

短期、平均、突破托福100经验托福考试(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__E7_9F_AD_E6_9C_9F_E3_80_81_E5_c81_586380.htm 先说下成绩26 + 26

+ 23 + 27 = 102 看了成绩，我想不用我申明，大家就知道我不是牛人。这个相对平均的成绩还过得去。考过GRE，但是成绩很差，6月二战。上过新东方的托福，但是是在老托福PBT时代。新IBT没上过新东方。下面就我的复习情况和大家分享
准备时间：40天 准备材料：OG（大家都要买本），DELTA，Barron。还有一些网上下来的材料。关于单词：单词，如果你背过红宝，像我这种GRE成绩很差的也算，那我告诉你，TOEFL词汇基本上可以不用背了。首先

：www.exadma.com/toefl 熟悉IBT考试类型，我想这步没上过培训班的同学应该尤其重视，材料自然是我们熟悉的OG。ETS既然提供了一本官方的说明书，我们当然要读。英文版双语版无所谓。我是用5天做完上的所有听力 + 阅读，基本全对。由此大概了解了IBT的考试流程。阅读：我想很多同学阅读都比我好，我也没什么可说的。提供一下我做模考的情况：DELTA阅读题做了一些，基本全对的。BARRON阅读题目，我一般是在24 - 25分左右浮动。听力：都说听力和口语很难短期提高，我很同意。但是针对IBT这种高度模式化，标准化的考试，短期突破还是很有希望的。听力我推荐采用抄听scientific 60s提高，先听一遍，然后第二遍，每听两句停一下，写下骨架。第三遍每句停一下，查漏补缺。每段文章最多听7遍，然后看原文。跟着原文读，看看自己耳朵没听出的部分是什么样的发音方式。然后是最关键的一步骤：背诵。

背诵的目的是要在熟悉口语用法的同时，最大程度符合美式发音。以对口语部分有所提高。天天背诵可能时间挤不出来，但是一周背3篇，我觉得实现起来很容易。美剧也是提高听力的一种手段，很多人都看FRIENDS PRISONBREAK。呵呵，FRIENDS对托福考试的大背景北美校园文化而言有点老龄化。PB更是俚语，黑话一大堆，我当时PB第一季的时候基本每集看5遍，经典台词都能背出来，但这仅仅为了以后到美国和流氓交锋时不至于落下风做准备。他们都和IBT听力环境差距太大。我强烈推荐OTH（one tree hill），只看第一季就可以了，美国高中校园背景，口音相对标准，男女主角都很养眼。每天看一集，可以当作课后调节。DELTA听力题我全做了，基本全对的。BARRON听力题目，我一般是在27分左右浮动，给大家一个参考。但是228的听力真的很难。加上考场上发生一些状况，才导致26分。待会说。口语：我这次所有部分都很满意，只有口语相当不满意。我原以为自己口语很厉害，给老美当过翻译，给大型会议当过VIP翻译，由此认识了一些美国朋友，经常一起混。表弟表妹们全是native speaker，寒暑假回国，我就跟他们操练。一个来自英语母语国家的留学生对我说，“Hey man, you speak better than I do”。所以我对口语相当有信心，想想也不至于23分，但是它就是23分，究其原因，有以下几点，给自认为或口语的确很不错的同学参考。我猜测每个人的IBT口语部分的打分老师是一个人，至少前两题是一个人，所以你的很多套话，就只能说一遍。那就准备很多话备用，随时备用。我的几个表弟都说我有些话是Britishaccent，有的是Americanaccent。这个是要极力避免的，尽量美音。说话要注意轻重缓急，断句一定要

对，否则就是英语中的破句，听起来特别不爽。用词，不必太复杂，也不必用GRE词汇。怎么界定，看美剧（OTH）中的词语，网上可以搜索到剧本的，可以看看别人怎么用的。加入收藏 DELTA的口语题目很不错，我练了3遍，后两次要卡时间，录音下来，听听自己哪里说的不对。鉴于我的专业和我的总分，我不太可能复议了。要提高口语只能下次了。

作文：OG是王道，好好研究上面的范文。考过GRE的同学，就可以拿AW那套中的一些东西来对付IBT，argument中的一些套话用在综合写作正合适，issue的题目性质本来就和独立写作差不多。字数还是要相对多点，才能把问题写清楚。独立写作尽量思辨，能避免一边倒的话题，尽量不要一边倒。没考过GRE的同学，也可以参照GRE作文书来提高自己的IBT，这类材料GTER的GRE精华板块太多了。在此不再赘述。我大概练了一次就去考试了。

模考：来源：考试大 考试前2周开始模考：我就用了巴朗的那几套题目，每天一模，一共模考2遍。个人认为巴朗的口语和写作题目出得方向和正式考试太不一样，可以忽略不做。用delta上的题目代替。

发泄：考试压力大是很正常的，我甚至晚上做梦做到考GRE IBT在同一时间的。老妈说我晚上有时的梦话也是英语。。。。我的发泄手段是唱歌，大声唱。游泳和跑步和篮球，运动的时候，根本不会想那么多的，锻炼好，洗个澡，又是一个全新的自我。

考场：我的考场很不好，做第一排，两个监考老师不停在聊天，爆响。我两篇阅读都没看进去就直接做题了，听力我把音量调最大，还是听到他们得意的聊。碰到这种情况一定要快速调整，千万不要被这种情绪所影响。既然走到这一步，没什么可以怕的了，大不了就重考一次。结

语：花了40天准备IBT，当中的年也没好好过。复习的时候不要想自己的成绩会如何，你要做的就是做到自己不留遗憾。你可以憧憬1年后的自己会在什么样的美国大学里快活，你一定要相信这一切都会是有回报的，无论你最终成绩如何，考试本身就是一次锻炼。你在考试中就提高了自己。要感谢的人很多，家人，朋友，寄托，太傻，TOEFLEASY,没有你们，我就走不到今天。而我将继续把时间投入到GRE的复习中。同志们，且行且珍惜。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