免费 IELTS 图书

Speaking 7.0: What "Fluent Enough" Actually Sounds Like

7 分照样会停顿，照样会找词，照样会自我纠正。带标注的转写稿逐项告诉你，6 分和 7 分之间的线到底在哪里。

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

点击这里 https://freeieltsbooks.net/zh/about/

目录

Speaking 7.0: What "Fluent Enough" Actually Sounds Like

Part 1 — “足够流利”是一条线，不是一种感觉

1.1 越过概述，看四项评分标准

1.2 7 分仍然允许什么

1.3 怎么读转写稿

Part 2 — 2026 年的变化——Speaking 自己的版本

2.1 这次变化唯一不碰的单项

2.2 从 Speaking 的角度看 One Skill Retake

Part 3 — Fluency and Coherence：线在哪里

3.1 不花任何代价的停顿

3.2 修补与重来

3.3 往前推进的长回答，和原地打转的长回答

3.4 口语标记，而不是书面连接词

3.5 速度不是目标

Part 4 — 另外三项标准：怎样才算“够”

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

4.1 Lexical Resource：绕着说出想不起的词

4.2 Grammatical Range and Accuracy：几个基础错误，照样可以是 7 分

4.3 Pronunciation：不费力就能听懂

Part 5 — 拆解一个回答

5.1 问题

5.2 6.5 分的回答

5.3 同一个回答，7 分版

5.4 逐项看改了什么

5.5 用上那个检验

Part 6 — 在自己的录音里听出那条线

6.1 写下三十秒

6.2 检查每一次停顿和纠正

6.3 计数说明了什么

结语

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Speaking 7.0: What "Fluent Enough" Actually Sounds Like

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

这本书讲什么

问一个 6.5 分的考生，7 分的口语听起来是什么样，大多数人描述的都接近完美：没有停顿，没有错误，又快又顺，也许还带着一口像母语者的口音。7 分不是那样的。它照样会停顿。它照样时不时要找词，照样会自我纠正，照样偶尔犯个基础错误。它不会做的，是让听的人跟丢。

这本书讲的就是这条线。不讲 Speaking 里会出什么错——本网站上的其他书已经讲过了——而是讲“足够流利”（"fluent enough"）到底在哪里，用一段段简短、听起来很真实的口语转写稿来展示，停顿一个不落。每一组都把同一个时刻呈现两次：一次的说法大概能拿 6 分，一次的说法大概能拿 7 分。两个版本都有停顿。区别在于停顿之后发生了什么。

这本书不讲什么

它不是一门 Speaking 课程，也不重复本网站上已经讲 Speaking 的三本书。*The Band 7.0 Blueprint* 用平实的话讲解了四项评分标准和口语考试的三个部分。*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 给出了每个部分的范例回答，以及让人停在 6 分的六个习惯。*The 9 Wrong Speaking Habits* 又从考官的角度点出了另外九个。那几本书讲的是错误。这本书讲的是那条线；某个错误更该放在那边讲时，它会把你指过去。

它不讲 Listening、Reading 或 Writing。这几项在本网站上各有专门的书：*Listening 7.0: The 30-Correct-Answers Playbook*、*Reading 7.0:*

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

The 30/40 Question-Type Priority Map 和 *Writing 7.0: The Four Criteria, Decoded Sentence by Sentence*。这本书只讲 Speaking。

这本书唯一的承诺

7 分的 Speaking 不是打磨得完美无瑕的英语。这本书用一段段转写稿告诉你，6 分和 7 分之间的线实际在哪里，好让你不再追求完美，而是去练那件真正压住你分数的事。书中没有任何一个做法号称能保证某个分数。四项评分标准由受过训练的考官根据整场考试来判断，只有官方成绩才能告诉你真实的水平。

开始之前要知道的一件事

这本书里的每一道题、每一段转写稿都是专门为它写的。其中没有任何一道是真实的 IELTS Speaking 考题、话题卡或考官评语，也没有任何一段是对它们的近似照搬。本书解释的评分描述（band descriptors）公布在 ielts.org 上；这里只用平实的话解释它们，不照录原文。

