

缓解雅思听力考试中紧张的方法 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/178/2021_2022__E7_BC_93_E8_A7_A3_E9_9B_85_E6_c10_178121.htm 问：雅思听力作为第一门考试，通常容易很紧张，有没有什么缓解的办法？答：作为雅思笔试考试的第一门考试，听力考试之前考生往往都非常紧张。又由于听力只有一次听音机会的瞬时性特点，使得考生在考试前常常手脚冰凉。这样的状态显然是不利于现场的正常发挥的。我们建议考生考试当天随身携带一个随声听，在候考时听一些轻松点的英文材料，这样一来可以让耳朵先热身起来，考试后可以更快进入状态；二来可以缓解紧张的神经。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