

TOEFL

LISTENING

循序渐进
“徐”

徐志坚

—— 编著

考生经验
与名校握手
完全覆盖真题题库

—— CROSS 听汇法

攻克托福听力

训练方法，备考技巧，抽丝剥茧

十大经典案例，

为你呈现循序渐进的提分过程

听力顽疾，逐项击破

揭秘听力考试真谛
把握托福考试命脉

Step by step ; listen to me,
listen to your heart

Help you spring to prominence in TOEFL listening

CUP 中国人民大学出版社



TOPIC

LISTENING

循序渐进
“徐”

徐志坚

—— 编著

—— CROSS 听汇法
攻克托福听力

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

循“徐”渐进: CROSS听汇法攻克托福听力 / 徐志坚编著. —北京: 中国人民大学出版社, 2015.9

ISBN 978-7-300-21790-1

I. ①循… II. ①徐… III. ①TOEFL-听说教学-自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第191082号

- 本书中所有理论、概念均系作者原创, 如果引用需注明出处。
- 本书著作权归作者所有, 版权归中国人民大学出版社, 任何复印、引用均需征求著作权人及版权持有人同时同意。

循“徐”渐进——CROSS听汇法攻克托福听力

徐志坚 编著

Xun “Xu” Jianjin—CROSS Tinghuifa Gongke Tuofu Tingli

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242(总编室)

010-62511770(质管部)

010-82501766(邮购部)

010-62514148(门市部)

010-62515195(发行公司)

010-62515275(盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.lkao.com.cn>(中国1考网)

经 销 新华书店

印 刷 北京易丰印捷科技股份有限公司

规 格 185mm×260mm 16开本

版 次 2015年10月第1版

印 张 11.25

印 次 2015年10月第1次印刷

字 数 242 000

定 价 35.00元(附赠光盘一张)

封面无防伪标均为盗版

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

因“徐”而进

在新托福考试中，听、说、读、写互相融合，但是听力所含比重相对比较大。这也符合学习和应用的特点。首先，输入型学习（听力和阅读）是输出型学习（口语和写作）的基础；其次，“听”的词汇、句型相对难度较低，更适宜学生入门学习。

在“听”的基础环节，首先强调的是辨音能力。这是徐志坚老师的强项。因为有音乐专业扎实的基本功，对“辨音”的理解可谓独辟蹊径。

辨音的基本功是对单词的声音辨别。所以书中精选了在新托福考试中必须要准确辨音、牢固掌握的词汇。这些词汇来自实际考试，由徐志坚老师亲自挑选。除了能够帮助考生实质性提高辨音水平，而且对于信息定位、答案选择，都具有非常重要的作用。

在“听”的执行环节，还需强调理解力。托福听力之所以难，恰是因为在考点展示过程中，既有文章主旋律特征，又有语法、词句特点对细节问题的强调、修饰和否定等处理。所以托福听力所强调的理解力，是建立在对单词本身理解力的基础上，对于文章整体结构、语言表意特征的深刻把握。这就是徐志坚老师所强调的“横向考点”和“纵向考点”。

为了帮助考生深刻理解“横向考点”和“纵向考点”的概念，徐志坚老师对重点题目做了细致分析，在书中用特别字样做了标识。

在“听”的备考环节，强调材料的实用性。需要把典型题目彻底听透，在此基础上举一反三。书中的题目来自真实的考试。考生可以用TPO做模拟训练。每套模拟题，在第一次做的时候可以准确衡量考生当时的听力状况，但是对于做过的TPO，不再是模拟材料，而变成了研究材料。跟着徐志坚老师一起把做过的题目精解，夯实基础，然后再做新的模拟，会看到自己的听力能力，因为徐志坚老师的讲解和自己的不懈努力而不断进步。

在整个托福的备考环节，需要对整个留学有总体概念，这样会让备考更为自信和有计划。这就是附录中各种经验谈的价值。

托福听力考试，仅仅是托福考试中的一项，但是在备考听力过程中所获得的能力，对于口语和写作中的听力测试也颇有裨益。此外，对于未来的听课、学习也是基础。一起努力，循“徐”渐进！

