



北京雅思

+

现代教育

IELTS

全面经受实战考验 众多高分学员合力推荐

雅思双核听力法

夏欣怡 编著

双核听力
强劲动力

让你的雅思成绩奔腾起来



北京语言大学出版社
BEIJING LANGUAGE AND CULTURE
UNIVERSITY PRESS

雅思双核听力法

夏欣怡 编著

北京雅思英语丛书策划委员会:

刘洪波 Jess Wong Ken Ng

Norman Ng Alvin Li Kirk Kenny Fred Li



北京语言大学出版社
BEIJING LANGUAGE AND CULTURE
UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

雅思双核听力法 / 夏欣怡编著. — 北京: 北京语言大学出版社, 2011. 5
ISBN 978-7-5619-3035-9

I. ①雅… II. ①夏… III. ①IELTS—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 (2011) 第 102727 号

书 名: 雅思双核听力法
责任印制: 陈 辉

出版发行: 北京语言大学出版社
社 址: 北京市海淀区学院路 15 号 邮政编码: 100083
网 址: www. blcup. com
电 话: 发行部 82303648/3591/3650
编辑部 82301019
读者服务部 82303653/3908
网上订购电话 82303668
客户服务信箱 service@ blcup. net
印 刷: 北京中科印刷有限公司
经 销: 全国新华书店

版 次: 2011 年 5 月第 1 版 2011 年 5 月第 1 次印刷
开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张: 9. 75
字 数: 212 千字
书 号: ISBN 978-7-5619-3035-9/H·11075
定 价: 32.00 元

凡有印装质量问题, 本社负责调换。电话: 82303590

学员心得

8分学员吴明逊

夏老师的方法和我这么多年做听力的方法真是不谋而合,只不过夏老师的方法更有研究、更有针对性,帮我提高了不少成绩,也帮我节省了不少时间。



进步学员刘倩

夏老师,很喜欢上你的课。上了你的课,才觉得听力有希望。

进步学员吴笑吟

就按夏老师的方法,不会有错的。夏老师的预测也可以帮助你很多哦。



进步学员曹聪

从一个专业学生的观点来看,夏老师的方法为所有雅思考生,不管你是不是英语专业出身,也不管你是不是多年旅居国外归来的华人,提供了一条保证听力考试答题效率和正确率的通用、可行的绝佳途径。这个方法不会因为你基础差而不灵,也不会因为您是高人就对您无用。学会了这个方法,就是我这次基本完全裸考还能考到7.5的原因。没有看机经,光靠夏老师教的方法就足够了。

8.5分学员李宇锋

夏老师,我是去年十月五道口周末班的学生,今天雅思成绩出来了,我特意来感谢你! 听力8.5分,谢谢夏老师教会的方法!



进步学员杨婷

个人感觉还是高尔夫定位法、语气定位法最有效了。大家记得听第一节课的时候有多懵吗? 夏老师说到第四节课一定会找到感觉,果然……



进步学员李樱

上完夏老师的听力课后,感触最深的就是老师教学很注重细节,会发掘出其他老师不容易注意到的技巧和方法。可正是这些细节才能决定最终考试的成败。



8.5分学员胡天牧

夏老师的高尔夫定位法太神奇了!

8分学员李霖

在这里特别鸣谢一下夏老师的虾米论坛和很多很多牛人的帖子,我从中受益匪浅。前面还有很长的路,还要继续加油!



进步学员符婧

刚开始练习定项听写法的时候会感觉特别困难,尤其是像我这种语法不好、词汇量又少的人,所以特别不容易坚持。而坚持了一段时间后,我的听力和阅读水平都随之有了很大的提高。极限跟读法很好玩。记得上课的时候老师给我们做的实验吧?当时我就觉得:“哇,真的有效果,太神了!”现在,不管是练听力还是看美剧,偶尔都要跟读一下,这样真的就不觉得特别快、特别难懂了。老外、英语……哼,不过如此嘛!



