

BARRON'S

从美国巴朗教育出版公司独家引进

TOEIC

Lin Lougheed, Ed.D [著]

综合指导与模拟试题



- 全面展示TOEIC考试最新概况，提供完善的授课及复习计划
- 深度剖析TOEIC考试各题型的特点及难点，介绍答题策略，补充相关语言知识
- 精心设计数百道有针对性的模拟练习，便于考生及时检验学习成果
- 严格依照考试要求编写四套完整的模拟试题，在题目形式及难度上高度仿真
- 所有练习附有详细的答案解析，便于考生对照参考

第 1 版 (2011 年 1 月)
BARRON'S
从美国巴朗教育出版公司独家引进

TOEIC

综合指导与模拟试题

How to Prepare for TOEIC:
Test of English
for International Communication

Lin Lougheed, Ed.D [著]

图书在版编目(CIP)数据

TOEIC 综合指导与模拟试题 / (美)拉菲德(Lougheed, L.)著; 张洪伟译. —北京: 群言出版社, 2008. 7

书名原文: Barron's TOEIC Test

ISBN 978-7-80080-855-5

I. T… II. ①拉…②张… III. 英语—水平考试—自学参考资料 IV. H310.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 077224 号

版权登记: 图字 01—2007—5951

HOW TO PREPARE FOR TOEIC: TEST OF ENGLISH FOR INTERNATIONAL COMMUNICATION BY LIN LOUGHEED
Copyright: ©2007, 2003, 1999, 1995 BY BARRON'S EDUCATIONAL SERIES, INC.

This edition arranged with BARRON'S EDUCATIONAL SERIES, INC.
through BIG APPLE TUTTLE - MORI AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2008 Qunyan Publishing House

All rights reserved.

TOEIC 综合指导与模拟试题

Barron's TOEIC Test

出版人 范 芳

译 者 张洪伟

审 订 邵 春

责任编辑 张 鹏 李 强

封面设计 王抒音

出版发行 群言出版社(Qunyan Press)

地 址 北京东城区东厂胡同北巷 1 号

邮政编码 100006

网 站 www.qypublish.com

电子信箱 qunyanchs@126.com

总 编 办 010—65265404 65138815

编 辑 部 010—65276609 65262436

发 行 部 010—65263345 65220236

经 销 新华书店

读者服务 010—65220236 65265404 65263345

法律顾问 中济律师事务所

印 刷 北京画中画印刷有限公司

版 次 2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

开 本 880×1230 1/16

印 张 40.5

字 数 560 千字

书 号 ISBN 978-7-80080-855-5

定 价 68.00 元

☞ [版权所有 侵权必究]

如有缺页、倒页、脱页等印装质量问题, 请拨打服务热线: 010—62605166。

新东方 NEW ORIENTAL 图书策划委员会

主任 俞敏洪

委员 (按姓氏笔划为序)

王 强 王文山

包凡一 仲晓红

李 杜 邱政政

沙云龙 汪海涛

陈向东 周成刚

徐小平 窦中川

Overview of the TOEIC

TOEIC 考试分为两部分：听力和阅读。关于这两部分的具体信息在本书中都有详细的介绍。另外，本书还在相应章节中详细说明了考试中将会遇到的题型以及想要出色发挥所需要掌握的应试策略。TOEIC 考试的时间表如下：

TOEIC 考试时间表
考试时间：2 小时

第一部分 (45 分钟)	听力理解	
	第一项：图片描述	10 道
	第二项：问题与回答	30 道
	第三项：简短对话	30 道
	第四项：简短独白	30 道
第二部分 (75 分钟)	阅读	
	第五项：完成句子	40 道
	第六项：文章填空	12 道
	第七项：交叉阅读理解	
	• 一篇材料	28 道
	• 两篇材料	20 道

To the Teacher

Rationale for a TOEIC Preparation Course

巴朗的 *How to Prepare for the TOEIC Test* 这本书既可以用来自学，也可以用于课堂教学。如果用于课堂教学，那么这本书提供了一个极好的体系，可以帮助学生提高英语语言技能及备考 TOEIC。