吕蕾公众微信号：lvlei1973

吕蕾微博：<http://weibo.com/lvlei1973>

吕蕾博客：<http://blog.sina.com.cn/wonderfullei>



12 岁
12 岁

自序

从英语白痴到英语名师

——献给正在或者曾经为英语学习而奋斗的人们

在我的少年时代，总感觉我的音乐天赋和我的英语水平是此消彼长的“死敌”，15年前，我的手指在琴键上欢快跳跃时，英语学习于我就是酷刑；15年后，我从钢琴专业成功转行为英语培训师，教授了数以万计的学生后，感慨颇多。

有人说，开始回忆就证明自己老了，三十而立的古训压在头上，回想起从厌恶英语的毛头小子到教授托福的教师，每次上台之前被人介绍为“名师”时，竟然有种恍如隔世的感觉，也许每一个从无到有的过程，都是一段人生。

没有人知道，谁是第一个把英语引进中国的人，但占据多数的说法是，英语的引进，可以说是一部屈辱史。换句话说，作为外来语，英语通过鸦片战争“入侵”了汉文化；如果有人反驳这个观点，想用宽容的表述说，语言是世界交流的工具，那么我告诉你，如果中国一直处在成吉思汗的朝代，那么现在世界通用语就是汉语了。

我想和大家分享的，不是侵略，不是历史，不是爱国主义，而是我那段蜕变经历。要说其中没有痛苦，那肯定是撒谎了，那感觉就像是高中时我的同桌每次放假快结束都要打电话给我，确认我是否做作业，每次得知我没有做时，总说一句话，他也没做，实际上，老师让交作业的时候，他总是第一个交上，留我一个“吃”老师赐予的呵斥大餐。

每次英语考试成绩的个位数，让我备感羞辱，小小年纪的我过早见识“人生百态”。每当我我在台上，用钢琴声诉说着衷肠时，舞台上的霓虹灯照耀着我，下台后家长毫无保留的赞美，让我飘到云霄上，体验把失重的感觉；每次英语成绩发放时，英语老师为了让我们知耻而后勇，把成绩张贴在教室外，成绩最差的五个人的名字用红色墨水写得大大的，那时的我，直接从云霄上跌入到尘埃里。这种失重和超重的感觉，谁经历过谁知道！

痛定思痛，人为争口气，命都可以不要，何况把英语学好？我开始了“屠杀”英语这个顽敌的艰辛征程。一直热爱古典文化的我，牢记古训：知己知彼，百战不殆。先分析敌军的实力：学好英语，必要条件是会说话、没有智力障碍。这个我满足了，虽然不是口舌如簧，但说话吐字清晰；智商待定，但做了各种智商测试后，我深信达到了平均线。

下定决心后，看着厚厚的英语书，却不知道如何下手。这也比较容易理解，如果你欠债超出了自身所有财产的数百倍，都不知自己还有没有勇气活下来，哪里还想得到还债的办法！迷茫了很久后，想起了班上学霸的爸爸分享教子经验的片段：英语学习嘛，没有啥捷径，多看多读多背不就好了。

正是多看多读多背的学霸经，让我差点放弃。我每天花费最多的时间，读英语书，看英文试卷，背英语词典，周而复始，一天又一天，这样过了两个月，我的名字还会因为英语成绩被红色的墨汁“亲吻”，这种无奈的感觉，让一个小男子汉，竟然把英语书撕碎以泄愤。

其实多看多读多背，没有任何错误，在英语的学习中可以说很多学生采取这样的办法。

问题是看、背、读是有意识的行为，还是仅仅像木偶一样完成看、背、读的动作。简单来说，是不是在走心。不走心的结果是花费了大量的时间，无功而返，摧毁的不仅仅是信心，更多的是希望。严重一点说，会绝望，而越用功的学生，绝望的指数越高，我当时的状况正是如此。

那段灰暗的日子带给我的唯一收获就是背诵了大量的单词，扫平了最基本的障碍。我听过很多老师告诉学生，对单词的记忆要放在句子里进行，试问一句话中80%单词都不认识的学生如何将生词放在句子里记忆，所以单词量的积累是最不需要谈论技巧的。提升过程中，我开始对阅读的一段英文文字，或者是背诵的段落，建立感情，也就是走心，分析句子结构，遣词造句，并默默记住固定搭配。

