

三个月打通你的听力和口语 PDF转换可能丢失图片或格式，
建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/132/2021_2022__E4_B8_89_E4_B8_AA_E6_9C_88_E6_c96_132044.htm 在全民学英语，北京迎奥运的滚滚热潮中，人们的英语能力再一次成为求职者和雇主们关注的内容。无论在北京、在上海、在广州、在沈阳，人们都开始在这种大潮的推动下，努力为自己争得一份位置。提高英语水平，加强交流能力被人们摆在了越来越重要的地位。但是，在学习英语的浪潮中，许多人陷入了迷茫。在漆黑的深夜里，在黄卷青灯前，多少人仰天长叹：英语，让我爱你不容易！作为一名沈阳新东方学校的一名口语老师，我经常要面对大家提出的许多关于口语和听力如何学习的问题：“我听不懂快速语音的段子，如何跟上节奏？”“我不知道如何表达自己的意思，经常是想到了却说不出来，我该怎么办？”“我找了许多网站上的英语广播节目来听，却没有很大的提高，这是为什么？”“我能够顺利的写出来作文，但是却不能快速准确的说出自己的意思，为什么会这样？”这些问题在我的英语学习过程中都曾经遇到过，对于同学们的这些疑问，我深有体会，也真正地能够理解。那么，学习英语尤其是口语和听力到底有没有一种一剑封喉的万全之策？能否在3个月内使一个有高中基础的英语学习者达到听力和口语与英美人士基本无差别的方法呢？答案是：有！为什么这么说呢？其实高中基础的英语学习者已经具备了英语理解和交流的基本能力，只要用科学的方法加以训练，再加上有恒心毅力，那么经过坚持不懈的努力，都可以以假乱真，体验一次做“native speaker”的感觉！在英语学习的过

程中，口语和听力如何提高是大家经常谈论的话题。对于母语并非英语的人来说，学习英语的目的无非是理解和交流。首先要理解对方所说的单词、句子，已经其中表达的内在含义；其次自己要有流畅的表达能力，能够说出自己所想的内容，这样才可以达到交流的目的。听力和口语正好对应了上述语言学习中的两个方面。听懂别人，表达自己，这样就完成了一次最基本的交流。一般来说，一个人的听力水平和口语能力密不可分。听力水平高的人可以很好的理解讲话人的意图，并能够听出一些习惯用法的表达，并在以后的口语交流时从自己的记忆库中调用适当的表达方法；口语表达比较好的人一般听力也比较好，因为口语表达是在一种交流的环境中进行的，要让他人理解自己的意思必须首先了解他人的表达习惯和方法，而这正是听力能力的范畴。所以，口语和听力不可分割，而听力又扮演了基础能力的角色。一个人的英语口语水平主要体现在以下几个方面：语音、语调是否正确、标准；是否有语法错误，所用词汇是否符合英语表达习惯；口语表达是否流利顺畅，一气呵成。练习口语是要决在于模仿，口语能力其实是在模仿的基础上形成的。提高口语能力，要加强自己的模仿能力，对于模仿能力的训练应从练习听力开始。下面我向为大家介绍一些方法，这些方法是我自己曾经用到的，效果比较明显，如果大家能够根据自己的基础和特点适当变化，相信会有更好的效果。首先，向大家介绍一下听力的“四遍式”方法，用这种方法将每篇文章仔细听四遍后，再加上1-2个月的坚持训练，听力会有很大的提高。听力训练每天要进行不少于1个小时的“精听”，训练自己的“听懂”能力。由于美音比较流行，对初学者来说也比英

音更好模仿。所以，建议大家根据自己的英语水平选择一篇配有标准美音朗读的文章听力练习，文章篇幅不要太长，生词量不要超过10%。第一遍全文听过，着重理解文章内容，在听的过程中不要看原文，一定有许多单词听不出来，甚至有些句子也没有听出来，没有关系，开始第二遍。这次重点放在听懂句子上，试着根据听到的单词和结构猜测没有听到部分的内容，根据其发音特点估计到底是哪个单词，这时大家会发现听力测试其实是考察一个人的记忆力的测试，必须以最快的速度记住听懂的内容，而这并不是最难的；还要尽可能记住没听懂的内容，根据上下文和发音特点来猜测记忆，在脑海中根据听力内容的进程设置提示点，提示的越明确，以后回忆起来的可能性就越大。第三遍，在听的过程中反复搜索刚才设置的各个提示点，继续联系上下文，重点放在单词的理解上，由全文，到句子，再到单词，范围逐渐缩小，如果基础比较好的话，会发现听第三遍时单词会自己跳到脑海中，这是因为大脑对听到的信息已经进行了2次加工，根据设置的提示点会使人想起以前记忆库中的单词。听过三遍后，再看一遍原文，快速的看，只看自己没听出来的部分，这样记忆会非常深刻。第四遍，重听刚才的内容，注意语音语调，从语音的角度加强刚才没听出来内容的记忆。这样，经过四次精听，基础好、记忆力好的同学可能已经把文章背的差不多了！每天听1个小时，坚持听1-2个月后，一般难度的听力材料已经可以听懂了，因为所有听力资料的发音规则都是一样的，接触的材料多了，各种发音规则都见过了，而且有的不只听过一次，这样对听力规则的掌握就基本完成了。经过不断的学习和巩固提高，听力水平会在原有的基础上

达到一个新的高度。那么，具备了基本的听力基础后，如何提高口语水平呢？很多人是能听能看不能说，其实主要还是对英语表达系统不熟悉。经过了听力训练，大家一定会对英语人士如何表达自己的意见有了深刻的认识和理解，现在保留在大家记忆中的各种听力场景完全可以在与人交流时派上用场。在与人就某话题进行交流时，可以想想英语人士在这个问题上是如何表达的，然后自己套用这种说法，加进自己要表达的内容，完全可以轻松的表达出来。这就是刚才所说的口语表达其实是一种模仿的验证。模仿听力场景还不够，口语的基础是语音语调，虽然这在听力场景中有所体现，但真正应用在口语表达中，还需要自己刻苦的模仿和练习。听懂了不等于说的对，口语语音语调的练习要结合听力磁带来进行，要根据自己的水平进行时间安排，反复模仿发音特点，同时注意连读、弱读、省略等语音特征。经过一个月左右的训练就可以达到发音流利和自如表达观点的水平。这样，就不仅从内容方面，而且从语音方面达到了英语人士的流利程度。这些快速提高听力和口语能力的方法可能并不适合每个人，但我在多年的英语口语学习和教学过程中总结出来的这些方法确实使我自己受益不少，我曾经在雅思考试中获得了听力8分的成绩，而且自己的口语语速也明显加快，这些都是利用上述方法学习听力口语带来的成果。大家不妨一试，3个月提高听力口语能力达到英美人士的水平绝非不可能，只要你有信心，有毅力，就一定会达到自己设定的目标！

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