免費 IELTS 圖書

Speaking 7.0: What "Fluent Enough" Actually Sounds Like

7 分照樣會停頓，照樣會找詞，照樣會自我糾正。帶標註的轉寫稿逐項告訴你，6 分和 7 分之間的線到底在哪裡。

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

Speaking 7.0: What "Fluent Enough" Actually Sounds Like

Part 1 — “足夠流利”是一條線，不是一種感覺

1.1 越過概述，看四項評分標準

1.2 7 分仍然允許什麼

1.3 怎麼讀轉寫稿

Part 2 — 2026 年的變化——Speaking 自己的版本

2.1 這次變化唯一不碰的單項

2.2 從 Speaking 的角度看 One Skill Retake

Part 3 — Fluency and Coherence：線在哪裡

3.1 不花任何代價的停頓

3.2 修補與重來

3.3 往前推進的長回答，和原地打轉的長回答

3.4 口語標記，而不是書面連接詞

3.5 速度不是目標

Part 4 — 另外三項標準：怎樣才算“夠”

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

4.1 Lexical Resource：繞著說出想不起的詞

4.2 Grammatical Range and Accuracy：幾個基礎錯誤，照樣可以是 7 分

4.3 Pronunciation：不費力就能聽懂

Part 5 — 拆解一個回答

5.1 問題

5.2 6.5 分的回答

5.3 同一個回答，7 分版

5.4 逐項看改了什麼

5.5 用上那個檢驗

Part 6 — 在自己的錄音裡聽出那條線

6.1 寫下三十秒

6.2 檢查每一次停頓和糾正

6.3 計數說明了什麼

結語

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Speaking 7.0: What "Fluent Enough" Actually Sounds Like

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

這本書講什麼

問一個 6.5 分的考生，7 分的口語聽起來是什麼樣，大多數人描述的都接近完美：沒有停頓，沒有錯誤，又快又順，也許還帶著一口像母語者的口音。7 分不是那樣的。它照樣會停頓。它照樣時不時要找詞，照樣會自我糾正，照樣偶爾犯個基礎錯誤。它不會做的，是讓聽的人跟丟。

這本書講的就是這條線。不講 Speaking 裡會出什麼錯——本網站上的其他書已經講過了——而是講"足夠流利"（"fluent enough"）到底在哪裡，用一段段簡短、聽起來很真實的口語轉寫稿來展示，停頓一個不落。每一組都把同一個時刻呈現兩次：一次的說法大概能拿 6 分，一次的說法大概能拿 7 分。兩個版本都有停頓。區別在於停頓之後發生了什麼。

這本書不講什麼

它不是一門 Speaking 課程，也不重複本網站上已經講 Speaking 的三本書。*The Band 7.0 Blueprint* 用平實的話講解了四項評分標準和口語考試的三個部分。*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 給出了每個部分的範例回答，以及讓人停在 6 分的六個習慣。*The 9 Wrong Speaking Habits* 又從考官的角度點出了另外九個。那幾本書講的是錯誤。這本書講的是那條線；某個錯誤更該放在那邊講時，它會把你指過去。

它不講 Listening、Reading 或 Writing。這幾項在本網站上各有專門的書：*Listening 7.0: The 30-Correct-Answers Playbook*、*Reading 7.0:*

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

The 30/40 Question-Type Priority Map 和 *Writing 7.0: The Four Criteria, Decoded Sentence by Sentence*。這本書只講 Speaking。

這本書唯一的承諾

7 分的 Speaking 不是打磨得完美無瑕的英語。這本書用一段段轉寫稿告訴你，6 分和 7 分之間的線實際在哪裡，好讓你不再追求完美，而是去練那件真正壓住你分數的事。書中沒有任何一個做法號稱能保證某個分數。四項評分標準由受過訓練的考官根據整場考試來判斷，只有官方成績才能告訴你真實的水平。

開始之前要知道的一件事

這本書裡的每一道題、每一段轉寫稿都是專門為它寫的。其中沒有任何一道是真實的 IELTS Speaking 考題、話題卡或考官評語，也沒有任何一段是對它們的近似照搬。本書解釋的評分描述（band descriptors）公佈在 ielts.org 上；這裡只用平實的話解釋它們，不照錄原文。

