

BEC听写训练法：让学习事半功倍商务英语考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/623/2021\\_2022\\_BEC\\_E5\\_90\\_AC\\_E5\\_86\\_99\\_E8\\_c85\\_623505.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/623/2021_2022_BEC_E5_90_AC_E5_86_99_E8_c85_623505.htm)

有很多同学都知道练听写可以提高听力能力，所以起初练习的兴致很高，但往往发现自己花了大量时间精力来进行练习，却收效甚微，久而久之便失去了学习的兴趣和信心，望“听”生畏。这种情况极为普遍，究其根源，原因有三：一是未能选择适合自己的听写练习素材，比如选用了内容太难，语速太快的材料，每次练习，感觉都像在啃自己啃不动的硬骨头；二是没有掌握循序渐近的正确听写方法，导致练习虽做得很多，但错误率总是居高不下，练了很久还是原地踏步，看不到学习成果；三是没有合理地把做过的练习进行总结，因此无法发挥出听写练习的最大效能，也就谈不上通过练听写，提高整体的英语能力了。为了克服这种事倍功半的现象，首先要找到适合自己水平的材料。从材料的体裁内容上来说，可以选择大学英语课本上的课文、经典的散文、美文、时事新闻、四六级、托福雅思考题的语段材料、著名电影的台词等等，不一而足。但一定要注意以下几个问题：选择听写材料的五大黄金原则：1. 不要选择专业术语、专有名词较多的材料。专业术语之类难词、生僻词对于绝大部分同学来说不需要掌握，因此练习时可以忽略掉。而如果选择的材料中这类词汇较多的话，无疑给自己设置了很多不必要的“拦路虎”，会影响练习的流畅性，应予以避免。2. 注意语段材料的时效性，时效性越强越值得练习。不宜听写已经过时的英语语汇内容。如一些出自名家之手的英语美文，文采固然是好，但可能是百多

年前创作的作品，其中一些用词，可能现代英语中已经不用了，或者用词比较艰深晦涩，这种材料就只适合单纯欣赏，和同学平时的英语使用情况相去甚远，对大家所面临的考试更是没有针对性，不适合用来练习听写。

3. 初学者不宜用影视剧对白练习听写。有的同学喜欢尝试听写自己喜欢的英语影视剧的对白，殊不知这类材料可能含有过多口头语或俗语，且语速非常之快，对于英语程度不扎实，听写能力有待提高的同学来说很难听懂，更别提听写了。对于面向四六级的大部分同学而言，影视剧作品是可以作为听力和口语的练习素材的，但前提是，不要直接听写，应先结合中文字幕把大意听懂，然后作为泛听材料，单纯地通过听练习一下语感，使自己在听觉上习惯地道的英语语音语调，并起到口语纠音的作用，同时听加深记忆，学习一些剧中的口语表达。

4. 刚开始练习时，材料篇幅不宜过长。篇幅过长容易导致过度疲劳，会使练习者丧失兴趣。可先从简单、短小的材料练起，循序渐进，不断体会自己的进步和成就感，这样比较合适。随着练习的深化，可慢慢地逐步接触长篇材料。

5. 不推荐听收音机节目来做听写练习。这是因为收音机里的内容不可重复，万一第一遍没有听懂，则无法反复听，做循环练习。而且，收音机里的英语内容没有录音文稿，也就意味着听完没法对答案，这对实际提高能力帮助甚微。建议使用磁带或MP3材料，这样可以各人需要反复聆听，且所选材料一定要配备录音文稿。比如碟中碟之类的互动学习软件（其系列产品有CNN，VOA，BBC的新闻合辑，也有电视剧），不仅提供MP4视频和配套的MP3录音文件，还有完整的中文译文，难词解释，完善的听写训练互动软件（它会帮你把