© 2026 OurSharedCode — freeieltsbooks.net。本书为独立出版物，为教育目的免费发行。

IELTS® 是 British Council、IELTS Australia Pty Ltd（IDP Education 旗下）与 Cambridge English（隶属于 Cambridge University Press & Assessment）的注册商标——三方合称「IELTS Partners」。本出版物及其作者与 IELTS Partners 无任何隶属、赞助、认可或批准关系；「IELTS」出现在书名与正文中，仅为说明本书的主题。

书中所有题目、范文与讲解均为作者原创；未转载任何 IELTS 官方材料。有关考试的最新官方信息，请访问 ielts.org。

你可以在保持完整、未经修改的前提下自由分享本书。本书不得出售。自愿捐助仅用于支付托管、域名与翻译费用；所有资料均不出售，捐助与 IELTS Partners 无任何关联。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 1 — “足够流利”是一条线，不是一种感觉



1.1 越过概述，看四项评分标准

Speaking 按四项标准评分：Fluency and Coherence（流利度与连贯性）、Lexical Resource（词汇资源）、Grammatical Range and Accuracy（语法多样性与准确性），以及 Pronunciation（发音）。*The Band 7.0 Blueprint* 的 Part 5 已经用平实的话逐一讲解过，这本书不再重复。在这里，比起这些标准叫什么，更重要的是关于它们怎么用的三个事实。

四项权重相同。考官给四项各打一个分，你的 Speaking 分数由它们的平均得出，ielts.org 对评分方式的说明也是这样讲的。流利度不比语法更值钱。发音也不比词汇更值钱。

它们是根据整场考试来判断的。评分描述附带的说明指出，分数反映的是你在三个部分里的整体表现。它不是你最好的那个回答，也不是你最差的那个。一个糟糕的 Part 1 回答定不了你的分数。一个在每个部分都出现的习惯才定得了。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

一个分数段的要求必须全部达到。同一份说明还指出，说话人必须展现出某个分数段的全部正面特征，才能得到这个分数。某一项“大体上像 7 分”，在这一项上就是 6 分。

单凭算术就能得出一点。如果一项是 6 分，两项是 7 分，那么第四项必须达到 8 分，四项的平均才是 7 分。这条路很难走。通常更现实的做法，是找出把你压在 6 分的那一项，把它提高一个分数段。要做到这一点，你需要确切知道每一项里 6 分和 7 分之间的线在哪里。这本书就是为此而写的。

1.2 7 分仍然允许什么

去读 ielts.org 上 7 分的评分描述，你会发现一份清单，上面列的正是许多 6.5 分的考生拼命想去掉的东西。说白了，一个 7 分的说话人仍然可以：

- 停下来找一个词，哪怕是在句子中间；
- 一边想一边重复某个词；
- 自我纠正；
- 犯几个基础的语法错误；
- 偶尔用一个不太贴切的词；
- 有口音。

这些都不会让你丢掉 7 分。7 分的 Fluency and Coherence 评分描述说，犹豫、重复和自我纠正仍然可能出现，而且常常出现在句子中间，那时说话人正在找合适的表达。它补充的是：这些不会破坏连贯，听的人仍然跟得上。而在 6 分，同一项描述说，连贯性有时可能因为它们而丢失。

区别就这么多，而且很窄。不在于你停不停顿，而在于这个停顿让听的人付出了什么。所以这本书从头到尾，对每一次停顿、每一次纠正，都用同一个检验：

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

检验：*这句话说完了吗？它的意思还是原本想说的那个吗？*

如果答案是肯定的，这个停顿就没让你付出任何代价。如果这句话被丢下了，或者说到一半变成了另一句话，听的人就有那么一会儿断了线。那就是 6 分的描述，不管停顿有多短。

8 分又更进一步。在那个分数段，大多数停顿是在想接下来*说什么*，而不是在找词把它说出来。拿 7 分不需要做到这一点。

1.3 怎么读转写稿

写在纸上的话，通常看起来比说出来时干净。这本书里的转写稿反其道而行：它们把停顿和纠正放回去，好让你看得见。

- **…** 表示短暂的停顿。
- **[pause]** 表示长停顿，是听的人会注意到的那种。
- — 表示说话人在这里中断，然后修正一个词，或者从头再来。
- *um*、*er* 这类填充词，照说出来的样子写下。