© 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。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 1 — “足夠流利”是一條線，不是一種感覺



1.1 越過概述，看四項評分標準

Speaking 按四項標準評分：Fluency and Coherence（流利度與連貫性）、Lexical Resource（詞彙資源）、Grammatical Range and Accuracy（語法多樣性與準確性），以及 Pronunciation（發音）。*The Band 7.0 Blueprint* 的 Part 5 已經用平實的話逐一講解過，這本書不再重複。在這裡，比起這些標準叫什麼，更重要的是關於它們怎麼用的三個事實。

四項權重相同。考官給四項各打一個分，你的 Speaking 分數由它們的平均得出，ielts.org 對評分方式的說明也是這樣講的。流利度不比語法更值錢。發音也不比詞彙更值錢。

它們是根據整場考試來判斷的。評分描述附帶的說明指出，分數反映的是你在三個部分裡的整體表現。它不是你最好的那個回答，也不是你最差的那個。一個糟糕的 Part 1 回答定不了你的分數。一個在每個部分都出現的習慣才定得了。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

一個分數段的要求必須全部達到。同一份說明還指出，說話人必須展現出某個分數段的全部正面特徵，才能得到這個分數。某一項“大體上像 7 分”，在這一項上就是 6 分。

單憑算術就能得出一點。如果一項是 6 分，兩項是 7 分，那麼第四項必須達到 8 分，四項的平均才是 7 分。這條路很難走。通常更現實的做法，是找出把你壓在 6 分的那一項，把它提高一個分數段。要做到這一點，你需要確切知道每一項裡 6 分和 7 分之間的線在哪裡。這本書就是為此而寫的。

1.2 7 分仍然允許什麼

去讀 ielts.org 上 7 分的評分描述，你會發現一份清單，上面列的正是許多 6.5 分的考生拼命想去掉的東西。說白了，一個 7 分的說話人仍然可以：

- 停下來找一個詞，哪怕是在句子中間；
- 一邊想一邊重複某個詞；
- 自我糾正；
- 犯幾個基礎的語法錯誤；
- 偶爾用一個不太貼切的詞；
- 有口音。

這些都不會讓你丟掉 7 分。7 分的 Fluency and Coherence 評分描述說，猶豫、重複和自我糾正仍然可能出現，而且常常出現在句子中間，那時說話人正在找合適的表達。它補充的是：這些不會破壞連貫，聽的人仍然跟得上。而在 6 分，同一項描述說，連貫性有時可能因為它們而丟失。

區別就這麼多，而且很窄。不在於你停不停頓，而在於這個停頓讓聽的人付出了什麼。所以這本書從頭到尾，對每一次停頓、每一次糾正，都用同一個檢驗：

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

檢驗：*這句話說完了嗎？它的意思還是原本想說的那個嗎？*

如果答案是肯定的，這個停頓就沒讓你付出任何代價。如果這句話被丟下了，或者說到一半變成了另一句話，聽的人就有那麼一會兒斷了線。那就是 6 分的描述，不管停頓有多短。

8 分又更進一步。在那個分數段，大多數停頓是在想接下來*說什麼*，而不是在找詞把它說出來。拿 7 分不需要做到這一點。

1.3 怎麼讀轉寫稿

寫在紙上的話，通常看起來比說出來時乾淨。這本書裡的轉寫稿反其道而行：它們把停頓和糾正放回去，好讓你看得見。

- **...** 表示短暫的停頓。
- **[pause]** 表示長停頓，是聽的人會注意到的那種。
- **—** 表示說話人在這裡中斷，然後修正一個詞，或者從頭再來。
- *um*、*er* 這類填充詞，照說出來的樣子寫下。

每一組都把同一個時刻呈現兩次。**6 分的說法**是一個可信的版本，落在線的錯誤一側。**7 分的說法**也是一個可信的版本，落在線的正確一側。兩者都有停頓。每一段先用正常語速大聲讀出來，再讀下面的說明。

每一段轉寫稿都是為這本書寫的。它們展示的是線在哪裡。它們不是評過分的樣本，也沒有考官給它們打過分。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 2 — 2026 年的變化——Speaking 自己的版本



The Band 7.0 Blueprint 講了這次變化本身：紙筆考試從 2026 年年中起逐步取消，時間表因市場而異。這本書不重複這些。這一部分只講這次變化對 Speaking 意味著什麼——比你想的要少。

