

2009年12月英语四六级考试听力训练三阶段英语六级考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/645/2021_2022_2009_E5_B9_B412_E6_c84_645038.htm saozizi"> 入门入门阶段，是对以前很少进行听力训练，甚至没有听过英语的朋友而言。这个阶段，是起步阶段，也是耗时最长的阶段，就我的经历而言，在这一部分，应该采取如下的训练方法：1 首先要纠正自己的英语发音，自己在口语上还算能过关，如果自己的发音都不行，那怎么可能听懂。2 选择难度较小，语速较慢的听力材料来训练。建议听的材料不要太长，以一段几百字为宜，内容最好是生活和文化方面，最好先不要听科技、伦理方面的文章，即使你能看懂，但从初学者的角度考虑，你听起来一定费力3 听的时间长度：以每天45分钟左右为宜，时间不能太短，这样就收不到训练的效果，但也不能强迫自己听的太多，毕竟这一阶段还有很多听不懂的地方，可以说有时候自己听得象在云里雾里，这样的状态持续的时间太长，对自信心是一个严重的打击，会严重地影响听的兴趣。4 听的频率，一天一次即可，选择一个固定的时间听，最好是自己精力比较旺盛的时间段。5 听的过程中的方法选择：唯有聚精会神，没有私心杂念才行，这只有通过不断地训练才能达到。要做到避免外界因素的干扰。6 经典听力材料：VOA 特别英语。主要是新闻、文化方面的内容，语速90词每分钟，最适合有一定词汇量的听力初学者进行听力锻炼。我听的时候这个节目的时间段是晚上9点半到10点，我每晚的这个时间都给了SPECIAL ENGLISH，持续了3个月。建议采取的听力方法：做听力笔记，手中有笔和纸，及时地记下一些不熟知的词汇

，因为特别英语的常用词只有1600左右，把这些常用词都弄懂，完全听懂它只是一个时间问题。本文来源:百考试题网 备注：这一阶段最重要，一定需要耐心和毅力，如果读写基础还行的话，应该能在2、3个月之内完成这个过程，进入攻坚阶段。基础英语考试，听力先行，听力的好坏直接影响到整个英语考试的成功，听力的重要性毋庸置疑，可与阅读几乎并驾齐驱了，大家应该尽快提高自己的听力水平，其实考研听力还是很好拿分的，只要好好训练，绝对能拿到20分以上的。不过听力的训练是一项长期艰苦的工作，开始了就决不能中断，不然将会前功尽弃!下面是我在平时训练和考四六级，考研时积累的一些经验：一、大家要做好打持久战的准备，不要相信一些所谓的听力可以速成的骗人鬼话，语言的学习是无捷径可走的，少走弯路就是真正的捷径，李阳河钟道隆的粒子都很好的说明了这点。听力的提高不是一朝一夕的事，需要很长的时间才能得到真正的提高，短期内可能效果不明显，这是正常的，但决不能三天打鱼两天三网，那还不如不练，大家首先要做好心理准备，这很关键的。二、听力训练中要注意的一些语言因素：1、搞定词汇，大纲上的5300个词要听得懂，写得出，光是这点不够，还要不断积累一些口语词汇，像a green hand, a piece of cake, break the ice等等。不然你听懂了也白搭：) solution：找一本大纲背熟和不断积累常用的口语词汇。2、搞透语法，对于各种语法现象一定要弄懂，各种时态，虚拟语气，从句啊等等。不光听力，其他方面也需要用到，总之一句话，一定要做到无比熟练，想都不用想，就差不多了，哈哈。 solution:找一本好的语法书，像薄冰语法，还不错。3、做好前面两项准备工作，就可以做

