免費 IELTS 圖書

The Band 8.0 Blueprint

在四個單項裡，7.0 和 8.0 各自差在哪裡——以及為什麼這個差距幾乎總是關於錯誤的規律，而不是知識。

freeieltsbooks.net
Free to download, free to pass on · 2026年10月

點擊這裡 https://freeieltsbooks.net/zh-hant/about/

目錄

The Band 8.0 Blueprint

Part 1 — 8.0 分到底要求什麼

1.1 偶發，且沒有規律

1.2 算術，以及為什麼在這裡一個弱項是致命的

1.3 為什麼技巧幾乎不變

Part 2 — Listening 8.0

2.1 多出來的分數要求什麼

2.2 專為 7 分聽者設的陷阱

2.3 謄寫時的準確性

Part 3 — Reading 8.0

3.1 多出來的分數要求什麼

3.2 剩下的分數到底在哪裡

3.3 讓檢查成為可能的時間預算

Part 4 — Writing 8.0

4.1 8 分段的四項標準

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

4.2 七個句子，改寫前後

4.3 去哪裡深入

Part 5 — Speaking 8.0

5.1 8 分段的四項標準

5.2 在這裡，背出來的流利是扣分項，不是加分項

5.3 口音不扣分

5.4 去哪裡深入

Part 6 — 最後那一分到底丟在哪裡

6.1 你看不見的錯誤

6.2 用力過猛

6.3 算術陷阱

Part 7 — 8.0 是不是你的目標，以及怎樣制定計劃

7.1 先做誠實的診斷

7.2 精準計劃

7.3 接下來讀哪本書

結語

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

The Band 8.0 Blueprint

從"好"到"很好"，差在哪裡

Free IELTS Books — freeieltsbooks.net 更新於 2026年10月

這本書講什麼

你已經會寫一篇好文章，也能流利地回答問題。把 7.0 和 8.0 分開的，幾乎從來不是知識上的差距——而是你的作答多常出紕漏。這本書一個單項一個單項地講清楚：多出來的那一分到底要求什麼，以及為什麼誠實的答案通常是精準和穩定，而不是更多的英語。

這本書寫給誰。 寫給手裡已經有一個紮實的 7.0 或 7.5、想再提高半分或一整分的考生。如果你還沒到這一步，這本書不是為你寫的——先讀 *The Band 7.0 Blueprint*，等那張地圖已經走在你身後、而不是還在你前面時，再回來。

這本書反覆回到的那一個觀點

7 分容忍不*頻繁*的錯誤。8 分容忍沒有*規律*的錯誤。一個考生在一篇文章或一場面試裡把同一個小錯誤犯了四次，展示出來的是一套系統；而正是這樣一套系統把分數釘在 7.0，不管它底下的觀點有多好。8 分的功夫先是診斷，然後才是補救——你得先找到規律，才能修正它；而靠重讀自己的作答，你通常找不到自己的規律。

怎麼用這本書

先讀 Part 1。它很短，講的是這樣一筆算術：在這個分數段，一個弱項是致命的，而在 7 分時並不是。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

然後按任意順序讀四個單項的章節。每一章都老實說明，技巧和 7 分時相比變化有多小——變的是你運用它有多穩定。

Part 6 是橫跨四個單項的診斷。Part 7 問的是大多數衝 8.0 的備考材料都跳過的那個問題：8.0 是不是你真正需要的分數？問完之後，才轉入計劃。

一句實話

在一個單項上拿到 8.0，可以是一個快速、集中的項目。具體到 Writing 要做到這一點，對大多數人來說是個長期項目——要以月計，而不是以周計。這本書不會假裝不是這樣，也不會承諾你一個分數。它能做的，是準確地告訴你這個標準要求什麼。

