



冲击波系列

丛书主编
上海外国语大学 张艳莉

英语专业八级 听力填空攻略

*Tackle Note-taking and
Gap-filling of TEM-8*

张艳莉 主编



新大纲



大连理工大学出版社
Dalian University of Technology Press

冲击波系列



英语专业八级 听力填空攻略

Tackle Note taking and
Gap-filling of TEM-8

主审
主编

邹申
藏艳莉

编者 王海洋 仇茵晴 周佳颖

大连理工大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

英语专业八级听力填空攻略 / 张艳莉主编. —大连:大连理工大学出版社, 2007.10

(冲击波系列)

ISBN 978-7-5611-3788-8

I. 英… II. 张… III. 英语—听说教学—高等学校—水平考试—自学参考资料 IV. H319.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 157656 号

大连理工大学出版社出版

地址:大连市软件园路 80 号 邮政编码:116023

发行:0411-84708842 邮购:0411-84703636 传真:0411-84701466

E-mail: dutp@dutp.cn URL: <http://www.dutp.cn>

大连理工印刷有限公司印刷 大连理工大学出版社发行

幅面尺寸:140mm×203mm

印张:7.25

字数:276 千字

附件:MP3 光盘 1 张

印数:1~6000

2007 年 10 月第 1 版

2007 年 10 月第 1 次印刷

责任编辑:高 颖

责任校对:刘 皎

封面设计:孙宝福

ISBN 978-7-5611-3788-8

定 价:22.00 元

前

言

Foreword

全国高等院校英语专业八级考试,即 TEM8 (Test for English Majors Band 8),是由高等院校外语专业指导委员会主持实施的全国性考试,每年一次,于每年三月份第一周的周六举行(具体日期每年略有不同),考试对象为高校英语专业四年级学生。目的是检查各高校执行英语专业高年级教学大纲的情况。考试合格者可获得由国家教育部颁发的证书,根据考试成绩,证书分通过和优秀两个等级。不通过者可获得最多一次补考机会。

随着近年来考试人数的快速增加,考试的影响力越来越大,能够获得考试通过证书成了衡量学生英语综合水平的一个重要指标。

该考试以 2004 年出版的《高校英语专业八级考试大纲》为命题依据,共有六个部分:听力理解、阅读、人文知识、改错、翻译、写作。整个考试需时 185 分钟。试卷各部分采用记权方式,折算成百分制。以 60 分为及格标准。

听讲座填空是八级考试听力理解中的第一部分,共十道题,每题一分,占 10%。该项目也是整个考试的第一部分,因此做好这一项目对完成整个考试都意义重大。然而这一部分作为主观题,测试了听力、理解、概括、总结及拼写等能力,对考生的语言等综合能力的要求较高,历年来这一部分的得分都较低。因此为了更好地帮助考生准备考试,我们按照教育部批准实施的《高等学校英语专业英语教学大纲》(2000 版)、《高校英语专业八级考试大纲》(2004 版)的精神和要求,有针对性地编写了《英语专业八级听力填空攻略》专项训练,书中的讲座内容选材新颖,题材广泛,讲解细致到位。参加编写的老师对英语专业教学大

纲和考试大纲有深入的研究,有多年来参加英语专业四、八级考试阅卷工作及英语专业教学的丰富经验。

《英语专业八级听力填空攻略》一书分为两大部分,第一部分为讲座,为该项目的详细介绍,并对历年考试真题的考点进行分析和总结,提出应对方法;第二部分则为实践环节,为精心选择的37篇讲座,并提供了各种笔记形式作为参考,以使考生获取解题思路,同时附有详细的解题分析和答案供考生参考。录音严格按照考试的要求和速度,并穿插了一些历年真题,以增加考生的实战经验。我们希望考生在使用该书时严格按照考试的要求,边听边记笔记,然后再进行填空练习,最后通过参照答案和笔记,使自己的各项能力逐步得到训练。

语言能力的提高不是一朝一夕能够突飞猛进的,我们希望考生通过使用本书,通过我们的讲解获得解题的思路,通过大量的技能操练,稳步提高语言实际运用能力。

本书是专为英语专业准备参加八级考试的学生所编,但也可供成人教育及高等教育自学考试英语专业本科以及其他具有相当水平的学生使用。

由于时间仓促,加上水平有限,书中难免还有一些问题错误,敬请读者批评指正。

张艳莉

2007年10月

Contents

记笔记填空备考策略技巧	1
Practice 1	20
Practice 2	25
Practice 3	30
Practice 4	36
Practice 5	42
Practice 6	47
Practice 7	52
Practice 8	57
Practice 9	63
Practice 10	68
Practice 11	75
Practice 12	81
Practice 13	87
Practice 14	93
Practice 15	99
Practice 16	104
Practice 17	109
Practice 18	114
Practice 19	120
Practice 20	126