成人英语学习者容易受到目标的激励。对于那些被要求参加 TOEIC 考试的成人来说，他们的目标十分清晰：高分。拥有一个易于衡量的目标，可能对你的学生有很大的激励作用。

许多教师不喜欢“仅仅为了考试而进行教学”，他们觉得对于学生来说，掌握全面的英语知识要比复习考点更有用。但是学生则想“学习如何应对考试”，他们不想把时间“浪费”在一些根本不会考的东西上面。

然而，教师和学生双方的论点都忽视了备考 TOEIC 过程中的实际情况。实际上，英语被用来讨论考试如何组织、哪些应试策略应该用到、哪些技能应该提高。英语被用来解释问题，并拓展到其他领域。通过帮助学生准备考试，你不自觉地就提高了他们的英语水平。

备考 TOEIC 的过程给予学生们所希望得到的：一个有效的途径来学习他们认为参加考试所应该掌握的东西。备考过程同样给予教师们所希望得到的：一个帮助他们的学生提高英语语言能力的计划。

Organization of a TOEIC Preparation Course

Timetable

任何 TOEIC 考试辅导课程都面临同样的困境：如何把全面的英语复习合理地融入课程表中。你们中的某些人可能教授下午的 TOEIC 考试介绍班，另外一些可能教授一周的集中强化辅导班，还有人可能教授为期十周的辅导班。无论你教授的辅导班有多长时间，有一样不会变：那就是没有一个辅导班可以长到涵盖你所希望讲到的全部知识点。

如果愿意的话，你可以按照以下计划进行复习。如果时间允许，你还可以适当扩展这个计划。

- 第一阶段：学习第一章，绪论部分
- 第二阶段：进行一个模拟测试；
评分；确定这个班的薄弱环节；
- 后续阶段：复习听力部分；
进行阶段小测验；
复习阅读部分；
进行阶段小测验；
进行模拟考试；
- 最后阶段：进行最终的模拟考试，并记录每个学生成绩的进步情况。

学生在完成练习题、阶段小测验和模拟考试后，可以在第五章中快速找到正确答案，还可以通过第六章的答案详细了解正确的答案为什么是对的，而不正确的答案为什么是错的。

以下缩略语会在练习题和详细解答中用到：

adjective	(adj)	noun	(n)
adverb	(adv)	preposition	(prep)
article	(art)	pronoun	(pron)
auxiliary	(aux)	subject of a sentence	(sub)
conjunction	(conj)	verb	(v)
interjection	(interj)		

符号“≠”有时也会用到，意思是“不同于”，“区别于”，“不等于”。

Teaching Listening Comprehension

学生们听的英语越多，他们的听力能力就会越强。鼓励学生多讨论本书“听力理解活动”中提到的各种策略。让学生两两成对或者几人组成小组一起讨论，以增加学生花在听说上的时间。

所有考试都要求学生选择一个正确答案，也就是说，考生必须排除错误选项。考生可以通过听力训练学习如何排除听力中的干扰选项。他们在学习听出干扰选项的同时，也提高了听力理解能力。

本书中的“听力理解活动”的确是个金矿。你可以利用它们来帮助学生学习如何分析图片、选项、问题类型及其语言功能。另外，还可以使用这些内容来进行各种交流。

Using the Photograph Exercises

这些图片可以用来帮助学生拓展词汇量。本书里有 140 多张图片。让学生挑出一张来，两两成对或者几人一组进行讨论，指出图片中所有他们能看见的东西的名称。

然后，以同样的小组形式或个人形式，把刚才的那些单词连词成句。他们可以对图片进行简短的描述，当然能写一篇小故事更好。这个故事可以极富想象力，并且越有想象力越好。让学生们讨论在拍照片前那里可能发生了什么，拍完后又可能发生了什么。