脱离哑巴英语的经历，也是可圈可点的。我设定了每天早上读一个半小时的计划，为了按时起床，还用了苦肉计，每晚睡前喝一大杯水，保证了第二天早上即便不依赖闹钟这种科技的力量，也能被自然胀起的生物钟“膀胱”叫醒。第一遍跟读随身听中的标准美音，第二遍自己朗读刻录下来，对比发音，逐词逐句地进行模仿纠正，直到自己听起来差不多为止。

学习英语的另外一个秘诀是恒心。坚持了一年的我，斩获了很好的成绩，我的名字再也没有出现在榜末，而是开始逐步提升。而随着阅读量的提升，我逐步懂得了英语的魅力，竟然像谈恋爱一样，发现这个“洋妞”和“大家闺秀”的汉语一样，有自己独有的魅力，有遣词造句，有思想，有情感，有故事，传输着心情，勾画着美丽的世界。可惜的是，那么多年的应试教育让她变得可怕，犹如洪水猛兽一样。

大学时期，我多次参加国家级的比赛，如英语风采大赛，我在翻译课上的作品经常被老师当作范文，甚至白发苍苍的老教授说我的写作课可以免修。2007年，偶然的的机会，我成为上海新东方最年轻的讲师，之后爱上了这种传递正能量的职业，近8年的青春挥洒在英语教学中。那些不堪回首的英语白痴的日子，也已经成为我上课的各种段子，学生听起来会一笑而过，有的表示怀疑；这些都不重要了，重要的是经历过，征服过。

我教过的学生不少也成为英语老师，这种传承很温暖；也许世界上最不用掩饰成就的就是老师，而今在国内外都能够听到令自己惊喜的声音：老师，您还记得我吗？这样一个不带功利的称呼，给予我的是幸福。

徐志坚 Terry

听力学习——让我们痛并快乐着

掐指一算，从2007年开始教授托福听力课程，至今已经8年。在8年的听力教学生涯中，我被问得最多的恐怕是，“如何不听原文选答案”之类的如今在我看来仍旧是让人啼笑皆非的问题。一直以来想写一本书，指导大家如何提高听力水平，尤其是如何提高听力基本能力，无奈近年来，忙于创业，还有教研任务缠身，一拖再拖，直到今日才有了《循“徐”渐进——CROSS听汇法攻克托福听力》这本书的问世。

众所周知，听力是托福考试四项中较难获得高分的单项，其原因在于要求考生不但有扎实的听力基本功，并且需要有一定的应试技巧。相信很多考生都会有过这样的感觉，那就是：在培训班上被老师捧上神坛的听力“绝招”，为什么自己做题之时却无法灵光再现呢？原因很简单，那就是你还不具备使用这些“绝招”的基本能力。所以本书的第一、二章就具体分析了听力基本能力的组成部分，以及如何运用基本的听力训练方法，在相对较短的时间内采用“组合拳”的方式，提高听力基本能力，为运用“CROSS听汇法”解决听力问题奠定基础。在第二章末尾，我附了一张表，告诉不同听力分数段的考生这套“拳”分别应该怎么“打”。

在第三章中，我将“CROSS听汇法”按照长对话、讲座进行了横、纵向考点分类，而这也是考生在托福听力听题过程中需要注意的核心点，同时也是托福听力出题的依据所在。

在第四、五章中，我分别用“CROSS听汇法”解析了不同场景的讲座和不同话题的讲座，旨在教会考生如何在平时训练中运用这套方法，从而做到举一反三。另外，在对话和讲座篇目的选择上，我也再三斟酌，因为TPO的听力题和目前托福听力考试真题，难度有差别，最突出的一点就是真题中的推断题较多，不仅需要考生具有抓取细节的能力，而且要求考生具有根据听到的细节进行分析进而定位正确答案的能力。虽然我手握真题，但是无奈无法在书中呈现，只能选取我认为在文章难度和出题上和真题90%相近的材料进行精解，以帮助各位考生最大可能还原托福听力真题的全貌。

