

四级听力冲刺必读：克服五大误区 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_90_AC_E5_c83_122644.htm 在谈及四级考试时，大多数考生都反映听力部分最棘手。导致大家有这种感觉，主要有以下原因：首先，从听力本身题型特点来讲，该部分除了考察考生基本语言能力，同时还要求考生具有较强的反映能力，速记能力等多方面非语言能力。较其他部分而言，这就给考生在听力部分快速进步，并取得高分增加了难度。其次，考生平时对听力的训练不足和口语发音不标准等也是很重要的因素。在考前的这段时间，考生应该放松心态，仔细全面的剖析自己在听力过程中遇到的问题。一般情况下，考生在听题过程中可能遇到的情况有：一听到放音就感觉莫名的紧张，越想集中精力越是集中不下来，导致整个听力部分乱选一气，有时还会影响其他部分的答题。放音过程中(尤其段子题)会出现短暂的“走神”现象。遇到完全陌生的词或词组，导致紧张放弃题目。遇到有印象的词汇，但听到后不能马上反映出来，对该词的回忆过程影响后面部分。遇到的“听力生词”(包括真正的生词和记忆过但反应不上来的词汇)影响整个题目的理解。同学可以针对以上情况“对号入座”，下面是具体对策：第一种情况是典型的心理问题，我们姑且将其称为“听力紧张综合症”吧。有这种情况的考生要放松心态，卸下思想包袱，在每次练习的过程中，尽量的把放音过程想象成一男一女在你眼前对话(将对话者想象成你好朋友的样子)，多加练习，做到每听到放音中男女的声音，好朋友熟悉的面孔就浮现在眼前。另外一个十

分行之有效的减缓紧张的方法就是考前深呼吸三到五次，双手合十上下轻轻揉搓几次，这样可以减缓紧张给大脑带来的压力。第二种情况属于注意力不集中，这种情况的出现一般因为前面有听不懂的部分，导致后面意思衔接不上，进而“走神”。也有一部分考生反映有时也会莫名其妙的转移注意力。面对这个问题，考生一定要注意，高强度的强迫性练习是唯一有效的解决办法。开始几天，每天至少听三篇段子题，听每一篇时都强迫自己集中注意力，如果走神就再来一遍。在听单篇不成问题后，将三篇连续听，这样训练三四天后，准备考试听力放音时间两倍的题量进行练习，时刻保持注意力集中，一直训练到考试，“走神”问题就可以完全得到解决。考生还要注意的，在考试中如果遇到听不懂的部分，不要放松注意力，后面的部分要更仔细的去听。如果说前两种情况是非知识性因素，后三种情况就是纯粹的基础和能力问题了。导致这些情况的最直接问题就是词汇量大小和对词汇的掌握程度。一般来说，听力短对话考核的就是口语的内容，词汇不会有太大的难度，但要求考生一定要熟练掌握，做到对这些词汇有高度的听觉敏感性。段子题和复合式听写多出现核心词汇，复合式听写偏向考察一些易犯书写错误和比较难于记忆的四级词汇。(注意：一些词汇考生看到后认识，但放到听力中就不认识了，这样的词对于听力来讲也是生词)。针对这类情况，考生可以遵循这样的步骤练习提高：

- 一、每天听两套以上真题，参照原文将遇到的听力生词摘抄到本子上，每天用20到30分钟时间高声朗读这些词汇，做到听音知义。
- 二、真题听完后，将整理出来的整套听力生词汇集成册，观察都是些什么样的词，之前为什么会不熟练，找

到这些词汇中可能存在的共同性。三、时间允许的情况下，在背诵整个四级词汇时，都能做到听音知义。时间紧张的情况下，遇到感觉有前面提到的共同性的单词，着重记忆。总之，只要考生能够合理分配时间，找到合法的练习规律，听力词汇问题完全可以在短期之内得到改善或解决。在考前的这段时间，考生一定要抓紧时间，争取每天拿出两个小时的时间练习听力，努力提升自己的听觉敏感度，并将这种敏感一直保持到考试。要听真题，转动脑筋，总结各个题型潜在的出题规律，归纳特点。最后要说的是，只要找到有效的复习方法，听力远比想象中简单很多。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