高尔夫定位法的神奇之处我就不多说了。真的很感谢夏老师为我们这些烤鸭们总结了这么多好方法。因为每个人的情况不同,适合自己的方法肯定也不一样,但是每个人在夏老师这里都能找到合适的学习方法。面面俱到,多不容易啊!谢谢你。老师,不管是教学、生活还是平时在虾米论坛上给我们留言,都让我觉得你是一个特别用心的人,你对我们都特别关心,好感动。~老师,上帝会眷顾有爱的人,谢谢你哦。~祝你幸福。)

进步学员郝思思

夏老师,近段时间我都在努力复习中,已经做完了剑4。每次都用高尔夫定位法,做完后再用三色听读法标注和极限跟读法跟读。感觉听得越来越顺了,对场景的熟悉度和考点的敏感度明显提高。



进步学员周欣媛

老师,我从前几天开始复习,已经做了两套题。听力第一套大概是5分;按照您的方法做,第二套就达到了5.5分的水平!比第一套多对了4-5个题!



北 京

刘洪波: 北京雅思学校校长

澳大利亚悉尼大学硕士。曾任职于新加坡跨国公司，并任教于北京多个知名英语培训机构，培养出大批新托福、雅思、四六级、考研英语名师。在全国高校巡回演讲数百场，听过其讲座和课程的学员数不胜数。出版雅思、留学等专著数十部。学员点评其授课风格为：行云流水，旁征博引，激情四射，励志人生。2009年在京当选为建国60年推动中国教育培训发展功勋人物。

香 港

Jess Wong: 雅思培训专家

香港大学英语系荣誉学士、香港中文大学翻译系荣誉硕士，曾任培生语言考试部总经理（香港、澳门及台湾地区）；曾于亚洲最大的国际学校协会——英基国际学校协会（ESF）担任事务经理，专门负责推广英语课程，对国际英语学习趋势了若指掌。

Ken Ng: 国际知名英语顾问

毕业于加拿大高等学府，国际知名英语权威，牛津大学出版社及前朗文出版社英语书作者。Ken Ng经常接受国内外媒体访问，分享英语教育的成功经验与心得，包括：TVB、ATV、有线电视、《东方日报》、《文汇报》、日本TOKYO TV、美联社及美国CNN等。

Norman Ng: 香港“国际英语第一人”

现代教育国际英语课程总监，是香港英式教育的精英，曾在英国任职于顶级跨国公司，之后在美国攻读硕士课程并考取注册会计师专业资格，对英语有深刻的掌握。他精研华人学习英语的方法，获得英语教学证书，专注于教授雅思及托福，并编著备考辅导书，成绩斐然，曾被各电台、电视台及报刊访问。Norman严谨而不严肃，灵巧而不取巧，深谙试题趋势及陷阱，其学员人数连年居全港之冠，被誉为香港“国际英语第一人”。

Alvin Li: 知名英语教科书作者

香港大学法律系荣誉学士及英语教育硕士，是全球首位获Discovery Channel邀请合著英语教科书的华人，同时也是最年轻的Macmillan畅销英文教科书作者。Alvin于香港教师语文及基准测试（LPAT）英文科中高分达标，多份试卷考取满分，获香港教育局颁发优异嘉许状，并于国际英语水平测试（IELTS）的多份考卷中夺得9分的满分，被冠以9分导师的雅号。Alvin也曾接受香港商业电台、有线电视、《香港经济日报》及The Standard访问其教学及应试心得。

Kirk Kenny: 现代教育首席培训师

加拿大人，曾任加拿大国家广播电台中国专栏作家。曾在CCTV-9教外国人学中文的热播节目中做演员。其著作《笑死我的英文书》(Laugh Me Die)、《雅思口语真经》等连年高居畅销书榜。Kirk是享誉中国内地及香港的英语名师，是专业的雅思、托福及托业教师和畅销书作家。同时Kirk身为国家汉办的培训师，专门教授外国人学中文，并对跨国文化有着精深的认识。

