

# 可能有用的托福备考经验 仅供参考

热心の学长学姐

2021年9月4日

## 目录

|                |   |
|----------------|---|
| 1 托福介绍         | 1 |
| 2 托福单词         | 2 |
| 2.1 学术英语词汇     | 2 |
| 2.2 学科词汇分类     | 2 |
| 3 托福分板块备考经验    | 2 |
| 3.1 阅读         | 3 |
| 3.2 听力         | 3 |
| 3.3 口语         | 3 |
| 3.4 写作         | 4 |
| 4 托福分板块备考资源    | 4 |
| 4.1 阅读         | 4 |
| 4.2 听力         | 5 |
| 4.3 口语         | 5 |
| 4.4 写作         | 5 |
| 5 考场经验         | 5 |
| 6 学长学姐准备的过程及自评 | 5 |

## 1 托福介绍

TOEFL是ETS研发的学术英语语言测试，分为三类考试：托福网考、托福在家考、托福纸币考，现在报名的去考点考试都是属于托福网考，托福网考所有内容都为机考。托福考试分为听说读写四部分，在2019年托福考试改革后，试题内容发生了部分变化，详情请见分板块备考。

## 2 托福单词

根据实际经验，托福考试并不是针对词汇量的考试。虽然有很多托福单词书，但实际上某些看起来就很偏门的词汇在考试中出现的几率很小。

考试中可能对单词有考察的地方有如下几处(按照考试顺序排序)：阅读的全文把握、阅读的词义猜测题、听力词汇、口语的部分材料、写作。但一般能够准备的是词义猜测，这时候了解一个单词的意义(及其其它意义)会很大加快做题速度。而阅读可能出现一系列的陌生名词，可以替换为“A”、“B”等，不影响理解；听力、口语等的词汇一般不会太偏，但有可能出现不太常用的词汇；写作的词汇只是会稍微影响你的发挥的上限。

因此，最好的备考方法还是掌握托福的核心词汇，对于时间充裕的考生可以在日常中记忆一些托福核心词汇，但若时间较为紧张，应把背单词的时间更多地偏向做题训练中。

ζ **学长的个人经验**：由于我曾经备考时背过一本的托福词汇书，所以训练时词汇问题最多出现在阅读的全文理解上，因为整篇阅读很可能出现许多陌生单词，不论是生物名、人名、地名、历史概念等，但将他们全部掌握是几乎不可能的，所以在阅读时只需要记忆某个单词对应什么类别，在文中哪些别的地方出现就可以了，相当于**重命名**它们。而阅读的猜词题、听力的词汇等等我处理起来都还比较顺手，这是因为**核心托福词汇掌握比较熟练了**。所以记忆托福的核心词汇是硬道理。值得注意的一点是，一定要对单词的**读音熟悉**，否则可能听力听到单词，却反应不过来是哪个单词。

### 2.1 学术英语词汇

学术英语词汇其实是比较广的范畴，并不是某一个学科在学术中用到的英语词汇，而是所有学科共同share的词汇。比如对于analysis这个单词，大部分学科就拥有同样的含义，不必刻意准备，但要重点关注。

### 2.2 学科词汇分类

当你某个学科话题有薄弱时，下一步就可以考虑学科词汇了。有些词汇是学科特有的概念，是某一学科中常见的那部分。这时候可以考虑对症下药，来巩固某一部分的词汇。比如艺术学的话题，是肯定要知道renaissance的；而考古学 archeology, prehistoric之类的还是要掌握。当然这些也可以通过做题中不断查缺补漏基础，这是最快的方法。

FJY学长:特定的学科词汇只会在特定学科的篇目中出现(比如algae只会出现在生物类题材中)。没必要刻意背学科词汇，但是建议在平常做题时记一些常考学科的常见学科词汇。

## 3 托福分板块备考经验

在这一板块中，我们将介绍托福的题型、题量，以及备考时的一些经验，这些经验仅供参考，每个人要找到自己最习惯的方法。如果不知道托福具体考试内容，建议先在此处了解基本框架，然后转到下一

节备考资源去详细了解具体内容，最后结合做题再回来看具体经验。

### 3.1 阅读

改版前的TOEFL: 3-4篇文章(4为加试)，每篇文章12-14个题目，考试时间=文章篇数\*20min.

