

提高托福听力水平之精听托福考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/572/2021\\_2022\\_\\_E6\\_8F\\_90\\_E9\\_AB\\_98\\_E6\\_89\\_98\\_E7\\_c81\\_572419.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/572/2021_2022__E6_8F_90_E9_AB_98_E6_89_98_E7_c81_572419.htm) 精听 精听一个重要的练习方法是听写(Dictation)。我还记得，当年我考英语专业八级时，是要考听写的。那时考察方式是，一篇文章一共读四遍。第一遍总听，大概把握文章主题和大意。听第二遍时开始写，但肯定会漏掉很多词没写下来。第三遍开始补空。最后一遍总体检查。如果我们平时练习听力也用这样的方法的话，你会发现既浪费时间，提高得也很缓慢。虽然我英语八级证书是优秀，但说心里话，我觉得当时的老师并没有教给我们什么学习方法，完全靠拼命反复做题。由我的经历可以得出：你要是特别能吃苦，可以天天学英语十几个小时，并且坚持下来的话，你的英语同样能够学好，在刻苦练习的过程中自己也会总结出很多学习方法和规律。可人的生命太短暂了，如果我们把有限的生命错误地投入到一些低效能的事情上的话，就得不偿失了。推荐大家看《80/20效率法则》，很多外企面试员工，都会考察这本书里面的一些观点。这本书的核心观点其实就是：人要把有限的精力投入到最有可能带来效益的事情上去。现在大家有福了!我会尽力帮大家总结提炼些能帮助你们高效提高英语水平的学习方法。听写材料的选择 建议大家不要用电影对白或者托福听力的对话部分练听写。换句话说，对话类型的材料(conversations)是不适合拿来练听写的。原因很简单，对话的难点不在于某一个词，或一个复杂的句型，或比较晦涩的内容，或巨大的信息量。难点往往来自于一些音变现象，比如连读失去爆破.来自于一些

俚语习惯表达.来自于上下文语境的理解。换句话说，很多对话材料，就算原文里每个单词你都认识，但不一定理解这句话的意思。所以，费了半天劲听写下来的对话内容，要么看不懂不理解.要么就是这次看懂了，下次还是听不出。所以，对话材料应该采用的练习方法其实是跟读模仿。后面会讲到。用来练听写的材料应该是一个人的陈述、讲座之类的(Lecture)。之所以选择这样的材料，是和练听写的目地分不开的。练听写的核心本质其实是为了提高我们快速理解和记忆的能力。有的同学误以为听写就是要把听到的所有内容都写下来，那是一些考试的要求，不是我们平时提高听力的方法。如果那样练习，你会发现两个问题：一是，有的时候就算写下来了，其实也不知道自己写了些什么。二是，觉得刚才听懂了，但要下笔写的时候觉得又忘了听到什么了。造成这两种情况的原因，都是因为我们没理解听到的内容。听写真正应该做的是记忆和总结的工作，而不是听和写的工作。什么叫做记忆和总结，就是我们不需要完全按顺序重复这一个人的每一个字，但我们要做到能理解它的内容，并在总结后复述出来。这才是我们练听写真正的目地。如果我们总是反复听原文，一个字一个字写，可能半个小时才写了一个五分钟的文章，而这半小时的投入可能就没有达到什么提高听力水平的效果。听写材料的长度应该是一分钟左右的。千万不能用太长的。曾经有一个同学跟我说，张老师我在练听写。我今天听写的是马丁路德金的著名的演讲“ I have a dream ”。这得写多久啊! 适合用来练习精听的材料包括：老托福听力材料中，Part C的lectures。新托福iBT的lectures很长，大家可以分成几次来练听写。同时，新概念英语二册三册

的lectures也可以用来练习。这里面有一个时间问题，如果你就剩一两个月就要去参加考试，一定记住所有的练习内容都应该是和你要参加考试直接相关的材料。而且由于时间比较紧，就不建议天天练听写。一周练个两三次足矣。所以说很多时候，学习方法没有对错，只有在特定时期如何练习的区别。听写的步骤 第一步总听全文。既然叫总听，就是不要陷入文章内容的细节。总听只做两件事，一是明确主题，大概知道这个段落讲了什么事。二是寻找逻辑。英文文章的逻辑包括什么呢？只要能简单判断出这篇文章是按时间顺序写的还是空间顺序.是现象解释还是两种观点的比较等。所以在总听第一遍的时候，关注那些起承转合的词，可以帮我们快速把握文章的逻辑关系。比如你听一篇段落，听到in the past，那你的预期就应该是，后面可能会提到now，也许还有in the future。听到“一些人认为”，那你的反应应该是，接下来会谈“另一些人或者我认为是”。以前大家对于这样的能够提示你文章逻辑关系或顺序的词是不敏感的。总是在听写第一遍的时候就陷入细节。第二步细听每句。在细听每句时，我见过有同学用复读机听。一句话说完，他就按个复读，让机子一遍一遍地读这句话，他不紧不慢地逐字听写下来。这种听写就属于低效甚至无效听写。换句话说，你付出了80%的努力，却可能只带来20%的效果。还有些同学是这样练习的：就听一句话时，刚听到两个词，就马上按暂停，写下这两个词，然后再听三个词按暂停，写下这三个词。一句话被他分割成很多部分，听得支离破碎。我这里讲的细听每句，主要强调句子的概念，是sentence by sentence的听写，不是word by word的听写。不过，这里的sentence也不是说非得到一个句号

才算是一个sentence，这里指的是一个语意的停顿，包括像逗号，分号，冒号等，都叫语意的停顿，在这样的地方可以按暂停。具体操作建议：一句话先听一遍，到了一个语意停顿的地方按暂停，通过你的回忆把这句话写下来。有同学可能说，老师，一句话说了几十个词，我才能写出三五个单词，根本没关系，因为我们在这里练的不是把听到的内容完全写下来的能力，而是锻炼记忆和总结能力。这里记住：每句话只听一遍，尽力写出或复述出你听到的内容。能写多少算多少。开始能写三五个词，坚持练习，就能写出更多的。第三步反复琢磨。这一步是核心关键。“反复”在这里不是一个副词来修饰琢磨的，反复和琢磨都是动词，指既要反复，又要琢磨。反复多少次合适呢？我见过特用功的同学，一句话听不懂，他就发誓说不把你听出来我就不吃饭！于是反复了三五十遍，听得眼睛都绿了，还是没听明白。这不又是80%的努力用在了没有效率的20%的事情上了。反复三五遍是最合适的。如果一句话反复三五遍还没有听出来的话，再听十遍八遍和三五遍的效果是没有太大区别的。不过反复一两遍又太少。不要急着知道说得是什么，要通过反复三五遍，建立对整个句子的感觉。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)