Fred Li: 英语听力专家

香港雅思听力专家，香港和加拿大两地长大，深受中西文化熏陶，思维敏捷，有先进的教学理念及生动的教学方法，多年丰富的国内外教学经历，深入了解各地华人学习英语的障碍，对雅思听力考试有精深的研究。

前言

双核电脑已经淘汰了单核电脑,我们的雅思听力策略也需要更新换代了。一个核是能力,另一个核是技巧。从能力去提高,从技巧去突破,这就是双核听力法。

本书写给所有想提高雅思听力成绩的考生。

很多考生有这样的困惑:我备考雅思非常认真,剑桥四到剑桥七做了好几遍,为什么正确率没有本质的提高呢?

答案是:很多考生是做了很多题,但是没有在做题的过程中总结自己的问题,进行有针对性的改进,所以不论做了多少题目,自己的根本性问题还是没有解决,分数自然难以提高。

因此,我们要想提高雅思听力成绩,第一步必须认清自己存在的问题。

下面是以笔者英文名字命名的 Selina 进度表。它总结了雅思听力丢分的所有可能性,明确地体现了所有牵绊雅思听力成绩的原因。

Selina 进度表		
错误溯源		
1	生词	① 纯生 ¹
		② 音生 ²
		③ 拼生 ³
2	速度不够	① 读
		② 听
		③ 写
3	审题错误,漏题	
4	数字/字母听错	
5	单复数混淆	
6	大小写混淆	

绝大部分考生会发现,上述每一项问题自己都存在。那么,如果你追求完美,就逐项去攻克;如果你需要在有限的时间内提高成绩,不如去集中精力攻克你最严重的那两三个问题。

1 纯生:完全不认识的生词。

2 音生:认识但对读音不熟悉的单词。

3 拼生:认识但对拼写不熟悉的单词。

明白了问题的原因,下一步就要探寻问题的解决方案。本书所提供的提分策略,整体来说可以分为两类。第一类是能力提高法,在本书的 Part I 讲解;第二类是技巧突破术,在本书的 Part II 讲解。实际上,要想在任何一门考试中取得好成绩,都需要在能力和技巧两个方面做文章。就像电脑的 CPU,有单核的,有双核的,单核的很难比双核的表现得好。在雅思听力考试中,能力和技巧就像电脑 CPU 的两个核。即使有高超的听力水平,如果没有应试技巧的帮助,也往往难以得到 7 分以上的分数,何况绝大多数考生很难达到这样的高超水平。相反,如果只有技巧,找到了答案位置,却听不出或者写不对考点词汇,一样难以取得高分。而如果一位考生听力水平不错(并非超高),同时又掌握了解题技巧,往往能考出惊人的高分。笔者的学生当中就有很多取得了 8 分甚至 8.5 分的成绩。他们并不一定是大牛,但基本能力有了,技巧用对了,成绩就能非常出色。

因此,建议考生用两三个月的时间准备雅思听力考试,在能力和技巧两方面同时突破,这样往往能取得高分。

不过,如果你的时间非常有限,比如一两周后就要参加考试,而之前没有认真备考,那么笔者建议你做“单核电脑”。单核电脑虽然一般来说没有双核的快,但是高级的单核电脑也能用得挺顺手。所以,如果时间非常紧迫,临时再去提高能力已经不太可能了,我们就要单独从技巧上突破。试想,如果现在你的水平是 6 分,能否在考试中发挥出 7.5 分的成绩呢?这是完全有可能的。技巧突破的魅力就在这里了。笔者曾经有一位 VIP 学员,再过 3 天就考试了,非常着急,就上了一节技巧课,马上领悟了做题的要领。她前一次考试听力是 5 分,而课程结束后的那场考试听力单项考出了 8 分的成绩。

