

听力完全攻略 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文  
[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/8/2021\\_2022\\_\\_E5\\_90\\_AC\\_E5\\_8A\\_9B\\_E5\\_AE\\_8C\\_E5\\_c5\\_8675.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/8/2021_2022__E5_90_AC_E5_8A_9B_E5_AE_8C_E5_c5_8675.htm) 听力可以说是我们中国学生英语学习的最大障碍.我问过很多顺利通过六级考试的本科生,听力部分能真正听懂的实在是寥寥无几.很多人都是根据听懂的只言片语,再利用推理,排除一些的考试策略选择答案的.(国内有些听力教材还提出了只看答案就能选出正确答案的系统"理论".)这样做考试是有可能通过的,但实际掌握,运用英语的能力就只有自己知道了.在很长一段时间内,我所选的听力资料将会是VOA的Special级别的慢速英语.这主要是出于两个目的:一是打好基本功;二是从慢速英语入手是科学的方法,是实现标准英语听力突破的有效途径.先说第一点.关于听力基本功的认识问题我建议大家去买一本钟道隆编的>一书仔细看看,里面很多道理也说的很清楚了.我这里只想以我的亲身体会"斩钉截铁"的告诉大家:开始"真正"练习听力的时候(我这里所提到的"真正"不是指那些考试技巧,而是发自内心的想要掌握,运用,享受英语的源动力),千万不可操之过急,一开始就去听那些原版的标准速度的听力资料,一方面这样的方法极不科学;另一方面也会给自己刚刚培养起来的自信心带来巨大的重创.十有八九(也可以说是所有的人)都会很快放弃的.我自己当初也是这样,感觉简直是在听天书,十几分钟的录音下来能够把Topic听准确已经是很不错了,当中的细节部分根本没有时间反应就一闪而过了.这种过程简直就是一种"煎熬".当然也有少数意志力惊人的朋友坚持了下来,但是由于方法的失策,造成自己把大量的时间精力(有时可以说是青春)投入其中,可是回报却难以和付出平衡,收效甚微.说到这儿叫我想起来以前我们有一

位上外的听力老师讲的真人真事:一位研究生深知自己听力不过关,决心发奋苦读.于是他每天早上都坚持听广播电台里的标准英语,这样一听就是五年的时间.这种苦行僧似的磨炼并没有使他的听力水平真正得以提高.后来我们这位老师在了解了他的情况以后,告诉他之所以到现在他的听力还未真正突破最主要的原因就是他的基础没有打好,总是泛泛而听,而且总是听些已经有中文背景知识的广播,就会造成一种错觉,好象什么都听懂了,又好象什么也没听懂.大意能够抓住(其实是有背景知识的原故),真正精确到每一句话,每一个单词却总是丢三落四的,不能准确的传情达意.这种沙上建塔的"辛劳"永远也不会建成坚固的大厦,而总是在进行建了倒下,倒下了再建的重复劳动.

再说第二点.从慢速英语入手是真正科学的听力突破方法.而且在我自己的实践过程中摸索出一些听力带动口语,锻炼口译的好方法.下面我想结合我给大家提供的听力资料具体谈一谈练习的方法: 1. 下载完相关的听力资料后,用realplayer G2进行播放,我这里暂时不想给大家提供原文,尤其对那些本来就很清晰的听力资料.(不是很清楚的资料我回加入原文的),这主要是希望大家不要依赖原文,自己一定要一个单词一个单词的完全听懂.有的同学说我有那么几个单词实在听不懂怎么办?大家想一想,慢速英语的单词量是1500到2000,也就是说一个比较好的高中生的单词量已经超过了许多,更何况四六级都已通过的你.听不懂的唯一原因绝对不是生词的问题,(这种问题只有在听标准英语的时候才会产生,以后我会和大家专门讨论的)只能是你对这个单词的发音极其陌生,大脑根本没有反映.如果让你看一看原文,你会不屑一顾的.但在听的时候却不知所云.起初我练习的时候有时为了一个单词可以想上正正一天,嘴里老是念道着

这个单词的发音.我知道这个单词我一定认识,直到某一刻恍然大悟:咳!不就是这么简单的一个单词嘛!这时我总是猛拍自己的脑袋骂道"真是愚蠢"[:-)当然如果有些同学说这段录音我已经听了十遍了,当中的几个单词你就是打死我我也听不出来.如果真的到了这个地步,你可以把你的问题发表在世博英语论坛里,我会告诉你答案的. 2.接下来要做的就是保证这一段录音你是完完全全的听懂了.什么是完完全全的听懂了呢?就是每听完一句话,你都能准确的复述出来,包括每一个单词.这里在语音上不是很好的朋友要注意了,由于是慢速英语,所以只要你有正常的听力能力再加上一定的毅力,就完全可以把自己的发音模仿的和VOA的播音员没什么两样,正如李阳老师所指出的:发音是一个人的英语门面.的确是这样的!如果你按照这样的方法用心练习,不出一两个月,你的发音就会有长足的进步.其实我们大多数中国人的模仿发音天赋都是很好的,随便叫出一名大学英语四级通过的大学生,他(她)的发音就要比我所见到的意大利人,日本人,菲律宾人...的发音不知要好多少倍.其实我们中国学生在口语和听力上缺陷主要有两个原因:一是缺乏练习.这也是传统教学方法的遗憾.包括我自己,也是这种只注重书面的"分析英语"的受害者.二是缺乏勇气.老是害怕自己会说错,害怕丢脸.除非你是在国外长大,英语就是母语,你可以"自豪"的说:我就是说错了那也是对,因为英语是我的母语.而我们把英语作为第二语言的学习是不可能不犯错误的,多犯错误是为了少犯错误.每当我缺乏勇气的时候,我就会用"I enjoy losing face!"这句话来激励自己.噢!还是说听力吧.这样一句一句直到把每一句话完全"吃掉",已经基本上可以保证你已听懂了这段文章.要达到什么样的标准呢?我对自己的要求是在落后一两个单词的同步

