

## 我是怎樣提高英語聽力的

在英語學習中，應努力提高聽力。這樣可以借助聽覺，大量、快速地復習學過的單詞和片語，並在此基礎上擴大知識面，更多地掌握同一詞的不同用法，提高閱讀速度與理解能力。下面筆者根據自己近兩年的實踐，與英語自學者談談在提高聽力方面的點滴體會。

我覺得要提高聽力，首先應從多聽教學聽力錄音帶入手，如所學的課本錄音帶，口語教材錄音帶，也可以選聽適合或略高於自己水平的有趣的材料。無論是精聽或是泛聽，最好開始都不要看文字材料。精聽應先把錄音內容從頭至尾聽一遍，再把聽不懂的地方一遍又一遍地反複聽。若有些地方實在聽不懂，也應儘量聽清各個音節，然後再翻開書看一看，有些影響理解的生詞可查一下詞典。接著再合上書從頭至尾聽，直到能夠聽懂全部內容為止。通過這樣的聽力訓練，可促使自己提高辨音及聽力理解能力。如果讀過書面材料再去聽錄音，往往就不是耳朵在辨音，而是大腦在思索，背誦，如果看著書面材料聽，則往往是自己的默讀，這樣達不到提高聽力的目的，遇到新材料的時候就又会聽不懂。

精聽最好是選用教學錄音和有故事情節的短文或科普短文；泛聽則可選用一些口語教材或一些有趣的小故事，使自己多接觸錄音材料，以求熟悉英語發音，擴大知識面，提高聽力。泛聽可一遍過，只要聽懂大概意思就行了。如果一遍聽不懂，可倒過來再聽一遍，還是聽不懂，就翻一下書，繼續聽下去占在第一遍聽新材料的時候，一定要聚精會神，讓自己的思維跟上每一個音節。在每句停頓時，可在腦海裏反復一下。聽的當中遇到生詞不要停下多想，因為有些生詞可以在整個內容中理解。有些生詞並不影響理解意思，可以不管，停下來想，反而影響聽下面的內容。聽音時要隨著錄音材料的頻率在腦中用英語重復，而且速度要練得能跟上錄音速度，不能邊聽邊翻譯。一般只要難度相當，能聽清大部分單詞，是可以理解其大意的。

以上只是自己在提高聽力方面的點滴體會。各人有各人的提高聽力的經驗，儘管甲的經驗不一定適用於乙，乙的經驗也不一定適用於甲，但可以相互啓發，取長補短，用不同的方法來達到相同的目的。英語自學者們，讓我們共同總結經驗，提高我們的英語聽力水平吧。

## 聽力～我個人學習英文的一點體會～僅供參考

剛剛到美國的時候，在高中上課時候感覺實在很累人，因為聽老師說話好像是在做聽力練習一樣～我最後感覺這樣下去實在不好，所以我就自己開始了自我的聽力訓練。

美國的電視節目爲了方便聾人，多半是配上字幕的，我練習聽力的時候，這些字幕反而成爲了我的得力的助手，當時我看的也無非是卡通，因爲卡通的對話的用詞比較簡單，如果寫下來大約高中生都可以看懂，一開始我的做法是把字幕打開以後，眼睛全部都注意到字幕上，熟悉每個單詞在美國英語裏的發音和用法，到一個星期以後，我已經問題不大了，然後就可以把部分注意力放在畫面上，遇到聽不懂得地方再看字幕，粗略算了一下，大概相當於前後做了100小時的高質量練習題目，而且全部是貼近生活的辭彙和用法，受益匪淺啊～

等到聽力練習的差不多了，出口就不成問題了，中國人說英語很大一部分的毛病是句子的組成方法和外國人的習慣方法不一樣，所以一聽就感覺錯誤很多的樣子，當聽力練習到一定地步的時候，應該對英語的很多習慣用法有很多瞭解，說起來自然會正統。

在中國可能很難接觸到美國這樣帶字幕的英文節目，但是很多DVD都包含英文字幕可以打開。

## 英語專家建議初學者這樣學英語

如果我是一個初學英語的小學生，我將多看故事多看畫，多聽句子多唱歌。語法我不學，完全靠模仿。

如果我是一個初學英語的中學生，我將把好的課文念得正確，流利，爛熟，睡夢中會說出來，作文中會用出來。我還要讀課外讀物，並用簡單的英語向我的同學復述故事的內容。我將學一點基本語法知識，以加強學習的自覺性，但絕不去鑽牛角尖。

如果我是一個初學英語的自學青年，我將儘是結合英語實踐（讀，聽，寫，說）先把語法學好。就象查詞典一樣，我將經常查閱語法書。等我反基本語法掌握後，我將展開大量的英語實踐，在實踐中通過思考與總結解決疑難問題，同時，我將充分地利用好的詞典，參考書，包括較高深的語法著作。