这个了，突破语音上的障碍，这是大家普遍存在的一个弱点。在单独听一个个的单词时，基本都听得懂，但把他们放到一个句子中去，就听不出来了。这就要求我们要注意语音上的连读，强弱读，不完全爆破，略读，同化，音渡等等的变化。同时要特别注意英音与美音间的差异，研英好像混合了两种发音。 solution:多多训练，多多体会，我觉得用 英语发音滚瓜烂熟 效果不错，网上可以下到的，不用去买。接下来还应注意一些小地方：语调，文化背景和生活常识等， for example ,a flash in the pan , a finger in the pie. In a word ,no pains no gains.来源：考试大三、听力训练的方法(我用的，如有相同，纯属巧合，哈哈) 1、大家先选好听力材料，这很重要，不要今天学这个，明天学那个，其实每种经典教材都很好，关键把它学透，其实听力提高不在于你听了多少盘磁带，而在于你真正掌握了多少，老老实实把几盘磁带听烂，听清每个细节，绝对能大大提高听力水平。我个人觉得，新概念(新版)和voa慢速英语最好。发音实在是好，听起来都觉得舒服。VOA的官方网站(可下慢速英语)可以直接访问VOANEWS 可以直接访问VOA SPE 我先听得是新概念第二册，其实新概念第二册就是慢速英语，语速只有120/分，词汇量也不大，很适合听力菜鸟，很容易找到成就感的，快去试试吧：) 新概念第三册的语速就较快了，接近170/分，不过词汇量挺大的，有很多不常用的词，会给听写带来不少的麻烦。如果你觉得第三册也没问题了，可以去听听第四册。听惯了新概念会有个坏处，你会觉得考研听力太简单了，太慢了。哈哈 新概念1--4册语音清晰版(mp3格式，64k采样)好爽!

第一册：First Things First 第二册：Practice and Progress 第三册

: Developing Skills 第四册: Fluency in English 方法当然首推逆向听写法, 不过一般人很难做到, 但至少要用听写的办法, 手脑相结合, 相互促进, 进展较慢, 但掌握的东西很牢固, 不容易忘掉。提高好象不知什么时候开始, 英语听力就已经等于某些人学英语的全部了。从前的人们认为听力一点都不重要。好像是在高考开始考试听力时, 才被人们重视起来。不过这些东西都不是我在这里说的。论坛里有人问, 究竟要花多少时间才能听懂英语。回复的人也不少, 各种各样, 我不敢评论别人的见识。只是把自己的一点认知表达出来, 大家商量一下。答不出来了, 我。问题是你要达到什么程度。你的目的是为了听VOA Special English, 这就容易得紧, 读完高中的人, 就算从前听不出一个字, 如今只要花个半年三个月, 天天听的话, 不是困难的事情. 你的目的是日常生活的对话交际, 达到也不会太难, 一般你能开口说出来的东西, 都能听懂了, 所以只要勤练口语, 这个程度的听力问题也不大. 如果要达到听懂新闻报道, 一般电视节目的程度. 如果要听到电影. 或者想在口译方面有所建树. 或者想随便听什么都能听懂, 就不是三言两语能够说清道明的。下面就来详细的说说。为了达到我们的目的, 或者说更快的达到我们的目的, 大概需要注意这些问题. 第一、自身准确的发音。自身准确地道的英语发音不能让你在听力上面无往不利, 但是不准确不地道的发音绝对不能有效的解决听力问题。而准确地道的发音往往又得之于在听力中纠正自己的发音。两者是互相进行的。第二、阅读应与听力练习同时, 同比重的进行。很多人为了提高听力把所有时间都集中在听力材料的练习上。我肯定的说, 这是个错误。我们不是生活在国外, 你无论怎样营造,

都不能有一个真正的外国的文化氛围在你身边，这一个已经可以说明只注重单一的听力练习是错误的。其次，听力练习中，你接触到多少信息呢？这个信息包括词汇、语法、习惯用法、文化等等在接触材料时能够遇到的所有东西。我敢说你听十盒磁带不及我读一本原著的信息量。如果别人的说话内容超出了你那听得滚瓜烂熟的磁带内容，你是否有信心听懂？这可是十分自然的事情，你自己日常的说话内容，是否可以用十盒磁带来装得下来。只要你发音正确，你在阅读时接触到的词，如果让你在听的时候遇到，很多都有可能听懂。倘若你的听力目标是想听什么就能听懂什么的话，阅读起到的作用更是举足轻重。同时，如果你连在阅读中都无法读懂的句子，你在听力中能够听懂吗？我想来个总结：词汇量和语法是阅读的关键，阅读量的多少以及阅读能力的好坏决定听说能力的高低，而我们学习语言，又必须从听说开始。百考试题 - 全国最大教育类网站(www.Examda.com) 第三、VOA Special English是很好的听力材料，但是你已经听够了，给点信心自己，听一些外国人正常语速的东西。你不可能要求外国人用Special English的语速说话给你听。事实上Special English和正常的说话之间的差别并不是大家想的那么小，而语速对听力的影响更不是想象中那么微弱，往往是起了决定性的影响的。因为正常语速跟慢速之间不同的地方实在太多，譬如连读、省略、轻读、模糊等等，这些都是影响听懂与否的关键要素。Special English里全是完整的句子，可是实际上正常的说话表达才不需要那么正儿八经呢？你是否有信心听懂？况且Special English里更遇不到丰富的词汇，复杂的结构。听了几个月或半年的特别英语，别想自己还是特别的了，听听正

