

托福理想与现实的差距：108减95托福考试(TOEFL) PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/586/2021\\_2022\\_\\_E6\\_89\\_98\\_E7\\_A6\\_8F\\_E7\\_90\\_86\\_E6\\_c81\\_586355.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/586/2021_2022__E6_89_98_E7_A6_8F_E7_90_86_E6_c81_586355.htm)

编辑推荐：托福考试历年真题词汇 2009年托福考试机经大汇总 09,2010托福考位最新放出规律 08年6月末我在美国交流一年后回到北京，暑假开始上托福强化班。11月23日参加了考试，那天正好是我生日，但根本没有过生日的感觉，只剩下了紧张和忐忑。考完以后没抱什么太大的希望，觉得最好也就95吧。回到学校后一天晚上刚下晚自习，爸爸给我打电话告诉我成绩出来了。28 30 23 27=108分。我当时激动的都快把我们宿舍掀了。下面是在准备托福时的一些心得，希望大家能参考。阅读要做大量的练习，因为是机考，所以应该尽量习惯用电脑看东西，背单词也是一个重头戏，但是如果背得又累又烦，也不要勉强，换一种方式，单词背的越多越好。通过各种渠道拓宽自己的知识面，这样做题时就算有不认识的词也能通过上下文猜出来。练习听力最好的方法就是听写，这也是新东方的老师们强调的一个方法。最重要的是练习边听边写的能力，因为有的人如果动笔写的话就完全听不下去，只听的话又不能保证完全记住重点的内容。还有就是多做练习，在听的时候抓住结构，也就是主干，再在这个基础上记下更多的细节。口语是我最不满意的，也许是没有用心准备吧。一定要在压力下练口语，把握语速和时间，把自己的声音录下来，看看哪里可以提高。模版很重要，背下来以后会轻松很多。机经尽量多的看，把想法说出来而不是想想就过去。考试的时候也不要怕影响别人而不敢大声说。考试时候的综合写作

很简单。考试之前用OG和Delta做练习，打击很大，因为听力和文章里所对应的三点不是很明确。但到了真正考试的时候，三点对三点十分明确，只要把模版背下来就没什么问题了。独立写作的时间对我来说比较紧，到最后一分钟我还在为了凑字数把单个的词换成词组什么的，几乎没有时间来检查。所幸的是我一边写一边往回看，所以没有出现什么大的错误。我认为一定要多看一些机经或者是题库，对每个可能考的话题有一定的熟悉和自己的看法，并且不能光想不练，要把想法落到笔头上，这样也可以看出自己的文章在长短、语法方面的问题。这样看到题心里也会比较有底，才不至于慌。而且尽量不要用模版，尽量在平时练习中练就属于自己的free style，让考官们耳目一新。在这里提醒大家考试时尽量放松心情，带一些吃的，而且一定要吃早饭，不然会饿死在考场上；穿合适的衣服，避免因为不舒服导致分散注意力；平时可以进行抗干扰训练，有助于集中注意力。希望大家通过自己的努力都能取得让自己满意的成绩！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)