一旦学生掌握了所用到的词汇，他们还可以进行口头陈述。然后，其他学生或其他组的学生则需要复述刚才的故事。这有利于帮助学生评估他们的听力理解情况。

Using the Question-Response Exercises

这部分包含一个简短的问题，其后跟着一个同样简短的回答。有时则只是一段陈述，后面跟着一个简短的回答。这不是人们通常交流的方式。让学生给问题或陈述设定一个背景：谈话者可能在哪里？他们是谁？他们正在谈论什么？他们刚才在干什么？他们接着要干什么？他们之前说了些什么？他们接着又会说什么？

要求学生编一个短剧，然后由两个学生表演。之后，让班上的其他同学试着去概括上述对话的内容。实际上，你是在帮助他们评估自己的听力理解能力。

Using the Conversation Exercises

同样的技巧在这里也适用。实际上要更简单，因为有了更多的对话可以供学生作为分析的基础。这次让学生去听由他们的同学编的短剧，然后提出 wh- 型问题。让他们学习如何推测谁、什么、何时、何地、为什么以及怎么样。

Using the Talks Exercises

这部分有许多种短文：有些是关于天气的，有些是公共服务的公告，有些则是广告。要求学生拿出一段短文来进行改写。如果是篇天气预报，那么可以让学生将“阴天”改为“晴天”；让他们把电视的广告改写成汽车的广告。

然后，和其他活动一样，让其他学生提 wh- 型问题。看他们能不能难倒自己的同学。让学生把这些讨论变得更加富有挑战性。

Teaching Reading

同样，让学生提高阅读能力的最佳办法就是阅读、阅读、再阅读。在 TOEIC 考试中，就连语法活动也集中在阅读上。这需要学生理解整段陈述，而不是一个孤立的片段。这也是为什么阅读部分会有文章结构题的原因。

与听力一样，知道一个答案为什么错和知道一个答案为什么对是同样重要的。训练你的学生去使用这部分所阐述的策略，这会使他们成为更加高效的阅读者。

Using the Vocabulary Exercises

所有的学生都想认识词汇，并且是越多越好。要提醒学生：知道如何使用这些词汇也是非常重要的。与背单词表相比，他们通过阅读和在语境中学单词学到的会更多。

学生们能够并且也应该整理出自己的生词表。每当碰到一个陌生的单词时，他们都应当把它记在笔记本上。然后试着用它造个句子，或者能把它用在对话里就更好了。要求学生使用自己生词表中的词，编出自己的短剧。

如果学生坚持要背单词表，那就给他们列出在听力和阅读部分中出现的所有词汇。让学生使用这些单词，以便学习如何在文章中使用它们。

Using the Grammar Exercises

本书中所复习的语法知识涵盖了那些在 TOEIC 考试中最常出现的和最可能给学生带来最多问题的知识点。你可以通过让学生分析他们在模拟测试中所犯的错误，来帮助他们集中精力。

把模拟测试当作一种诊断手段。如果学生在考查介词的题目上犯过多次错，那么你应该建议他们集中精力解决涉及介词的题目。第二章和第三章前面的内容提纲能让你很容易就找到学生所需要的那类练习题（在 16 页和 125~126 页）。通过集中时间解决容易出错的题目，他们的学习就会更有效率，从而取得更好的效果。

Using the Reading Exercises

在阅读复习部分所强调的阅读策略不仅仅适用于 TOEIC 考试中的阅读，它们可以也应当被用到学生需要做的所有阅读中去。学生还可以使用其他阅读材料，比如英语新闻杂志或者报纸。要让学生不仅阅读文章，还要读广告、声明、订阅单和目录。实际上，要让学生浏览完整个杂志。在新闻杂志中出现的一切，包括图片和图表，都可能在 TOEIC 考试中碰到。

像复习听力时做的一样，让学生针对所看到的文章、图片、表格等提出 wh- 型问题。让他们尽力去难倒自己的同学。为了使课堂上的交流变得更活跃，可以让学生就自己刚才读到的内容做一个口头陈述。同样也让其他学生口头提出 wh- 型问题。