这就是双核听力法:找到你的问题,从能力去提高,从技巧去突破,取得高分。如果不得不单核运行,那么技巧强攻也能让你的成绩有明显的提高。

本书分为三部分,第一部分介绍能力训练的方法,第二部分点播解题技巧,第三部分是练习和精讲。使用本书时,请读者先阅读 Part I 和 Part II,学会方法和技巧,再统一做 Part III 的练习。做 Part III 练习时,要先按照 Part II 讲解的技巧进行解题,再用 Part I 介绍的方法进行练习。

目 录

Part I 能力提升篇——三维训练法

Chapter 1 定项听写	2
Chapter 2 三色听读	5
Chapter 3 极限跟读	8
小结	9

Part II 技巧加强篇——坐标定位法

Chapter 1 视觉定位	12
技巧揭秘	12
分解训练	21
Chapter 2 听觉定位	29
Lesson 1 转折 技巧揭秘	30
分解训练	32
Lesson 2 并列 技巧揭秘	42
分解训练	44
Lesson 3 重复 技巧揭秘	51
分解训练	53
Lesson 4 强调 技巧揭秘	57
分解训练	59
Lesson 5 否定 技巧揭秘	64
分解训练	69
Lesson 6 语气 技巧揭秘	73
分解训练	75

Part III 双核练习

Chapter 1 IELTS Listening Section 1	81
Chapter 2 IELTS Listening Section 2	98
Chapter 3 IELTS Listening Section 3	115
Chapter 4 IELTS Listening Section 4	133

Part I 能力提升篇——三维训练法

为了提高听力能力,很多考生尝试过各种听力练习法,例如:听抄、听力笔记摘要、跟读,但是往往收效甚微,甚至半途而废。如果一种练习做了很久却没感觉到什么进步,那么这一定不是你的问题,而是练习方法的问题。以往的各种听力练习的最大缺陷就是缺少针对性,不能直接和雅思听力的考点以及所考查的能力挂钩。

而本书中的三维训练法却具有明确的针对性,直接和雅思听力考试联系起来,对提高雅思听力能力有四两拨千斤的效果。很多同学给笔者反馈,表示用三维训练法练习三天,就有明显的感觉;坚持练习几周,听力水平就有了质的飞跃。

所谓三维训练法,是指拿来一篇听力材料,通过“定项听写→三色听读→极限跟读”三个步骤依次进行练习。每个步骤都直接解决某些雅思听力容易丢分的问题(这些问题都总结在 Selina 进度表中了)。综合使用它们,就可以通过提高能力解决所有可能的失分问题。接下来,就让我们来看看这三个维度的练习各自如何进行,以及能达到怎样的效果。

Chapter 1 定项听写

如果有一种练习方法,可以练且只练雅思听力的考点,那么当然是最有针对性的。这种练习方法就是定项听写法(Targeted Dictation)。

随机翻开一套剑桥雅思听力的答案,或者看看雅思听力机经,大家就会发现雅思听力的考点词是哪些了。听力填空考点几乎都是名词、形容词、数词。(动词、副词很少出现,一次考试在 40 个题目中一般不超过一个。)选择题答案的关键词也是这三种词性。甚至重要的定位词还是这些词性。所以,要做好雅思听力,关键是要对这三种词性的词有良好的把握。

因此,定项听写也就是用雅思听力材料来听写出材料中的名词、形容词、数词。其中,名词包括给出拼写的专有名词。比如音频中提到“Y-E-N-T-O-B, Yentob”,这样的信息要作为名词写出,因为它们往往是考点。拼写时注意名词的单复数要和音频中一致。数词包括数字的单位(例如 50 pounds, 要写出英镑单位或者符号),数字的限定词(例如 more than 12 中的 more than),因为这些都是雅思听力中的算分点。同时,时间的表达方式(如时刻、上/下午、星期、月份、年代等)也需要在定项听写时写出。

