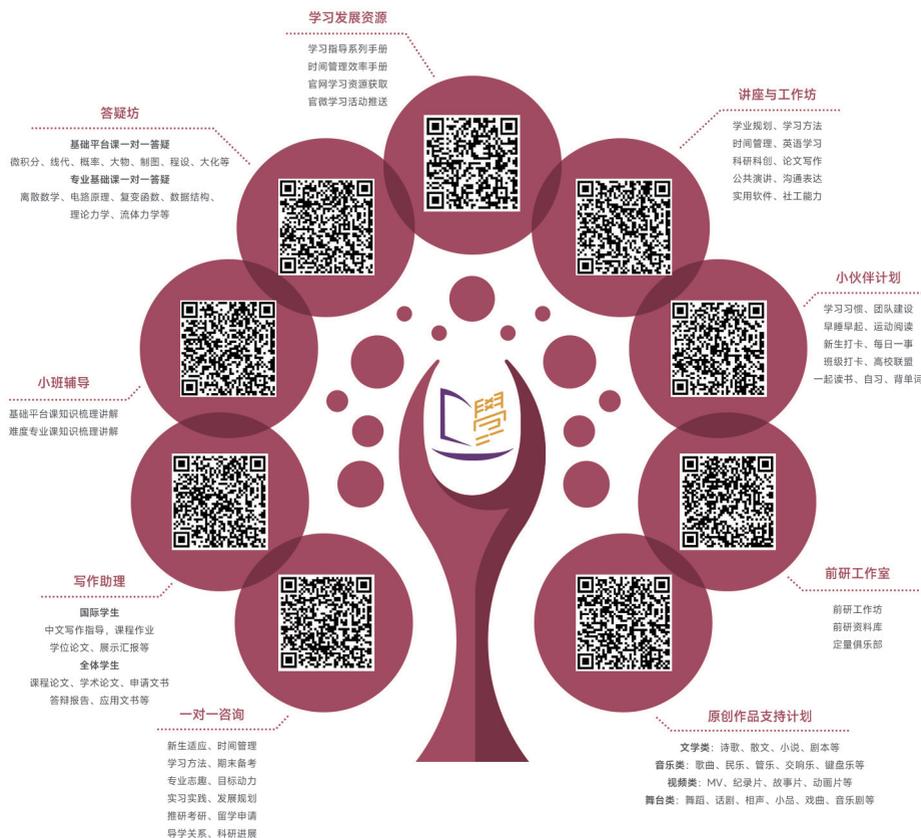


清华大学学生学习与发展指导中心

中心成立于2009年11月，旨在有针对性地解决学生学习与发展问题，为学生学习与发展提供专业化的指导、咨询和支持，拓展学生学习与发展能力，服务学生成长成才。



大学 英语学习

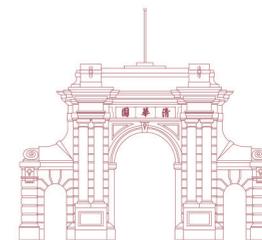
07

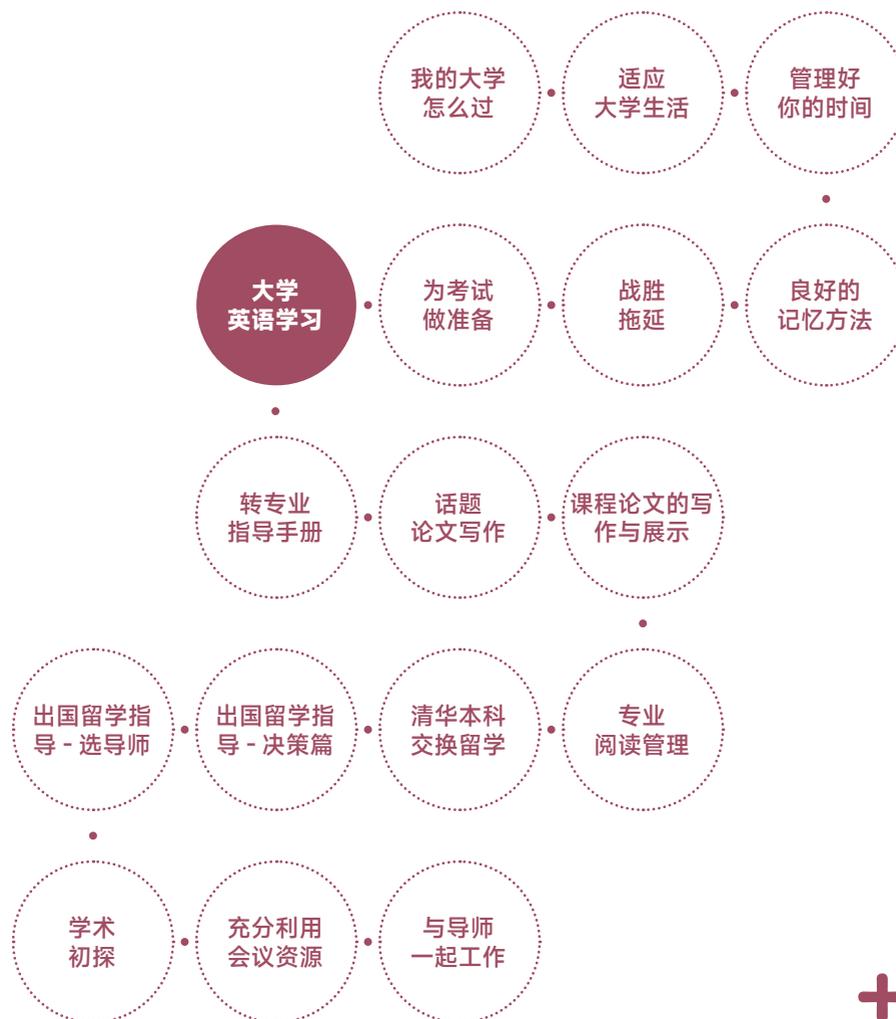


官方网站二维码 微信公众号:乐学 B站账号二维码

清华大学学生学习与发展指导中心
地址：清华大学紫荆C楼407
电话：010-62792453
邮箱：learning@tsinghua.edu.cn
网站：http://learning.tsinghua.edu.cn

2023.12



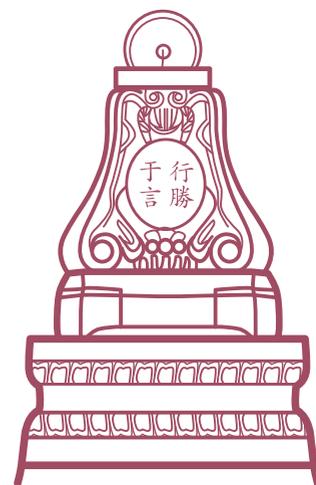


CONTENT

目录

01	学习状态诊断	02
02	为什么学英语	03
03	学习方法与技巧	05
04	英语学习资源汇总	09

大学 英语学习



