

如何提高英语口语水平 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\\_A6\\_82\\_E4\\_BD\\_95\\_E6\\_8F\\_90\\_E9\\_c8\\_174417.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/174/2021_2022__E5_A6_82_E4_BD_95_E6_8F_90_E9_c8_174417.htm) 一般来说，衡量一个人口语水平高低主要看以下几个方面：1. 语音、语调是否正确，口齿是否清楚；2. 流利程度；3. 语法是否正确，用词是否恰当，是否符合英语表达习惯；4. 内容是否充实，逻辑是否清楚。这些是衡量会话能力的主要标准。针对以上标准，采取相应的训练方法，大致可分作两个阶段。第一阶段：准备阶段，主要是进行模仿。背诵。复述练习。目的是训练正确的语音。语调。提高流利程度，培养英语语感。同时，通过各种方式，如阅读。做练习题，听英语磁带，看英语录像和电影等，来扩大词汇量。掌握英语的习惯表达方式，扩大知识面和训练英语逻辑思维能力，准备会话前，要对常用的词(组)、短语等熟练掌握，“熟练”是与人会话的前提，只有熟练，在会话时才能流利。熟练的标准就是要达到不加思索地脱口而出。第二阶段：实践阶段，主要进行大量的会话练习，与他人对话、讨论，基础好的可练习口译，自己讲英语故事等等。（一）模仿 模仿是学习外语主要方法之一，模仿的原则：一要大声模仿。这一点很重要，模仿时要大大方方，清清楚楚，一板一眼，口形要到位，不能扭扭捏捏，小声小气地在嗓眼里嘟囔。刚开始模仿时，速度要慢些，以便把音发到位，待把音发准了以后，再加快速度。直到能用正常语速把句子轻松他说出来，脱口而出。大声模仿的目的是使口腔的肌肉充分活动起来，改变多年来形成的肌肉的习惯运动模式（汉语发音的运动模式），使嘴与大脑逐渐

协调起来，建立起新的口腔肌肉的运动模式（英语发音的运动模式）。若在练习时总是小声在嗓眼里嘟囔，一旦需要大声说话时，就可能发不准音，出现错误。二要随时都准备纠正自己说不好的单词、短语等。有了这种意识，在模仿时就不会觉得单调、枯燥，才能主动、有意识、有目的地去模仿，这种模仿才是真正的模仿，才能达到模仿的目的，也就是要用心揣摩、体会。三要坚持长期模仿。一般来说，纯正、优美的语音、语调不是短期模仿所能达到的，对于有英国英语基础的人学说美国英语是如此，对于习惯于说汉语的人学说英语更是如此。过度需要一段时间，时间的长短取决于自学者专心程度。练习模仿是件苦差事，常常练得口干舌燥，此时一定要坚持，喝口水继续练。练模仿和烧水是一个道理、今天烧把火，水刚热，就把火撤了，明天又是如此，水永远也烧不开。模仿的标准：模仿要达到什么程度才算模仿好了呢？简单地说就是要“像”，如果能够达到“是”就更好了，但不一定要达到“是”。“像”是指模仿者的语音、语调等都很接近所模仿的语言，“是”就是不仅在语音、语调等方面都很接近所模仿的声音，而且非常逼真。连嗓音也基本一样，简直可以以假乱真。我们不要求也不可能达到这种程度。模仿的具体方法，第一步，模仿单词的语音。模仿时要一板一眼，口形要正确，口腔肌肉要充分调动起来，刚开始模仿时，速度不要过快，用慢速模仿，以便把音发到位，待把音发准了以后，再加快速度，用正常语速反复多说几遍，直到达到不用想就能用正常语速把句子轻松地说出来（脱口而出），对于自己读不准或较生疏的单词要反复多听几遍，然后再反复模仿，一个单词一个单词地练，在那些常用词

上下功夫，尽量模仿得像一些。第二步，模仿词组的读法。有了第一步的基础，这一步就容易多了。重点要放在熟练程度和流利程度上，要多练一下连读。失去爆破、不完全爆破，同化等语音技巧。第四步，段落及篇章模仿，重点在于提高流利程度。打开录音机或收音机跟着模仿，“他”说你模仿，同步进行。目的要提高口腔肌肉的反应速度，使肌肉和大脑更加协调起来。模仿练习时要注意一个问题，就是害羞心理。害羞心理一方面源于性格，一般性格内向的人，讲话时易小声小气，这对学习英语语音语调很不利，要注意克服。另一方面是源于自卑心理，总以为自己英语水平太差，不敢开口，尤其是当与口语水平比自己高的人对话时，更易出现这种情况。克服这种心理障碍，是学好口语的前提。

（二）复述 学英语离不开记忆，记忆不是死记硬背，要有灵活性。复述就是一种很好的自我训练口语，记忆单词。句子的形式。复述有两种常见的方法。一是阅读后复述，一是听磁带后复述。我认为后种方法更好些，这种方法既练听力，又练口语表达能力。同时，可以提高注意力的集中程度，提高听的效果，而且还可以提高记忆力，克服听完就忘的毛病。具体方法：要循序渐进，可由一两句开始，听完后用自己的话（英语）把所听到的内容说出来，一遍复述不下来，可多听几遍，越练重听的遗数就越少。在刚开始练习时，因语言表达能力、技巧等方面原因，往往复述接近于背诵，但在基础逐渐打起来后，就会慢慢放开，由“死”到“活”。在保证语言正确的前提下，复述可有越来越大的灵活性，如改变句子结构，删去一些不大有用或过难的东西，长段可以缩短，甚至仅复述大意或作内容叙要。复述的内容要有所选择。一

一般来说，所选资料的内容要具体生动，有明确的情节，生词量不要太大。可选那些知识性强的小短文。开始时可以练习复述小故事，有了基础后，复述的题材可扩展开些。复述表面看慢，实际上对英语综合能力的培养很有帮助。如果时间较充足，可以在口头复述的基础上，再用笔头复述一下，这样做可以加深掌握语言的精确程度，提高书面表达能力。

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)