

有效改善雅思听力四点建议 PDF转换可能丢失图片或格式，  
建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/470/2021\\_2022\\_\\_E6\\_9C\\_89\\_E6\\_95\\_88\\_E6\\_94\\_B9\\_E5\\_c67\\_470347.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/470/2021_2022__E6_9C_89_E6_95_88_E6_94_B9_E5_c67_470347.htm) 很多学生普遍认为领会了老师教授的技巧后只要自己把单词掌握住就可以改善听力现状，考好雅思听力了。事实上，很多学生在熟背了雅思听力单词之后，并没有发现自己听及理解能力有显著的提高，因而很困惑，甚至产生了畏难情绪。在实际的教学中，需要通过练习让学生逐渐意识到“记牢单词”并不能和“听懂，听好”划等号，单词是基础，但也只是迈出了第一步。课堂教学中，不难发现当播放的听力材料里出现了学生们背过的单词，有些学生可以做出有效的回应，但多数学生要么对这个单词的出现毫无反应，即“听不出”，要么只是感觉这个词听起来很耳熟，不能及时回忆出单词的意思，导致了意思理解的中断，影响做题质量。能够在流动的语流中“听出”自己所背的单词，并能在第一时间内快速对其意思做出反应，才是真正具有良好的听力基础，良好的“听质”。如果想在短期内取得雅思听力的好成绩，需要将技巧，单词及良好的“听质”三方面结合起来，才会达到满意的结果。毫无疑问，学生在课上专心听讲，自然可以理解老师传授的听力技巧，在课下认真复习，自然能够掌握住各种听力词汇。那么如何在短时间内改善“听质”呢？很多学生希望获得“捷径”，但事实上，“捷径”只有一条，即“科学合理地多听”。对于“多听”，在学生中有一个普遍的误解，他们认为“多听”就是坚持做很多套题目，认为“量”做得越多，听力提高地越快。但不少学生的实践证明，量多并没有带来质的

快速显著改善，反而打击了他们的自信心和积极性，使他们错误的认为听力是不可能短期提高的，只有持续几年才会有成果。笔者的一些学生就反映，坚持练习了一两个月，水平还是“原地踏步”，之前做错的题目，练习之后再听仍是会错。由此可见“多听”不应是盲目的填鸭式练习，短时间内只要运用合理的方法是有可能提高听力能力的。下面将介绍一种适用于准备时间为两个星期至一个月的练习方法：练习选取材料为剑一到剑五的二十套题目，采用剑桥题目的主要原因是从题型设计还是录音质量和速度上都最大程度地和考试真实情况贴切，便于学生培养对雅思听力的“感觉”和“临场状态”。每天练习时间长度及题目数量根据学生个人情况可灵活安排，但每天练习时间最好不少于两小时。具体练习步骤为：1.每个TEST在第一遍听的时候，尽量保持和真实考试一样，中间不要停掉或重复。2.听完后，对照答案，圈出错误做答。3.重新听录音，从第二遍开始“精听”，记住“精听”时一定要看听力原文，如果这个时候看听力原文，“精听”将起不到它应有的效果，因为视觉效果将冲淡语音效果，下次再听时，仍有可能犯同样的错误。在精听时，要注意体会雅思听力语流的特点，如重读，争取听懂每个单词。练习对单词的反应速度。这一点很重要，很多学过的单词，在脑海里没有存留任何语音信息，所以很难在第一次听到时就成功反应出来，只有通过一遍遍的精听，使其在脑海里留下比较深刻的语音印象，下次在听的时候才能避免反应滞后，保证第一时间做答正确。4.一般来说，最理想的“精听”次数为4次，也就是说第一遍做完题后，把每个SECTION再听四遍，每一遍听都会理解更多的内容，听出

更多的单词，但四遍精听后，仍会有零星单词不能理解，这时候再来看听力原文，找出五遍听后仍没理解的单词，对于这些单词，大脑的印象会非常深刻，下次再听到时，听不出的机率将大大降低。最后用一个公式来总结这个方法，即 $20 \text{ TEST} \times 4 \text{ SECTION} \times (14) \text{ TIMES} = 400 \text{ TIMES}$ 。如果学生能够坚持把这400遍听力在半个月至一个月的时间内完成，一定会看到自身“听质”的显著改善。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)