

听力练习的精听和泛听 PDF转换可能丢失图片或格式，建议  
阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/175/2021\\_2022\\_\\_E5\\_90\\_AC\\_E5\\_8A\\_9B\\_E7\\_BB\\_83\\_E4\\_c5\\_175182.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/175/2021_2022__E5_90_AC_E5_8A_9B_E7_BB_83_E4_c5_175182.htm) 大家不要走极端，有的人要么就不听，要听就一直听2个小时，其实都不好，不科学，真正能起到作用的就是30%，我一般都是把精听和泛听得时间分开安排。一 精听所谓的精听就是一段话你们反复的听，直到自己全听明白（我是边听边默写）。我一般都是听10次以内就会把那一段给写下来，然后，看自己写的（通常我们会习惯性的用平假名书写），这时候就自己试着把平假名转换成带汉子的单词。当你自己利用自己听得文章（发挥自己的想象力）去想，到底这段话讲了什么，就像编故事那样子，找到一根主要的线索。当把文章听写完了，我们该来找着书后边的原文对答案，看看那些写错了，那些没有写出来（这也是个极单词的过程）不会的一定要查，不能偷懒，再把所有的有答案的都合上，我们来在听一边刚才写过的那段文章，看看你们是不是听得时候就马上能浮现出那些单词了呢？（如果能，那继续听下一题，如此反复，如果不能，一定不能就那么放着，要直到自己听懂了为止）。二 泛听我每天，都会用自己最清醒的时间来泛听（这样会让自己习惯于考试的气氛，又临场的感觉）。我个人是早上的时候头脑最清醒，所以我早上起来，听一个小时泛听（就是一盘磁带单面播放的时间）。泛听得时候，要想正规考试一样，听一道做一道，最好能复印一份答题卡（历年考题后面都会附带的）。这样，你们会习惯于快速的添涂答题卡，因为答题卡填得慢会直接影响大家听下一道题。还有就是，泛听的时

候就听一边，千万不能听了发现没有听懂又倒回去重听，考试的时候不会给你这样的机会的。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)