每一组都把同一个时刻呈现两次。**6 分的说法**是一个可信的版本，落在线的错误一侧。**7 分的说法**也是一个可信的版本，落在线的正确一侧。两者都有停顿。每一段先用正常语速大声读出来，再读下面的说明。

每一段转写稿都是为这本书写的。它们展示的是线在哪里。它们不是评过分的样本，也没有考官给它们打过分。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 2 — 2026 年的变化——Speaking 自己的版本



The Band 7.0 Blueprint 讲了这次变化本身：纸笔考试从 2026 年年中起逐步取消，时间表因市场而异。这本书不重复这些。这一部分只讲这次变化对 Speaking 意味着什么——比你想的要少。

2.1 这次变化唯一不碰的单项

Listening、Reading 和 Writing 改变的是你作答的方式。Speaking 不变。它从来就不是纸笔考试。它仍然是与一位受过训练的考官进行的一场录音对话，时长 11 到 14 分钟，分三个部分。考试以面对面或视频通话的方式进行；IELTS Online 则通过视频通话。它可能和其他三个单项在同一天，也可能在它们之前或之后最多一周。

这本书里没有任何内容取决于你用哪种方式考。6 分和 7 分之间的线，在考场里和在屏幕上，位置都一样。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

2.2 从 Speaking 的角度看 One Skill Retake

这次变化确实触及 Speaking 的一个决定。One Skill Retake（单项重考）让你可以单独重考一个单项，包括 Speaking，而不必重考整场。本书对照 ielts.org 核实时，主要条件如下：

- 必须在原考试后 60 天内参加；
- 每一场原考试只能用一次；
- 原考试必须是在提供重考的考点参加的完整 IELTS on computer（机考）考试，所以随着纸笔考试取消，会有更多考生满足这个条件；
- 并不是每个机构都接受重考成绩，所以先向你要申请的机构确认；
- 你会拿到一份新的 Test Report Form（成绩单），上面有你的重考成绩和原来另外三个单项的成绩，你可以选择寄送哪一份成绩单。

这对本书的意义很简单。Speaking 重考是同一个说话人的第二段录音。如果把你压在 6 分的那个问题没有改变，第二段录音很可能会再次暴露它。只有当你说得出自己修好了什么时，重考才值得预约。这本书接下来的内容，就是帮你把它找出来。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 3 — Fluency and Coherence：线在哪里

Fluency and Coherence 是大多数 6.5 分考生用错力气的地方。他们听到“fluency”（流利），想到的是“不停顿，再快一点”。7 分的评分描述要的是别的东西：长回答说得不显吃力，听的人始终跟得上。这一部分展示 6 分和 7 分之间的线所在的五个地方。每一处都有一组转写稿和一个具体做法。

3.1 不花任何代价的停顿

在 7 分，为了找词而停顿是允许的，哪怕是在句子中间。关键在接下来的那一秒。要么词来了，句子接着往下说；要么句子被丢下，开始说别的。

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

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

7 分的说法："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."

两位说话人都在同一个地方停了下来，都在找那个理由。第一个回答里，理由始终没有出现。说话人用一句保险的话填上空当，就往下说了，而听的人还在等“because it's”说完。第二个回答里，停顿比说话人自己希望的要长，思考时甚至还重复了一个“it's”。但这句话说完了，而且意思还是原本想说的那个。那个停顿没花任何代价。

具体做法：在句子中间停顿时，把你开了头的那句话说完，哪怕用的词比你想要的那个更朴素。“Because it's cheaper”是一个完整的理由。被丢下的“because it's ...”不是。如果填充词在取代你的思考，而不是在掩护它，

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

那是另一个问题，*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 的第 4.3 节专门讲它。

3.2 修补与重来

在 7 分，自我纠正是允许的。评分描述列出的仍可能出现的情况里，就有自我纠正。但纠正分两种。修补是改掉一个词，然后接着说同一句话。重来是丢下这句话，另起一句。前者让听的人一直跟着你。后者让他们也得跟着从头开始。

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

6 分的说法："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 分的说法："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."