本书另一个亮点是听力词汇的编排。在第四、五章以及附录中，我将自己总结的TPO和真题中经常出现的听力词汇进行了编排，并配上了音频，这也符合听力词汇习得的规律，必须要“耳朵熟悉”。

特别感谢在本书编写中予以我帮助的人，尤其是策划人吕蕾老师，以及我的妻子邱培培女士和我的父母，同时，喻敏、何晓晔、姚钟书、靳书聪和我的美国朋友Doni博士也为本书作出了一定的贡献，一并表示感谢。

Terry老师新浪微博：徐志坚-乐海独行侠

Terry老师个人微信：xzj_us

Terry老师微信公众平台：Terry 徐志坚老师

徐志坚 Terry

2015/4/7

于上海

目 录

第一章 听不懂，托福听力学习中永远的痛 /1

第一节 托福听力之最常见特色语音 /2

第二节 听力词汇学习的关键 /4

第三节 学会克服语速障碍 /6

第四节 听力笔记该怎么记 /7

第二章 有效训练，托福听力高分的基石 /11

第一节 托福听力考试的特点 /12

第二节 泛听训练的要点及步骤 /15

第三节 听力题应该“精做” /16

第四节 听写，应该这样做 /17

第三章 CROSS听汇法，托福听力高分的核心 /21

第一节 CROSS听汇法概览 /22

第二节 托福听力长对话内容考点 /26

第三节 托福听力长对话结构考点 /29

第四节 听力讲座之特色话题 /35

第五节 听力讲座之原则和结构 /42

第四章 听对话，其实很简单 /51

第一节 托福听力长对话必备词汇短语 /52

第二节 学生与老师对话解析 /58

第三节 学生与工作人员对话解析 /64

第五章 听讲座，掌握要点是关键 /71

第一节 托福听力讲座的必备短语 /72

第二节 托福听力讲座精解 /74

第六章 听力，经典加试题解析 /119

第一节 经典加试题一套 /120

第二节 经典加试题二套 /128

附 录 /139

附录1 托福听力真题特色讲座词汇 /140

附录2 托福与留学的经典案例 /153

结 语 /169

第一章

听不懂，

TOEFL

托福听力学习中永远的痛

Affairs that are done by due degrees are soon ended.

- ＼托福听力之最常见特色语音
- ＼听力词汇学习的关键
- ＼学会克服语速障碍
- ＼听力笔记该怎么记

listening

在近8年的托福听力教学过程中，我在第一节课开始问学生最多的问题是：你们在听力学习训练过程中最大的问题是什么？通常得到的回答是：听不懂！所以，在第一章的开始，我们就先来谈谈听不懂的问题。其实，听不懂只是一个表面现象，不知道大家有没有想过听不懂的真正原因，我认为，这源于三个方面。

第一，对于英美音发音的不熟悉。

第二，对于词汇的掌握的问题。

第三，对于快语速的适应能力。

这三个方面，同时也是听力基本能力的三个重要组成部分。听力高分的获得意味着牢固的听力基本能力以及考点意识和概念。有关考点的问题，我在第三、四、五章会详细讲解。

CROSS

第一节 托福听力之最常见特色语音

常见问题：听力中是否会出现非北美地区的口音？

Terry 老师解答：托福听力在前年进行了两次重要的改革，一是对考试报名的间隔时间做了新的调整，缩短了两次报名之间的间隔时间，二是官方加入了非北美地区的朗读者的口音，因此在托福听力考试过程中，你有可能听到英音、澳音、加拿大音。但无论如何，托福听力不考奇怪的口音。大家最常听到的是美音，也不必为了考托福听力而去练习听印度口音的英语。所以备考托福听力应该使用有针对性的听力训练材料，不过这样的材料相对比较有限，后面我会做介绍。

托福听力之最常见特色语音

语音1：卷舌

一般情况下，在托福听力考试中带字母“r”的单词，在美音中需要卷舌。这个规律是美音发音最重要的规律。



第一组：very worry red choreography ferry cherry

第二组：war core floor car four forecast

解析：不带字母r的单词，我们千万不能去卷舌，要注意这样的特点，比如：flaw/floor; core/caught。

语音2：音变[ɑ:]—[æ]