了解了定项听写的方法,我们试验一下这种练习的作用。请使用第 59 页 Exercise 1 中的材料进行定项听写。回顾一下上面提到的定项听写的要求,尽量写全(如有重复可以不写)。

good	afternoon	total	holiday	travel	interested	coast
several	tours	particular	sound	dolphins	watching	experience
popular	lovely	little	village	nice	beaches	right
long	1	day	trip	2	hours'	time
each	way	longer	coach	minibus	small	personal
load	people	fact	up to	12	10	11
year	peak	summer	every	weekend	moment	month
most	next	one	3	weeks'	April	8th
best	choice	another	July	25th	sighting	many
things	hotel	great	facilities	Skydome	Ski	main
beach						

上表中是大家在定项听写时应该记下的内容,请用它来核对一下自己的听写笔记。在核实时,请标记出你漏写和写错的单词。如果漏写,可能有两种原因:一是辨音能力不足,二是书写速

度不够。第二种原因我们在后面解释。大多数漏写的词是由于第一种原因。那么,这样的词一定要多听正确发音,自己再反复读几遍,这实际上也就是解决对考点词汇“纯生”和“音生”问题的过程(这些术语的解释见前言)。如果是没有写对,也可能有两种原因:一是单词拼写错误,二是单复数问题。对拼写出问题的词要反复记忆拼写,考试中不要再因为同样的问题出错;对单复数出错的地方要反复听,提高单复数的辨音能力。这样,可以解决考点词汇的“拼生”问题和单复数错误。

考生们可能会发现,有相当数量的单词是漏写和写错的。只要解决了这些问题,成绩就会有显著的提高!大家可以看上述这篇材料对应的题点答案: 1. Dolphin Watch; 2. minibus; 3. 12; 4. April 8th; 5. Skydome。这些考点全部在我们的定项听写中了。那么,这篇定项听写我们需要写出的一共有 71 个词,除了上面几个词是本篇材料的题点答案,其他记下来的词浪费了吗? 完全没有。

good	afternoon	total	holiday	travel	interested	coast
several	tours	particular	sound	dolphins	watching	experience
popular	lovely	little	village	nice	beaches	right
long	1	day	trip	2	hours'	time
each	way	longer	coach	minibus	small	personal
load	people	fact	up to	12	10	11
year	peak	summer	every	weekend	moment	month
most	next	one	3	weeks'	April	8th
best	choice	another	July	25th	sighting	many
things	hotel	great	facilities	Skydome	Ski	main
beach						

上表中还是刚才那 71 个词,这次笔者把曾经在雅思听力中作为填空题考点出现过的词用彩色做了标记。可以发现,在这 71 个词中,只有 10 个在过去的考试中没有直接作为拼写考点出现过。它们虽然不曾作为拼写考点,但也都在以往的雅思听力考试中反复出现,甚至作为选择题答案。

因为雅思考试是一项非常成熟的考试,所以其考点有极强的稳定性。以前考查过的词汇,以后再考的可能性非常大;而以前没有考查过的词汇,成为新考点的几率非常小。在每次雅思考试中,一般至少有 80% 的考点词汇在以往的考试中出现过,有时甚至会 100% 的旧考点。在雅思听力中考查过拼写的单词一共只有一千多个,而通过这样一篇定项听写我们就已经找到几十个了。如果用合适的材料进行一定量的定项听写,那么就可以提前练会几乎所有的雅思听力考

点。基于对以往题目的反复研究,笔者编写的 Part III 练习题与真题的出题方式和考点词汇非常吻合。用这些材料来进行定项听写,考生可以提高对核心考点词汇的敏感度和拼写准确性。

另外,定项听写还有一些附加作用。很多考生书写速度跟不上,所以在填空时写不全。书写速度也是我们在前言中提到的影响雅思听力的一个重要问题。如果你参加过雅思考试,或者尝试过模拟考试,就会发现,书写速度是个很大的牵绊。书写速度的不足很大程度上是因为你对词汇的拼写比较陌生,需要思考一下再拼写,于是就慢了半拍。定项听写可以强制你在短时间内拼写出单词,提高词汇拼写速度。另外,读者也可以在这个练习中尝试使用简写来记录单词,考试中也用相同的简写方法做笔记,从而进一步提高书写速度。