两位说话人都纠正了自己一次。第二个回答里，“know you”变成了“recognise you”，回答顺着同一个意思往下走，这次纠正甚至让它更准确了。第一个回答里，“No — I mean”没有修正某个词。它把整个回答换成了另一个——关于超市价格的——听的人现在得自己琢磨，说话人到底想说哪一点。

具体做法：纠正自己时，换掉的是词，不是句子。说出那个更好的词，然后从原来的地方接着说。如果你发现自己几乎每句话都在纠正，去看 *The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.4 节讲的过度纠正的恶性循环。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

3.3 往前推进的长回答，和原地打转的长回答

6 分和 7 分的评分描述，描述的都是一个能一直说下去、给出长回答的说话人。所以长度不是区别所在。许多 6.5 分的考生学过“回答一定要展开”，他们也确实展开了。但他们展开的办法，是换个说法把同一件事再说一遍。7 分的回答变长，靠的是添加东西：一个理由、一个例子、一个对比、一个结果。

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

6 分的说法："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 分的说法："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."

两个回答长度差不多。第一个只有一个意思——有很多事可做——说了四遍。第二个有三个：有很多事可做，房租是个问题，所以说话人可能不会一直待下去。每一句都把回答往前推了一步。第二个回答也有停顿（“the rent …”），它仍然是更强的那个。

具体做法：在长回答里，说每一个新句子之前都问自己：这句是在添加东西，还是在重复？如果是重复，就改成添一个理由、一个例子，或者一个“but”。展开回答这个习惯本身，在 *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 第 0.3 节里讲过。这一节只负责检查多出来的句子有没有添加东西。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

3.4 口语标记，而不是书面连接词

7 分的评分描述要求灵活使用*口语*中的话语标记和连接词。“口语”这个词很关键。许多 6.5 分的考生把 Writing 里的连接词带进了 Speaking：firstly、secondly、in addition、to sum up。这些词一说出口，听起来就像在念一篇作文。它们没有错。只是对一场对话来说，它们是不对路的英语，而且它们大多是在开启要点，而不是把要点连起来。

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

6 分的说法："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 分的说法："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."

第一个回答条理清楚，而问题恰恰出在这里：它是按作文的方式组织的。“Firstly”“Secondly”“In addition”和“To sum up”各自开启一个新要点，却没有一个把两个要点连起来，最后一句也根本没有表明立场。第二个回答用的是口语里真正会用的小词，比如“really”“I mean”和“that kind of thing”。它的连接词也各有作用。“Because”给出理由。“But”引出整个回答赖以成立的那个对比。

具体做法：把作文连接词留在你的 Writing 里。说话时，有用的标记都是小词：*well*、*actually*、*I mean*、*the thing is*、*that said*、*so*。把它们用在你思路转弯的地方——对比、纠正或理由处——而不是每句话的开头。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

3.5 速度不是目标

语速快，说话的人自己会觉得流利。但评分描述奖励的不是这个。6 分的 Pronunciation 评分描述把语速过快列为可能打乱说话人节奏的因素之一。7 分的 Fluency and Coherence 评分描述要求的是说得不显吃力的长回答。7 分的流利意味着不费劲，并不意味着每分钟说很多词。

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

6 分的说法："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 分的说法："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."

用很快的语速把第一个回答大声读一遍，就像一个紧张的人可能会说的那样。里面完全没有短停顿，因为说话人不允许自己停下来。然后出现了一个长停顿：句子说没了，不知道往哪儿去。第二个回答只停了一次，很短，停在一个停顿说得通的地方，而且每一句都落了地。它更慢，听起来却更流利。

具体做法：用你能把句子说完的速度说话。如果你容易抢着说，练习时试试这个办法：每到一个句号，就短短地吸一口气。你自己会觉得慢。在听的人耳朵里，这通常听起来很从容。抢着说往往还会在长回答的后半段变得更严重，4.3 会接着讲这一点。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 4 — 另外三项标准：怎样才算“够”