整段材料切分成单独的句子，然后放一句停顿一定时间，供你在界面上打字做听写练习，然后提供正确答案让你核对），总之非常好用，在此帮他们做个免费广告啦！综上所述，对于各位同学而言，如果起点较低，可以先从新概念课文（新概念三比较适合四六级程度的学生）入手；如果更胜一筹，且能适应更快的语速，可选择BBC或者VOA的新闻材料来练习。专注于应试的，可用四六级听力真题中短文理解（PASSAGE）部分的文章来强化。练习方法也很有讲究。一定要以句子为单位进行听写。有些同学容易陷入这样一个误区：为了片面追求正确率，每次只听两三个单词就直接按暂停并开始写，把听写句子变成了听写单词或词组，这是不可取的。要知道，像这样给自己降低难度，减小压力，最后纸面上看起来是很漂亮，仿佛全听写正确了，但其实没有任何提高。所以听的时候要一定要有全局观，要听整句话在讲什么内容，而不是这句句子里包含哪些词汇。在四六级听力授课过程中，我发现不少同学有这样的困扰：每当听完一段材料开始做题，只记得所听到的只言片语，而没能理解材料的整体含义，导致解题错误率较高。这是因为他们只能以极短小的英语意群（如单独的单词，或者词组）为单位来接收信息，一旦听到长句，马上前听后忘。而如果经常练习句子听写，可以大大改善这种状况，对应付考试很有帮助。根据练习的不同目的，听写练习可分为两个层次：1. 练习信息概括能力和表达能力。指听写句子时，不要求完全按照录音原文精确记录，而是根据理解，用自己的话概况，在纸上表达出大意，非常类似四六级复合式听写的最后三个长句子的要求。这样的练习，旨在提高听英语时提炼、概括信息的能力

，和语言的综合表达能力。把商务英语页面加入收藏夹 此时不应拘泥于个别听不懂的单词，而要学会联系上下文语境推断没有听懂的部分，从而跳开难点，理解内涵，从而达到概括出重点信息的目的。根据四六级考纲对于复合式听写的要求，最后三句长句不要求完全听写原文原词，而允许考生进行内容复述。所以像这样的练习，就是最契合考试要求的训练法。顺便提一句，这种训练法也非常适合备战中高口的同学。中高口的笔试中有听译题，口试中又有口译题，其实这两种题型，也要求听一个语段，并进行信息概况表达，这和我们练习的听写是一脉相承的，区别就在于听写要求我们听完后直接写出原文内容，而听译要求直接写出与所听信息对应的中文表达；口译就要求把中文表达说出来，所以难度更高些。要搞定这两种考题，都需要听力基础非常扎实。而根据我自己做口译的经验，在听的时候能够极快地提炼和概括信息，是一个口译员最重要的素质。这样的听写练习，对于想成为口译员的同学来说，就是最好的基本功训练。

## 2. 精确听写每一词，每一句，细化提高英语实力。

练习听写还可以这样进行：一句话先听一遍，要求自己严格地把所听到的内容一词不变地记录下来，如果有记不下来或不确定的，就先留出空格，然后再听一遍。基本上一句话可以反复听三遍，如果有某些部分听了三遍还是无法攻克，就先放一放，听下一句。就这样逐句把整篇材料听完。接下来对照录音原文，把之前没有写出来的，或者写错的部分圈出来，并进行分析：为什么这里我会犯错？原因往往有二：第一，这个词你确实不认识，反复听也没感觉，或者听的时候似曾相识，但拼写发生了错误，那么对答案时要马上把它背出来。通过这

这个过程背单词印象深刻，效果绝对优于死背词汇书；第二，大家是否有过这样的经历，在听写时，有一个词反复听也听不懂，但最后对照原文一看马上就认识了，不由感慨道“原来就是它呀，其实我早就背到过了”。为什么有的单词你会看得懂而听不懂呢？很可能是因为你对于它的发音存在误解。比如lamb这个词，表示小羊羔，最后一个字母b是不发音的，但很多同学在积累词汇时，总是以为这个b是要念出来的，所以对于这个词的发音便留下了错误的印象。试想，听写时，你从录音中听到的发音肯定是标准的，而这个发音和你对lamb这个词的记忆对不上号，自然就听不懂了。碰到这种情况，应该马上在把录音再听一遍，并跟读，把自己的发音纠正过来，以后就不会犯同样的错误了。可见，一旦练习时精确到点，那么对答案时的分析总结非常重要。不知同学是否了解中医学里面的“刮痧”？它的原理是，用牛角梳沾取精油在病患的背部来回刮拭，刮过以后，背部会呈现出红色的斑点，也就是“出痧”，医生会根据出痧的部位和性状进行诊断。其实我们练习听写，并在原文上圈出错误部分，让自己学习中的薄弱环节呈现出来，和刮痧是一个道理。这可以帮助我们发现和判断自己英语老提不高的“病根”究竟在哪里，然后“对症下药”单词不认识的背单词，拼写不熟悉的记拼写，发音不正确的纠正发音，从而全方位提高英语实力。总之，听写练习的学问是很大的。希望这篇略嫌冗长的文章没让大家看晕，对大家能够起到帮助作用。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)