2.1 這次變化唯一不碰的單項

Listening、Reading 和 Writing 改變的是你作答的方式。Speaking 不變。它從來就不是紙筆考試。它仍然是與一位受過訓練的考官進行的一場錄音對話，時長 11 到 14 分鐘，分三個部分。考試以面對面或視頻通話的方式進行；IELTS Online 則通過視頻通話。它可能和其他三個單項在同一天，也可能在它們之前或之後最多一週。

這本書裡沒有任何內容取決於你用哪種方式考。6 分和 7 分之間的線，在考場裡和在屏幕上，位置都一樣。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

2.2 從 Speaking 的角度看 One Skill Retake

這次變化確實觸及 Speaking 的一個決定。One Skill Retake（單項重考）讓你可以單獨重考一個單項，包括 Speaking，而不必重考整場。本書對照 ielts.org 核實時，主要條件如下：

- 必須在原考試後 60 天內參加；
- 每一場原考試只能用一次；
- 原考試必須是在提供重考的考點參加的完整 IELTS on computer（機考）考試，所以隨著紙筆考試取消，會有更多考生滿足這個條件；
- 並不是每個機構都接受重考成績，所以先向你要申請的機構確認；
- 你會拿到一份新的 Test Report Form（成績單），上面有你的重考成績和原來另外三個單項的成績，你可以選擇寄送哪一份成績單。

這對本書的意義很簡單。Speaking 重考是同一個說話人的第二段錄音。如果把你壓在 6 分的那個問題沒有改變，第二段錄音很可能會再次暴露它。只有當你說得出自己修好了什麼時，重考才值得預約。這本書接下來的內容，就是幫你把它找出來。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 3 — Fluency and Coherence：線在哪裡

Fluency and Coherence 是大多數 6.5 分考生用錯力氣的地方。他們聽到“fluency”（流利），想到的是“不停頓，再快一點”。7 分的評分描述要的是別的東西：長回答說得不顯吃力，聽的人始終跟得上。這一部分展示 6 分和 7 分之間的線所在的五個地方。每一處都有一組轉寫稿和一個具體做法。

3.1 不花任何代價的停頓

在 7 分，為了找詞而停頓是允許的，哪怕是在句子中間。關鍵在接下來的那一秒。要麼詞來了，句子接著往下說；要麼句子被丟下，開始說別的。

Part 1 問題：How do you usually get to work or to class?

6 分的說法："I usually take the bus, because it's, um ... [pause] Yes, the bus is good. Sometimes I walk."

7 分的說法："I usually take the bus, because it's ... it's cheaper than the train, and it stops right outside my building, so it's hard to beat, really."

兩位說話人都在同一個地方停了下來，都在找那個理由。第一個回答裡，理由始終沒有出現。說話人用一句保險的話填上空當，就往下說了，而聽的人還在等“because it's”說完。第二個回答裡，停頓比說話人自己希望的要長，思考時甚至還重複了一個“it's”。但這句話說完了，而且意思還是原本想說的那個。那個停頓沒花任何代價。

具體做法：在句子中間停頓時，把你開了頭的那句話說完，哪怕用的詞比你想要的那個更樸素。“Because it's cheaper”是一個完整的理由。被丟下的“because it's ...”不是。如果填充詞在取代你的思考，而不是在掩護它，

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

那是另一個問題，*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 的第 4.3 節專門講它。

3.2 修補與重來

在 7 分，自我糾正是允許的。評分描述列出的仍可能出現的情況裡，就有自我糾正。但糾正分兩種。修補是改掉一個詞，然後接著說同一句話。重來是丟下這句話，另起一句。前者讓聽的人一直跟著你。後者讓他們也得跟著從頭開始。

Part 3 問題：Why do some people prefer small local shops to big supermarkets?

6 分的說法："Because in small shops the people are more ... they know you. No — I mean, big supermarkets are cheaper, of course, but some people don't like them. They are too big and, um, too crowded."

7 分的說法："Mostly because the staff know you. Well — not know you, exactly, but they recognise you, and they remember what you bought last time. You don't get that in a big supermarket, even if it's cheaper."