复述.很多同学到这里就到此为止了.我却以为这样太可惜了.如果说上面这一点是练习了语音的话,下面的两个重要工作才是我们利用听力材料练习口语和口译的重要. 3.现在大家已经把这段录音的意思完全搞懂了,而且能够惟妙惟肖的基本同步复述了.请大家注意,直到现在你的大脑还没有动起来,也就是说这些完全是些机械的模仿,刻板的复述.这种机械的重复对于我们的口语和开口能力是不会有"事半功倍"的效果的.要想提高自己的口语水平,在这里就一定要学会用自己的话,请注意是用自己的话,而不是照本宣章,把所听到录音的大意死活说出来.做这一步是在听完整段录音之后.此时所说的英语才是你真正的英语口语水平.在练习中尽量使用刚刚听到的一些关键词和词组.在说的时候,想象自己正在对一个没有听过录音的同学讲述故事的情节.我相信很多同学在刚刚开始练习的时候会"憋的"说不出几句象样的话,或是在大意和情节上丢三落四的.出现这种情况太正常了.这样就反映了我们刚刚所做的同步复述只是一个辨音过程.现在所做的自我总结才真正开动了我们的大脑,提高了真正的口语水平. 4.好了!到了这一步你已经很不错了,不仅能够把这段录音完全听懂,同步复述,而且还可以用自己的英语对你的朋友娓娓道来.是不是感觉很有成就感啊!但是我还得继续更深层次的练习.对了,就是口译能力,我们中国学生特有的中英文自由转换能力.还是刚刚那段录音,这回是放一句英语,你就立刻把这句话翻译成地道的中文,翻译成我们平时所讲的中国话.你可别小看这一步,自己试着去翻翻看,就会马上懂得:我们能够同步的用英语复述了并不代表我们就可以同步的翻译成地道的中文.我对自己的要求也是在落后一句的速度下进行同步翻译,由于是慢速英语,所以只要耐心的多练

习几遍就一定能够达到同步听译的水平.至此,我们不仅已经对这段录音了如指掌,而且还利用它进行了有针对性的口语和口译训练.很多同学老是抱怨没有语言环境,我觉得语言环境多数情况下还得靠自己创造.请大家再次注意,上面我所介绍的听力方法都是针对慢速英语的,大家不要操之过急,一步一个脚印,把十盘慢速英语的磁带按照这样三步认真的做下来,你的听力就已经打好了坚实的基础,这时你再把曾经认为是天书的那些听力材料翻出来试一下,怎么样?那种感觉现在的你一定不会相信的.我当时是高兴的连蹦带跳仰天长"笑"!只有这个时候才能感受到"不经历风雨,怎么见彩虹"的真正含义.当然你也可以把这种方法推广到你现在所应试的听力教材中去,我自己现在特喜欢用这种方法拿托福的听力对话开刀,练过一段时间后就开始"喜欢"上托福的听力考试题了,虽然自己从没有参加过正式的考试,但是做做那些市面上的全真试题感觉就好象在玩文字游戏,很多题目觉得答案上写的都是废话,这是把对话完全听懂的必然结果.好了,我已经把自己最好的听力练习经验和大家分享了,剩下的就是看各位的"功力"了.我现在每天还在加强听力训练,下个目标就是VOA的标准英语,要达到象我们听中文广播一样的水平是我梦寐以求的事.有些地方已经有了些眉目,等以后我会专门写一篇有关标准英语听力的文章和大家交流吧.最后我想祝愿大家能够早日突破听力障碍,享受到听英语的真正意义和乐趣! 陈海泓著 2002年3月25日更新: 第一系列

VOA英语节目收听指南 VOA Voice Of America, 作为世界上最大的新闻广播机构之一,多年来,它的英语节目如“一部活的教科书”,帮助全球各地的英语学习者掌握现代英语的发展动向,培养准确连贯的英语语感,学习地道的英语语言。

从今天起，EES将陆续将VOA的英文广播的精彩时空展现在你面前，领你进入“原汁原味”美语世界。

### 一、VOA Special English (特别英语) 节目评价

#### 1.1. 背景提示：Special English 又叫“慢速英语”，是VOA电台专为全世界非英语国家的初学英语的听众安排的一种简易、规范的英语广播节目。它始于50年代末，是VOA电台的专家们研究如何与世界各地的英语学习者时行交际的产物，开播之后迅速覆盖全球，在世界广泛内产生了广泛影响。30多年来，VOA对Special English作了大量研究，目前，它的播音速度、内容及用词范围都有规定，达到了既能为听众提供信息又不损害英语本身风格的目的，使之成为VOA独具特色，拥有最大量听众的节目。概括起来，Special English 特别于以下三点。

- 词汇量较严格地限定在美国人最常用的1500个基本单词内。
- 句式简单，清晰。
- 语速约为90 words/min，即2/3的Standard English速度。

### 1.2 Special English 两大营地

#### 1.2.1 新闻节目 News Programs

#### 1.2.2 专题节目 Feature Programs

#### 1.2.1. Special English 的新闻广播向听众提供全球的政治、经济、军事、外交、国际关系、宗教、天气以及各种重大事件和珍闻奇事等各个方面的信息。每次节目长约十分钟，播十条左右的新