



英语

夯实单词基础 用好听说系统

首都师范大学附属苹果园中学分校 郁敬颉

2026年初中学考第一次英语听说机考将于2025年12月14日进行。眼下，考生正处于冲刺期，该如何做准备才能取得好成绩？接下来，笔者将从两方面给出备考建议。

用好模拟系统 科学安排练习

1. 提前熟悉考试流程

模拟系统的最大价值在于还原真实考场。笔者建议考生从首次使用模拟系统开始，就严格按考试标准要求自己。登录时，考生要认真完成身份验证，培养考试仪式感；调试耳机和麦克风时，务必仔细操作，确保音量适中、录音清晰——许多考场问题都源于平时对这些细节的忽视。

答题过程中，考生要特别关注系统提示：提示音会告知考生何时开始听、何时开口说、何时结束作答，考生要在练习中对这些信号形成条件反射；倒计时显示是时间管理的关键，考生要学会根据剩余时间调整答题节奏，做到不慌不忙、不拖不赶。通过多次模拟，考生就能找到最适合自己的答题节奏。

2. 精进听说能力

系统内置场景覆盖了日常生活的各个方面——校园对话、职场交流、购物咨询等，为考生提供了丰富的练习素材。

练习时，考生不仅要听懂字面意思，更要体会母语者的思维习惯。系统中可能出现美音、英音等多样化发音，这些发音能有效训练考生的听觉灵敏度。通过模仿跟读，考生的口语也会变得更自然流畅。

3. 深挖反馈数据

系统的数据分析功能是考生实现“精准提分”的核心抓手。每次练习后的成绩报告会按题型、能力维度等细分呈现，考生要认真研读报告，精准定位自身的知识或能力短板。

若“听后回答”题型失分率较高，考生要有针对性地分析失分原因：是没抓住听力材料中的关键词，还是无法快速组织规范的语言？如果是前者，考生要强化“抓取关键信息”的听力技巧，是后者则要提升即时的规范表达能力。

短文朗读部分的问题往往更具体，也更易进行针对性改进。系统会精准标记考生读错的单词和发音不准的音节，笔者建议考生充分利用录音回放功能，逐句比对自身发音与标准发音，重点关注连读、爆破等语音细节。若考生口语流利度不足，可通过增加朗读量、加强针对性练习来提升；同时可借助模拟系统的跟读功能，培养意群意识、学会逻辑断句，进一步提升口语流利度。

4. 做好个性化练习

考前练习时，考生要注重方法技巧。在考前冲刺阶段，笔者建议考生每天完成一套完整模拟题，保持应试状态，练习时间建议安排在上午，贴合正式考试时段。

练习后的复盘环节同样关键。笔者建议考生建立专属错题本，详细记录每次练习中暴露的问题：听力方面，考生要分析是词汇障碍、语速不适应还是知识储备欠缺；口语方面，考生要明确是发音不准、流利度欠佳，还是语法错误、内容组织混乱。考生要针对不同问题制订针对性改进计划，如词汇储备不足，可强化核心词汇记忆；口语流利度欠佳，可增加针对性朗读练习。

单词是英语听说机考的基础核心，精准的发音、快速的听力反应都离不开扎实的词汇储备。对此，笔者为考生梳理了一份听说机考重点单词练习表，考生可在考前阶段通过反复朗读、跟读模仿、场景化记忆等方式强化练习，力争在听说机考中实现突破、精准提分。

失去爆破(微声除阻)

定义：两个爆破音(如 /p, b, t, d, k, g/)相邻时，前一个爆破音仅做口型并短暂保持，不完全发出声音。

核心技巧：①两个爆破音相邻时，前音只做口型不爆破；②句子末尾的爆破音可不完全爆破；③单词内部的爆破音组合也要注意此现象。

重点单词/词组：

单词/词组	音标	发音说明
goodbye	/gʊd'baɪ/	d 与 b 相邻，d 失去爆破
blackboard	/'blækbɔ:d/	k 与 b 相邻，k 失去爆破
notebook	/'nəʊtbʊk/	t 与 b 相邻，t 失去爆破
sit down	/sit daʊn/	t 与 d 相邻，t 失去爆破
stop talking	/stɒp 'tɔ:kɪŋ/	p 与 t 相邻，p 失去爆破

