

菜鸟战胜托福听力的历程托福考试(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\\_\\_E8\\_8F\\_9C\\_E9\\_B8\\_9F\\_E6\\_88\\_98\\_E8\\_c81\\_586367.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/586/2021_2022__E8_8F_9C_E9_B8_9F_E6_88_98_E8_c81_586367.htm) 从旧题错二十七个到机考听力25分(离牛人差得远，但对于三个月的历程来说，已经对得起自己了)，实力和心理都走过了一个成长的过程，今天写出来和希望跨越寄托的托友们分享。初听 - 精听 - 狂听 - 精听，坚决反对泛听。 1)初听 首先练习听音的能力：可以用第1--8盘磁带，反复的听说话人的语音，语调，为以后做真题打基础，记住，不到万不得已，决不要看文字答案，憋！可以推荐一种方法--听抄(就是听磁带然后写下磁带的内容，只听短句或者短对话)，一两盘就够了，特别注意自己听不清的地方，这就是你的薄弱环节，然后反复重听，最后再看文字答案，会收到很好的效果的，try to be patient, patient, and more patient,这个阶段坚持下来了，成功就有希望了。 2)精听提高实力(这一步是最关键的)：从第9盘磁带(89。1)开始做真题，每一套题要经过3遍。第一遍自己做，做完了以后对答案(不要怕受打击)；马上第二遍对照《听力文字答案》来听，搞清楚每个听力考点，音的连读，习语，词伙，小字，题型，段子题的信息点，等等，这一遍越认真越好，尽量掌握每个考点；第三遍在隔一天或几天(依个人感觉)以后再听，目的是熟悉托福的听力考试固有的规律，这样3遍下来，大概一个月左右，是实力提高的必经之路。练习之余背一点习语，研究一下题型，揣摩一下语气，设想一下场景(场景尤其重要)。 3)狂听 听力无他，唯耳熟尔！practice makes perfect！每天应该坚持精听3小时以上，有空就听，别让耳朵闲着，记

住决不要泛听，这样会严重损害你的注意力，而注意力是考试时的一切的根本。这一阶段应该把所有的题做三遍以上了。当然，听听力时如果持续10分钟以上感觉听到的是一堆噪音，就不要再听了，否则会损害注意力。

4)再精听：1、part A小对话题听清关键字，段子题听出大意，顺逻辑，通过横听找出段子的出题点。将95-8后的新题多听几遍，反复做2-3遍，将自己的薄弱处进行总结，马上就弥补。注意时间问题：每道题之间的时间间隔是12秒，平时训练的时候只可短不可长。

2、背分类词汇 99年底以后的听力题，part b部分越来越长，干扰信息变多，所以要更加注意一下学科分类词汇，张红岩的分类词汇应该记牢。

3、精听时还要对下文有所预期，让大脑适应听、预期、记忆的模式，这样才算是达标了。除实力的增长外，心理也逐渐的坚强起来，从开始的怕听，错的多了心烦，缺乏耐心到后来喜欢听，每天不听跟少了什么似的。最后都有点蔑视ets了。心理的成长也有一个从畏惧到战胜它的过程。很多人讲技巧，我不大会技巧，我个人认为实力是根本，技巧是辅助，技巧没有掌握好宁可不用，要有点运气就更好了！祝大家成功。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)