兩位說話人都糾正了自己一次。第二個回答裡，“know you”變成了“recognise you”，回答順著同一個意思往下走，這次糾正甚至讓它更準確了。第一個回答裡，“No — I mean”沒有修正某個詞。它把整個回答換成了另一個——關於超市價格的——聽的人現在得自己琢磨，說話人到底想說哪一點。

具體做法：糾正自己時，換掉的是詞，不是句子。說出那個更好的詞，然後從原來的地方接著說。如果你發現自己幾乎每句話都在糾正，去看 *The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.4 節講的過度糾正的惡性循環。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

3.3 往前推進的長回答，和原地打轉的長回答

6 分和 7 分的評分描述，描述的都是一個能一直說下去、給出長回答的說話人。所以長度不是區別所在。許多 6.5 分的考生學過“回答一定要展開”，他們也確實展開了。但他們展開的辦法，是換個說法把同一件事再說一遍。7 分的回答變長，靠的是添加東西：一個理由、一個例子、一個對比、一個結果。

Part 1 問題：Do you like living in a big city?

6 分的說法："Yes, I like it very much. I think living in a big city is very good, because there are a lot of things to do. In the city there is always something to do, so you never get bored. That's why I like living in the city."

7 分的說法："Mostly, yes. There's always something going on, so I'm never bored. The downside is the rent ... it's ridiculous. I'm paying nearly half my salary for quite a small flat. So I like it, but I'm not sure I'll stay forever."

兩個回答長度差不多。第一個只有一個意思——有很多事可做——說了四遍。第二個有三個：有很多事可做，房租是個問題，所以說話人可能不會一直待下去。每一句都把回答往前推了一步。第二個回答也有停頓（“the rent ...”），它仍然是更強的那個。

具體做法：在長回答裡，說每一個新句子之前都問自己：這句是在添加東西，還是在重複？如果是重複，就改成添一個理由、一個例子，或者一個“but”。展開回答這個習慣本身，在 *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 第 0.3 節裡講過。這一節只負責檢查多出來的句子有沒有添加東西。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

3.4 口語標記，而不是書面連接詞

7 分的評分描述要求靈活使用*口語*中的話語標記和連接詞。“口語”這個詞很關鍵。許多 6.5 分的考生把 Writing 裡的連接詞帶進了 Speaking：firstly、secondly、in addition、to sum up。這些詞一說出口，聽起來就像在唸一篇作文。它們沒有錯。只是對一場對話來說，它們是不對路的英語，而且它們大多是在開啟要點，而不是把要點連起來。

Part 3 問題：Is it better to learn a new skill from a teacher or from videos online?

6 分的說法："Firstly, a teacher can correct your mistakes. Secondly, the videos are free, so they are cheaper. In addition, you can watch videos any time. To sum up, both have advantages and disadvantages."

7 分的說法："It depends on the skill, really. With something like a language, a teacher's better, because they'll actually notice your mistakes. But for something practical, like fixing a bike, I mean, a video's fine. You can pause it, watch the tricky part again … that kind of thing."

第一個回答條理清楚，而問題恰恰出在這裡：它是按作文的方式組織的。“Firstly”“Secondly”“In addition”和“To sum up”各自開啟一個新要點，卻沒有一個把兩個要點連起來，最後一句也根本沒有表明立場。第二個回答用的是口語裡真正會用的小詞，比如“really”“I mean”和“that kind of thing”。它的連接詞也各有作用。“Because”給出理由。“But”引出整個回答賴以成立的那個對比。

具體做法：把作文連接詞留在你的 Writing 裡。說話時，有用的標記都是小詞：*well*、*actually*、*I mean*、*the thing is*、*that said*、*so*。把它們用在你思路轉彎的地方——對比、糾正或理由處——而不是每句話的開頭。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

3.5 速度不是目標

語速快，說話的人自己會覺得流利。但評分描述獎勵的不是這個。6 分的 Pronunciation 評分描述把語速過快列為可能打亂說話人節奏的因素之一。7 分的 Fluency and Coherence 評分描述要求的是說得不顯吃力的長回答。7 分的流利意味著不費勁，並不意味著每分鐘說很多詞。

Part 1 問題：What kind of music do you like?

6 分的說法："I like many kinds of music, pop music, rock music, also some classical music, I listen when I study and when I go to the gym and in the car and — [pause] yes, many kinds."