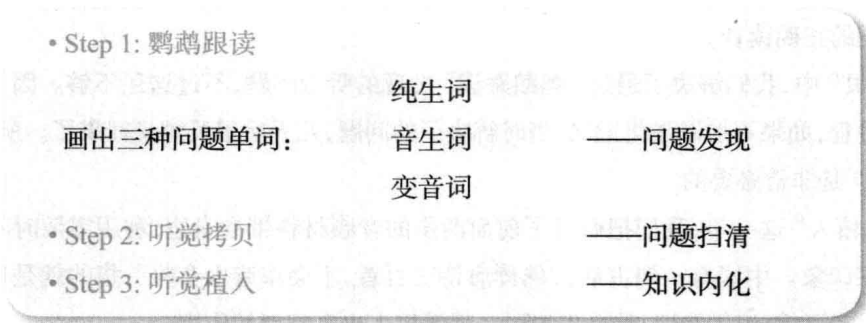
还有一些同学发现在定项听写时,为了抓住所需词性的单词,常常忘记理解文章的意思。如果有这种现象就更要练习定项听写了,因为考试的时候也需要一边寻找答案信息,一边理解文章意思。这两方面的协调是雅思听力必备的能力,定项听写可以帮我们提高这一能力。

Chapter 2 三色听读

我们在做雅思听力时为什么会听不懂,或者跟不上呢?实际上,听不懂是由于前言所提到的“纯生”词和“音生”词的存在而造成的。对一个单词不认识,或者没有听觉印象,自然听不懂。然而,一个更严峻的问题是跟不上——一个句子里虽然每个词的意思都知道,但是把它们组合成句,放在上下文中,却无法理解。这个问题也在前言中提到过,是由于我们对单词在听觉上不够熟悉,听到后需要在大脑中翻译,产生了不必要的记忆碎片,所以影响整体理解。

那么是否有一种简单可行的办法,能够解决听不懂、跟不上的问题呢?答案是:有的,那就是三色听读法。笔者通过分析众多学生的问题,总结出了这种听觉训练法,并且在教学中反复验证了此方法的可行性和高效性。

简单来说,该方法就是让考生通过听力练习找出自己的三种听力问题,然后一一攻克的方法。该方法的简要步骤图如下:



在进行三色听读练习时,我们需要选择一篇做过了题,完成了定项听写的雅思听力材料,打开文本,并且准备绿、红、黄三种颜色的荧光笔。

现在,我们开始做“鹦鹉跟读”,它的作用在于让我们发现自己听不懂或跟不上的问题根源。这时,我们需要逐句播放音频,每播放一句就跟读一句,然后再看一下这句话的听力文本,找到自己的跟读与听力文本的差异。这种差异的出现有三种可能的原因。一是听不出来,看见也不认识的词,如“caravan”、“foyer”、“grill”等。这类完全不会的词为“纯生词”,我们可以用绿色标出。因为绿色是代表生命和希望的颜色,找到了一个纯生词就意味着可以多学到一个词,你的词汇表中会增加一个“生命”。二是听不出来,看到却认识的词。如“survey”、“mature”、“notice board”等。这类缺少听觉印象的词为“音生词”。这类词汇是对大多数考生影响最大的问题。试想,如果听力考试不是播放录音,而是让我们阅读文本,大家是不是基本都能得9分?所以听力考试的难点就在听音上。中国学生往往习惯依赖视觉学习,而忽视听觉学习。很多单词看见了都认识,听起来却觉得是生词,这是影响我们听明白材料最严峻的问题。这类问题必须发现一个,注意一个,解决一个,所以用最醒目的红色标出。三是“变音词”。这指明很熟悉发音,却没有听出来的词。