© 2026 OurSharedCode — freeieltsbooks.net。本書為獨立出版物，為教育目的免費發行。

IELTS® 是 British Council、IELTS Australia Pty Ltd（IDP Education 旗下）與 Cambridge English（隸屬於 Cambridge University Press & Assessment）的註冊商標——三方合稱「IELTS Partners」。本出版物及其作者與 IELTS Partners 無任何隸屬、贊助、認可或批准關係；「IELTS」出現在書名與正文中，僅為說明本書的主題。

書中所有題目、範文與講解均為作者原創；未轉載任何 IELTS 官方材料。有關考試的最新官方資訊，請造訪 ielts.org。

你可以在保持完整、未經修改的前提下自由分享本書。本書不得出售。自願捐助僅用於支付託管、域名與翻譯費用；所有資料均不出售，捐助與 IELTS Partners 無任何關聯。

Part 1 — 8.0 分到底要求什麼

1.1 偶發，且沒有規律

6 分以上的每一個分數都容忍一定的錯誤。分數之間變的，是容忍哪一種錯誤。

7 分的答案可以有時不時冒出來的錯誤，零零散散，背後沒有規律。8 分的答案要求錯誤不只是零散——還要*沒有規律*，也就是說，考官沒法從上一個錯誤預測出下一個。看兩段錯誤數量相同的文字：

> The company invested heavily on new equipment, and it's revenue growth was reported by analysts to be strong for the third consecutive quarter, a trend that most economist agree is likely to hold.

> The company invested heavily in new equipment, and its revenue grew for the third consecutive quarter, a trend most economists agree is likely to continue — though one analyst warned the pace may not be sustained if borrowing costs rise again next year.

第一段有三個各不相同的錯誤。三個都出自同樣兩個習慣：固定搭配後面的介詞用混，以及名詞和依附於它的詞之間失去一致（*it's* 代替了 *its*，*most economist* 代替了 *most economists*）。考官再讀這位作者三句話，就已經能猜到下一個錯誤會出在哪裡。第二段更長，也更有野心。即便它有個小失誤，這個失誤也不會重複——從它身上看不出下一句會錯在哪裡。這種區別，而不是錯誤的絕對數量，構成了 7.0 和 8.0 之間差距的大部分。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

1.2 算術，以及為什麼在這裡一個弱項是致命的

你的總分仍然是四個單項分數的平均值，再取整，和 7 分時完全一樣——*The Band 7.0 Blueprint* 的 §1.2 講了取整規則，這裡不再重複。變的是目標平均分：總分 8.0 需要平均分達到 7.75 或以上，而 7.75 幾乎沒有留下餘地。

Listening	Reading	Writing	Speaking	平均分	總分
8.0	8.0	8.0	7.0	7.75	**8.0**
8.0	8.0	7.0	7.0	7.5	**7.5**
8.5	8.5	7.0	8.5	8.125	**8.0**

第二行值得好好琢磨。兩個單項穩穩地在 8.0，兩個單項是完全體面的 7.0，總分仍然差了整整半分。在 7 分段，一個強項真有餘地帶動一個弱項——*The Band 7.0 Blueprint* 的 §1.3 講過，一位 Speaking 7.5 的考生，和另外三個 6.0–6.5 的單項放在一起，平均下來總分仍是 6.5 或 7.0。到了 8 分段，強項已經沒有地方可以再往上走，所以決定結果的是那個弱項。只要有一個單項低於 7.5，通常就足以給整個成績封頂，不管另外三項有多強。

1.3 為什麼技巧幾乎不變

這是說實話的一頁，值得在進入四個單項的章節之前直白地說出來：從 7 分到 8 分，要你*做什麼*一點都沒變。同樣六種 Listening 題型，同樣十一種 Reading 題型，同樣四項 Writing 和 Speaking 標準，同樣的評分方案——全都一模一樣。沒有人會給 8 分的考生髮一份不同的試卷。