Teaching Is a Group Effort

本书汇集了许多教师和 TOEIC 考试管理者的想法和建议。这些教师和管理者都使用过我编写的材料，他们分散在日本、韩国、泰国、马来西亚、法国、瑞士、加拿大以及美国。随着 TOEIC 的不断拓展，我想听到其他国家教师的想法和建议。我从你那儿得到的帮助越多，那么在本书以后的改进版本中就会包含越多适合你实际教学需要的内容。你可以通过电子邮件跟我联系或写信至下面 Barron 公司的地址转交给我。期待你的来信。祝你好运并祝你教学愉快。

Lin Lougheed
TOEIC Editorial
c/o Barron's Educational Series
250 Wireless Blvd.
Hauppauge, NY 11788
USA

E-mail: books@lougheed.com

CONTENTS

1

Overview of the TOEIC iv
To the Teacher iv

INTRODUCTION

Questions and Answers Concerning the TOEIC 3
Study Plan for the TOEIC 5

2

LISTENING COMPREHENSION REVIEW

Overview—Parts 1, 2, 3, and 4 11
 TOEIC Sample Questions 11
Listening Comprehension Targets 16
 Analyzing Photographs 17
 Strategies for Analyzing Photographs 28
 Analyzing Answer Choices 29
 Strategies for Analyzing Answer Choices 59
 Analyzing Question Types 60
 Strategy for Analyzing Question Types 89
 Analyzing Language Functions 90
 Strategy for Analyzing Language Functions 100
Mini-Test for Listening Comprehension
 Parts 1, 2, 3, and 4 103
 Strategies to Improve Your Listening Comprehension Score 113

3

READING REVIEW

Overview—Parts 5, 6, and 7 117
 TOEIC Sample Questions 117
Reading Section Targets 125
 Analyzing Vocabulary 129
 Strategies for Analyzing Vocabulary 147
 Analyzing Grammar 147
 Strategies for Analyzing Grammar 270
Mini-Test for Reading Parts 5 and 6 273
Reading Comprehension Tips 277
 Types of Questions Found on the TOEIC 277
 Types of Information Sought on the TOEIC 277
 The PSRA Strategy 279
 Strategies for Reading Comprehension 281
Analyzing Reading Passages 282
Mini-Test for Reading Part 7 307
 Strategies to Improve Your Reading Score 321

4

TOEIC MODEL TESTS

Model Test 1	329
Model Test 2	369
Model Test 3	407
Model Test 4	447

5

**ANSWER KEYS FOR THE TOEIC REVIEW EXERCISES,
MINI-TESTS, AND MODEL TESTS; TEST SCORE CONVERSION
TABLE AND TEST SCORE TRACKING SHEET**

Answer Key for Listening Comprehension Review 485

Analyzing Photographs	485
Analyzing Answer Choices	485
Analyzing Question Types	485
Analyzing Language Functions	486

**Answer Key for Mini-Test for Listening Comprehension
Parts 1, 2, 3, and 4 486**

Answer Key for Reading Review 487

Analyzing Vocabulary	487
Analyzing Grammar	487

Answer Key for Mini-Test for Reading Parts 5 and 6 491

Analyzing Reading Passages	491
----------------------------	-----

Answer Key for Mini-Test for Reading Part 7 491

Answer Key for TOEIC Model Tests 492

Model Test 1	492
Model Test 2	493
Model Test 3	494
Model Test 4	495

Test Score Conversion Table 496

Test Score Tracking Sheet 497

6

**EXPLANATORY ANSWERS FOR THE TOEIC REVIEW
EXERCISES, MINI-TESTS, AND MODEL TESTS**

Explanatory Answers for Listening Comprehension Review 501

Analyzing Photographs	501
Analyzing Answer Choices	501
Analyzing Question Types	507
Analyzing Language Functions	512
Mini-Test for Listening Comprehension Parts 1, 2, 3, and 4	514