常的东西吧。但是，我还认为，VOA Special English应该不间断的听，只是不能把重点放在上面了。因为VOA Special English不但是入门英语中不可多得的听力材料，也是纠正发音的绝佳材料。无论你英语学习到达了什么程度，我都希望你能够不断听Special English。

第四、专心听懂一盒磁带比你囫囵吞枣的听了十盒磁带的效果要好得多。我们记忆单词平时是用眼看心记，虽然你是认识了这个单词，但很可能你还是听不懂这个单词，听力练习时是用耳朵对单词的再熟悉。精听了一盒磁带你用耳朵记忆了这盒磁带里所有的单词和句子、发音、语调等等。泛听十盒磁带，你记不了多少东西的。

第五、精听的同时，泛听十分重要。好像跟上面自相矛盾的样子。请听我解释。泛听有精听得不到的东西，我说的却不是很多人认为在泛听中得到的信息量。其实泛听听懂的实在不多，哪来什么信息量？泛听中我想强调的是：语速、语调。让你习惯正常的语速。我们在精听时都是不断反复听同一句话的，可是实际上别人只会说一次给你听。请在泛听中让自己习惯别人用正常语速，只说一次的情况。你不会要求预报天气的说一句后又重复一次吧。

第六、如何精听？我不赞成无论听什么都在听懂了后再根据录音默写一遍。至少不赞成听每一篇听力材料都听写。原因之一是听力有时候更多注重“量”。你没有听过的东西即使是汉语你也大概不会懂吧。我的建议是：挑选认为典型的材料再听写。那么精听要精到什么程度呢？听一句复述一句，或者就跟着录音一起读。（当然是不能看着文本啦。）这样效果不比听写查，所费时间要省得多。

第七、如何泛听？看电影是泛听。听实时广播是泛听，看电视是泛听，尽可能接触更多正常的原始音频。你可

以反反复复听同一盒磁带，直到兴味索然。只要不停顿就是泛听。泛听过程中，你也可以将录音就转为精听。并没有严格的界限。只是要记得，泛听的目的是让自己习惯正常的语速，或者说，习惯外国人的正常的交流是怎样的。关注的是语速、连读、略音等等只有连续说话才会有的东西。第八、别理会什么听力技巧。那些技巧只能在考试时帮你的忙。以前读高中的时候，老师教了许多的阅读技巧，说看文章可以找主题句，主题句可以找关键词，单词不懂可以猜。这些阅读技巧在考试时大概有用吧，至少我没有用过。因为我的词汇量大，语感好，别人还没有找到主题句我已经读完整篇文章了。你相信整篇文章还是相信仅仅一句主题句？在阅读原著时，这些技巧更加一点作用也没有。又如听力技巧，听关键词，遇到不懂的单词先别理会，继续听可能就明白了它的意思了。我们中国人说话有没有听关键词的？如果你在口译中只听关键词，你胆敢就此口译出来？只听关键词你能够弄懂一部电影中多少东西？更重要的是，在正常的语速当中，你能够找到多少个关键词？你还有时间回头想刚才没有听出来的那个单词？恐怕你早就忘了。第九、关注一下常用的单词。外国人说话不是每一句都用你不懂的单词说的。你听不懂的往往就是最常用的，而且是你已经掌握了单词。只是它们在常速、连读、略音下使你以为是生词而已。相信大家已经深有体会了。那些是常用的单词？在听力中譬如have, go, you, where, when, him, them等等就是(当然还有其他啦)。在这里，VOA Special English有好与不好的地方。它能让你清楚这些常用单词的发音，它不能让你知道正常的交际中这些单词怎样发音。第十、英语学习是终身的事情，听力练习也是

一样。别想着我强化练习半年，终于听懂手头上几十盒磁带了，以后再也不会遇到问题了。几十盒磁带以外的东西你是否能够听懂?信息瞬息万变，今天的新闻你听懂，明天的你也十拿九稳听懂?我自己不敢说。第十一、别急，听不懂是很自然的事情。不是你的错，不是别人比你聪明，只是别人练习得比你多而已。慢慢练习，把自己融入英语的世界里，随着时间的流逝，你会看到成绩的。相关推荐：09年英语四六级考试政策及常见问题汇总 四六级听力考试十大热门问题解答 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