變的是在真實時間壓力下的執行率。一位 7 分的寫作者在集中精力時能寫出一篇好文章。一位 8 分的寫作者能穩定地寫出接近這個水準的東西，包

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

括在他疲憊、時間不夠、或者碰到一道沒準備過的題目的那一天。這不是一項新技能——而是舊技能在專為讓它出錯而設計的條件下依然撐得住。接下來的每一章，其實都是同一個問題換四種方式來問：是什麼讓這個單項的執行在壓力下保持完整，而不是一點點散開。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 2 — Listening 8.0



2.1 多出來的分數要求什麼

任何地方都沒有公佈過一張固定的表，能把 Listening 的原始分換算成分數。IELTS 沒有公佈這樣的表，而且具體的換算每次考試都會略有浮動，這樣某一套題稍難一些，也不會悄悄地懲罰所有考這套題的人。作為一個可用的近似值，Listening 從 7 分到 8 分，大致就是從答對 30/40 左右，到答對 34 或 35 道左右的差別——四十道題裡多對四五道。把它當作一個要超過的目標，而不是一條刻在石頭上的門檻。

四五道題聽起來不多。這種印象有誤導性，因為它們差不多就是整套題裡最難的五分——一個合格的 7 分聽者已經會答錯的那些題，而且答錯是有原因的，不是碰巧。

2.2 專為 7 分聽者設的陷阱

The Band 7.0 Blueprint 的 §2.2 用直白的話講了四個 Section 各自考什麼——那些描述在這裡不變。變的是，在這個水平上，這些 Section 裡真正讓你丟分的是哪些失誤。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

被更正的資訊。 說話人先說出一個細節，然後又更正它——"the meeting's on Thursday… actually, can we make that Friday instead"——而題目要的是更正後的版本。一個聽到第一個答案就寫下來、接著往下走，而不是先輕輕記著、等這句話說完的聽者，這道題每次都會丟。這是 Section 1–2 最常見的陷阱之一，而一旦你知道它會來，防範它不費吹灰之力。

聽起來合理、實際錯誤的近義詞。 一段講座接連提到三個相關的概念。題目的正確答案是第二個被提到的，而不是第一個——第一個在意思上足夠接近，一個只在找"差不多那樣的東西"的聽者會一把抓住它，不再去聽真正的答案。

Section 4 的密度。 一個人講，一段學術獨白，沒有第二個聲音來放慢節奏，也沒有人換個說法把意思重說一遍。7 分的聽者熬過 Section 4 的辦法是不在那裡丟掉三道題。8 分的聽者對 Section 4 的預判——在錄音開始之前讀題，猜出每個答案大概是什麼樣子——和對較容易的 Section 一樣認真。剩下的分數，真正就在那裡。

2.3 謄寫時的準確性

拼寫、單複數，以及題目要求的確切數字或日期格式——這些做對不需要任何成本，卻在不成比例的程度上決定了你是 35 還是 31。一個在概念上正確、但拼錯了的答案，或者錄音裡說的是複數、你寫成單數的答案，都算錯。這是全書最清楚的例子，說明有的分數根本不是知識上的差距：聽者聽對了，卻在寫下來的時候丟了分。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 3 — Reading 8.0



3.1 多出來的分數要求什麼

Part 2 裡的那條提醒在這裡同樣適用，而且更要緊。IELTS 也沒有為 Reading 公佈固定的原始分換算表，而且 Academic 和 General Training 用的不是同一個分數尺度。*Reading 7.0: The 30/40 Question-Type Priority Map* 把 40 道答對 30 道作為 Academic Reading 7 分的可用數字。升到 8 分，大致就是從這個數字到答對 34 或 35 道左右的差別——同樣，這是一個要超過的近似值，而不是一條要精確踩中的線。

General Training Reading 是另一回事，值得直白地講出來，而不是把它平均掉。 General Training 的文章總體上更好讀，所以它的分數尺度在高分段被壓縮了。要拿到 8 分，它通常需要比 Academic 明顯更高的原始分——常見的說法是 40 道里要答對三十七八道甚至更多，而不是 Academic 要求的三十四五道。如果你考的是 General Training，不要借用 Academic 尺度的目標。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