Explanatory Answers for Reading Review 518

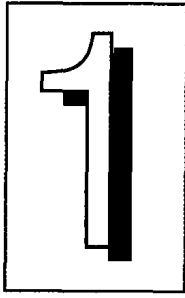
- Analyzing Vocabulary 518
- Analyzing Grammar 519
- Mini-Test for Reading Parts 5 and 6 532
- Analyzing Reading Passages 533
- Mini-Test for Reading Part 7 536

Explanatory Answers for TOEIC Model Tests 539

- Model Test 1 539
- Model Test 2 550
- Model Test 3 560
- Model Test 4 570

APPENDIX: Transcripts for Listening Comprehension Exercises, Mini-Test, and Model Tests 1–4**Transcripts for the Listening Comprehension Sections 583**

- Listening Comprehension Exercises 583
- Mini-Test for Listening Comprehension Parts 1, 2, 3, and 4 600
- Model Test 1 Listening Comprehension 605
- Model Test 2 Listening Comprehension 612
- Model Test 3 Listening Comprehension 620
- Model Test 4 Listening Comprehension 628



INTRODUCTION

WHAT TO LOOK FOR IN THIS CHAPTER

- Questions and Answers Concerning the TOEIC
- Study Plan for the TOEIC

Questions and Answers Concerning the TOEIC

每年有超过 450 万人参加 TOEIC 考试，而且这个数字还在不断增长。在欧洲、亚洲、北美洲、南美洲和中美洲都可以参加 TOEIC 考试。因为这个考试相对较新（与在 1963 年首次举行的 TOEFL 考试相比），许多考生对 TOEIC 考试还不是很熟悉。下面是关于 TOEIC 考试的一些经常问到的问题。你还可以通过登录 TOEIC 考试官方网站（<http://www.toEIC.com>）或我的个人网站（<http://www.lougheed.com>）来获取更多信息。

What Is the Purpose of the TOEIC?

自从 1979 年以来，TOEIC（Test of English for International Communication，国际交流英语测评）已经成为国际通用的评估英语语言能力的标准。TOEIC 考试由语言学家、语言专家和诚希国际集团（The Chauncey Group International Ltd.）的员工联合开发，旨在评估商业领域非英语母语人士的英语语言能力。

What Skills Are Tested on the TOEIC?

TOEIC 考试包括两部分：听力（100 道单项选择题）和阅读（100 道单项选择题）。听力部分要用到录音带。

TOEIC 考试中没有过于专业化的内容；考试涉及的词汇和内容对于日常生活中使用英语的人来说是很常见的。

Who Uses the TOEIC?

许多政府机构、跨国公司和国际组织用 TOEIC 考试来考查员工和应聘者的英语语言能力。TOEIC 成绩可以作为英语熟练程度的一项独立的指标。TOEIC 成绩还有助于确定员工处理工作事务的外语能力，有助于安排员工参加语言培训课程，有助于推动员工走上一些需要过硬语言能力的岗位。

语言培训课程可以利用 TOEIC 考试来建立语言培训的目标，并且评估学生的英语能力在各方面的进步。

Who Takes the TOEIC?

除了上述公司和组织的员工外，一些个人基于个人和职业发展的需要，也会考虑参加 TOEIC 考试，以证明自己的能力。

What Is the Format of the TOEIC?

TOEIC 考试包含两大部分：

Listening Comprehension

第一项：图片描述	10 道
第二项：问题与回答	30 道
第三项：简短对话	30 道
第四项：简短独白	30 道

Reading

第五项：完成句子	40 道
第六项：文章填空	12 道
第七项：交叉阅读理解	
• 一篇材料	28 道
• 两篇材料	20 道

一共有 200 道题目；完成考试所需的总时间（含管理任务所需时间）大约是两个半小时。听力部分占 45 分钟，阅读部分占 75 分钟。

Why Are TOEIC Questions so Tricky?