流利度是大多数 6.5 分考生目标定得太高的地方。另外三项标准也有同样的问题，只是形式不同：用生僻词代替对的词，追求完美的语法而不是管用的语法，追求“地道”的口音而不是让人容易听懂。下面每一节都展示 7 分的“够”是什么样子。

4.1 Lexical Resource：绕着说出想不起的词

在 7 分，词汇能在不同话题间灵活使用。会有一些不太常见的词和短语，说话人也表现出对词语搭配的感觉，不过评分描述预计其中有些会用得不到位。7 分的说话人在需要时也能很好地换个说法（paraphrase）。ielts.org 自己对这项标准的解释里，就包括不知道某个词时用别的词来表达。这是一项被评分的技能，不是需要遮掩的弱点。

Part 2，讲一次去山里的旅行：

6 分的说法："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 分的说法："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."

两位说话人想不起的是同一个词：*cable car*。第一位停了下来，道了歉，把这个细节丢掉了。第二位改为描述这个东西——“the little cars that hang from a cable”——听的人照样能看到那幅画面。注意，这个描述并不优美。它也不需要优美。

不常见不等于生僻。7 分的评分描述提到了一些不太常见的表达和习语。许多 6.5 分的考生把这理解为“去背习语”。但一个从清单上背来、又不太贴切的习语，听起来只会更不自然，而不是更自然。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 1 问题：Tell me about your hometown.

6 分的说法："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 分的说法："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."

第一个回答用了两个每本教材都教的习语，两个听起来都像是硬贴上去的。“Raining cats and dogs”描述的是一场大雨，不是整整一个季节。第二个回答一个教材习语都没有。它用的是人们真正会说的短语，比如“everyone knows everyone”和“pretty much non-stop”，而且每一个都贴切。

具体做法：一个词想不起来时，就描述它——它是做什么用的、长什么样、像什么——然后接着说。想用一个不太常见的词时，选一个自然、完全贴切的短语，而不是清单上的习语。*The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.1 和 2.2 节讲的是在脑子里翻译，以及退回保险词。

4.2 Grammatical Range and Accuracy：几个基础错误，照样可以是 7 分

7 分的评分描述说得很直接：仍然可以有几个基础错误。7 分要求的是灵活运用多种句式，并且有大量完全没有错误的句子。在 6 分，说话人会混用短句和复杂句，但复杂句常常有错误，尽管听的人通常仍能听懂。

所以这条线不是“没有错误”，而是复杂句大多站得住。口语里，有三种复杂句式会反复出现：

- 定语从句，用来描述某样东西：*the café that opened near my office*；

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

- 条件句，用来想象或推测：*if they had built it ten years ago, …*；
- 过去与现在的对比，用来谈变化：*we used to …, but now …*。

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

6 分的说法："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 分的说法："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."

两个回答尝试的是同样的三种句式。第一个回答里，三种全都出了问题。对比里“过去”那一半用了现在时。定语从句多了一个“it”。条件句把“will”放错了半句，还把 trains（火车）说成了“it”。意思仍然传达到了，而这恰恰就是 6 分所描述的。第二个回答里，三种句式都站住了：“used to … but now”“which is terrible”，以及“If the government had put … would still be using”。最后仍然有一个基础错误：“Nobody want”应该是“Nobody wants”。复杂句都站得住的回答里出现一个基础失误，这就是 7 分的样子。

具体做法：不要为了稳妥而删掉复杂句，那样会丢掉多样性。把这三种句式练到站得住为止，偶尔的基础失误就别再担心了。至于如何在整个回答里保持时态正确，见 *The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.3 节。

4.3 Pronunciation：不费力就能听懂

7 分的 Pronunciation 是由它两边的分数段来定义的：具备 6 分的全部正面特征，再加上 8 分的一部分（但不是全部）特征。6 分的说话人通常从

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

头到尾都能被听懂，听的人不用太费力。他们有时能很好地运用重音和语调，但保持不住，节奏不足或语速过快也会影响他们。8 分的说话人能一直保持合适的节奏，容易听懂，口音带来的影响非常小。

