

托福听力冲刺五法托福考试 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\\_89\\_98\\_E7\\_A6\\_8F\\_E5\\_90\\_AC\\_E5\\_c81\\_572432.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/572/2021_2022__E6_89_98_E7_A6_8F_E5_90_AC_E5_c81_572432.htm)

1. 读透听力原文 我当初经老师的推荐，最终选择了DELTA作为主要练习材料，每做完一份题目，就把听力原文拿出来，跟着听力里面的人反复朗读，跟上他们的语速，模仿他们的发音。然后是作标记：  
1 把其中经常听不清的地方标出来，反复跟读，2 把get, go, take等万能词的词组标起来，多多记忆，一方面可以排除听力障碍，一方面可以为作文所用 3 标出指示词，如表示原因的词，表示转折的词等等，让自己形成习惯，对这些词敏感起来，因为题目往往设置在这种地方。 2. 做题时，无论多自信，一定要细心 托福听力和阅读的问题和选项的设置，我个人觉得有一个很大的特点：迷惑性很强!主要体现在把错误选项设置得跟原文很像，而正确选项则用另一种形式来表达，所以如果不经过意思上的分析，很容易有听懂看懂就是选不对的情况，我刚开始的时候就这样的，但是不用担心，了解了ETS这个伎俩，我们就不怕啦! 3. 多做上机的模拟练习 在计算机显示器上做题跟在书上做很不一样，四个部分都是，所以在考试前多做几份上机的模拟题熟悉一下很有用。我当时是已经做完了DELTA，所以就选择了BARRONS的软件，真的很难，好不容易在DELTA上建立起的自信一下子全打击干净了!听力测试只有20分多一点点!没有办法，只有硬着头皮做下去，多做了几份之后，习惯就OK了，虽然分数依然不高，但对难题已经没有恐惧感了。 4. 笔记 笔记要有条理，用熟悉的符号，其中最常用的，如表原因，转折，正面评价，负面评

价等这些听力中的重点考点，自己要准备一系列又简单自己又熟悉的符号，可以省不少时间，回答问题时，自己也容易看懂自己的笔记，做笔记就是有个平衡：详细可读性强，但又要省时间!关于笔记，也有一些心得的，我想好好整理一下，看看能不能再开一贴来说。

### 5. 心态

我个人觉得心态很重要，因为听力的量大，速度快，稍不留神就把重要信息听漏了，所以要保持高度集中的状态，但是刚开始练习的时候，总是会走神，怎么办呢?我自己尝试了一个小办法，还挺有效的，那就是想像，想像自己正在美国的大学里，听着老师上课，期末考试题目的答案就在老师的讲座里，如果不仔细听，就考不到啦，我一定要把老师的每句话都听仔细听才行呐!同时，每听到一种科目的文章，就想像自己是那个专业的学生，听到美术方面的就想像自己是美术系的学生，听到地理方面的，就想像自己是地理系的学生。嘿嘿，我经过这样的自我“催眠”后，我发现我不仅不会走神，反正对听力的内容产生了兴趣，有欲望想听懂了!哈哈，这样做听力就不痛苦啦，而且题目也做对好多。我刚开始练习听力的时候，总是只听到个别单词，听不懂完整的意思，气得我直锤桌子!经过两个多月的算是踏踏实实的练习之后，终于拿到了满意的成绩，而且在听力的准备中还学到不少有用的表达，给写作也帮了点忙。更多信息请访问：[百考试题外语站点](#) [百考试题外语论坛](#) [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)