Practice 21	132
Practice 22	137
Practice 23	142
Practice 24	147
Practice 25	153
Practice 26	159
Practice 27	165
Practice 28	170
Practice 29	176
Practice 30	182
Practice 31	187
Practice 32	193
Practice 33	198
Practice 34	204
Practice 35	210
Practice 36	215
Practice 37	220

记笔记填空备考策略技巧

I. 选材特点

专八听力的第一部分是小型讲座加填空题(Mini-lecture and Gap-filling)。要求考生先听一篇 900 个单词左右的讲座,讲座约六分钟,边听边做笔记,然后以自己记录的笔记内容为基础用十分钟时间完成一项 10 个空格的填空任务。

讲座的内容涉及范围颇广,有社会、历史、文化、科技、教育、政治、经济、工业、农业、建筑、医学、旅游、风土人情等各方面。讲座一般学术性较强,使用的语言比较规范,经常会出现一些专业名词和术语。讲座的整体结构层次分明,逻辑性强,信息词连接词出现频繁,掌握了讲座逻辑思路的展开步骤有助于听者预测填空内容,提高做题的正确率。

下面介绍 1997 年至 2007 年英语专业八级听力考试中讲座的选材特点。

- 1997 年考的是一篇关于信用卡的讲座。讲座阐述了信用卡发行的目的,两种不同形式的信用卡,以及使用信用卡的利弊,对信用卡这一商业发展的产物作了很好的总结。
- 1998 年的这篇讲座先给标准发音(Received Pronunciation)下了定义,RP 指的是居住在伦敦周边地区的上层人物所特有的英语口语。讲座然后对 RP 产生的历史背景,三个主要特点和现在的地位进行了探究。
- 1999 年的讲座主题是公司对体育比赛的赞助,揭示了公司愿意赞助体育比赛的真正原因。公司赞助体育比赛有双重目的,不但能扩大知名度,而且可以减税。赞助商还会根据实际比赛的内容和影响力决定赞助方式。
- 2000 年的讲座介绍如何在公共场合演讲。讲演者阐述了成功演讲的有效策略和其他一些必须清楚认识的要点。
- 2001 年的讲座是关于记者招待会的。讲座说到了召开记者招待会的利弊,如何做好记者招待会的前期工作,以及新闻记者应该如何把握消息,不能轻信无根据的消息等。
- 2002 年的讲座主要介绍大学学习的几种形式。大学学习一般有四种形式:写文章、课堂讨论、个人辅导和听讲座。讲座细致地介绍了四种学习活动的好处和不足之处。
- 2003 年的这篇讲座主题围绕着 Maslow 的人类需求层次理论。除了主要分别阐述各个不同需求层次以外,也讲到人类需求区别动物需求的独特之处。
- 2004 年的讲座主题为谈话技巧,指导人们如何问问题,如何聆听别人回答,

如何得体地笑和如何结束谈话并道别等。讲座本身并不非常理论化,而是基于日常生活的一些经验总结。

- 2005 的讲座主要围绕四年级本科生写学术论文这一话题展开,讲述了学术论文和一般文章的相同之处和区别之处,写作学术论文的几大特点,以及学术论文选题需注意的几个问题。讲座本身对大学在读生颇具实际指导意义。
- 2006 年的讲座主题为如何理解文学作品含义。讲座的结构逻辑清晰。列举了三种理解文学作品含义的方法,填空部分涵盖了对三种方法的概括总结以及每种方法的特点细节。该讲座的分析概括有一定深度。
- 2007 年的讲座主题为艺术历史。讲座主要探讨为什么需要学习艺术历史以及我们能从艺术历史中学到什么。讲座关键是帮助听者理解学习艺术历史的重要性,艺术帮助我们更了解人类历史。

II. 考点分析

专业八级考试中听讲座与做试题不是同时进行的,考生在听完讲座后,会发到一张主观题答题卷,要求完成一项包含 10 个空格的填空任务。我们接下来要做的考点分析就是对历年试题中需填写的空格分析。纵观历年试卷,所出填空题无外乎细节题、要点题、推断题和归纳总结题四大类。

