

提高托福听力需遵循三大正确方法 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/647/2021_2022__E6_8F_90_E9_AB_98_E6_89_98_E7_c81_647153.htm

从老托到新托的改革，最大的变化就是凸显了听说的重要性。新托福不仅删除了中国学生比较擅长的语法题，更令大部分中国学生抓狂的是，ETS在新托福当中极大限度的增加了对考生听力能力的测试。听力部分的讲座更加模拟美国大学真实课堂，讲座时间更加长；除了阅读部分不涉及听力之外，新托福口语和写作部分都有题目需要先听后说和先听后写。所以，在这样一个形势之下，对于每一个心怀出国梦想的人来说，攻克托福就意味着必须先修炼出强大而敏锐的英语听力能力，并且是真正的实力。因为只有实力，才能让你以不变应万变，因为只有实力，才能让你在去了美国之后，享受一流的大学课堂，真正学到知识。当然，托福听力并不可怕，它的提高是有方法的，而且必须遵循正确的方法。在我看来，托福听力的提高三分天下。一、辨音能力听力的境界有高下之分，刚开始的时候，是一个单词一个单词地去听，慢慢地可以一个意群一个意群地去听，再后来，可以一个句子一个句子地去听，当然，到了一定境界，你就会忘记你听到的是英语，而进入耳朵的只是一个一个的意思。这就像你听汉语一样，我们从来不去想“我正在听汉语”。这是一种“得意忘形”的境界。如果你达到了这种境界，那么托福听力立刻就成为了我们小学的社会科学课考试，极其简单。但是，对于一个跟着中国的中学教育、大学教育，然后考过四六级的人来说，是远远达不到这种境界的。所以，在准备托福听力的时候，我们首先

要做的功课，就是解决对英语的辨音能力。辨音能力指的是听到一个单词能反应出它的意思，让它成为你的积极的听觉词汇。解决辨音能力最有效的两个方法：一是听写，二是精听。

1. 听写 听写指的是将一篇听力录音中的原文全部听抄下来。对于准备托福考试的考生而言，最好的听写材料就是老托的段子。听写能最有效地检验和提高一个人的辨音能力，听写之后对照正确文本，反复再听，直到可以全部听清楚为止，这是听力提高最有效的方法。

2. 精听 精听指的是一边看着正确的文本一边听录音，听的时候要划出自己不熟悉的单词，在第一遍录音结束后查单词，然后再反复听，直到可以脱稿听为止。精听最适合的材料是SSS（Scientific American's Sixty-second Science），因为它非常短，只有一分钟，但信息量很大，更重要的是，它是托福听力出题的重要来源。

二、反应速度 以英语为母语的人在听到一个单词之后的反应速度是0.03秒，我们不是以英语为母语的，所以我们对单词的反应速度可能不能完全达到这个指标，但是尽可能地去接近它，无疑是取得托福听力高分必须做到功课。因为你在听托福听力的时候，ETS不可能等你听明白了前面的单词，然后再放后面的录音，而事实上，托福听力的语速也只是美国大学教授上课的一半语速，所以，不仅为了取得托福高分，更重要的是为了到美国能跟上美国的课堂，我们花大力气将反应速度练上去是完全必要的。而练习反应速度的最重要也是最有效的一个方法，叫做“变速练习”。变速练习指的是利用变速软件加快语速，来增加我们对材料反应的灵敏度和准确度。但有一点要强调的是，变速练习只适合于对你常速已经可以听懂的材料进行，因为如果对你不熟悉或者本来就听不懂的

材料进行变速，那么结果必然是更加听不懂，这样的意义是不大的。明白了这一点，那么你就知道了其实变速练习的材料是十分广泛的，既可以是你已经听写过的老托福段子，也可以是SSS的材料，更可以是你已经做过的托福听力题。

三、听力笔记

新托福针对老托的最明显的改革之一，就是允许考生在一边听听力的时候一边记笔记，这不仅是因为新托的听力变长了，需要利用笔记来弥补脑记的不足，更重要的是，这符合美国大学课堂对学生课堂上课的真实需求。托福听力，尤其是讲座，考到的题目都是重点的信息，包括主要话题、重要细节和文章结构等。如果能在听听力的过程中，记下这些重要的内容，那么对于做题是帮助极大的。当然，要强调的是，较强的笔记能力是需要建立在前两项能力较强的基础上。如果你听一篇材料，还是需要经常去反应很多单词的意思，或者你的反应速度很慢，那么你是不可能心有余力去记笔记的。而针对托福听力的笔记，最主要需要记下来的信息包括两点：一是YES OR NO（ × ），二是对应（术语和定义的对应，数字、时间、人名、颜色、方位和对象的对应，以及人名、地名，和建筑名称和它们的特征的对应）。另外，笔记也有一个基本的格式，最关键是要记出“主”、“问”、“例”。只有这样去记，才能保证你的笔记层次清晰、逻辑清晰、信息有效，也才能真正在考试的有限时间内迅速做题。

相关推荐：[#0000ff>马骏老师的托福听力秘籍 #0000ff>](#)
[从4方面入手提高托福听力猜词能力 #0000ff>](#)
[托福听力小词经典100例下载 #0000ff>](#)
[iBT新托福突破口TPO20完整版下载 #0000ff>](#)
[2011年最新PBT老托福真题全集打包下载 100Test 下载 #0000ff>](#)
频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