这种问题有可能是连读、弱读或口音造成的。比如“phone us”、“poor areas”等。这种问题相对比较高级,所以用表示高贵的黄色标出。正是纯生词、音生词和变音词这三类问题词汇影响了我们的听力理解。通过“鹦鹉跟读”,我们用三种颜色分别标出了制约自己听力的这三种问题词汇。

这样用不同的颜色标注问题词汇有两方面的作用。一方面,不同的颜色可以帮助我们迅速地把问题标识、分类。另一方面,心理学家指出,颜色可以辅助大脑进行记忆。我们用彩色标出的问题词汇更容易被记住。

“鹦鹉跟读”能帮助我们找到问题并将其分类。不过,仅仅找到问题是不够的,找出来的问题如果不解决永远都是问题。所以我们需要第二步,“听觉拷贝”。

在“听觉拷贝”这一步,我们在不看文本的情况下重新逐句跟读音频,尽量做到和原音在发音、语速、语气上都一模一样。这步练习有两个作用。第一,我们可以通过“听觉拷贝”确定在“鹦鹉跟读”中发现的问题是否已经解决。因为如果能够顺利地进行“听觉拷贝”,就证明我们对材料中的词汇都熟悉了。如果有某个句子跟读不出,那么就证明仍有词汇问题没有解决,需要进一步加深印象。第二,“听觉拷贝”不仅是对我们听力的练习,也是对我们口语的提高。在听力中,我们听不懂,很多时候是因为我们对一个单词的发音印象是错误的。在口语中,我们的表达让他人有理解障碍,也往往是因为单词的错误读音造成的。因此,在这一步中,我们要确定文中出现的每一个单词的正确读音。

“听觉拷贝”中,我们解决了通过“鹦鹉跟读”发现的听力问题,不过这还不够。因为遗忘是正常的生理过程,如果不加以强化记忆,当时解决了的问题,几天后很可能又回来了。所以,第三步“听觉植入”是非常必要的。

在“听觉植入”这一步,我们把做过了前面两步的音频材料带在身边,利用零散时间反复去听、去说,加深印象。中国有一句古话,“熟读唐诗三百首,不会作诗也会吟”,指的就是通过反复加深听觉印象和语感,记住知识,并运用知识。听觉植入也有相似的作用。

这样,通过以上三步,我们就可以使用三色听读法,发现问题,扫清问题,并且把曾经的问题转换成知识。

实际上,这样的三色听读法不仅可以提高我们的听力水平,更能帮助我们全方位地提高英语能力。通过三色听读法学会的知识,可以运用在各个方面。例如,在雅思听力练习材料中,往往用“a couple of”这个说法来表示“两个”的意思,通过三色听读法,学会了这个表达方式,我们在口语考试时就可以自然地用上它。比如,描述一个过去发生的故事,你可能会想说“two years ago”,但是做过了很多雅思文章的三色听读,“a couple of”这个表达方式就会根植在你的大脑里。于是,你会用“a couple of years ago”来给你的故事开头。这个表达方式虽然一点也不难,但是非常地道,为你的口语增色不少。同样,我们也可以把在三色听读中学到的“foster competition”、“in harmony”、“the primary reason”等表达方式运用到写作中。做过雅思听力材料的三色听读后,在阅读中如果遇到“humid”、“Antarctica”、“carbon dioxide”等,也会感觉胸有成竹了。

三色听读之所以高效,一个重要原因是它符合自然的语言学习规律。我们可以看看身边两三岁的幼儿,他们学习母语,也就是中文的时候,是自己捧着书看,从书本上学到表达用语,背下

来,再使用它的吗?当然不是。幼儿的语言几乎全部是通过听觉习得的。他们听到身边的人的对话,从中注意到一些表达用语,自己也就自然而然地学着说了。听觉学习才是科学的语言学习思路。研究表明,30%的人是视觉学习者,也就是更善于从阅读中学习,而70%的人是听觉学习者,从听觉中能更高效地学习知识。所以,你很可能也是一位听觉学习者,只是长期的传统教育模式让你遵从了视觉学习。那么,现在,学会了三色听读法,尝试用自然的方式,通过听觉去学习语言吧。