口音不是目标。注意这些分数段都没有要求的东西：母语者的口音。就连 9 分的评分描述，也只是说你的口音不应影响别人听懂你的难易程度。花在努力听起来像美国人或英国人上的时间，就是没有花在评分内容上的时间。

保持住才是目标。一本书听不到你说话，这一节也不假装能听到。但 Pronunciation 上 6 分和 7 分之间的差距，主要在于*保持住*。大多数 6 分的说话人在大部分时候已经能按意群把词组织好，6 分的评分描述也这么说。会出问题的，是在一个长回答里一直保持下去。

其中有一部分你能在纸上看到：停顿落在哪里。在意群之间停顿，能帮助听的人。在意群内部停顿，会让听的人更费力。下面是同一个句子的两种切分方式：

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

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

大多数说话人在回答开头时听起来像第一行。第二行往往出现在长回答的后半段，那时说话人累了，开始抢着说（3.5）。

具体做法：录下一段完整的 Part 2 长回答（long turn）。先听前三十秒，再听最后三十秒。如果最后三十秒里的停顿挪到了意群内部，或者语速变快了，那就是要练的地方：放慢速度，用开头的方式说完整段长回答。关于给重要的词加重音，见 *The 9 Wrong Speaking Habits* 第 2.5 节讲的语调平淡的习惯。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 5 — 拆解一个回答

Part 3 和 Part 4 各自单独展示了这条线的一部分。一个真实的回答得同时守住全部。这一部分取一道 Part 3 的问题，把同一个说话人的回答呈现两次：一次大概在 6.5 分，一次大概在 7 分。两个版本的论点相同。读“改了什么”之前，先把每一个大声读出来。

5.1 问题

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

5.2 6.5 分的回答

6 分的说法："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."

这不是一个弱的回答。它回答了问题，给了一个理由，还举了两个例子。大部分内容都很清楚。正因为如此，它才是一个有用的 6.5 分样本：里面没有什么错得离谱的地方，可它在四项标准的每一项上，都仍然落在线的错误一侧。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

5.3 同一个回答，7 分版

7 分的说法："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."

这个回答也不完美。它在找词时停顿了（“just … give up”）。它在思考时重复了一个词（“not … not people”）。它自我纠正了一次（“a letter — well, for a reply to a letter”）。快结尾时还有一个基础语法错误。这四种情况，7 分都仍然允许。

5.4 逐项看改了什么

Fluency and Coherence（Part 3）。两个回答都有停顿。区别在于停顿之后发生了什么。在 6.5 分的回答里，“they are more … [pause]”被丢下了，另一句话开始了：这就是 3.2 讲的重来。在 7 分的回答里，每一次停顿之后，句子都按原计划说完了，唯一的那次纠正修补了一个短语，然后接着说下去。6.5 分的回答还用了作文连接词（“Firstly”“In addition”），这是 3.4 讲的模式；而它最后一句又把第一句重说了一遍，这是 3.3 讲的原地打转。7 分的回答用一个新东西收尾：整个回答一直在铺垫的那个想法——我们是对机器更没耐心了，而不是对彼此。

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

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

允许的那种失误：意思仍然传达到了。7 分回答里的词并不生僻。“Give up”“scroll on”“straight away”“furious”“a slightly different thing”都是日常英语，而且每一个都完全贴切。这就是 7 分时“不太常见”的含义：不是难词，而是选得准确的词。

Grammatical Range and Accuracy（4.2）。6.5 分回答的主要错误，出在它唯一的一个过去与现在的对比里：“in the past people were more patient, because they don't have this technology”。时态恰恰在这个回答尝试的那一个复杂句式里出了错。7 分的回答也有错误：“if his game don't start”应该是“doesn't”。但这是一个基础失误，而它周围的复杂句式都站得住：条件句（“If a video takes … most people just give up”）、过去与现在的对比（“used to wait weeks … what's changed is what we expect”），以及定语从句（“which is a slightly different thing”）。几个基础错误，加上管用的复杂句，这就是 7 分的样子。