7 分的說法："Mostly pop, if I'm honest. I listen to it at the gym ... and in the car. Not much classical, though. I tried it for studying once, and it just sent me to sleep."

用很快的語速把第一個回答大聲讀一遍，就像一個緊張的人可能會說的那樣。裡面完全沒有短停頓，因為說話人不允許自己停下來。然後出現了一個長停頓：句子說沒了，不知道往哪兒去。第二個回答只停了一次，很短，停在一個停頓說得通的地方，而且每一句都落了地。它更慢，聽起來卻更流利。

具體做法：用你能把句子說完的速度說話。如果你容易搶著說，練習時試試這個辦法：每到一個句號，就短短地吸一口氣。你自己會覺得慢。在聽的人耳朵裡，這通常聽起來很從容。搶著說往往還會在長回答的後半段變得更嚴重，4.3 會接著講這一點。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 4 — 另外三項標準：怎樣才算“夠”

流利度是大多數 6.5 分考生目標定得太高的地方。另外三項標準也有同樣的問題，只是形式不同：用生僻詞代替對的詞，追求完美的語法而不是管用的語法，追求“地道”的口音而不是讓人容易聽懂。下面每一節都展示 7 分的“夠”是什麼樣子。

4.1 Lexical Resource：繞著說出想不起的詞

在 7 分，詞彙能在不同話題間靈活使用。會有一些不太常見的詞和短語，說話人也表現出對詞語搭配的感覺，不過評分描述預計其中有些會用得不到位。7 分的說話人在需要時也能很好地換個說法（paraphrase）。ielts.org 自己對這項標準的解釋裡，就包括不知道某個詞時用別的詞來表達。這是一項被評分的技能，不是需要遮掩的弱點。

Part 2，講一次去山裡的旅行：

6 分的說法："We went up on the, um … the … [pause] Sorry, I don't know the word. We went up and the view was very beautiful."

7 分的說法："We went up in one of those … you know, the little cars that hang from a cable and go up the side of the mountain. And the view from the top was incredible."

兩位說話人想不起的是同一個詞：*cable car*。第一位停了下來，道了歉，把這個細節丟掉了。第二位改為描述這個東西——“the little cars that hang from a cable”——聽的人照樣能看到那幅畫面。注意，這個描述並不優美。它也不需要優美。

不常見不等於生僻。7 分的評分描述提到了一些不太常見的表達和習語。許多 6.5 分的考生把這理解為“去背習語”。但一個從清單上揹來、又不太貼切的習語，聽起來只會更不自然，而不是更自然。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 1 問題：Tell me about your hometown.

6 分的說法："My hometown is very small, and everyone knows each other, so it's a piece of cake to make friends there, and it's raining cats and dogs all winter."

7 分的說法："My hometown's tiny. Everyone knows everyone, which is lovely, until you want to keep something private. And it rains pretty much non-stop all winter."

第一個回答用了兩個每本教材都教的習語，兩個聽起來都像是硬貼上去的。“Raining cats and dogs”描述的是一場大雨，不是整整一個季節。第二個回答一個教材習語都沒有。它用的是人們真正會說的短語，比如“everyone knows everyone”和“pretty much non-stop”，而且每一個都貼切。

具體做法：一個詞想不起來時，就描述它——它是做什麼用的、長什麼樣、像什麼——然後接著說。想用一個不太常見的詞時，選一個自然、完全貼切的短語，而不是清單上的習語。*The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.1 和 2.2 節講的是在腦子裡翻譯，以及退回保險詞。

4.2 Grammatical Range and Accuracy：幾個基礎錯誤，照樣可以是 7 分

7 分的評分描述說得很直接：仍然可以有幾個基礎錯誤。7 分要求的是靈活運用多種句式，並且有大量完全沒有錯誤的句子。在 6 分，說話人會混用短句和複雜句，但複雜句常常有錯誤，儘管聽的人通常仍能聽懂。

所以這條線不是“沒有錯誤”，而是複雜句大多站得住。口語裡，有三種複雜句式會反覆出現：

- 定語從句，用來描述某樣東西：*the café that opened near my office*；

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

- 條件句，用來想像或推測：*if they had built it ten years ago, ...*；
- 過去與現在的對比，用來談變化：*we used to ..., but now ...*。

Part 3 問題：How has the way people travel changed in your country?

