得长足的进步。 3 . 要有不怕听错，说错，不断苦练的精神 练

习听、说的学习者，特别是成年人，往往必听错、说错，不敢主支张口练习。然而，语言是一种习惯，没有反复的操练和实践难以产生熟练的技巧。会话重在达意，只要达到交流思想的目的，这种听、说实践就应该说是基本成功的。出了错，注意总结经验，自学改正就是了。

## 二、听力训练的四个阶段

**入门阶段：**这个阶段适合初学者。在学完字母及一些简单句型和词汇后即可开始。一般可以进行三个听力练习：

- 1) 句型练习：做这项练习时，可以把句型、词汇及语法三项结合起来。这方面有不少国内外出版的句型练习教科书及录音带，如：《英语九百句》(English 900)和《情景对话》(Situational Dialogues)，邓炎昌编的《英语会话五十题》和邓荣成编译的《实用英语问答》等。这些课本编排比较科学，由浅入深，循序渐进，照顾到生活常用词汇和句型，耐用做到了关键句型反复出现。配合课本录制的磁带质量也很好，几乎都包括速度较慢的跟读和重复练习。
- 2) 浅显易懂的英语小故事：听小故事也是这一阶段听力训练的重要步骤。如《罗宾汉的故事》(GRIMM'S TALES)，>(AESOP'S FABLES)等。>第一二册等的也可采用。听故事旨在听懂大意，锻炼把前后内容连贯起来的能力，而不在于模仿语音，语调和熟记句型。听故事还可以扩大词汇，把学到的英语书面符号同声音结合起来。
- 3) 中外录制的教科书课文：中外出版的一些英语教科书如：许国璋主编的《英语》统编教材一到四册，周珊凤，张祥保主编的《大学英语》，英国朗曼公司出版的《基础英语》(ESSENTIAL ENGLISH)及美国麦希尔公司出版的>今日英语>(ENGLISH FOR TODAY)等，内容丰富，课文有相当的长度和难度。如果学习时配合听课文

录音，或先听后读或学了之后再听，都可以达到从声音入手反复熟悉课文的目的，既学了课文，又练了听力。最后，在入门阶段，尽管掌握的英语不多，还是应该努力把听和说结合起来，积极利用学过的内容，组织自学伙伴，开展对话。有条件的话，争取能听听中外籍人士用英语介绍生活、学习或英美情况的小报告，即使只能勉强听懂一部分也应尝试。

初级阶段 这一阶段仍属基础学习阶段。主要任务是扩大、加深和巩固入门阶段所学成果，可以从以下几方面进行训练：

1) 继续听句型练习和小故事：这一阶段要注意通过时间较长，难度较大，语言现象较复杂的听力材料来继续解决语音，词汇和语法这三方面的问题。如果仍沿用入门阶段的句型练习材料，就要加大单位时间听力材料的数量，并争取在回答或重复时提高自己的准确度。总之，应在材料难度及反应速度方面下功夫。在听小故事方面可听《如此故事》(WHAT A STORY) 一类的成品录音带。其特点是在录制故事时，有意识地安排了好几个人插话，提问，以中断某人叙述的方式来进行一些意见交流，这也可算作情景对话，得同简单的问答式对话大不相同，它更接近真实生活，也更自然。

2) 选听各种报告录音，扩大听的内容：为了扩大词汇，并逐步适应不同口音和年龄的讲话，这一阶段可选听一些浅易的英美历史、地理、风俗人情的报告。英美人士访华印象的讲话也是很好的内容。这些讲话一般以半小时左右为宜，既增长知识又提高听力。

3) 开始收听北京电台对外广播：电台的英语涉及政治、经济、文化等各方面内容，语言比较规范，播音员语音、语调又是楷模，因此听英语广播是学习英语的极好途径。北京电台(Radio Beijing) 收听方便，每日内

容更新，多数是有关我国各方面发展的消息。由于学习者熟悉这些内容，这就降低了听力难度，所以对听力刚刚入门的人来说是比较合适的。在这一阶段，听的重点应是北京电台对外的新闻广播、国际形势分析及一些文化评论。听时要摸索新闻广播的一般规律，注意培养听新闻的一些基本技巧和方法。如果一开始感到困难，可以采取以下两个辅助办法，即在听广播之前阅读《北京周报》(BEIJING REVIEW)，《中国日报》(CHINA DAILY)或《新华电讯稿》(XIN-HUA NEWS BULLETIN)有关文章。这样，在内容和词汇有一定准备的情况下，听英语广播就会容易得多。另外，可以把新闻和评论录制下来，反复精听，逐句推敲。这也是抽调听力的一个很好训练方法。在这一阶段，仍应进行听说配合的训练，做口头作文，写报告等等，并开展力所能及的讨论。

中级阶段 本阶段应从机械训练转向实践，从课本进入社会。解决听外台的能力作为这一阶段的一项主要任务。可进行以下训练。

- 1) 听美国之音(VOA)慢速广播(VOA SPECIAL ENGLISH PROGRAM)或英国广播公司(BBC)英语广播(BBC ENGLISH BY RADIO):这两个节目速度较慢，在词汇选择上也有适当控制，因此作为训练听外台的起步练习是很合适的。开始时可根据自己熟悉的工英国或美国音来选听BBC或VOA，然后逐步向另一台过渡。在听这两种特殊节目毫无困难之后，就可转向正常速度的英美电台广播。电台广播和报刊杂志的内容是紧密联系在一起。因此，在进行这一训练的同时，应阅读一些英文报刊杂志。
- 2) 视听结合，训练听懂电影，戏剧的能力:看外语电影可以纳入这一阶段的训练。听电影，戏剧中的台词，实际是相当难的，作为起步，可以先看一些翻译

成英语的国产电影，如《闪闪的红星》甚至幻灯片《高玉宝》等。然后选看熟悉的影片，如《列宁在一九一八》，《战争下和平》等。最后可尝试听一些语言规范，内容健康的原版英美电影，如《冰海沉船》《百万英镑》《简·爱》《孤星血泪》《雾都孤儿》《红菱艳》以及中央电视台的《星期日英语》(ENGLISH ON SUNDAY)节目中经常播放的一些英美电影对话，不能要求每句话，每个字都听懂，应以是否正确把握住了故事情节和重要的细节为标准。3) 继续前两阶段的某些听力训练:听力训练是长期的，经常的任务因此，各人可以根据自己的薄弱环节，在向新内容发展的同时，坚持进行某些前两阶段采用过的听力练习形式，但难度和词汇量有所加强，要多听英。美文化和政治经济方面的报告，以及访华学者就当今大家感兴趣和国际问题，青年问题等所作的一小时左右的报告。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)