词性影响发音

定义：部分单词作名词与动词使用时，重音位置不同(名词重音在前，动词重音在后)。

核心技巧：根据单词词性判断重音位置，确保发音准确。

重点单词：

单词	名词发音	动词发音	例句对比
record	/'rekɔ:d/	/ri'kɔ:d/	keep a record(记录) record the meeting(录制)
present	/'preznt/	/pri'zent/	a birthday present(礼物) present a gift(赠送)
increase	/'ɪnkri:s/	/in'kri:s/	population increase(增长) increase speed(增加)
desert	/'dezət/	/di'zə:t/	the Sahara desert(沙漠) desert your friend(抛弃)

连读

定义：自然语流中，相邻单词之间音素自然连接的现象。

核心技巧：①辅音+元音：将辅音与后接元音直接连读；②r音连读：单词以 r 或 re 结尾，后接元音时要发 /r/ 音再衔接；③元音+元音：在前一元音后自然加入半元音 /j/ 或 /w/ 进行过渡。

重点单词/词组：

单词/词组	音标	连读方式
an apple	/æn 'æpl/	连读为 /æ'næpl/
in a minute	/ɪn ə 'minɪt/	连读为 /ɪnə 'minɪt/
get up	/get ʌp/	连读为 /'getʌp/
for example	/fɔ:r ɪg'zə:mpl/	连读为 /fɔ:rig'zə:mpl/
put it on	/pʊt ɪt ən/	连读为 /'pʊtɪtən/

弱读

定义：语流中，非重读的功能词发音会变短、变轻的现象。

核心技巧：冠词、介词、助动词等功能词通常要弱读，发

聚焦重点单词 筑牢听说基础

音要轻快不拖沓。

重点单词：

单词	强读形式	弱读形式	例子
a	/eɪ/	/ə/	a book /ə bʊk/
an	/æn/	/ən/	an hour /ən 'aʊə/
the	/ði:/	/ðə/	the pen /ðə pen/
of	/ɒv/	/əv/	cup of tea /kʌp əv ti:/
and	/ænd/	/ənd/	bread and butter /bred ənd 'bʌtə/
that	/ðæt/	/ðət/	that is /ðət iz/
to	/tu:/	/tə/	want to /wənt tə/
you	/ju:/	/jə/	thank you /θəŋk jə/
are	/a:r/	/ər/	we are /wi ər/
can	/kæn/	/kən/	I can swim. /ai kən swim/
have	/hæv/	/həv/	I have a pen. /ai həv ə pen/
has	/hæz/	/həz/	He has a car. /hi həz ə ka:/
had	/hæd/	/həd/	I had lunch /ai həd lantʃ/
would	/wʊd/	/wəd/	I would like /ai wəd laik/
will	/wil/	/wəl/	I will go /ai wəl gəu/

辅音连缀

定义：两个及以上辅音连续出现，中间无元音间隔。

核心技巧：发音要轻快连贯，避免在辅音之间插入央元音(如 /ə/)。

重点单词：

单词	音标	常见错误	说明
play	/pleɪ/	/pəlei/	/p/ 和 /l/ 要快速连接，中间无元音
green	/gri:n/	/gəri:n/	/g/ 和 /r/ 快速连接
friend	/frend/	/fərend/	/fr/ 是一个常见的辅音连缀

-th 咬舌音

定义：发 /θ/ 和 /ð/ 时，舌尖要伸至上下齿间轻触，形成气流通道。

核心技巧：① /θ/ 为清辅音，发音时声带不振动(如 think)；② /ð/ 为浊辅音，发音时声带要振动(如 this)。

重点单词：

单词	音标	发音说明
think	/θiŋk/	清辅音 /θ/
three	/θri:/	清辅音 /θ/
this	/ðɪs/	浊辅音 /ð/
mother	/'mʌðə/	浊辅音 /ð/

鼻音区分 (/m/ /n/ /ŋ/)

定义：三个鼻音的发音部位与口型不同，考生要精准区分。

核心技巧：① /m/ 双唇紧闭，封闭鼻腔气流；② /n/ 舌尖抵上齿龈，气流从鼻腔流出；③ /ŋ/ 舌后部抬起软腭(如 -ing 结尾)。

重点对比单词：

单词	音标	对比单词	音标
thin	/θɪn/	thing	/θɪŋ/
ran	/ræn/	rang	/ræŋ/
sin	/sɪn/	sing	/sɪŋ/