1. 细节题

所谓细节题就是讲座提纲中根据细节内容的填空。细节题因为能够很好地直接考查考生的听力能力,一直是讲座填空空中必不可少的题型之一。细节题往往出现在提纲要点下的具体内容中,比如在 2005 年讲座题中:

III. How to Choose a Topic for a Research Paper

In choosing a topic:

Question No. 1: your familiarity with the topic

Question No. 2: availability of relevant information on the chosen topic

Question No. 3: narrowing the topic down to (9) _____ (9) _____

Question No. 4: asking questions about (10) _____ (10) _____

第 9, 10 题非常直观,讲座中已经直接明了地提出来了: Question number 3: Can you cut the topic down to a manageable size? Question number four: What questions can you ask about the topic itself? 所以答案分别是 a manageable size 和 the topic itself.

但是也不是所有的细节题都那么直观,我们再来看一个例子,2000 年讲座题中:

Public speaking is a way for a speaker to (2) _____ (2) _____

his thoughts with the audience.

此题就不是不动脑筋就可填入的,讲座中直接提到的是:It's a way of sharing my thoughts with other people. 这里用了 share 的动名词形式,而讲座题中出现的则是不定式,因此如果照搬 sharing 的话,不符合语法规则,不得分,我们就必须把 sharing 转变为 share,那样才准确到位。此题不但考查了讲座的细节,同时也考查了语法,必须转换词性后方可填入,对词性不敏感的考生就很容易在这种情况下翻跟斗。

再如 2005 年讲座中另有一题:

B. Characteristics:

1. survey-type paper:

—to gather

—to quote

—to (5) _____

(5) _____

这题也要求变换词性。讲座里提到的是 Instead through quotations, summary, and paraphrase, you try to provide a... 讲座里的 summary 和 paraphrase 是名词,而填空题中需要的是动词,所以只要把 summary 转成动词 summarize 就对了。

又如 2007 年讲座中:

I. Introduction

A. Differences between general history and art history

—Focus:

—general history: (1) _____

—art history: political values, emotional, everyday life, etc.

B. Significance of study

—more information and better understanding of human society and civilization

这题也是细节题。讲座中提到... if you study art history, this might be a good way to learn more about a culture than is possible to learn in general history classes. You know, most typical history courses concentrate on politics, economics, and war. 可见普通历史所要研究是政治、经济及战争等,只要在空格中填入 politics/economics/war 即可。

2. 要点题

填空题基本上以讲座的提纲形式出现。提纲则由讲座的要点构架起来。所以要点题往往出现在讲座的要点处。从历年的卷面来看,要点题所占的比例仅次于细节题。

2004 年填空题的第 4 个空格就是典型的要点题:

People who usually make us feel comfortable in conversations are good talkers. And they have something in common, i.e., skills to put people at ease.

1. Skill to ask questions

2. Skill to (4) _____ for answers (4) _____

3. Skill to laugh

4. Skill to part

讲座中提到 Conversational Skills 一共分四大类,第二大类的技巧就是 listen for answers,即为填空第 4 题的答案。

要点题一般以黑体突出部分显示。讲座的要点必须直截了当告诉听众,帮助听众更好地领会讲座重点,理清讲座脉络。做好要点题并不难,只要听的过程中完整地记录了各个要点内容,做此类题就会成竹在胸。

再如 2006 年讲座:

There are three ways to tackle meaning in literature.

I. Meaning is what is intended by (1) _____. Apart from reading (1) _____

an author's work in question, readers need to

1) read (2) _____ by the same author; (2) _____

2) get familiar with (3) _____ at the time; (3) _____

3) get to know cultural values and symbols of the time.

讲座开门见山提出有三种方法了解文学作品的含义:I'd like to discuss three ways to explain what meaning is. No.1: meaning is what is intended by the author; No. 2: meaning is created by and contained in the text itself; and No. 3: meaning is created by the reader.可见第一种方法就是以 author 为切入点,只要笔记中记下了这三种方法,无论考到哪点都不会失分,这也是我们做要点题能够成竹在胸的道理。

3. 推断题

从历年卷面分析,推断题或推理题逐渐成为较常见的填空题题型,此类题型的优势在于不但考察细节内容,而且测试考生的灵活推断能力。如果仅仅是听到的内容照搬照抄还不能完全考查考生的听力理解能力及对语言的综合应用能力,因此推断题就应运而生。做推断题的关键是根据笔记和记忆中的细节内容,进一步进行逻辑分析,推理后得出答案。对于此类题目,在卷面的批改过程中,只要所填词符合原文含义,并且语法上使用正确都会给分。这时就会出现一个以上的答案,这也是推断题灵活性的一个直观表现。下面是历年考题中比较典型的推断题。

2002 年讲座:

4. lectures: a most (6) _____ used study activity (6) _____

- Disadvantages: 1) less (7) interactive than discussions or tutorials
2) more demanding in note-taking.