6 分的說法："Before, people travel by train mostly, but now everybody have a car. It is a problem, the traffic, which it is very bad in the cities. If the government will build more trains, people use it more, I think."

7 分的說法："Well, my grandparents' generation used to go everywhere by train, but now almost every family has a car. The trouble is the traffic, which is terrible in the bigger cities. If the government had put more money into the railways earlier, I think a lot of people would still be using them. But I don't think it'll happen now. Nobody want to pay for it."

兩個回答嘗試的是同樣的三種句式。第一個回答裡，三種全都出了問題。對比裡"過去"那一半用了現在時。定語從句多了一個"it"。條件句把"will"放錯了半句，還把 trains（火車）說成了"it"。意思仍然傳達到了，而這恰恰就是 6 分所描述的。第二個回答裡，三種句式都站住了："used to ... but now""which is terrible"，以及"If the government had put ... would still be using"。最後仍然有一個基礎錯誤："Nobody want"應該是"Nobody wants"。複雜句都站得住的回答裡出現一個基礎失誤，這就是 7 分的樣子。

具體做法：不要為了穩妥而刪掉複雜句，那樣會丟掉多樣性。把這三種句式練到站得住為止，偶爾的基礎失誤就別再擔心了。至於如何在整個回答裡保持時態正確，見 *The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.3 節。

4.3 Pronunciation：不費力就能聽懂

7 分的 Pronunciation 是由它兩邊的分數段來定義的：具備 6 分的全部正面特徵，再加上 8 分的一部分（但不是全部）特徵。6 分的說話人通常從

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

頭到尾都能被聽懂，聽的人不用太費力。他們有時能很好地運用重音和語調，但保持不住，節奏不足或語速過快也會影響他們。8 分的說話人能一直保持合適的節奏，容易聽懂，口音帶來的影響非常小。

口音不是目標。注意這些分數段都沒有要求的東西：母語者的口音。就連 9 分的評分描述，也只是說你的口音不應影響別人聽懂你的難易程度。花在努力聽起來像美國人或英國人上的時間，就是沒有花在評分內容上的時間。

保持住才是目標。一本書聽不到你說話，這一節也不假裝能聽到。但 Pronunciation 上 6 分和 7 分之間的差距，主要在於*保持住*。大多數 6 分的說話人在大部分時候已經能按意群把詞組織好，6 分的評分描述也這麼說。會出問題的，是在一個長回答裡一直保持下去。

其中有一部分你能在紙上看到：停頓落在哪裡。在意群之間停頓，能幫助聽的人。在意群內部停頓，會讓聽的人更費力。下面是同一個句子的兩種切分方式：

意群完整：the most important thing / for young people / is finding a job / they really enjoy

意群被切斷：the most / important thing for / young people is / finding a

大多數說話人在回答開頭時聽起來像第一行。第二行往往出現在長回答的後半段，那時說話人累了，開始搶著說（3.5）。

具體做法：錄下一段完整的 Part 2 長回答（long turn）。先聽前三十秒，再聽最後三十秒。如果最後三十秒裡的停頓挪到了意群內部，或者語速變快了，那就是要練的地方：放慢速度，用開頭的方式說完整段長回答。關於給重要的詞加重音，見 *The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.5 節講的語調平淡的習慣。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 5 — 拆解一個回答

Part 3 和 Part 4 各自單獨展示了這條線的一部分。一個真實的回答得同時守住全部。這一部分取一道 Part 3 的問題，把同一個說話人的回答呈現兩次：一次大概在 6.5 分，一次大概在 7 分。兩個版本的論點相同。讀"改了什麼"之前，先把每一個大聲讀出來。

5.1 問題

Do you think people today are less patient than people were in the past?

5.2 6.5 分的回答

6 分的說法："Yes, I think, um, people are less patient nowadays. Firstly, because of technology. Everything is very fast, like ... if a video doesn't load in, er, two seconds, people just close it. In addition, in the past people were more patient, because they don't have this technology, so they had to wait for many things, for example letters. And I think the young people especially, they are more ... [pause] Young people are less patient than old people. My little brother, he can't wait for anything, he wants everything at the moment. So yes, I think people are less patient because the technology is very fast and, um, people get used to it, so they are less patient."