01 学习状态诊断

从高中进入大学后，你的英语学习是否发生了以下变化？

以前	现在
几乎每天都有英语课，每天学英语	一周甚至一个月都学不了几小时英语
看到考试成绩就能判断自己的英语水平	心里没底，深感英语水平逐月下降
为了高考，学英语动力十足	找不到目标，英语学习缺乏动力
在老师的督促下，学习持续而有效	放羊式自学，没有效率、很艰难坚持

如果你看到上面这些状态后深有同感，那么，这本小册子也许能对你有所帮助。清华大学学生学习与发展指导中心学生工作组的同学们访谈了来自各院系、各年级的10位英语学习达人，结合了外语系胡阳老师曾经在讲座现场为大家提出的建议，编写了这本《大学英语学习 Tips》。

(感谢来自外文系的汪曦阳、计算机系的高俊杨等10位同学提供的英语学习经验分享、感谢外文系胡阳老师为我们提供的建议。)



02 为什么学英语

● for 生活 & 社交

大学里的生活十分丰富。要加入国际性的社团、参加一些国际性的活动和项目，都对我们的英语有要求。随着学校的全球化战略的深入推进，国家新型大国关系战略转型，在我们的涉外交流交往中，一方面更好地理解多元文化，一方面更好地讲好中国故事。

