

四级冲刺：新东方名师预测作文题型1 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/122/2021\\_2022\\_\\_E5\\_9B\\_9B\\_E7\\_BA\\_A7\\_E5\\_86\\_B2\\_E5\\_c83\\_122060.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/122/2021_2022__E5_9B_9B_E7_BA_A7_E5_86_B2_E5_c83_122060.htm) 周雷：各位腾讯的网友大家好，今天非常高兴我们来到QQ网站，和广大同学们在四六级考试之前，做一个交流，我们两位先自我介绍一下。我是周雷，我在北京新东方学校讲一些四六级的课，也讲一点考研的课。蔡卫星：大家下午好，我叫蔡卫星，我在新东方讲四级阅读和写作两门功课。周雷：考试马上就要到了，很多网友非常着急，我们事先也看了一些问题，今天我们交流的方式是我们老师在这个地方跟同学们聊聊天，其实，说句实话，在考试之前，大家要有一个良好的心态，来准备这个考试，可能是更加关键的。所以，很多同学可能都问到，考试前应该怎么准备，我想到的可能最重要的第一点，就是要放松。因为蔡老师也知道，很多同学，很多次四级考试都是在50多分，这种同学都见过。蔡卫星：经常有考58、59分的同学，心态非常重要，周老师，您觉得在考试之前，心态应该怎么调整？周雷：首先说，距离考试只有一周，第一点应该明确的是，在一周之内想让自己的英语水平突飞猛进，有一个质的飞跃，这是根本不可能的事情。这个首先要明确，所以不要指望一周之内，奇迹的发生。但是，第二点，在一周之内，我们还是有很多事情可以做的。可以做的事情，可以说有这么几项。首先一个是调整心态，放松心情，像刚刚高考也结束了，我今天在网上看到一篇文章，我觉得，写得挺不错的，就说有一个北师大的教授做了一个调查，调查一下历年全国高考状元的一些情况。调查这个结果非常有意

思，发现状元的智商其实并不是很高，他只不过处于中等偏上的水平，但是这些高考状元们的心理素质非常好。蔡卫星：经常有考58、59分的同学，心态非常重要，周老师，您觉得在考试之前，心态应该怎么调整？周雷：所以从这一点上可以说明一个问题，一个考试，特别是一个重要的考试，可能水平是第一位的，同时调整心态是非常重要的。所以你要特别讲给考了好多次四级考试，这次还要参加四级考试的同学，首先要调整好心态，这个时候要给自己减压。以前学习可能是需要加压，这个时候一定需要减压，这是第一个问题。第二个问题，这一周的时间，大家可以做一些什么样的事情呢？可以在英语学习方面，比如说，背单词，还是应该过一过，单词是非常基本的，经常也有同学会问，我第二天就要考试了，那么我前一天晚上怎么来复习，前一天晚上要是还是大量做题，或者大量看阅读文章，那肯定不合适，看得头晕脑胀的，我建议大家考试前，一周左右的时间，再去把大纲中规定的4500个单词好好过一下。就来看一下自己这些单词认识不认识，掌握没有掌握。另外还有一个小的问题，我觉得挺重要的。大家考前，一般应该把字典或者是有的词汇书后边会附一个不规则动词表，这个东西应该看一下。看这个东西的价值何在？第一个，就是它可能会对于你的阅读理解会有一点帮助。第二，它可能对写作写会有一个帮助。蔡卫星老师在我们新东方主讲写作，可能会遇到很多同学，比如说在写作的时候会犯一些低级错误。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)