此题是对要点内容的推断。讲座中说道: The last activity is lectures. As we all know, lectures play a large part in most students' timetables and occupy a considerable proportion of teachers' efforts. 这里划线部分告诉我们 lecture 形式在学生的课程表上占据重要地位, 也占据老师的大部分精力。由此推断讲座是最为频繁最为常见的学习活动。答案也就是 frequently 或者 commonly.

2003 年讲座:

Features of the hierarchy of needs:

- a) Social esteem and self-realization needs are exclusively (8) human needs.
b) Needs are satisfied in a fixed order from the bottom up.
c) (9) Motivation for needs comes from the lowest un-met level.
d) Different levels of needs may (10) _____ (10) _____
when they come into play.

这题是典型的推断题, 有一定难度。讲座里只说道: Needs at one level do not have to be completely satisfied before needs at the next higher level come into play. 这句话其实包含了两层内容: 第一是人的需求活动包括了高层次需求与低层次需求; 第二也是关键的一层隐含内容就是高层次需求并不以低层次需求的满足为必要前提, 换句话说, 两个层面上的需求可以同时存在。根据这一推断, 我们就不难得出答案 coexist, 即共存并存之意, 完全符合题意。

2007 年讲座:

IV . Perceptions of Art

How people see art is related to their cultural background.

A. Europeans and Americans

— (7) _____

— expression of ideas

B. People in other places

— part of everyday life

— (8) _____ use

要做对此题也需要一定的推理能力。讲座中只是提到: But in other places, art is not considered to be separate from everyday existence. It has a function; it has a practical role to play in people's lives. 由此可以推断在其它地区, 艺术被当成是人们生活的一部分, 艺术具有实实在在的作用, 因此空格中只要填入与功能或实用性相关的形容词即可, 诸如 practical/daily/functional 等。

4. 归纳总结题

归纳总结题在历年考试中出现的概率也颇高。归纳总结题需对讲座中的一段内容加以归纳总结,得出答案。此类题目也像推断题一样,无法听完后直接作答,而需要在理解的基础上对某些定义、解释做深层次加工,归纳总结出共性。考生在做笔记的时候,无法准确判断哪些内容是需要总结的,因此如果笔记杂乱无章,就很难进一步归纳总结。所以,必须有条理地把不同的观点罗列开来,把阐明同一观点的内容记录在一起,以便填空的时候将其整合起来分析。

八级考试中讲座本身就包含 900 左右个单词,如若把所有内容编辑在一起要求考生填空,则填空题长度就会大大增加,因此填空题本身就是对讲座的浓缩,900 个单词压缩到 150 到 200 个单词,而且对历年的考题进行分析后可以发现,填空题的长度基本上只会减少而不会增加,这就使填空题本身的语言具有高度的概括性,这一特点决定了归纳总结题是历年填空题中必不可缺的题型。归纳总结题考查学生的归纳能力和用词能力。因此必须牢记,对此类题目,考生应根据讲座内容,在理解和总结的基础上填入恰当的单词,如果仅从讲座随便听到一个单词马上直接填入就很可能出错。例如 2003 年讲座:

Self-realization needs: needs to realize one's potential. Ways to realize these needs are individually (7)_____.

这题就需要对讲座内容进行归纳总结。讲座中提到: It depends on different people. The means of satisfying them tend to vary greatly with the individual. For some people, learning a new skill, starting a new career after retirement could quite well satisfy their self-realization needs, while for other people, it could be becoming "the best there is" in certain areas. It could be becoming the president of IBM. Anyway, being great or ordinary is what others think, while self-realization is largely individual. 这一大段内容是举例论证每个人的自我成就各不相同,并非每个人的理想都是成为 IBM 的总裁,既然个体之间自我成就的内容和实现方式如此不同,那么我们首先想到的归纳词应该就是 different, 填入空格后发现意义和语法都无可挑剔就是不错的选择,当然同义词 various 或 dissimilar 都是很好的答案。

再如 2005 年讲座:

Research Paper and Ordinary Essay

A. Similarity in (1) basic writing steps:

- e.g. —choosing a topic
- asking questions
- identifying the audience

B. Difference mainly in terms of (2)_____

1. research paper: printed sources



2. ordinary essay: ideas in one's mind

本题的难度在于需要考生自己归纳总结一段内容才能得出结论。讲座里提到: What makes a research paper different is that much of your raw material comes not from your own head, but from printed sources: mainly books and periodicals in the library. Collecting raw material, that is, reading books and taking notes, is very much like the process of brainstorming at the prewriting stage of an ordinary essay. 这里我们从划线部分 what makes a research paper different 可以判断该句下文内容就是空格(2)涵盖的内容,但是如何概括整段文字呢?我们从下文中的 not from your own head, but from printed sources 就可以归纳出写论文和一般文章的区别是信息来源的不同,因此答案为 source information / source material。对于本题来说,考生的分析能力和概括能力直接决定能否得分。

又如 2006 年讲座:

III. Meaning is created by (7) the reader.

- 1) meaning is (8) social.
- 2) meaning is contextual;
- 3) meaning requires (9) reader competency.

—practicing competency in reading

—practicing other competencies

background in (10) _____ etc.

(10) _____

本题为归纳总结题,有一定难度,需要考生理解演讲者举 Mulk Raj Anand 这个例子的意图,讲座中提到... what political, cultural and personal influences Mulk Raj Anand came under when constructing the imaginative world of the short novel. 这就点出了除单纯阅读能力外,读者还必须具备政治文化等背景知识才能更好地理解文学作品。所以答案必须是与政治经济文化相关的词,即 social structure/traditions of writing/political cultural influences 等。

综上所述,归纳总结题与推断题一样,需要考生能够“listen between the lines”,所以考生在平时做应试练习的时候要格外注重培养自己的思维概括能力,还要注重提高对记录内容进行整合的能力。

III. 应试技巧

1. 听懂主题

我们在做讲座题的时候不要先给自己设定非常高的目标,一定百分之一百地记录要考到的内容,这是不现实的。如果一开始就给自己很大的压力,在听讲座的过程中就很容易进入一个误区,就是觉得什么都很重要,什么都想记下来,然而往往抓不住中心内容,听完后就觉得好像大致听到了一些信息片段,但要真正判断主

题并领悟中心思想则很困难。讲座命题本身就是围绕讲座的主题思想展开的,因此在短时间内确定讲座的主题是定位听力重点和记录笔记的关键。

从历年的讲座材料分析,讲座的一大特点就是要在短时间内抓住听众的注意力,这就要求讲座在选材上都是中心突出,结构上层次分明,线条简单。所以在讲座开始之时,一般就能判断出整个讲座的中心意思,就是我们所谓的开门见山,起始段往往是对中心意思的总起概括。

在历年考题中,有的讲座有标题,比如2001年讲座标题为 The Press Conference;2002年的讲座的标题是 Study Activities in University;2003年的讲座标题是 Maslow's Hierarchy of Needs。对于有标题的讲座,其标题本身就是对讲座中心内容的概括,也是给考生的重要提示,考生在听的过程中千万不可错过。但也有很多讲座并没有标题,这时就需要我们自己去概括判断主题思想,特别是概括起始段的大意。

比如2004年讲座,演讲人在一开始就点明了讲座的主题,即如何进行有效自如地交谈:Good morning. Today's lecture will focus on how to make people feel at ease in conversations. 然后就是对这一主题的背景内容进行展开:I guess all of you sitting here can recall certain people who just seem to make you feel comfortable when they are around. You spend an hour with them and feel as if you've known them half your life. These people who have that certain something that makes us feel comfortable have something in common, and once we know what that is, we can go about getting some of that something for ourselves. How is it done? 注意这里的设问句,设问句往往起到一个提纲挈领的作用,从设问句不难揣测出下文的内容,即有效说话的技巧:Here are some of the skills that good talkers have. If you follow the skills, they will help you put people at their ease, make them feel secure, and comfortable, and turn acquaintances into friends.