为了测试你的英语知识，TOEIC 考试的题目都是经过精心设计的。这些题目必须有相当的难度，才能达到区分出不同能力的应试者的目的。也就是说，那些难度大的题目就能够把英语能力更强的应试者和英语能力稍弱的应试者区分开来。为了测试你的语言能力，一道考题及其备选选项中可能会用到以下的一种或几种迷惑你的手段。

- 使用发音相同的词
- 使用同音异义词
- 使用相关词
- 故意删去必不可少的词
- 使用不必要的词
- 更改原来正确的语序

How Is the TOEIC Score Determined?

听力部分和阅读部分分别打分，且均在 5~495 分之间。这两部分得分加起来就是你的总分。根据你答对的题目数量计分，你的 TOEIC 分数会在 10~990 分之间。

What Do TOEIC Scores Mean?

TOEIC 考试没有所谓的最低通过线。每个机构可以根据自身的情况，设定一个自己的最低分数线。

How Are TOEIC Scores Obtained?

那些由公司、机构或组织出资参加考试的人将从相应的出资者那里得到成绩单，而以个人名义报名参加考试的人则直接拿到自己的成绩单。

How Long Are TOEIC Scores Kept?

TOEIC 考试的代理机构会将你的成绩单保存两年。

When and Where Can I Take the TOEIC?

TOEIC 考试在世界范围内提供服务，并且一经要求通常都能参加考试。考试的时间、日期以及考试地点将由你所在地的 TOEIC 考试代理机构决定。关于考试费用、考试日期及地点，请与当地 TOEIC 考试办公室联系，也可以直接与美国教育考试服务中心(ETS)联系。各地的 TOEIC 考试代理机构办公室都在美国教育考试服务中心的官方网站 www.ets.org 上列出来了。

How Can I Prepare for the TOEIC?

如果你打算参加 TOEIC 考试，那就努力在不同环境中尽可能多地使用英语。

最好的准备就是能使用一个课本与光盘相结合的复习材料，就像本书一样——一个专门为帮助你备考 TOEIC 而设计的方案。按本书的方案复习将会：

- 使你了解一定的应试技巧
- 使你熟悉考试的形式
- 提高你的总成绩

在下节的“TOEIC 考试学习计划”中还会为你提供其他的建议。

How Can I Get a Better Score on the TOEIC?

假设你已经为 TOEIC 考试做了充分准备，再结合以下建议，你就会取得最理想的成绩：

- 仔细阅读题目要求
- 做题要尽量快
- 不要在试题纸上做笔记
- 如果不是很确定，那就猜一个答案
- 只能选一个选项

在下节的“TOEIC 考试学习计划”中还会为你提供其他的建议。

Study Plan for the TOEIC

英语中有这样一句谚语：A man may lead a horse to the water, but he cannot make him drink.（牛不喝水强按头。）同样，本书可以引领你通过 TOEIC 考试，却无法代替你去动脑思考。学习是一种自发的行为，只有你自己才能让你为 TOEIC 考试做好充分的准备。

学习外语要遵从一些原则，以下的建议将帮助你渐渐掌握这些原则，同时提高你的英语水平。

Studying Before the Test

1. 有规律地学习。挑选每天的同一个时间做练习。如果不设定一套学习的日程，那你就永远不可能养成良好的学习习惯。要告诫自己晚上七点半不要看电视，因为那应该是你复习 TOEIC 考试的时间。如果某一天你的确错过了计划中的学习时间，那也不要太担心。你可以在这一天的晚些时候再补回来。但是不要每天在不同的时间学习，那样你绝不可能完成任何学习计划。
2. 每次只花一点时间。告诉自己每天早上要在火车上学习十分钟，或者在临睡前学习十分钟。在一小段时间里将一样东西学好，往往要比一次性花很长时间学习所有东西要有效得多。
3. 计算好你的时间。TOEIC 考试是一个计时考试，所以将你学习的时间记下来。让自己学习十分钟然后停下来。你必须合理有效地使用自己的时间，特别是要学会利用一些零碎的时间。
4. 制定一个学习计划。如果你用笔记下来，那样你会更有可能去完成它。
5. 尽量多听英语。提高听力能力的最好办法就是不断地听英语。在听英语的时候，问自己这些问题：

