

推荐：托福听力训练之经典方法(下) PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/206/2021_2022__E6_8E_A8_E8_8D_90_EF_BC_9A_E6_c81_206027.htm 起初我练习的时候有时为了一个单词可以想上整整一天，嘴里老是念道着这个单词的发音。我知道这个单词我一定认识，直到某一刻恍然大悟：咳，不就是这么简单的一个单词嘛！这时我总是猛拍自己的脑袋骂道“真是愚蠢”。当然如果有些同学说这段录音我已经听了十遍了，当中的几个单词你就是打死我我也听不出来。如果真的到了这个地步，你可以看看原文。接下来要做的就是要保证这一段录音你是完完全全的听懂了。什么是完完全全的听懂了呢？就是每听完一句话，你都能准确的复述出来，包括每一个单词。这里在语音上不是很好的朋友要注意了，由于是慢速英语，所以只要你有正常的听力能力再加上一定的毅力，就完全可以把自己的发音模仿的和VOA的播音员没什么两样，正如李阳老师所指出的：发音是一个人的英语门面。的确是这样的！如果你按照这样的方法用心练习，不出一两个月，你的发音就会有长足的进步。其实我们大多数中国人的模仿发音天赋都是很好的，随便叫出一名大学四级通过的大学生，他(她)的发音就要比我所见到的意大利人，日本人，菲律宾人的发音不知要好多少倍。其实我们中国学生在口语和听力上缺陷主要有两个原因：一是缺乏练习。这也是传统教学方法的遗憾。包括我自己，也是这种只注重书面的“分析英语”的受害者。二是缺乏勇气。老是害怕自己会说错，害怕丢脸。除非你是在国外长大，英语就是母语，你可以“自豪”的说：我就是说错了那也是对的，因

为英语是我的母语。而我们把英语作为第二语言的学习是不可能不犯错误的，多犯错误是为了少犯错误。每当我缺乏勇气的时候，我就会用“ I enjoy losing face! ”这句话来激励自己。还是说听力吧。这样一句一句直到把每一句话完全“吃掉”，已经基本上可以保证你已听懂了这段文章。要达到什么样的标准呢？我对自己的要求是在落后一两个单词的同步复述。很多同学到这里就到此为止了。我却以为这样太可惜了。如果说上面这一点是练习了语音的话，下面的两个重要工作才是我们利用听力材料练习口语和口译的重要。第二步、同步复述 现在大家已经把这段录音的意思完全搞懂了，而且能够惟妙惟肖的基本同步复述了。请大家注意，直到现在你的大脑还没有动起来，也就是说这些完全是些机械的模仿，刻板的复述。这种机械的重复对于我们的口语和开口能力是不会有“事半功倍”的效果的。要想提高自己的口语水平，在这里就一定要学会用自己的话，请注意是用自己的话，而不是照本宣章，把所听到录音的大意死活说出来。做这一步是在听完整段录音之后。此时所说的英语才是你真正的英语口语水平。在练习中尽量使用刚刚听到的一些关键词和词组。在说的时侯，想象自己正在对一个没有听过录音的同学讲述故事的情节。我相信很多同学在刚刚开始练习的时候会“憋的”说不出几句象样的话，或是在大意和情节上丢三落四的。出现这种情况太正常了。这样就反映了我们刚刚所做的同步复述只是一个辨音过程。现在所做的自我总结才真正开动了我们的大脑，提高了真正的口语水平。第三步、练习口译能力 好了，到了这一步你已经很不错了，不仅能够把这段录音完全听懂，同步复述，而且还可以用自己的英语对你的

朋友娓娓道来。是不是感觉很有成就感啊!但是我还得继续更深层次的练习。对了，就是口译能力，我们中国学生特有的中英文自由转换能力。还是刚刚那段录音，这回是放一句英语，你就立刻把这句话翻译成地道的中文，翻译成我们平时所讲的中国话。你可别小看这一步，自己试着去翻翻看，就会马上懂得：我们能够同步的用英语复述了并不代表我们就可以同步的翻译成地道的中文。我对自己的要求也是在落后一句的速度下进行同步翻译，由于是慢速英语，所以只要耐心的多练习几遍就一定能够达到同步听译的水平。至此，我们不仅已经对这段录音了如指掌，而且还利用它进行了有针对性的口语和口译训练。很多同学老是抱怨没有语言环境，我觉得语言环境多数情况下还得靠自己创造。请大家再次注意，上面我所介绍的听力方法都是针对慢速英语的，大家不要操之过急，一步一个脚印，把十盘慢速英语的磁带按照这样三步认真的做下来，你的听力就已经打好了坚实的基础，这时你再把曾经认为是天书的那些听力材料翻出来试一下，怎么样?那种感觉现在的你一定不会相信的。我当时是高兴的连蹦带跳仰天长“笑”！只有这个时候才能感受到“不经历风雨，怎么见彩虹”的真正含义。当然你也可以把这种方法推广到你现在所应试的听力教材中去，我自己现在特喜欢用这种方法拿托福的听力对话开刀，练过一段时间后就开始“喜欢”上托福的听力考试题了，虽然自己从没有参加过正式的考试，但是做做那些市面上的全真试题感觉就好象在玩文字游戏，很多题目觉得答案上写的都是废话，这是把对话完全听懂的必然结果。好了，我已经把自己最好的听力练习经验和大家分享了，剩下的就是看各位的“功力”了。我现在

每天还在加强听力训练，下个目标就是VOA的标准英语，要达到象我们听中文广播一样的水平是我梦寐以求的事。有些地方已经有了些眉目，等以后我会专门写一篇有关标准英语听力的文章和大家交流吧。最后我想祝愿大家能够早日突破听力障碍，享受到听英语的真正意义和乐趣！ 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