3.2 剩下的分數到底在哪裡

The Band 7.0 Blueprint 的 §3 把那個反覆出現的失誤稱為 6.5 到 7.0 的分界線——True/False/Not Given 的混淆，以及沒認出同義改寫、只去找原詞匹配——這個失誤到了 8 分並不會消失。它只是更難發現：涉及的同義改寫離原文的措辭更遠，而 Not Given 的情況被設計得看起來像 False。在 Reading 拿到 8 分的考生，通常已經不再把“文章沒說相反的話”和“文章根本沒說這件事”當成同一種失誤。它們是不同的答案，把兩者混為一談，仍然是丟掉一道自以為穩拿的分的最常見方式。

3.3 讓檢查成為可能的時間預算

在 7 分段，做完三篇文章還有時間檢查答案，是錦上添花。在 8 分段，它幾乎是必需的：剩下的分數，在不成比例的程度上獎勵的是第二遍查看——一個只在重讀時才注意到的同義改寫，一個第一遍看起來像 False 的 Not Given。一個做完第三篇時已經沒有時間的讀者，實際上已經放棄了好幾道這個分數段所依賴的分，不管他的理解力實際上有多強。

Reading 7.0: The 30/40 Question-Type Priority Map 完整地講了十一種官方題型，這裡不再重複——每種題型的細節去那本書裡看。這本書補充的是這樣一個觀察：在 8 分段，節奏上的自律和技巧同樣重要。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 4 — Writing 8.0

4.1 8 分段的四項標準

The Band 7.0 Blueprint 的 §4.1 介紹了本書同樣使用的四項標準。下面講的是每一項在分數頂端有什麼變化，而不是把那段介紹再重複一遍。

Task Achievement / Task Response（任務完成情況 / 任務回應）—— 在 7 分，立場清楚，並堅持到底。在 8 分，回應還要用超出那個顯而易見的第一反應的觀點來展開這個立場，並且面對題目真正的複雜程度，而不是把它當成比實際更簡單的題。7 分的文章正確地回答了題目。8 分的文章還讓考官看到：它注意到這道題不止一面值得討論。

Coherence and Cohesion（連貫與銜接）—— 在 7 分，讀者能以正常速度讀一遍就跟上。在 8 分，組織得足夠巧妙，讀者根本意識不到它的存在——沒有看得見的連接腳手架，沒有哪個段落在宣佈自己的結構。銜接靠的是觀點本身的邏輯，而不是縫在觀點之間的連接套話。

Lexical Resource（詞彙資源）—— 這是今晚就值得帶進你自己寫作裡的具體標誌：在 7 分，用詞通常準確，偶有失誤。在 8 分，不常見和較不常見的詞彙用得完全靈活、精準，包括對搭配（collocation）的自然語感——本該在一起的詞，用在一起，毫不費力。

Grammatical Range and Accuracy（語法多樣性與準確性）—— 和上面一樣的標誌：在 7 分，無錯誤的句子很常見。在 8 分，文章裡的**大多數**句子沒有錯誤。這是一個今晚就能拿你上一篇文章來數一數的數字，比任何關於“range”（多樣性）的描述都更有用。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

4.2 七個句子，改寫前後

下面每一組，都從一個放在 7 分文章裡毫不違和的句子開始，把它改寫得更接近 8 分的回應會有的不同做法。這裡的每個句子都是為這本書寫的。

1. *7 分：* "Many people think that social media has a bad effect on young people." *8 分：* "Critics of social media most often point to its effect on adolescents' attention spans, though the evidence for this specific claim is less settled than the public debate suggests."

2. *7 分：* "This essay will discuss both sides and give my opinion." *8 分：* "This essay weighs the economic case for the policy against its social cost before arguing that the latter has been consistently underestimated."