這不是一個弱的回答。它回答了問題，給了一個理由，還舉了兩個例子。大部分內容都很清楚。正因為如此，它才是一個有用的 6.5 分樣本：裡面沒有什麼錯得離譜的地方，可它在四項標準的每一項上，都仍然落在線的錯誤一側。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

5.3 同一個回答，7 分版

7 分的說法："Yes, I think so, at least in some ways. The thing is, we've got used to things happening instantly. If a video takes more than a couple of seconds to load, most people just … give up and scroll on. My grandparents used to wait weeks for a letter — well, for a reply to a letter, and that was completely normal for them. So I suppose what's changed is what we expect, not … not people themselves. Actually, my little brother is a good example. He'll spend a whole afternoon building something out of Lego, really carefully, but if his game don't start straight away, he's furious. So I'd say we haven't become less patient as people. We've become less patient with machines, which is a slightly different thing."

這個回答也不完美。它在找詞時停頓了（“just … give up”）。它在思考時重複了一個詞（“not … not people”）。它自我糾正了一次（“a letter — well, for a reply to a letter”）。快結尾時還有一個基礎語法錯誤。這四種情況，7 分都仍然允許。

5.4 逐項看改了什麼

Fluency and Coherence（Part 3）。兩個回答都有停頓。區別在於停頓之後發生了什麼。在 6.5 分的回答裡，“they are more … [pause]”被丟下了，另一句話開始了：這就是 3.2 講的重來。在 7 分的回答裡，每一次停頓之後，句子都按原計劃說完了，唯一的那次糾正修補了一個短語，然後接著說下去。6.5 分的回答還用了作文連接詞（“Firstly”“In addition”），這是 3.4 講的模式；而它最後一句又把第一句重說了一遍，這是 3.3 講的原地打轉。7 分的回答用一個新東西收尾：整個回答一直在鋪墊的那個想法——我們是對機器更沒耐心了，而不是對彼此。

Lexical Resource（4.1）。“He wants everything at the moment”意思清楚，但“at the moment”的意思是“現在”，而不是“不用等”。這正是 6 分

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

允許的那種失誤：意思仍然傳達到了。7 分回答裡的詞並不生僻。“Give up”“scroll on”“straight away”“furious”“a slightly different thing”都是日常英語，而且每一個都完全貼切。這就是 7 分時“不太常見”的含義：不是難詞，而是選得準確的詞。

Grammatical Range and Accuracy（4.2）。6.5 分回答的主要錯誤，出在它唯一的一個過去與現在的對比裡：“in the past people were more patient, because they don't have this technology”。時態恰恰在這個回答嘗試的那一個複雜句式裡出了錯。7 分的回答也有錯誤：“if his game don't start”應該是“doesn't”。但這是一個基礎失誤，而它周圍的複雜句式都站得住：條件句（“If a video takes ... most people just give up”）、過去與現在的對比（“used to wait weeks ... what's changed is what we expect”），以及定語從句（“which is a slightly different thing”）。幾個基礎錯誤，加上管用的複雜句，這就是 7 分的樣子。

Pronunciation（4.3）。轉寫稿展示不了這一項，這本書也不假裝能。它能展示的是停頓落在哪裡。在 7 分的回答裡，停頓落在短語的邊界，或者落在說話人正在找的那個詞前面。用從容的語速把兩個回答都大聲讀一遍，你就能聽出紙面只能暗示的那種節奏差別。

5.5 用上那個檢驗

回到 1.2 的那個檢驗——*這句話說完了嗎？它的意思還是原本想說的那個嗎？*——把它用到兩個回答裡的每一次停頓和每一次糾正上。

在 7 分的回答裡，每一處都通過了。在 6.5 分的回答裡，有一處直接不通過（“they are more ... [pause]”始終沒有說完），而且整個回答兜了一圈：結尾又回到了開頭。兩個版本之間的其他所有差別——連接詞、用詞、語法——都來自 Part 3 和 Part 4 的各節。但這個檢驗是你馬上就能用到自己口語上的那一件事，Part 6 會告訴你怎麼用。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

