

雅思听力一个月冲刺计划表雅思(IELTS)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_ti2020/624/2021_2022__E9_9B_85_E6_80_9D_E5_90_AC_E5_c5_624274.htm 一个月冲刺雅思听力备考计划表时间 安排词汇准备（每天1.5~2小时）听力准备本

表将一个月分为四周，分别制定每周备考计划要想在雅思听力考试中获取满意的成绩，除了听力能力本身之外，另一个关键因素是对词汇的熟悉这里不单指熟悉词义，更要求考生具有准确的拼写能力。原因如下：首先，在雅思听力中

，Completion（填空题）占据了总题量的70%~100%，是听力拿分的大头，要在该题型得分，必须能够准确拼写答案；其次，除了Completion外，Map（地图题）和Label（标签题）有时也会要求考生拼写答案；最后，如果考生对单词的拼写不够熟练的话，往往在听到一个答案后，会本能地花费过多时间思考拼写，而打乱原有的听力节奏，影响对下一题的把握，这也就是俗称“掉链子”的情况。因此，在听力备考中，背单词必须列入计划，严格执行。其实从最理想的角度说，如果考生时间充分的话，应该从基础补起。由于听力对拼写的要求仅限于基本词汇量，张漫主编的《高考英语词汇手册》便是一本不错的读物，该书涵盖了英语中使用频率最高的基本词汇，并附有例句。但是如果考生只有一个月的冲刺时间，那么补基础未免显得有些时不我待，最好要背直接应考的单词。由于雅思听力旧题的重复率很高，建议考生背诵《听力机经》（即，历年雅思听力考试答案回忆录），在下面的表格中为大家详细安排了读经进度。基本功训练（每天45~60分钟）应试训练（每天2~3小时）听力考试，基本功

十分重要，光靠技巧做题或许有时可以幸运取胜，但不能长久制胜，且对将来在国外的真实生活无利。从下决心要考雅思的那天起，考生就应该着手训练听力基本功。这里推荐：《Step by Step》（第一、二册）；《Listen to This》（中级）；《Look Ahead》（第三、四册）进行Dictation（听抄）练习。做Dictation时，开始要强迫自己不看文字材料，而应先把录音内容从头至尾听一遍，再把听不懂的地方一遍又一遍地反复听，这就是在训练自己用耳朵识别语言的能力。若有些地方实在听不懂，也应尽量听清各个音节，然后再翻开书看一看，有些影响理解的生词可以查一下词典。接着再合上书从头至尾听，直到能够听懂全部内容为止。通过这样的听力训练，可促使自己提高辨音及听力理解能力。假使读过书面材料再去听录音，往往不是耳朵在辨音，而是大脑在思索、背诵；假使看着书面材料听录音，则往往是自己在默读，都达不到提高听力的目的，遇到新材料时又会听不懂。在一个月冲刺备考期中，虽然时间比较紧张，考生仍须坚持做Dictation，可以直接听“剑桥真题”4至6中的语段（因为这三本书中的读音与目前考试的读音最为接近），反复听，听写大意，有时间的话，可以对某一段落，尤其是自己听得不太好的语段，进行逐字逐句的听写。经过反复训练，考生可以大致体会出连读、略读、省音、失爆等英语发音特点，从而跟上语段节奏，熟悉雅思读音腔调！做完Dictation的最后一遍，建议考生跟读录音，这既可以加强对听力内容的理解，又能模仿老外原汁原味的语音语调，练习口语。这种“磨耳朵”式的听力训练，看似枯燥，效果却很神奇，考生只要不偷懒，天天坚持45~60分钟，每周如此，一个月后定能见效。