说话的人是谁？
他们在跟谁交谈？
他们在谈论什么？
他们在哪里交谈？
他们为什么要交谈？

当你提出这些问题的时候，就通过联系谈话背景的办法提高了理解英语的能力。

6. 尽可能多地进行阅读。其实提高阅读理解最好的也是最简单的办法就是阅读本身，应该没有人会对这个观点表示惊讶。集中阅读一下新闻周刊类的杂志。读一下目录、广告、公告和文章。请阅读任何你能找到的英文：求购广告、火车时刻表、宾馆登记表等等。同样，在阅读的同时要不断向自己提问。

学会应用 279~281 页所讨论的“PSRA”阅读策略。这个策略不但会在 TOEIC 考试中对你有所帮助，还会在你每次阅读其他任何材料，甚至母语材料时对你有所帮助。

7. 随身带上一个生词本。时时都要留意新词汇，要对生词保持执着的学习劲头！打开一个英文网站并开始阅读，任何英文网站都将十分有用，但若在 CNN、BBC 或其他很多类似的网站上，你能同时练习阅读和听力。在互联网上可以找到许多报纸、杂志和博客。对你所感兴趣的领域做个调查，你会为互联网上如此众多的网站而感到吃惊。

不要费劲去学习长长的单词表。背单词表远不如在上下文的语境中学单词对你的帮助大。请参阅 129 页“词汇分析”部分的建议。

如果你对长长的单词表情有独钟，那么在第二章的听力复习和第三章的阅读复习中就有。学习这些单词以及上下文中给出的例句。

8. 明确自己的目标。你为何要参加 TOEIC 考试？如果是为了在你所在公司谋得一个更好的职位，那么想象一下处于那个职位时情况会是怎样的。你需要拿到什么样的分数？然后向这个分数（或者更高的分数）奋斗！
9. 保持积极的态度。在奥林匹克竞赛开始前，很多运动员会闭上眼睛：想象自己以最快的速度滑下山坡、沿跑道奔跑或者以最快的速度向前游去，并第一个抵达终点。他们想象自己表现得最出色，得分最高，并获得胜利！这就是积极想法的力量。但这不是运动员的专利，你同样可以使用这个办法。

在参加 TOEIC 考试的时候，你必须保持积极的态度。每晚临睡前（这时候你的右脑最活跃），把下面这句话重复十遍：“我的英语理解力很强，我一定能 TOEIC 考试中夺得高分”。这种潜意识十分有效。如果你能使自己坚信你能成功，那么你就更容易成功。

10. 放松。不要对考试感到焦虑。在考试前一天晚上要好好休息。那天晚上不要学习，使自己放松并保持心情愉快。如果你静下心来，思维就会更敏捷。考前和考试时一定要放松自己，考完后更要放松。

Using Barron's *How to Prepare for the TOEIC® Test*

1. 熟悉 TOEIC 考试的题型和题目要求。仔细阅读 TOEIC 考试的各部分以及听力和阅读部分的介绍，其中的信息和建议有助于你取得更高的分数。
2. 进行模拟测试。利用相应的答案详解来帮助发现自己的薄弱环节。如果你在介词上面丢掉了比频率副词更多的分数，那么你就应该花更多时间研究介词。16 页和 125~126 页的问题列表可以帮助你更迅速地找到你最需要的练习题。
3. 有效地学习。如果时间有限，那就要将精力集中在你最需要学习的内容上面。如果时间不足，不要试图面面俱到。
4. 学习并使用各种策略。本书列出了许多策略，它们有助于你在考试中取得好成绩。策略是指用来处理问题的技巧。在这里，策略能帮你更好地理解口头英语和书面英语。
5. 研究任何潜在的问题。要清楚在听力部分和阅读部分中应该寻找什么。你还应该学会如何识别错误的选项。