清华的英语学习环境很好，很多讲座与活动使用的语言都是英语。英语好的话能方便和世界各地的人物进行直接的对话与交流，机遇更多，施展才华的机会也更多。

● for 学术研究

科研过程中，阅读文献、听学术讲座、出国开会、交流、做访问学者等等，都要求英语水平达到一定专业高度。其中文献阅读和将来科研成果产出发表，也时常需要熟练使用英文。想要在学术研究上有所建树，在国际范围产生专业广泛的影响，英语是必备能力之一。

● for 职场准备

如果以后想去国际组织或外企工作的话，外语不仅是找



工作的门槛，更是工作时使用的语言。单单从入乡随俗的角度想，也必须要好好学英语、能用英语交流与工作。

● for 留学准备

如果有出国交换的计划，目标院校一般都要求有较好的托福、GRE 或雅思成绩，方可获得公派资格。而为了能适应出国交换的生活与学习，也要提前先把英语学好。

决心要出国留学的同学会有较大的学习动力。不仅是因为要通过 TOEFL、IELTS、GRE 这些资格考试，更因为以后要在国外生活、学习。不把语言学好，就是坑自己，到了国外也无法听课和生活。



03 学习方法与技巧

● 【围观】英语学习大牛们的日常英语学习

“虽然不再像高中那样每天上课，但我还是坚持每周都划出固定的时间用来提高英语。同时尽量接触与英语相关的事情，比如去听海外名师讲座、与留学生一起参加活动等，努力把英语作为日常生活一部分。”

• 小编语：做好学习规划非常重要，“固定的时间”是学习英语的保证。而且要好好利用清华里各种学习英语的资源哦~小册子的最后对英语学习资源进行了整理，敬请参考。

“一般我会利用上课前的零碎时间背单词。晚上睡觉前拓词一个小时。”

• 小编语：“拓词”是一种智能手机上常用的背单词 APP。此外，“百词斩”、“扇贝单词”等都是有趣又好用的背单词 APP。小编亲测，只要坚持就会有效。

“我每天在固定的时间浏览英语学习网站，包括沪江英语，可可英语等。网站内有经典美文，还有 VOA、BBC、CNN 等英语新闻，可以锻炼阅读和听力。此外，刷美剧也是保持语感的好方法。”

• 小编语：将娱乐与学习英语相结合，上网、休闲都可以为英语能力的提高服务。

“我在平时会读一些英文杂志，比如 Economist、Times 等等。”

• 小编语：离开电脑、回归纸面读物也许会有不一样的感受。除了原版的英语杂志、报刊，《疯狂英语》这样的英语学习类的杂志在校内各个报刊店也均有销售。

● 【实战】大牛们如何背单词

通过访谈几位大牛，小编发现大家对于背单词的观点与方法可谓各有千秋。而最大的分歧在于是否赞同使用单词书去记单词。

「单词书」派

“我赞同使用单词书来背单词。单词书的编写一般是有规律的，或以字母顺序，或以话题编排。这样有利于词以类记。想要高效地利用单词书，就要养成习惯，每天花固定的时间背单词，还要有固定的时间来复习。”

“背单词使用单词书无可厚非，但是要注意循序渐进。一个 CET-4 考不上 500 的同学，若上来便背 GRE 单词，那么效果会很有限，也记不牢靠，长此以往可能失去信心。这时，应该去背 CET-6 单词，最好挑有丰富例句的单词书。虽然例句不用背下来，但是对理解单词很有帮助。CET-6 之后可以选择 TOEFL 单词，最后才是 GRE 单词。本人就是这样循序渐进走下来的，感觉效果很好。背单词不能够一蹴而就，要有耐心，但也不能过于细水长流。一定要给自己压力，在较短时间内将一本单词书多刷几遍，这样才有效果。否则，如果花一个学期来背 CET-6 单词，效果会非常差。”



「反单词书」派

“除非是突击考试，否则不推荐抱单词书背单词。建议养成每周上外网看新闻的习惯，一边解决词汇量一边可以了解时事。同时在查单词的时候建议查英英或者英汉双解的字典（比如柯林斯），这样可以直观了解词语的用法和意思。”