三色听读这种训练法的本意是解决考生的听力障碍,提高考生的语音整体辨识能力。它对听说读写中其他三科的作用超出了笔者设计这种训练法的初衷,可以算是一些附加效果。这些附加效果对整体英语水平的提升和雅思总分的提升作用,超出了笔者自己的预期。很多学生练习过三色听读后,没怎么再单独学习其他科目,却发现阅读莫名其妙地提高了0.5分,口语不知为什么就涨了1分。听说并进,读写互通,语言学习中的任何一项都不是孤立的。通过三色听读,从听力入手实现全面提高,不失为一条捷径。

Chapter 3 极限跟读

很多同学反映雅思听力的语速太快,听起来“…& ¥##%& ×&…%”地一下就过去了。解决听力跟不上语速这个问题最直接的方法就是极限跟读法了。实际上操作起来非常简单,你觉得它已经很快了,听起来跟不上,那你就尝试一种挑战自己极限的方式,那就是跟着说。要求看着文本,跟着音频大声说,不间断,不提前,不推迟太久,和音频基本同步或略微延迟1秒以内。由于极限跟读是三维训练法的最后一步,前面我们已经做过定项听写和三色听读,对文章有了一定的熟悉程度,所以集中注意力一般能够跟上音频的节奏。即使速度快到自己不能理解所读材料的意思了,也千万不要停下来,保持跟读直到音频结束。

尝试一下这个练习,你就会发现,再重新播放这篇文章的时候,感觉语速变慢了,语音变清晰了。马上再去听其他材料,感觉似乎也慢了些,清楚了些。坚持一段时间的极限跟读后,会逐渐跟上雅思听力的语速,不再感觉音频语速飞快难懂。

极限跟读是笔者在大学读英语专业的时候非常敬佩的一位语言学教授教给我们的一个方法。当时在课堂上尝试过后,同学们都感觉太神奇了。我们问他:“为什么会有这样的效果啊?”他笑而不答。也许这个练习的原理只有他知道,不过这个练习的效果练了的人都知道。

小结

定项听写、三色听读、极限跟读,依次用这三个方法练习同一篇听力材料,这就是三维训练法。给大家总结一下这三种方法在形式和作用上的特点:

	练习形式	练习作用点
定项听写	写	针对考点训练
三色听读	跟读 - 有暂停	提高整体辨音能力
极限跟读	跟读 - 无暂停	提高语速接受能力

这三种方法既可以独立使用,更可以相辅相成、相互作用。这样的三维训练能帮助考生有效地提高雅思听力水平,为取得高分提供能力方面的保障。

Selina 进度表			
	错误溯源	三维训练	
1	生词	① 纯生	定项听写、三色听读
		② 音生	定项听写、三色听读、极限跟读
		③ 拼生	定项听写
2	速度不够	① 读	
		② 听	三色听读、极限跟读
		③ 写	定项听写
3	审题错误,漏题		定项听写
4	数字 / 字母听错		定项听写
5	单复数混淆		定项听写、三色听读
6	大小写混淆		定项听写

回顾 Selina 进度表,我们会发现,三维训练法几乎可以把制约你雅思听力成绩的所有问题一一击破。

所以,从能力上提升是硬道理。这就像金庸小说里的侠客,如果获得了深厚的内力,即使没有任何招数,别人也很难将其打败。就像张无忌,无意间修得九阳真经,在学武当拳和少林龙抓手之前就凭借一身功夫闯荡江湖,坐上明教教主的宝座了。而双核听力法中能力之核的作用就是提升考生的听力内功,使之在考场上战而不败。

三维训练法是提高雅思听力能力的高效途径,而选取合适的练习材料,能让这样的训练方法发挥出最佳的效果。本书 Part III 的内容全部改编自真题,而且尽量选取了雅思听力涉及的高频场景以及常考表达方式,所以是进行三维训练最理想的练习材料。