第一组：forecast past rather ask bask

第二组：can't dance chance bath glass class

解析：需要注意的是，在发音时，必须尽量张大嘴巴，尽可能把这个元音发得饱满，甚至夸张。

语音3：音变[ɔ]—[ɑ]



第一组: box fox hot pot

第二组: chocolate Scotland hypothesis

解析: 在这组单词的发音过程中, 特别需要我们注意[a]这个音的发音方法, 口腔纵向打开, 并想象象声词 (onomatopoeia) Ah...的发音, 或者到医院里医生给你检查扁桃体时, 张大嘴巴的场景, 就知道怎么念了。

语音4: 辅音现象

在讲这个理论之前, 首先, 我们来讲一下什么是辅音, 即在国际音标中12个单元音, 8个双元音外, 其余28个发音的总和, 有点类似汉语中的声母。同时, 辅音也分为: 清辅音, 浊辅音, 鼻音, 舌边音, 半元音。

当然, 在托福听力考试中, 有些清辅音会浊化。既然是“浊化”, 那么浊化的对象到底是什么? 我们根据发音特征来看下托福听力考试中最常见的发音及其在单词中的音变规律。

爆破音: [p]清, [b]浊, [t]清, [d]浊, [k]清, [g]浊

摩擦音: [f]清, [v]浊, [s]清, [ʃ]清, [θ]清, [ð]浊, [z]浊, [r]浊, [h]清

鼻音: [m], [n], [ŋ]

舌边音: [l]

半元音: [w], [j]



第一组: plumb representative better matter

第二组: fluffy very representative Chicago thing this zebra tell him

第三组: garden freedom forgotten

第四组: really rarely actually

第五组: what yesterday

解析: 要特别注意第一组后三个单词由清辅音(送气音)到浊辅音(不送气)的转变, 若在单词中, 清辅音出现在元音周围, 要浊化, 例如: representative中的s和t要分别浊化成z和d, 同样后两个单词中的t也要浊化成d。

第二组单词中的最后一个词组中的h不发音, 习惯上, 如果h前面跟的是浊辅音, 那么h就不发音。比如: told her, wouldn't have等。

第三组单词中的发音, 当“t”处于一个元音和一个前鼻音[n]之间, [t]音气流不从口中通过, 而是完全从鼻腔中通过, 语音学上称作鼻音爆破。如果是浊辅音[d]在此种情况下, 也需要鼻音爆破。再比如: certainly, button, curtain等。

语音5: 托福听力常见连读现象

① 辅音 + 元音连读



an apple figure out rotten eggs sign up for over and over again
an old man and an old woman

解析: 辅音加元音连读, 也就是第一个单词词尾和第二个单词词头为辅音和元音, 两个发音

连读的现象，比如

an apple读作：a/napple

figure out 读作：fig/raout

rotten eggs读作：rod/neggs

over and over again读作：ov/ran/nov/ragain

an old man and an old woman读作：a/noud/man/nand/nan/noud/woman

② 吞音现象/失爆现象



lap top that person book case sign up for milk shake

解析：吞音/失爆现象指的是，第一个单词词尾和第二个单词词头同为清辅音时，第一个单词词尾的清辅音不发音。

lap top读作：la/top

that person读作：tha/person

book case读作：boo/case

sign up for读作：sig/nu/for

milk shake读作：mil/shake

第二课

听力词汇学习的关键

常见问题：在托福学习的过程中词汇到底怎么背？

Terry 老师解答：在托福考试中，阅读部分和听力部分对词汇掌握的要求是不同的，比如阅读部分对于词汇的要求是眼睛熟悉即可，但听力考试要求对词汇有充分的语音识别力和瞬间理解力。所以我们在备考时应该用不同的方法对待阅读、听力词汇。

词汇学习的关键

1. 摆脱词汇学习误区

我们说，无论是学习听力词汇还是阅读词汇，我们的词汇学习方法应该是具有可推广性的，而不是只针对个别单词，或者某一群单词。比如：

谐音法：pest（拍死他），university（由你玩四年），ambulance（俺不能死），ambition（俺必胜）

联想法：courage = C + our + age。C像月亮，在一个晴朗的夜晚，我和我的女朋友来到一轮明月下，然后对她说，在我们这个年纪，爱真的需要勇气，只要你一个眼神肯定，我们的爱就有意义。