3. *7 分：* "The government should invest more money in public transport because it is good for the environment." *8 分：* "Investment in public transport pays off environmentally only if it is paired with policies that make driving less convenient — infrastructure alone rarely shifts behaviour on its own."

4. *7 分：* "In conclusion, technology has both advantages and disadvantages." *8 分：* "The advantages of remote work are real, but they accrue unevenly — disproportionately to employees who already had the most flexibility to begin with."

5. *7 分：* "Some people say that university education is very important for getting a good job." *8 分：* "A university degree still correlates with higher lifetime earnings, though that correlation has weakened for graduates entering fields where the underlying skills can now be learned outside a degree program."

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

6. *7 分：*"This can cause a lot of problems for the environment." *8 分：*"The cumulative effect is difficult to reverse once the underlying habitat has been fragmented rather than merely reduced."

7. *7 分：*"I agree with this statement because it has many benefits." *8 分：*"The claim holds for most cities but breaks down in places where the infrastructure it assumes was never built in the first place."

4.3 去哪裡深入

文章結構本身在不同分數之間並不變——8 分的文章遵循的，就是 *Band 7 Writing Task 2* 教的那個形狀：立場清楚，每個主體段展開一個觀點，結尾重申而不是引入新內容。講結構，那本書仍然是該讀的書。本網站目前還沒有專門講 Writing 8.0 的書。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 5 — Speaking 8.0



5.1 8 分段的四項標準

The Band 7.0 Blueprint 的 §5 介紹了本書同樣使用的四項 Speaking 標準。

Fluency and Coherence（流利度與連貫性）—— 在 7 分，說話流暢但有些猶豫，大多是在找合適的想法，而不是找合適的詞。在 8 分，猶豫很少，而且即使出現，也是和內容有關的——考生停下來，是在想一件真正值得說的事，而不是在搜尋基礎詞彙。

Lexical Resource（詞彙資源）—— 和 Part 4.1 一樣的標誌：靈活、精準地使用較不常見的詞彙，包括自然地使用習語，而不是為了展示詞彙量硬塞進去。

Grammatical Range and Accuracy（語法多樣性與準確性）—— Part 4.1 那個可以數的目標在這裡同樣適用：明顯多數的句子沒有錯誤，而且用的是真正多樣的句式，而不是反覆使用一兩個保險的句型。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Pronunciation（發音）—— 有效地運用多種發音特徵，只是偶有失誤。這和口音不是一回事，下一節會直接講明。

5.2 在這裡，背出來的流利是扣分項，不是加分項

一段背好的答案，可以輕鬆地把考生帶到 7 分——它流利，語法乾淨，而一位忙了一整天的考官未必總會追問到它背後。到了 8 分，它往往反過來對考生不利。真正即興的說話有一種特別的質地——自然的自我糾正，想法隨著句子推進而展開、而不是事先成形，在合乎情理的地方有小小的停頓。背出來的答案缺少所有這些，而一位受過評估即興語言訓練的考官，即便語言本身準確，也會注意到這些東西的缺失。解決辦法不是讓自己聽起來不那麼流利——而是真正地實時思考，而不是調出一段存好的答案；這和英語好不好是兩種不同的能力。

5.3 口音不扣分

這一點值得說得斬釘截鐵，因為在正好處於這個水平的考生當中，這是一個頑固又打擊人的誤解。Pronunciation 評的是聽的人能多輕鬆地聽懂你，以及你能掌控多少種不同的發音特徵——而不是你聽起來有多像某一種母語口音。一個帶著濃重但清晰可懂的非母語口音的考生，能夠、也確實會在 Pronunciation 上拿到 8 分或更高。這項標準並不獎勵你去追一種別的口音；花在模仿別人上的時間，就是沒花在真正算分的可懂度和多樣性上的時間。

