

听力9分学员备考经验谈 PDF转换可能丢失图片或格式，建议
阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/174/2021_2022__E5_90_AC_E5_8A_9B9_E5_88_86_c5_174824.htm 在 10 月 16 日的 IELTS 考试 (ACADEMIC) 中，或许是伴着少许幸运，获得了听力 9 分，总分 7.5 的成绩。在这里，我很乐意与各位朋友分享一下自己的一点心得。在 IELTS 听力中，相信大家对其中的题型和两种技巧 (Note and Fix) 都已经比较熟悉。我个人觉得，正如启德的花花老师所指导的，熟练运用技巧，在考试中拿到训练目标的分数 (6 ~ 7 分) 是完全可能的。但是如果希望进一步向高分进阶，从本质上讲还是需要听力能力上的提高。虽然能够全部听懂并不等于一定能获得高分，但是若除去幸运因素的话，获得高分必然要求全部能够听懂。以下我给大家从几方面提出一些自己的做法和想法，由于英语学习的方法多而广，因此我只能基于个人学习方法，若有不当之处，还请朋友们多多指出和原谅。在听力能力的训练上，我注重的是以下几点：高速听力训练：目的是提高对高语速的适应和捕捉能力。每天抽出 10 分钟左右时间，听 BBC 新闻。最好能养成习惯，例如我是每天一早起来听的。注意听的时候一定要放松并且集中精神，千万不要一边做其他事情一边听，例如洗脸刷牙或者网上聊天等，要是本来个人听力水平不高又那样听的话，根本是毫无帮助的。我听的时候是躺在床上闭上眼睛来听的，这样既能让全身保持放松状态，又能够集中精神。一开始或许会不太习惯新闻的语速，但是听多几次很快就会适应。习惯之后训练时就只听一次，不要将录音在某一段反复播放，要一遍从头听到尾。起初训练也可以

拿笔略记一下新闻要点，听完后尽量回忆，自己尝试说出新闻大概的内容。以后的训练，听的时候就什么都不做，最后凭记忆复述内容。听完一遍后就可以继续去做其他事情，不必计较个别词语含义或急着去反复听清楚每一个细节，因为那是另外的训练内容。每天除了听 BBC 之外同样可以听其它的，例如我就是听完 BBC 继续听 Earth & Sky（节目内容与自然环境和现象有关）。另外，这种训练时间也不宜过长，连续听 5 ~ 15 分钟就够了，不然容易产生厌倦感。

细节听力训练：目的是提高听力捕捉和理解能力。这种听力方法自然就是为了训练自己把不懂的内容听懂。把早上听了一遍的 BBC 拿出来，或者是一些难度较高的考试对话，不懂的细节反复听两次，把它听懂。听懂的时候要想想第一次是在哪里，什么原因让我听不懂。可能是说话那个人的发音与我们平时听的不同，也可能是自己的词汇量问题（我觉得基本上也就是这两个问题会让人听不明白）。针对自己错误的原因提高相应水平（背单词、纠正自己发音等），然后自己学他说几遍把它记住，争取下次听到的时候能够反应过来。老师推荐的跟读方法无论对于听力还是口语能力都是很有帮助的。有时间愿意下大功夫的朋友可以训练跟读。若是志在提高听力能力，难度的选择上应当选择比自己水平略高一点的英文材料，而不必反复训练自己已经完全能够胜任的内容，这样更能高效率地提高能力。

模拟考试题训练：只要完全按考试的纪律要求自己，就已经达到训练的目的了。

其它听力训练方式：除了以上几种训练外，我推荐的是看纪录片。例如：National Geographic Channel，Discovery 等。这些纪录片知识面很广，涵盖内容丰富，词汇量极大，从自然、科技到历史

、人文无所不有。另外，个人认为若是有一位朋友想以听英文歌来提高听力水平的話就大可不必了。呵呵……再说一些比较离题的内容，由于我热爱古典音乐，因此我觉得听古典音乐的复调和多声部音乐作品对声音的辨析能力会有帮助。复调音乐以巴赫的作品为代表，最容易找到的是平均律。听其中赋格的时候犹如几个人在同时说话。要是你能把每个人在说什么都听出来的話那就厉害了。多声部在合唱和交相乐中都很容易找到。在 IELTS 听力考试方面，除了老师上课介绍的对实际应用很有帮助的心得之外（如：遇到不会写的单词往简单处想，已经读过去了的题目要放弃等），我说说几点经验：考试时切记要放松而集中，过于紧张是会降低自己的反应能力的。每个 session 前面的一点时间务必只看将要听到的那个 session 的内容，若是看完一遍就再看一遍加深印象，不要看后面的 session，以免搞乱思维。预读有句子的题目时（句子填空或者简答），一定要非常清楚地知道句子在讲什么内容。这一点我可能与老师的观点有点不同，老师建议的是圈出关键词，例如 When，Jack 之类的，然后估计回答或选择的将会是什么内容。而我预读这类题目的时候，即使不能使自己对整句话的含义都理解得非常透彻，也要很清楚它整句话是什么意思。以便听到相关内容把握到含义之后能够准确作答。如果预读题目时间不够的话没有其他办法，只有提高阅读速度。我本次的听力考试 session 4 的最后一题就令我非常吃惊，题型居然是 Paraphrase 后的 Summary 填空！一共有两段大概一百来字的样子。幸好我及时把整段读完并每句意义印记在心里，听到答案的时候能把握住。IELTS 的题目答案都是按照题号顺序的。若有些填图题听的时候觉得

好几样东西乱七八糟的话，按照它们对话中出现的顺序填入题号的顺序通常都会对的。听到与答案相关的内容时，无论是否确定是答案，都可以先写在试卷相应题目附近，记下来总比没记下来好。听的时候一定要留意名词的复数与否，听完过答案的时候要留意单词的大写与否。这些分数如果丢掉的话是很冤枉的。我的 IELTS 的阅读和写作考试的成绩不能算很好，不过我个人的学习方法也可以顺带提一下。阅读技巧上，我是没有发现比高老师的方法更好的了，可以说我考试的时候也是基本上完全按照他的方法的。在这里我想提一提涉及需要意义理解的题目，看原文的时候要把它看懂，不要总是害怕着时间够不够（当然要在有一定阅读速度的基础上），因为我自己训练的时候曾经由于害怕时间问题反倒浪费了时间看了半天没把一句话看懂……平时提高阅读速度除了看报纸之外也可以看长篇的文章或比较专业的学术杂志（我个人还是最喜欢 National Geographic）。IELTS 考试模式的阅读题也可以多做点，但目的不是在于题海战术，而是找到做那类题目的感觉。写作更加需要多练习，然而写作的模式其实并不是唯一的，然而 Passport 里面那篇关于是否应该用动物来为人类所使用的范文我觉得非常有参考价值，我本人的写作模式基本上都是按照那篇文章的，只是句型变了一下，用词变了一下。不过如果有朋友打算向满分作文冲刺的话，恐怕这样来写不太容易达到……呵呵。另外我认为写作时的用词造句更加应当注意一种流畅感，不需要太过做作，当然更加不要将其中文化了。这样可能会更好。在这里我就简单地跟大家分享这一些，希望能够对大家 IELTS 成绩的提高有所帮助。由于我本来也是一个学习上不下太大苦功夫的，

所以我自己真正做了多少也都尽量拿出来与大家分享了。如果有什么我能提供帮助的，非常欢迎大家交流。（本文作者为启德精品班学员 杨耽）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