

心得：大学英语四级听力考试心得 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/163/2021\\_2022\\_\\_E5\\_BF\\_83\\_E5\\_BE\\_97\\_EF\\_BC\\_9A\\_E5\\_c83\\_163386.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/163/2021_2022__E5_BF_83_E5_BE_97_EF_BC_9A_E5_c83_163386.htm)

听力考试是英语过级考试中很重要的部分，许多朋友多曾对我说听力考试很难，无从下手，根据我自己的经验，我自己有一点心得，愿意提供给大家以供参考。

- 1、首先要做好心理准备。紧张不利于理解，只有放松情绪，听觉器官才能对声音信号作出敏感的反映，进而提高思维理解能力。因此如果考前感到紧张，不妨做一下深呼吸或想些与考试无关的事情。这样就很容易把精力集中起来，从而取得良好的听力效果。
- 2、理解好题意，做到心中有数。刚发下试卷的时候，首先应该把题中所问的问题大体浏览一遍，作到心中有数，这样做的好处是：第一，可以判断所听内容，第二，依据上下文有助于预测答案。这样在听录音的时候，我们就可以不免紧张，可以有针对性的去听，寻找有效信息。这是做听力题的首要前提。如果在考试开始就过度紧张而忽视了题意，就会造成本应该完成得非常好的题从手中错过。降低做题效率。
- 3、抢用短文，预测听写内容。听写的短文一般在100-200字左右，共重复三遍。考生可利用听指令前的空隙，略看一下短文，做到"有的放矢"。去年6月份大学英语四级考试中的听写文章：考生扫一眼便会知道是一篇关于policeman和他们的job的事，这样就不会措手不及，心慌意乱，影响正常水平的发挥了。
- 4、使用速记方法，从文中找出答案。一定要避免只顾记下听写的第一单词，而后面的几句后匆匆而过，来不及填写第二个空的情况。我认为在考试中应采用速记方法，迅速记下每

个听到的单词。所说的速记就是用一些简单的符号。缩写、字母记下所听到的内容，不让每个单词漏网。

5、综合多种技能和技巧来理解语篇寻求答案。

(1)、阅读技巧：应用平行结构预测所填内容

(2)、写作技巧：英文短篇的首句通常为topic sentence，注意此句的理解有助于听出下文空缺。

(3)、Key word通过关键词可预测答案

(4)、熟悉语法结构、句式等有益于听写。

(5)、听话听音：speaker的语音、语词、语气等都是很好的暗示，要充分利用。

(6)、不同的文体有不同的特点和写法，掌握这一点对听写大有裨益。

6、考前多练。有实力便有信心，如果再加上休息好，保证充足的睡眠，听写时更能发挥出色。总之，听力技巧的掌握以综合英语水平为基础，这涉及到掌握的词汇量、词汇的熟练程度，阅读能力等考试的各个环节。我们只有在提高自己英语水平的各个方面的前提下才能更有效的提高听力成绩。我相信只要大家多听、多练，一定会在听力、听写测试中取得满意的成绩，顺利地通过大学英语四级考试。

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)