

立体训练最有效 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/456/2021\\_2022\\_\\_E7\\_AB\\_8B\\_E4\\_BD\\_93\\_E8\\_AE\\_AD\\_E7\\_c5\\_456231.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/456/2021_2022__E7_AB_8B_E4_BD_93_E8_AE_AD_E7_c5_456231.htm) 根据近年雅思听力的发展趋势来看，听力难度有增加的趋势，这主要表现在场景的变化更加丰富，核心词的替换现象更加普遍。这就需要我们采用一种立体的听力训练法。横向来看我们要以听抄和快速读题的方法作为基础，纵向我们要进行单词，场景和题型三个层面的突破。提高听力最好的方法是“听抄”同学们听力成绩不高的一个重要原因在于对雅思考试的出题思路不熟悉。因为雅思考试考察的不仅是对主要内容的把握，同时也考察同学们对细节的把握，即‘所听即所答’。这里的两个难点一个是细节往往容易被忽视，特别是没有得到系统训练之前，第二个就是单词的拼写。所以，对于这种以考察细节为主的考试类型最好的训练方法是‘听抄’。听抄是一种在听写的基础上发展起来的听力训练方法。它包括听写、跟读、重听这三个层层递进的步骤。正确的做法包含三个‘三遍’和一个‘三十分钟’。第一个‘三遍’是指同学们应该在脱离听力原文的基础上以句子为单位把听力材料先听三遍，这个步骤和听写是一样的。第二个‘三遍’是指针对刚才第一个三遍中没有听懂的地方对照听力原文跟读三遍。这往往是同学们忽视的却异常重要的部分，因为这就是对没有听懂的地方的发音和拼写熟悉的过程。最后一个‘三遍’是脱离听力原文把刚才跟读的地方再听三次，很显然最后的这个三次是在发音正确的基础上增强同学们的听力敏感度。相信这三个逐步递进的三遍训练结束后，同学们对于这个语言点

就完全可以掌握了。最后的这个‘三十分钟’指的是每天听抄的时间保持在三十分钟比较适宜，即达到了一定的训练强度，又不至于负担过重。对于听抄的内容同学们又有一个认识上的误区。有很多同学喜欢用英语新闻听力如VOA或BBC或者是新概念英语来练习雅思听力。这两种材料对于练习听力是有很大的帮助的，但是由于雅思听力的内容主要是SURVIVING ENGLISH和CAMPUS ENGLISH，主要的场景涉及的是学生的学习生活，如住房场景，图书馆场景，课堂学习场景和研究场景。这些与以上两种听力材料的内容重合性太小，所以往往同学们在以上两种听力材料中积累起来的词汇在雅思听力中的复现率很低，因此对于雅思听力来说它们无疑不是一种高效的复习材料。所以建议同学们就把剑1-剑6的听力内容或是市面上的一些仿真模拟题作为听抄的主要内容。如果还有时间，建议同学们听一些电影听力，以生活为主要题材的一些肥皂剧就是不错的选择，例如《FRIENDS》等。

熟练掌握速读能力和题型定位 另外一个影响同学们雅思听力的主要因素是同学们的读题能力。雅思听力的每个section都会给考生一定的时间读题，而如果能够有效的读题将能在做题过程中提高40%-50%的正确率。而如果想要在读题时间内用精读的方法把每个单词都读完是不可能做到的，所以需要同学们有选择性的读，快速的读，这就需要同学们培养和熟练掌握速读能力和题型定位法。所谓的速读就是学会抓住一个句子的keywords，简单的来说也就是这个句子的主干，如果从词性上分析，大致包括句子中的名词，动词，形容词这三类。同学们平时可以找一些英语文章，单词难度不要太高，保证90%以上的内容都要能够看懂。这样每

天练习10-20个句子，每个句子用扫视的方法，只看关键词，刚开始的时候可以边看边用笔画出来，慢慢可以过渡到只看不画，每个句子争取在2秒内读完。而所谓题型定位法要根据题型的不同而有针对性的选择读题内容。根据近年来雅思考试的趋势来看，表格填空题，填空题和选择题是考得比较多的三种题型，下面以表格填空题的读题方法为例来解读一下题型定位法。

### 题型定位法表格填空题解读

- 1.浏览表格的标题，图例和说明文字。浏览标题的主要目的是为了确定文章论述的主题和场景，如果有熟悉的背景信息作为基础，听的过程就会得心应手很多。
- 2.浏览表格的横纵轴。所谓的横纵轴是指表格的最上面一行和最左边一列。浏览表格的横纵轴等于对表格的内容进行了分类阅读，为部分内容的预测提供了良好的线索和基础。
- 3.直接进入出题的空格找关键词，如果空格中没有关键词的题目还一定要注意空格的前后左右。用这些词来进行答案的定位。而对于没有出题的句子在这里就建议大家不要浪费时间来阅读了。
- 4.进行有效预测。预测一般有两个思路，第一可以通过空格前后的语法和逻辑关系预测所填内容的词性，第二可以通过空格前后和横纵轴的内容预测所填答案的范围。进行了适当的预测后可以让我们在听的过程中有的放矢，找到答案也就不再如大海捞针般艰难了。

下面是剑桥雅思四上的一个实例，让我们一起感受一下题型定位法的效果：听力立体训练法的周期一般是三个月时间。在这三个月的时间中，横向的听抄和速读练习是应该贯穿始终坚持去做的，而纵向的三个层次可以分阶段来做。第一个月的时间应该以单词突破为主，这里需要强调的一点是雅思的单词不仅要做到会听，还一定要做到会拼写，所以一

一定要保证三遍以上的循环才行。第二个月的时间应该以场景和题型的突破为主，各个击破并辅之以单词的复习。而最后一个月要进入综合训练的环节，每周完整地做两到三套真题，并且根据做题的情况对单词，场景和题型进行总结回顾式的复习，对于薄弱环节重点突破。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)