。在考试当天，考生还可准备好放音设备，随身听着真题的录音赶赴考场，以使自己的耳朵预热，提前进入听力状态。当然，该方式因人而异，如果你觉得这样做反而会使自己劳累和紧张，那就大可不必了。每种成体系的考试都有其专门的应对技巧，雅思也不例外，所谓“应试训练”指的就是这个。就听力而言，可以把全部技巧浓缩在短短一个词组中Listen for，即带着目的去听。雅思的出题者不要求考生听懂录音中的每一句话，只要能听出其中的重要细节就行了。具体而言，这一技巧可分成三部分：一、听前：扫读试题，预测答案。每个Section前专门安排有空白的读题时间，考生须读题目的已知信息以便听时定位，并尝试预测答案的词性和内容，为听中找目的词做好准备。二、听中：注意信号，简写答案。在放录音的过程中，考生要寻觅的“猎物”是上述预测的内容，但是语段里有一些信号词也十分重要，它们本身虽不是答案，却常是答案出现的信号，归纳如下七点：1、表示各种逻辑关系的词：比如but, however, in fact, also等词的后面往往是答案所在。2、最高级或比较级出现的地方：比如best, worst, most, better等后面会出现答案。3、重读慢读的地方：特别是在Section 1、Section 2部分，语调一旦慢下来、语音又重读的地方往往是答案的栖息地。4、表示重要性的词：比如important, significant, essential, vital, crucial, primary, do/does（表强调句）等词后面的信息就是考点所在。5、情态动词：有诸如must, should, mustnt, shouldnt的地方一般是答案的落脚点。6、在对话或独白中，若出现remember to do something或be sure to do something等句式，则something往往是考点。7、录音中把一个单词（通常是名词）重复多次，该单词一般

就是答案。此外，在听题时，尤其是做Completion题型，考生要简写听到的答案（可以写答案的开头几个字母，或者自己能识别的任意组合），没听下的就立马“割肉”放弃，以保证自己能紧紧跟上语段发展的节奏，防止“为了一个、乱了全局”的致命后果。

三、听后：补全内容，精确答案。听力每个Section结束后都有30秒的空白时间，最后还另附10分钟填写答题卡。考生应充分利用这些时间把刚才简写的零碎答案补全并转移到答题卡上，同时还要注意答案的精确性，比如是否符合字数要求，专有名词是否大写，是否要用复数形式等。这里再不厌其烦地强调一下，考生在听中就一定要注意名词性答案有没有复数尾音“s”，因为不是每一题都能从卷面信息来判断答案的单复数形式的。大家要尽可能把非听力能力因素的失分降到最低限度。

第一周地毯式扫读机经。这里读的不是机经故事本身，而是机经里的单词。考生应用有色笔圈出各版本故事中标有实心下划线的单词（即听力答案），边圈划边背诵陌生单词的拼写。背诵时注意要轻声读出每个单词的正确发音，并看着英文默想中文。说白了，第一遍读经的时候，机经就是一本单词手册，一本直接显示雅思听力答案的单词手册。

第一周地毯式扫读机经。这里读的不是机经故事本身，而是机经里的单词。考生应用有色笔圈出各版本故事中标有实心下划线的单词（即听力答案），边圈划边背诵陌生单词的拼写。背诵时注意要轻声读出每个单词的正确发音，并看着英文默想中文。说白了，第一遍读经的时候，机经就是一本单词手册，一本直接显示雅思听力答案的单词手册。