Part 6 — 在自己的錄音裡聽出那條線



這本書聽不到你說話。它能給你的，是一個檢查方法：用你自己的錄音，去查這本書一直在講的那一件事——你的停頓和糾正，有沒有讓聽的人斷了線。

6.1 寫下三十秒

1. 錄下自己回答一道沒有準備過的 Part 3 問題。至少說一分鐘。*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 的 Part 5 裡的練習題很合適，你也可以自己編一道。
2. 從回答的中間選三十秒，不要選開頭。開頭是你最能控制的部分。
3. 按你說的樣子一字不差地寫下來，用本書的記法：**...** 表示短停頓，**[pause]** 表示長停頓，— 表示你中斷的地方，每一個 *um* 和 *er* 都寫上。不要整理。

把三十秒的口語寫下來，花的時間比你想的長。這正是用意所在。在紙上，你能看到耳朵放過去的東西。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

6.2 檢查每一次停頓和糾正

把你的轉寫稿過一遍，標出每一個 **…**、**[pause]** 和 **—**。對每一處，都用 1.2 的檢驗問一遍：*這句話說完了嗎？它的意思還是原本想說的那個嗎？*

- **是**：不用管它。這個停頓在 7 分是允許的（3.1、3.2）。
- **否，句子被丟下了**：這是 6 分的模式。下次用一個更樸素的詞把它說完（3.1）。
- **否，句子變成了另一句**：這是重來，不是修補。下次改掉那個詞，接著說（3.2）。

然後在同樣這三十秒上做兩項計數：

- **原地打轉的句子**：有多少句話是在重複前面某句已經說過的內容（3.3）？
- **作文連接詞**：你說了多少次 *firstly*、*secondly*、*in addition* 或 *to sum up*（3.4）？

6.3 計數說明了什麼

如果你的大部分停頓都通過了檢驗，原地打轉的句子很少，也沒有作文連接詞，那麼壓住你分數的多半不是 Fluency and Coherence。去看 Part 4 裡的另外三項標準。然後試試 *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 第 4.6 節和 *The 9 Wrong Speaking Habits* Part 3 裡更全面的檢查。它們聽的東西和這項檢查不一樣。

如果你有好幾處停頓沒通過檢驗，那就是該下功夫的地方。一週錄一次，不要一天錄一次。目的是學會聽出那條線，而不是讓自己每次開口都緊張。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

這項檢查是訓練你自己耳朵的方法。它不是考官的判斷，也給不出分數。要判斷 Speaking 什麼時候已經夠好、時間更該花在別的單項上，*The Minimum-Effort Path to 7.0* 的 Part 2 為四個單項各給出了一條停止規則。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

結語

翻開這本書時，你心目中的 7 分聽起來接近完美。合上它時，你手裡的定義窄了很多。7 分的 Speaking 照樣會停頓，照樣會找詞，照樣會自我糾正，照樣偶爾犯個基礎錯誤。它做到的，是把句子說完，一邊說一邊添加新東西，用口語的小詞而不是作文的連接詞，並且在長回答裡讓語法和節奏一直管用。

這些都不需要換一種口音、背一張習語清單，或者說得更快。它只需要一個問題，拿來問你自己的錄音：這句話說完了嗎？它的意思還是原本想說的那個嗎？

關於轉寫稿。這本書裡的每一道題、每一段轉寫稿都是專門為它寫的。其中沒有任何內容是官方 IELTS 材料，也沒有任何內容是對真實考題、話題卡、錄音或考官評語的轉錄或近似照搬。評分描述公佈在 ielts.org 上，這本書是解釋它們，而不是照錄。用編出來的例子練習，能學會方法；只有受過訓練的考官對你本人口語的判斷，才能告訴你真實的水平。

關於 2026 年的變化。Part 2 裡的細節在出版前不久對照 ielts.org 核實過。這類規則會隨時間調整。依賴它們之前，請向 ielts.org 和你自己的考點確認最新規定。

祝你考試順利，也祝你在這場考試通往的那件事上一切順利。

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。

獨立出版物——與 IELTS Partners 無隸屬關係，亦未獲其認可。

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。

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。

這本書裡的每一道題和每一段轉寫稿都是專門為它寫的。其中沒有任何內容是官方 IELTS 材料或考官評語；評分描述在 ielts.org 上，這裡沒有照錄。