

雅思听力满分得主谈听力技巧(上) 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__E9_9B_85_E6_80_9D_E5_90_AC_E5_c5_174848.htm 本文为百考试题网和启德教育联合约稿作品，转载请注明作者和出处！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，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，正如启德教育的培训班花花老师所指导的，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：1. 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。

2. 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。

3. 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。

4. 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话就大可不必了。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话那就厉害了。多声部在合唱和交相乐中都很容易找到。（杨耽 10月16日的IELTS考试获听力满分）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