不难看出,锁定中心内容,是听讲座的关键,不但让考生明了讲座的中心议题,而且为接下来听具体内容打下了扎实稳固的基础。听懂了讲座的主题思想就可以从容不迫地大胆推测下文内容,在推测的同时也可以有目的地记录下细节内容。

2. 理解意群(sense group)

我们讲到听力理解,一般就会提到对单词、词组的理解。诚然,没有对单词、词组的充分理解,何来对句子的理解乃至整个讲座的理解。不要说记笔记,连听懂都很成问题。不过如果我们已然做好了中心内容的预测工作,接下来的听不应该着力于单个的单词,而是在于整个的意群,听力理解中最忌讳的莫过于单独听单词而忽视单词间的内在逻辑关系。

讲座本身的语体是口语体,如果整个讲座都采用书面语体,听众的接受程度可想而知。既然是口语体,我们就要关注英语口语语体的一大特征,即口语体中,人



们主要以意群(sense group, word clustering),而不是以单词或句子为单位交流信息。在英语阅读和写作中我们最为强调的很可能是词法或者句法,而在听力理解中我们着重需要指出的就是意群,而不是词或句子。讲座中演讲者为了取得良好的演讲效果,演讲过程中总会把语流分成长短不一的组群,这便是意群。意群之间会有适当停顿。一个意群短则由几个单词构成,长则包含短语或一个短句。由此可见,意群实际上是个非常灵活的概念,每个人在听的过程中自觉不自觉地就会对听到的句子进行切分,切分下来的意群可能会有所差异,但差异不会很大,这是因为我们对意群的把握总体上还是约定俗成的。讲座中出现的关键意群主要包括要点性意群,由名词、术语等构成;连贯性意群,主要由联结词、过渡词等构成。

前文中我们提到讲座的整体结构层次分明,逻辑清晰,因此包含要点信息的意群必然较容易被抓取到。我们在听的过程中就要加强培养对此类信息意群的敏感度。以下是对历年考试讲座内容中的要点信息意群的总结。

a. 导入要点的信息意群

下列这些意群所包含的信息给听者很强的引导作用,并提示听者接下来要听的内容会是什么。

- I'd like to discuss with you the secrets of good conversation, that... (2000)
- This leads us to the first key of... (2000)
- In addition to preparation of... , there is one more important ingredient in... (2001)
- Now let's move on to the disadvantages. (2001)
- Now let's look at the features of them one by one. (2002)
- The second key activity in colleges and universities is seminars and class discussion. (2002)
- In this Hierarchy of Needs, at the most basic level are physiological needs. (2003)
- After this stage come the levels of needs that are particular to human beings. (2003)
- There are at least three components of real listening. (2004)
- Finally, good talkers are ones who cement a parting. (2004)
- In the next part of the lecture, I'd like to talk about one of the basic steps in... (2005)
- In today's lecture, I'll try to answer these questions. (2005)
- Generally speaking, there are two basic types of research papers... (2005)
- In today's lecture we shall discuss what meaning is in literary works. (2006)
- Now let's move onto the second approach to meaning, that is... (2006)

- The second point I'd like to make is about the type of information. (2007)

b. 连贯全文的信息意群:

这类意群主要由连词或衔接上下文的过渡词(cohesive link)等构成。让听者顺着讲座者的指示引导,一步一步地领会演讲者的意图,在跟踪逻辑的前提下稳抓细节。下面是对历年讲座中起到上下文连贯作用的信息意群的总结:

- Last but not the least... (2000)
- Another disadvantage in... (2001)
- Let's look at the... first. (2001)
- First,... (2002)
- The second key activity... is... (2002)
- The last activity is... (2002)
- In the..., at the most basic level... (2003)
- At the next level... (2003)
- After this stage come the levels of... (2003)
- Next, the level of... (2003)
- What follows is the top level of... (2003)
- Second, once... (2004)
- For one thing,... Another component of... is..., and last,... (2004)
- Next,... (2004)
- Finally,... (2004)
- First of all, what is...? (2005)
- In other words... (2006)
- The first is... (2006)
- Consequently... (2006)
- To conclude my lecture... (2007)
- The same is true of other places like... (2007)

3. 提高长时记忆力

人的记忆力一般包括瞬时记忆,短时记忆和长时记忆。瞬时记忆又称感觉记忆,保持时间不超过一秒钟,转瞬即逝、须臾即忘,人们往往感觉不到。大脑对此类信息不作加工和重复,形成的痕迹是表浅而活动的,一秒钟以后就消失,遗忘后不能恢复。短时记忆也叫操作记忆,保持时间大于一秒但不超过一两分钟,常和一定的操作动作相联系,操作结束,准确的记忆内容也就消失。边记边忘的短时记忆是一种正常现象,能减轻大脑的记忆负担。长时记忆能保持时间大于一两分钟,通常能保持较长时间,有的可终生不忘。大脑对此类信息进行了储存前的主动、积极加工,形成的痕迹大都是结构性的,相对瞬时记忆和短时记忆更加深刻牢固,而且保