分题型做题。雅思听力共有四大种题型：Completion（填空题），Choice（选择题），Map or Label

(地图或标签题) ， Matching (搭配题) ，其中前二种为必考题型。每种题型都有不同的应对技巧，上过我课的同学应该很清楚它们各自在审题、听题和解题上的要点。建议考生在第一周备考阶段，把“剑桥真题”1至6中的题目按照题型分类，每天做一种题型，总结不同题型的解题要点。并重点操练自己最易失分的题型。第二周总结答案“交集”。经过第一周的背诵，有心的考生一定会发现，机经中一些单词会反复出现，有些场景的再现频率也很高。这些单词和场景，正是雅思听力的常考考点，尤其是在同类场景中重复出现的单词，更是考试的重中之重，比如，如果你发现机经里有10个版本都考到了关于租房子的场景，而这类场景中又总是出现deposit、landlord等一模一样的词汇，那么这些场景词汇就是考试的重点所在，下次即使遇到新题，只要场景不变，这些单词还是会成为考点的。除了高频场景和词汇，还有一些常考的出题内容，也是考生应该关注的，比如在Section 1中常考姓名、日期、价格、付款方式等，在Section 3中常考新生熟悉校园、课业压力、研究方式、调查方法等。其实，每一个国际性考试背后的意义都颇为深远，雅思考试亦然，它每一部分考试内容的设置都是为了验证考生是否具备海外生活和学习的能 力。雅思听力中关于日常生活、学习讲座等场景，很多都是考生日后出国的常遇情境。时间充足的话，考生应该按类别搜集、归纳这些场景词汇和相关背景知识，不但有利于听力的提高，而且能为未来的留学生活做好准备，未雨绸缪。做套题。在了解所有题型的基础上，考生可以用接着的两周时间做整套听力卷子，以熟悉不同题型混合在同一份卷子上的应对方法，具体可按以下四个步骤操作：第一步：

听音做套题。完全模拟考试四个Sections，在规定时间内做题并誊写答题卡。第二步：先不要对答案，再听一遍。把与第一遍所听不同的答案写在旁边。第一遍没有听清楚的地方，这一遍一定要注意，注意自己是谁里听不清，为什么听不清，为什么没有捕捉到答案（是因为听前预测不准确？还是听中没有把握好信号词？或者是因为听后补全的答案不精确？）。同时继续观察自己哪些题型比较薄弱，在今后做题中重点训练。第三步：对照听力原文，再听一遍。重复第二步中要观察的东西（非常重要）。找每一个题目的提示词、信号词和与答案的对应词。你会发现答案出现的地方其实语速很慢，很多时候可以等候答案的到来，分析当时没有捕捉到答案的原因。对答案，算分（按第一遍誊写的答案算分）。第四步：听完后回顾，看能否把所有答案都想通。特别怪癖的题可权衡放弃。第三周总结答案细节。细节决定成败。听力答案如果在细节上处理不当，会导致白白失分，因此在第三周的读经过程中，考生就要十分注意答案的书写细节问题了。总结一下，有四个细节要千万当心：一是首字母大写，专有名词每一个单词的首字母都必须大写；二是复数形式，听力填空题中很多名词是以复数形式结尾的；三是数字单位，一些数字填空不能漏写单位，如metre(s)、litre(s)等；四是格式正确，诸如日期、时间、价格等在英语中是有专门书写格式的，不能沿用中式习惯书写。在注重细节的基础上，考生还应把所有的陌生单词再从头至尾背诵一遍，以求巩固记忆，温故知新。第四周专背预测版本。最后一周，词汇准备已基本定局，推荐考生浏览雅思学习网站上的每周考试全面预测，专门背诵预测到的听力版本，以做最后冲刺。做套题。

最后一周做套题的目的在于熟悉听力流程，保持考试状态。建议考生巧妙统筹听力时间，拿到试卷后，利用开场白和读Example的总共两分钟不到的时间先看Section 3或Section 4，把题目尽量先理解。等听力正式开考后，再翻页至Section 1，跟着听力的指导做。在考试时绝对要不停地要求自己保持高度的注意力，争取做到把Section 1和Section 2的分数拿稳。最后提醒大家一句：心态决定成就！真正考试时，过分紧张和胡思乱想，都会导致精神涣散，难以把握只播放一遍的录音。因此，真正开考前的半小时静坐，大家千万不要无所事事地斋坐，这是调理自己情绪的最佳时机，深呼吸、放轻松、做个自我鼓励与积极暗示，慢慢地将自己的状态调至巅峰，将十分有利于考试的发挥。预祝大家考出满意的成绩！

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