

三味良药助你学好英语四、六级听力 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\\_\\_E4\\_B8\\_89\\_E5\\_91\\_B3\\_E8\\_89\\_AF\\_E8\\_c83\\_122610.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/122/2021_2022__E4_B8_89_E5_91_B3_E8_89_AF_E8_c83_122610.htm) 很小的时候听电台里流利的英语我总是生出十二分的羡慕，同时幻想着自己能跟听中文似的听懂那些“叽里呱啦”。于是每次有英语节目播出，我总是拉长了耳朵认真听，有很多听不懂的，也还是坚持听，心里想着听多了兴许就懂了。也许有很多很多人跟我有着这种相似的经历，而结果往往也是一样，以前听不懂的反复听后还是没多懂多少，听力鲜有提高，而信心就如同人的骨质般渐渐在散失。听力成为了很多同学学习英语的瓶颈，在无论是考试还是直接用英语面对面做交流的时刻都制造了不小的麻烦。我的解药有好几味：一味听力和口语密不可分。英语最终是一门语言，用来互传信息。回想学习中文的过程，最初我们不识汉字，但能听懂中文，能说中文。这说明什么？交流本身最基本其实就是听，说两个方面。为什么学英语我们不把听、说两个方面结合起来呢？两方面必定相通，相促进。随便注意一下你周围的听力高手，他们的口语十有八九不会逊色到哪里去。就我自己的练习，通过有效地训练口语，初中，高中甚至大学，在班上我都当之无愧英语听力的佼佼者。练习口语的方法很多，动动脑筋，自己试一试。二味从有听力文字的材料练起。练习听力的信心开始总是很大，随着一步步地遇到困难，磨损殆尽。旁人看了都觉着可惜，何况我们自己呢？又是一个怎么办。好办。从开始信心最大的时候起为自己储备信心。也就是说，最初不要给自己太大的压力，听一些感兴趣的，好玩的东东，但不管

这些东东如何简单，都一定要有文字的材料。具体的做法是听这些东东，然后回过来研究这些东东的文字材料，都搞懂了，试着背诵这些文字材料，最后再回过去听，这时候，当你听到你已经背诵的出的文字时，那种顺畅的感觉实在是没有经历过无法体会到。这下信心也有啦。接下来要做的就是不断提升听力的难度，不断重复上述的步骤，只要坚持，终于有一天我们发现老外和我们讲话也很紧张。三味精听和泛听的完美组合。什么是精听？很简单，就是给自己全身打上封闭，只留两个耳朵和一部分脑子听英语的听力练习。当然这是有点夸张，但精听的最高境界莫过于此。不受外界的任何干扰，全神贯注于所听的东东，跟着一起思考，通过反复的听及“二味”提到的方法，最终听懂所听到的任何一个词，搭配，用法，甚至能想起来每句标点符号，当然多数情况下没有这个必要，呵呵。泛听，顾名思义，就是要尽一切可能“泛”，“杂”的去听。随时随地，无论什么东东，英语新闻也好，原声电影，英文歌也好，不需要文字材料，也不需要你坐下来听，甚至不用你听懂。你能置身充满英语的环境中，不把耳朵堵上，就达到目的了。好多同学往往抱怨没有英语环境，其实我们可以通过一些小办法自己去创造的，不是吗？比如，在家给妈妈罚扫地，就可以打开CCTV9了，不用气鼓鼓的，一边扫一边可以听听有什么好玩东东，心情愉快，地自然扫的也干净，还面带微笑，妈妈很高兴，我们也学到了东西，真是好事。总之，多留心周围，给自己多找一些泛听的机会，让自己多点英语的感觉，听力的提高指日可待。但在这里罗嗦一句，一定是以精听为主，泛听为辅来练习。俗话说事不过三，写到这里也应搁笔，但往往语言练

习缺乏实战会令我们底气不足。我想，最后再提供一些增强我们底气的小方法给大家。最保守的，不想出家门的，就利用好我们现在的媒体，当听到英语新闻，我们试着全神贯注起来用自己掌握的东西做做看同声传译，能说多少说多少，一个个单词也无所谓。也许新闻有太多专业词汇太难了，那我们试试综合性节目呀，还觉得难，试试少儿节目，总能找到适合自己的。出门去，和比我们英语好的人说说话，也不失为一个好办法，当然，你需要和别人去谈论些什么，而不是“ How are you? ” “ Fine. Thank you. And you? ” 的自欺欺人。你可以事先做一些准备，当然对象最好就是native speaker了。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)