“我平时记单词不是对着红宝书背，而是自己在阅读过程中发现生词，我给自己制作一个生词本，在阅读过程中发现新单词就查一下字典，然后记到上面。”

“日常的学习不建议用单词书，可以使用英英或柯林斯字典查看或背诵它的英文释义，而非中文释义，同时注重它的搭配用法。”

• 小编语：「单词书」派 VS 「反单词书」派，大家虽然有各自不同的方法，但也有共同之处——养成一种习惯。对单词书的复习习惯也好、查字典记单词的习惯也罢，要想“记得住”，都离不开“坚持”二字。让背单词、记单词成为学习的常态，在考试前辅以突击，相信就能起到理想的效果。

● 【建议】听力、口语、阅读、写作，如何有效提高？

——胡阳老师的英语学习 Tips

核心观点：“各个击破”不如打出“组合拳”

——把听力与口语相结合、阅读和写作相结合，提高综合英语能力

听力 & 口语

听力的练习分为泛听与精听，与口语练习相结合，能收到更好的效果。

• 泛听 + 口语的学习建议：每天坚持听广播（听力练习网站上的 VOA、CNN 等国外的广播，或者中国广播电台的国际频道都可以）。听后试着复述所获得的信息或中心思想。

• 精听 + 口语的学习建议：用半小时的时间反复听一段 3-5 分钟的新闻或者六级考试、托福考试的真题。做题→尝试听写→对照文本列出不熟悉的词汇→模仿发音→进行复述。

• 小编语：听力与口语的组合能大大提高练习两者的效率。泛听的材料还有很多，比如看美剧、听有声读物等都能起到泛听的效果。还可以在泛听的同时进行跟读，模仿“说”英语的语音语调、停顿等，可以培养语感和对英语发音习惯的把握。有兴趣的时候挑战一下来段美剧的配音练习也是不错的选择哦~

阅读 & 写作

小编根据胡阳老师的讲座笔记整理出来，与大家分享。



• 小编语：每一篇包含观点的阅读材料同时都是很好的观点写作练习材料。除了报刊文章，小编建议同学们还可以结合自己的专业，有选择地去阅读英语的学术期刊论文，尝试模仿经典的论文写作句式，对于以后的学术英语写作也会很有帮助。

04 英语学习资源汇总

● 校内英语学习相关资源推荐：

清华大学图书馆“新东方多媒体学习库

图书馆链接：<http://lib.tsinghua.edu.cn/database/koolearn.htm>

资源简介：目前我校读者已可学习该平台上的 80 余门课程，分别是：

- 1、出国考试类（TOEFL、GRE、GMAT、IELTS 等 考试课程以及出国考试练习集）。
- 2、国内考试类（大学英语六级相关、考研英语等）。
- 3、应用外语类（英语初级口语、英语高级口语、日语、法语、德语，课堂版新概念第三、四册、高级商务英语、英语词汇等）。

图书馆自 2016 年增订了互动口语平台和微课堂。互动口语平台包含基础口语、进阶口语、应用口语、酷学口语、应试口语、教学口语 6 大模块，课程形式包含视频课和互动专训课；总体资源量含 190 多门课程，4500 多个知识点。学习账号注册使用详见 <http://lib.tsinghua.edu.cn/info/1184/3489.htm>

● 网络英语学习资源推荐

（整理自与英语学习达人的访谈，推荐排名不分先后）

经典英语学习网站

- 可可英语：www.kekenet.com
- 普特英语听力：<http://www.putclub.com>



• 沪江英语: <http://www.hjenglish.com>

• 扇贝网: <http://www.shanbay.com> (小编注: 不仅可以在网站上学习, 还有配套的手机客户端, 背单词神器之一)

● 智能手机背单词、阅读、听力、口语练习 APP 推荐

- 拓词
- 百词斩
- 扇贝单词
- 开心词场
- 薄荷阅读 (百词斩出品)
- 芝士派 (百词斩出品)
- 英语流利说

最后, 小编想说的是, 无论是记单词, 还是提升听说读写的能力, 重在持续稳定的投入, 和长期的坚持与积累。时间和精力是种子, 种在哪儿哪儿长。祝愿大家在不断努力的过程中遇见更好的自己。