改版后的TOEFL: 3-4篇文章(4为加试)，每篇文章10个题目，考试时间=文章篇数\*18min.

注意时间是总时长，考试是可以自己分配每篇文章的时长。阅读题可以往回翻，而听力题不能。

阅读题题型大致分为：理解推断题、句意重写题、词汇猜测题、插入句子题、段落和文章理解题。详情分析可以参见备考资源。

阅读题的出题顺序不是按照难度，而是按照信息在文中出现的顺序，这样可以方便我们做题和阅读同步进行，此外，题目还有帮助考生理解全文的功用，有时你不理解文章的主线在哪，题目的题干可能给你提醒。

ζ 学长个人经验 首先建议0经验考生先去做几个阅读真题去熟悉一下，我一开始是做的20min 14题的旧版试题，相对于新版时间紧张一些。刚开始也是经常做不完且错一堆，后来自己调整了习惯就好了。首先要养成良好的阅读习惯，一定要读进去，而不是瞥一眼，要知道每一段大致都在讲什么。其次要注意时间，阅读不可能让你全部读完再做题，我最后使用的方法是先把第一段读完，然后直接做题，边做题边看文章。最后第10题是玄学题，基本上让你选3个文章的主旨，这种题有一系列坑，需要自己做题中把握。但不用太担心，因为我阅读只准备了一个星期，一定要勤做题，多揣摩出题人思路。

### 3.2 听力

听力部分分为对话与讲座，对话5题，讲座6题，正常题量分布为56656.

对话一般为实际生活场景，如图书馆、咖啡厅、办公室等等；而讲座都是某一个学科专题的，如心理学、艺术学、历史学、考古学，如果有薄弱项，建议针对某讲座话题来准备。

ζ 学长的个人经验：由于我个人最擅长的是听力，所以准备时较为容易。一般来说我都会把自己带入场景，假设自己就在对话或讲座的发生地点。另外，一定要了解对话或讲座的逻辑结构，知道某一处内容在整体中是处于怎样的位置，是顺承引出的，还是并列结构的123，考试时会有纸笔，所以平常练习可以使用纸笔画结构。最后是注意细节，会有问题问你听力内容中某一个东西的具体特征是哪几项，注意记录下来。结合这几项最重要的就是训练，习惯托福的听力语音、语调和节奏，也有小概率会遇到很难听清，或听清后甚至不太好理解的表达，要注意这些，但不必过于担忧，基本功是王道。

### 3.3 口语

口语由改版前的Task1-Task6 变成了现在的Task1-Task4，删去了旧版的Task1、Task5. 所以在做旧版试题时，仅需要考虑Task2,3,4,6.

**Task2:** 关于某一个论断或者选择，陈述你的观点。大部分是 Agree/Disagree 或 Choose from two options，读题后会给你15s准备时间，和45s作答时间。

**Task3:** 会有阅读材料，你有45s去阅读它(不是读出来)，然后会有一段音频，对话中会有人发表对阅读材料的看法(并给出他/她的理由)，你需要根据题干总结材料和看法，准备30s后回答60s。

**Task4:** 给出一个概念的定义，阅读45s，随后听一个音频，关于这个概念的解释和举例。然后准备30s回答60s，总结阅读和听力材料，题目重点在听力材料上。

**Task6:** 直接给你一个音频，然后根据问你的问题来回答，准备20s回答60s，一般也是解释和总结某个概念的。

ζ **学长的个人经验:** 我的口语答得不好所以个人经验也有限。如果说注意的点的話，一定要**早准备口语和写作**，因为是主观题，而且是国人不太擅长的考试方式；其次，在准备的时候，可以用模板，但不要不自然的模板，并不是越高级的表达越分高，因为口语讲究自然，比如 To me 就比 In my considered opinion 更加自然，后者是写作的表达方式。最后一定要多加训练，Task2 不一定非要发表个人观点，而是怎样好答、有逻辑要选择哪个。考试时不必紧张，想象自己是一个Native speaker 来回答就好，模板和教程我放在下一节备考资源中。

