

推荐：提高听力的七个网上美语电台 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/123/2021\\_2022\\_\\_E6\\_8E\\_A8\\_E8\\_8D\\_90\\_EF\\_BC\\_9A\\_E6\\_c84\\_123281.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/123/2021_2022__E6_8E_A8_E8_8D_90_EF_BC_9A_E6_c84_123281.htm)

现在有很多朋友在练习英语听力时把英文广播作为练习材料，这对提高听力水平是一种很有效的方法，而且因为播音员的口音非常纯正，所以多听广播对培养英语语感很有帮助。在各种英文广播中英国广播公司（BBC）和美国之音（VOA）是最具代表性的。

但在实际的练习过程中有很多朋友会遇到这样的问题，即尽管可以听懂BBC和VOA播放的部分节目，但就是记不住所听到的内容。其实原因很简单，就是在听的过程中我们并没有时时刻刻高度集注意力。所以，如果你真的想记住你所听到的内容，那么：

1. 你要确定你的兴趣是什么，它对你来说值不值得一听。
2. 真正用心听，集中精力听那些你想记忆的重要信息。
3. 不要把精力放在个别单词上，一定要听文章的全貌。只要你抓住了全文的意思，听不清或听不懂个别词也没关系。
4. 听完广播之后，立即做一做自我测试，检验你能回忆起多少听过的内容。
5. 把你从电台听到的东西向别人复述。
6. 找个朋友一起听。广播结束后，你和他可以谈谈所听的内容，看看你们听到的一不一样。
7. 如果你想隔较长时间再回忆你所听的内容，那么你最好把你所听的要点记录下来。

通过上面的种种方法，只要你能勤加练习就可以在短时间内突破广播英语，记住听完了以后一定要及时整理、检验你的成果，不能放到一边，否则你很难达到令你满意的水平。

最后，向大家推荐练习口语听力7个网上美语电视台：1、美国C-SPAN

: <http://play.rbn.com/play.aspx?url=cs...ms?mswmext=.asx> 2、美国NASA电视台

: <http://playlist.yahoo.com/makeplaylist.asp?id=138293> 3、美国一号电视台

: <http://playlist.broadcast.com/makeasx.asp?id=108711> 4、美国ResearchTV

: [mms://media-wm.cac.washington.edu/ResearchTV Live \(LAN\)](mms://media-wm.cac.washington.edu/ResearchTV%20Live%20(LAN)) 5、美国电影娱乐综合台

: <http://playlist.yahoo.com/makeplayl...kv4h0mj3e4ebe22> 6、美国

纽约时代广场监视器 : <mms://65.200.140.51/lennon> 7、美国音

乐台 : <mms://stream.nwez.net/nwez3> 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)