5.4 去哪裡深入

IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3 講了三個部分的結構，而結構在不同分數之間並不變——講結構和逐個部分的技巧，那本書仍然是該讀的書。本網站目前還沒有專門講 Speaking 8.0 的書。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 6 — 最後那一分到底丟在哪裡

上面四章各看一個單項。這一章把四個單項放在一起看，看那些專門在這個水平上出現、而在 7 分時並不以同樣方式出現的失誤。

6.1 你看不見的錯誤

Part 1.1 的整個區分——偶發且沒有規律，還是有規律——帶來一個讓人不舒服的後果：系統性的錯誤，犯錯的人自己是看不見的。如果你總是把兩個介詞用混，你在寫或說的時候不會覺得那是個錯誤，因為在你聽來，它每一次都是對的。重讀自己的文章，找到的是你注意得到的錯誤；它沒法可靠地找到你注意不到的那些，因為製造了這個錯誤的那個盲點，正是在做檢查的那個盲點。

這就是為什麼 8 分的備考先是診斷，然後才是補救。一份跨越好幾次作答記下來的錯誤日誌——不是一篇文章，而是好幾篇——才能把看不見的規律變成看得見的規律。一個在單篇文字裡看起來隨機的錯誤，一旦你能把五篇並排放在一起看，往往會發現它在重複。如果身邊沒有老師或考官能直接指出這個規律，也可以通過有結構的自我檢查達到同樣的效果：把好幾次作答相互對照，而不是孤立地一篇一篇讀。

6.2 用力過猛

Lexical Resource 獎勵的是用得準確的不常見詞——而不是用了不常見詞就行。一個考生去夠一個自己並不完全有把握的漂亮詞，指望"嘗試了"總能算點什麼，通常是失大於得。一個用錯的生僻詞，讀起來比一個用好的常見詞更糟，因為它傳遞的是不確定，而不是詞彙量。這種失誤在 7 分時幾乎不存在，因為 7 分的考生根本還沒開始去夠那樣的詞彙。它恰恰在考生開始有意識地想讓自己聽起來更高級的那個時候變得常見——正是這一"夠"，帶來了風險。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

6.3 算術陷阱

Part 1.2 用數字把這一點講得很具體；這裡講的是產生那些數字的行為。一個考生花一個月集中練習，把一個本來就強的單項從 8.0 往 8.5 打磨，卻放著一個 7.0 的單項不動——而他的總分一點都沒變，因為平均分從來就不是被那個強項限制的，而是被那個弱項限制的。

這和 *The Band 7.0 Blueprint* 的 §6.3 描述的陷阱正好相反：在那裡，一個強項可以掩蓋三個弱項，而無論往哪個方向，平均分都不會動太多。到了 8 分段，算術是反著來的：強項裡已經沒有餘量可供躲藏，所以誠實的做法幾乎總是把這個月花在你最不喜歡練的那個單項上。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 7 — 8.0 是不是你的目標，以及怎樣制定計劃

7.1 先做誠實的診斷

在任何計劃之前先問：8 分真的服務於你需要它的用途嗎？你需要的是*總分*達到它，還是*某一個具體單項*達到它？這是兩個不同的項目，時間線也不同，把它們弄混會白白耗掉好幾個月。

很多讓人一開始就去追 8 分的要求——某所大學的錄取門檻、某個職業註冊機構、某個按積分評估的簽證類別——要的是某個具體的單項分，而不是總分。“只要 Writing 8.0，其他的保持原樣就行”，是一個比“總分 8.0”更窄、也更容易達到的目標；圍繞兩者中錯的那一個來制定計劃，會浪費實實在在的時間。在認定是總分之前，先查清楚你真正要達到的要求。

同樣值得誠實地問一問：8.0 到底是不是正確的目標。對相當一部分讀者來說，7.0 已經滿足了他們實際面對的要求，多出來的那一分除了一段更長、更艱苦的備考期之外，什麼也換不來。這本書沒法替你回答這個問題——它完全取決於這個分數是拿來做什麼的——但這個問題值得你認真地回答，在把好幾個月投進去彌補一個你本來不需要彌補的差距之前。