词根词缀：很多同学在词汇学习过程中，喜欢用词根/词缀法来记忆词汇。笔者觉得

词根、词缀用来辅助单词理解是可以的，但是通过词根/词缀法不容易记住词的具体意思，比如，你知道了discussion是讨论，那么repercussion呢？那么concussion呢？词根、词缀就好比汉字中的偏旁部首，就比如“月”可以表示人体，但是具体表示哪个部位，还是需要具体对应某个汉字，不能只对应偏旁部首。

2. 掌握正确的阅读词汇的学习方法：集中记忆，大量重复/浏览法

应该将重点放在“大量”和“重复”之上，如果用词汇书来背单词的话，基本上每天200个单词左右，反映在词汇书上大概是3个list左右。基本上根据人的正常的记忆曲线，一个原本不认识的单词，看到以后马上反应出意思，需要之前至少重复7~10次。要真正掌握，需要将词汇手册看7~10遍。所以能够在短时间内重复多次的前提是，每天背单词的量一定要大，要达到200~300个。

单词助记工具：很多同学在记忆单词时，会用很多辅助工具，比如flash cards等，在这里给大家推荐一个工具Excel表格，笔者认为这个工具相对来说更加简单，使用方法如下：

toefl基础词汇			
abandon	1.vt放弃, 抛弃	2.vt信任, 狂热	abandon+on一个乐队在演出, 乐队演出很疯狂
abnormal	1.adj反常的, 变态的		ab=相反, 违背 normal正常
abrupt	1.adj.突然的, 意想不到的	2.陡峭, 险峻的	rupt=break
absence	1.n.缺席	2.n.不注意: 心不在焉	sence 存在, 相关, ab相反 缺席的
absolute	1.adj.绝对的: 完全的	2.adj.确定的	solut 解, 解开
absorb	1.vt.吸收(液体)	2.vt.支付: 负担	sorb吸收, absorb吸收掉
abstract	1.n.摘要, 概要, 抽象		abs(离去)+tract(拉)→把大意从文中拉出来→摘要
abundance	1.n.丰富, 充裕, 丰富充裕		abundance=a + bun(小面包)+ dance.形象化记忆, 很多的蚂蚁围着一块小面包在跳舞, 因为丰收了
accelerate	1.v.加速		ac+celer速度→一再增加速度, decelerate = de(向下)+celer(速度)降速
access	1.n.通路, 访问, 入门	2.v.存取, 接近	ac[ta] + cess[go]通过, 入口, 微软有一个软件叫access, 小型数据库, 用于存取和访问大型数据库的通路
accompany	1.v.陪伴, 伴奏		ac+company伙伴→陪伴
accomplishment	1.n.成就, 完成, 实现, 达到	2.n.技艺, 才能	ac(加强)+cur(精心, 精心)
accurate	1.adj.正确的, 精确的		ac+cuse(原因), 摆出一大堆原因, 明摆就是很完美
accuse	1.v.控诉, 谴责, 非难		ac[一再]+custom(习惯)→使习惯于
accustom	1.v.使习惯于		a chine eve圣诞节前夜, 在圣诞节前夜我们一起把东西庆祝我们达成了目标
achieve	1.v.完成, 达到		ac+往里+knowledge知识, 认识=acknowledge承认
acknowledge	1.v.承认, 答谢, 报偿		ac+往里+knowledge知识, 认识=acknowledge承认
acquaintance	1.n.相识, 熟人		quai亲戚guai是姓的拼音ac不再, 不再姓了, 交熟了

- ① 将自己记不住的单词输入表格，将中文、词性、一定的记忆方式写在单词后面。
- ② 检测的时候，可以将中文遮住，看到英文，说出对应的中文意思。
- ③ 打乱Excel表格中单词的顺序，再将中文遮住，看看能否说出中文，这样做的目的在于，能够在背词伊始，摆脱对于单词过分依赖的感觉，避免在词汇表中认识，在上下文中不认识的情况。