### 3.4 写作

**综合写作 Integrated Writing:** 综合写作首先会给你一篇阅读材料，3min 阅读时间，一般是一个现象的几个解释；然后你会听一个音频，一般是一个人去逐一反驳阅读材料。结束后你有20min 时间总结阅读材料和听力材料，此时阅读材料会重新出现在屏幕左侧，写作时要更侧重听力材料，词数300左右为宜。注意不要照抄阅读材料的表达。

比如，我考试时的阅读材料是“dodo鸟在某个岛上的灭绝与人类迁移到此有关”，并给出了三个理由(人类猎杀、森林消失、原环境适合dodo鸟生存)；而听力材料的教授逐一反驳了三个理由(考古证明人类没有猎杀，灭绝时森林保存完好、原环境已不适合生存)。写作就要逐一对比，但是更侧重听力材料的总结。

**独立写作 Independent Writing:** 关于某一个問題，选择你的立场、观点并写作，注意利用举例，但不要涉及具体个人信息。一般模板会建议hook+demonstration\*2+summary 分四段，论证时要加具体例子。

ζ **学长的个人经验:** 我因为比较擅长写作其实没有太准备写作，但是一定要看教学视频给出的答题模板，以防你没有按照要求答题。其实我感觉独立写作更像是高考语文写作，要加上更具有文学性的表达，这样才能让人眼前一亮，印象中我写作的时候用的长句子比较多，比如 something xxx something, which xxxxx, resulting in xxx 这样的。

## 4 托福分板块备考资源

### 4.1 阅读

1. TPO真题建议使用小站托福，小站托福也有PC版，但是使用的是14题20min的旧版试题，可以当作入门用

2. 托福bilibili网课 这个系列课程比较冗长，是面向及其初学的初学者的，可以挑着倍速看，主要讲的是试题类型

## 4.2 听力

1. TPO真题小站托福

## 4.3 口语

1. TPO真题小站托福熟悉各task的往年题目，平时训练
2. 新版托福口语模板与建议 这个系列我看了几遍，时间还是较短的，会给你讲述托福的口语模板以及使用建议
3. 英语兔 英语节奏，英语语调 让你摆脱中国式英语
4. 托福考官揭秘口语高分技巧

## 4.4 写作

1. TPO真题小站托福
2. 托福写作模板及建议 与口语的模板建议是同一老师

# 5 考场经验

不同地区的同学考场其实还是稍微有不同的，有的地区不同同学考试进度基本一致，有的考点别人考口语时你可能在考听力。所以要集中注意力，或者捂住耳机，防止被打扰，专心在自己的做题上。

考试顺序是阅读听力口语写作，听力和口语间有10分钟休息时间，你可以早回去考场候考，然后偷偷去听考口语的同学都在说什么，提前预知一下口语的题目是什么。

疫情期间考试可能会严格，比如可能候考很长时间，所以要提前做好心理准备与身体准备。

# 6 学长学姐准备的过程及自评

ζ 学长备考过程: 首先我自我判断是听力和写作较强，所以主要准备顺序的是口语、阅读、听力、写作。在剩两个月的时候我开始准备托福单词，准备了一个月，期间没有做题(十分不建议这样做，但我的词汇基础比较牢了)，然后剩一个月的时候用了半个月去准备了另一个事情，没有准备托福。最后半个月先集中训练了听力和阅读一个星期，主要是刷题和思考错题，然后重新看题。然后开始准备口语，使用了如上的资源来准备模板、答题思路等等，最后通过以上资源学了写作模板和答题思路。最后一段时间主要刷听力、阅读、口语题。我是下午场的考试，上午为了进入节奏，刷了一套真题(3阅读、6听力、口语，

没有训练写作)。个人感觉了解题目与模板、做真题、总结反思是冲刺阶段的事情，之前是巩固好了词汇等等才令后面的准备顺利了一些。(总分  $29+28+20+27=104$ )