7.2 精準計劃

這一節給你的不是學習日程表——那是另一種書，不是這本書的任務。下面給出的，是一個從 Part 1 的核心觀點出發建立起來的方法。

第 1 步——在計時、誠實的條件下建立基線。 不是不計時的練習，也不是你可以無限修改的作品。一次完整的作答，按真實的時間限制，儘可能接近考試條件。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

第 2 步——至少在三次作答中，按類型記錄每一個錯誤，而不是一次。一篇文章或一場面試，分不清真正的規律和普通的噪音；三次或更多次作答，並排記錄下來，通常就分得清。

第 3 步——找出規律。 在日誌裡找出重複次數最多的兩三類錯誤。這些就是你的系統性錯誤——Part 6.1 說過，靠重讀單篇作答你沒法可靠地找到它們。

第 4 步——修正規律，而不是修正個例。 改正那個寫錯的具體句子，對下一句毫無幫助。弄明白這個規律為什麼會出現——一條你只學會了一半的規則，一個你因為沒把握而回避的結構——才是真正能推動分數的東西。

第 5 步——複測，然後從第 1 步重新開始，建立一條新的基線。如果第 3 步找出的規律不再出現，就轉向清單上的下一個。如果它還在，那麼在往下走之前，這個計劃需要再跑一輪，而不是單純增加練習量。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

7.3 接下來讀哪本書

你的情況	接下來讀什麼
還沒有紮實的 7.0–7.5	*The Band 7.0 Blueprint*——從那裡開始；這本書默認你已經過了那個階段
要補的單項是 Writing	講結構讀 *Band 7 Writing Task 2*（結構在不同分數之間不變）；Writing 8.0 的書尚未出版
要補的單項是 Speaking	講結構讀 *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3*（結構在不同分數之間不變）；Speaking 8.0 的書尚未出版
要補的單項是 Listening 或 Reading	本網站還沒有專門的 8.0 書——運用上面的 Parts 2–3 和 7.2 的方法
手裡已經有一個真實的 7.5，想再提高半分	*The 14-Day Polish*——按固定的十四天日程，把上面第 1–5 步的方法跑兩遍
還在決定 8.0 是否值得花這個時間	本網站尚未出版

在認定情況一直如此之前，先去 **freeieltsbooks.net** 看看——本網站還在不斷加新書。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

結語

現在你知道了，為什麼 7.0 到 8.0 的差距幾乎總是關於錯誤規律，而不是知識；這一點在四個單項裡各自意味著什麼；那些只在這個水平上出現的失誤；以及 8.0 對於你真正需要的東西來說，到底是不是正確的目標。

Part 7.2 的計劃並不快。它是 7 分以上每一個分數都要求的那筆誠實的交換：作答次數更少、更有針對性，並且檢查得足夠仔細，能看見你自己一個人看不見的東西。

祝你考試順利。

關於這些書

點擊這裡 https://freeieltsbooks.net/zh-hant/about/

這本書是免費的。它就是為了送出去而寫的，你可以把這個文件轉給任何正在備考的人——同學、學習小組、老師。不需要許可，也不需要付費。

更多免費書在 **freeieltsbooks.net**。

下週再來

趁現在還想著，把地址記下來：**freeieltsbooks.net**

把它存進書籤，或者在手機上設一個下週的提醒——我們還在加新書。網站上會顯示最後更新的日期，你一眼就能看出上次來過之後有什麼變化。

沒有什麼要註冊的，也不用留電子郵件。提醒是你自己的，在你自己的手機上——那是我們聯繫你的唯一方式，我們也更願意這樣。

本版更新於 2026年10月。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

點擊這裡 https://freeieltsbooks.net/zh-hant/about/

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

本書中的每一個例子和每一張演示表格都是為它而寫的。此處未複製任何官方考試材料。