托福听力词汇学习的逻辑和方法

1. 听力词汇学习的逻辑

在听力考试中，要求大家对词汇不但“眼睛熟悉”而且“耳朵熟悉”，由此可见，我们需要对对话和讲座中的词汇具有语音识别力和瞬间理解力。

语音识别力：听到某个单词，对中文含义进行反应。

瞬间理解力：听到后，不但需要反应而且需要快速反应。多快呢？大概是1~2秒，也就是说，在听力考试中，你听到1个单词如果反应出中文的时间超过2秒，那么一定会对后面听

题造成一定的影响。

2. 听力词汇的学习方法

① 听力词汇的学习材料

长对话必备单词、词组（详见本书第四章），讲座必备学科单词（详见本书附录），讲座必备短语（详见本书第五章）

② 听力词汇学习的要求

要求1：朗读背诵

看着单词文本根据音频的发音大声跟读单词，每天的跟读量为150个单词左右。

要求2：检测

需要将当日跟读的词汇进行检测，若第二天学习的量也是150个单词，则第二天的检测量是300个单词。检测的方法为：根据音频（另附光盘）进行语音识别，如果某个单词在2秒之内未能及时说出中文，则将其写入Excel表格，反复学习，直到能够做到瞬间理解为止。

要求3：上下文结合

由于书中附的长对话、讲座词汇均来自于真题或TPO，所以大家在做题时，若在听题过程中仍不能快速识别之前学习过的词汇，需要将该单词按照中文+英文+音标+跟读（第二章会详细介绍）的方式单独总结在自己的单词本上，并结合该单词所在句子反复跟读，直到瞬间理解。

第三 节 CROSS

学会克服语速障碍

常见问题：托福听力的语速算快吗？

Terry 老师解答：很多同学会问我这个问题，到底快不快我们拿数字来说话。一个VOA常速英语播音员的语速通常为200单词/分钟（VOA Special English是100单词/分钟）；美国人通常日常说话的速度是220单词/分钟；托福听力讲座的语速是150单词/分钟，对话会快一些大概170单词/分钟。

综上所述，托福听力的语速是要大大慢于美国人日常生活中讲英语的速度，这可能就是为什么很多同学托福听力得分不错，但是到了美国校园里，还是会发现和美国本土同学的沟通偶尔会有障碍，上课听不懂老师的讲解。

如何克服语速障碍

方法1：对于基础比较好的同学，可以每天泛听（具体泛听练习方法详见第二章）比托福听力语速更快，且话题和托福听力长对话和讲座相近的材料，比如SSS (Sixty Seconds of American Science)，以高屋建瓴的方式，来审视托福听力考试的语速，这样，会使得语速不会成为听题本身的障碍。

方法2：对于基础较为薄弱的同学，建议从最基础的，比托福语速更慢的材料开始听，比如

VOA慢速英语，具体做法可以用精听的方式（即听一句，写一句），遇到专业词汇可以跳过。用这样的方式练习一个月后，再开始SSS的泛听训练。

方法3：无论对于怎样基础的同学，在练习泛听或者VOA慢速英语精听的同时，一定要注意TPO的使用。如果是已经接触过或者考过托福的同学可以采取TPO精做+精听的方式；如果是初学托福，且基础较薄弱的同学，可以采取跟读+翻译的方法。具体做法非常简单：以句为单位播放录音（不看文本），放完后尝试跟读翻译。若遇到连续三遍都听不懂的句子，则翻看文本并查阅相关单词后，跟读并翻译。若查阅文本还看不懂意思，可以查阅文本对应句的中文后，回到英文原文再进行跟读。

第4节

听力笔记该怎么记

常见问题：听题的过程中，听和记无法同步，该如何解决？

Terry 老师解答：在托福听力听题过程中，一定要掌握一个非常重要的总体原则，那就是以听为主，以记为辅，如果你觉得记笔记的过程已经严重影响了听题的过程，那么，请将你的笔放下，将所有的注意力放在听题上。我曾经观察过，凡是听力能得接近满分的同学，他们的听力笔记都非常简洁。听力笔记其实有非常重要的两大功能：一是帮助回忆原文内容，二是能够去定位原文某些出题细节。所以，我的建议是，听懂再记，记录要点。

1. 听力笔记的原则

① 纵向记录原则

解析：在托福考场上，每位同学都会拿到3张A4纸（每次考试纸的颜色都会不一样），拿到后将纸纵向三折，纵向记听力笔记。纵向记笔记的好处是，由于我们的阅读习惯是从左向右的，所以搜寻笔记中的细节时，纵向记录使我们的视线能够更清晰地在短时间内覆盖所有笔记内容，从而快速找到笔记中和题目对应的关键词。

② 记录实词原则

解析：在做听力笔记的时候，要尽量记实词，比如动词、名词、形容词等，而代词、介词等尽量不要记，因为在定位正确答案的时候，实词是最主要的笔记和题干对应的依据。

③ 考点表示原则

解析：所谓考点表示就是在做笔记的时候，将考点表示在笔记上。比如，在听到but的时候可以用B表示，听到However的时候，可以用H或者用*表示。只要听到分类关键词，就一定要记笔记。标志性的句子如“There are three major reasons for...”，“There are a couple of factors”一般后面会出现一个分类题或者是判断题。当你听到“in fact, actually, as a matter of fact...The problem is ...”这样的强调考点，

也一定要将强调词记录下来，因为这些关键词后应该会出一道细节题。

只要听到“say..., take... for example, for instance...”，一定要将例子关键词写下来，并且要仔细听这个例子到底在说明什么道理。

在笔记中将考点词表示出来，可以更容易搜寻到笔记的重点，进而答对题。

④ 首字母记录原则

解析：顾名思义就是记实词是尽量写单词开头的3~4个字母，比如：development—dev; recognize—reco，等等。但是也不能写太少，写太少的话就比较容易遗忘笔记和哪个单词对应。

⑤ 中英文结合原则

解析：这个原则给大家提供了一种记笔记的可能，如果你在听题的过程中，对某个中文的反应特别快，可以直接将这个单词对应的中文写下来。在听英文的时候记录中文有一个很大的好处就是，看到中文可以想到一大片原文的意思。

⑥ 英文和图形结合原则

解析：在记笔记的过程中，大家可以用一些简单的图形来辅助笔记，比如：important:*, up: ↑, descend: ↓, because: ∴, SO/consequently: ∴。但需要能够自己认识图形，即看到自己记录的图形要知道表达什么意思。

2. 笔记范例

① 原文

So perhaps you are wondering why not let nature take its course now? Well, we can't. The main problem is today's fragmented habitats. During previous interglacial periods, when glaciers retreated, they left behind open land in their wakes. Today human development has paved over much of the natural world. Ecosystems are fragmented. Housing developments, highways and cities have replaced or sliced through forests and prairies. There are a few quarters left for species to migrate through without help. So conservationists are trying to save as many species as possible.

② 范例

笔记范例1:

SO: why not natu..?
W: P* fragm habit
Glacie retrea,
Human dev/ natur 世
Eco sys frag
Hou/cit repl 森
Quarters spe migra
SO: conser save

笔记范例2:

Perhaps you wonder why not now?
Fragmen habit.
Previous periods glacier retreat
Lef behind weaks
Pave world
Ecos frgam
Convers save ASAP.

③ 笔记解析

这是两段我从两位同学的笔记中截取的片段，大家可以来看一下。笔记范例1和笔记范例2都是纵向记录，这点很好，但是区别就在于，当你记完笔记后，笔记的两个功能能否实现：即原文回忆功能和细节表示功能。我们来看范例2，看着这个笔记能知道这段的重点在哪个？显然不能。

看一下笔记范例1。很明显我们看到了考点表示：SO以及the problem is...细节强调概念的表示（考点总结内容详见第三章）P*，以及自问自答内容，这样我们在看笔记的时候很容易根据考点词表示来找到重点。

④ 原文翻译

所以，也许你会奇怪：为什么不顺其自然呢？因为我们不能。主要问题就是现在已经支离破碎的动植物栖息地。在过去的间冰期中，冰川退去，留下大片空地。而如今，人类开发几乎已经延伸到自然世界的每个角落。生态系统被搞得支离破碎，房产开发、高速公路和城市已经取代或瓦解了从前的森林和草原。只有少量留给物种迁移的地方。所以，环保主义者们正在努力，尽可能地挽救更多物种。