Pronunciation（4.3）。转写稿展示不了这一项，这本书也不假装能。它能展示的是停顿落在哪里。在 7 分的回答里，停顿落在短语的边界，或者落在说话人正在找的那个词前面。用从容的语速把两个回答都大声读一遍，你就能听出纸面只能暗示的那种节奏差别。

5.5 用上那个检验

回到 1.2 的那个检验——*这句话说完了吗？它的意思还是原本想说的那个吗？*——把它用到两个回答里的每一次停顿和每一次纠正上。

在 7 分的回答里，每一处都通过了。在 6.5 分的回答里，有一处直接不通过（“they are more … [pause]”始终没有说完），而且整个回答兜了一圈：结尾又回到了开头。两个版本之间的其他所有差别——连接词、用词、语法——都来自 Part 3 和 Part 4 的各节。但这个检验是你马上就能用到自己口语上的那一件事，Part 6 会告诉你怎么用。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

Part 6 — 在自己的录音里听出那条线



这本书听不到你说话。它能给你的，是一个检查方法：用你自己的录音，去查这本书一直在讲的那一件事——你的停顿和纠正，有没有让听的人断了线。

6.1 写下三十秒

1. 录下自己回答一道没有准备过的 Part 3 问题。至少说一分钟。*IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 的 Part 5 里的练习题很合适，你也可以自己编一道。
2. 从回答的中间选三十秒，不要选开头。开头是你最能控制的部分。
3. 按你说的样子一字不差地写下来，用本书的记法：**…** 表示短停顿，**[pause]** 表示长停顿，— 表示你中断的地方，每一个 *um* 和 *er* 都写上。不要整理。

把三十秒的口语写下来，花的时间比你想的长。这正是用意所在。在纸上，你能看到耳朵放过去的东西。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

6.2 检查每一次停顿和纠正

把你的转写稿过一遍，标出每一个 **…**、**[pause]** 和 —。对每一处，都用 1.2 的检验问一遍：*这句话说完了吗？它的意思还是原本想说的那个吗？*

- **是**：不用管它。这个停顿在 7 分是允许的（3.1、3.2）。
- **否，句子被丢下了**：这是 6 分的模式。下次用一个更朴素的词把它说完（3.1）。
- **否，句子变成了另一句**：这是重来，不是修补。下次改掉那个词，接着说（3.2）。

然后在同样这三十秒上做两项计数：

- **原地打转的句子**：有多少句话是在重复前面某句已经说过的内容（3.3）？
- **作文连接词**：你说了多少次 *firstly*、*secondly*、*in addition* 或 *to sum up*（3.4）？

6.3 计数说明了什么

如果你的大部分停顿都通过了检验，原地打转的句子很少，也没有作文连接词，那么压住你分数的多半不是 Fluency and Coherence。去看 Part 4 里的另外三项标准。然后试试 *IELTS Speaking: Parts 1, 2 and 3* 第 4.6 节和 *The 9 Wrong Speaking Habits* Part 3 里更全面的检查。它们听的东西和这项检查不一样。

如果你有好几处停顿没通过检验，那就是该下功夫的地方。一周录一次，不要一天录一次。目的是学会听出那条线，而不是让自己每次开口都紧张。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

这项检查是训练你自己耳朵的方法。它不是考官的判断，也给不出分数。要判断 Speaking 什么时候已经够好、时间更该花在别的单项上，*The Minimum-Effort Path to 7.0* 的 Part 2 为四个单项各给出了一条停止规则。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

结语

翻开这本书时，你心目中的 7 分听起来接近完美。合上它时，你手里的定义窄了很多。7 分的 Speaking 照样会停顿，照样会找词，照样会自我纠正，照样偶尔犯个基础错误。它做到的，是把句子说完，一边说一边添加新东西，用口语的小词而不是作文的连接词，并且在长回答里让语法和节奏一直管用。

这些都不需要换一种口音、背一张习语清单，或者说得更快。它只需要一个问题，拿来问你自己的录音：这句话说完了吗？它的意思还是原本想说的那个吗？

关于转写稿。这本书里的每一道题、每一段转写稿都是专门为它写的。其中没有任何内容是官方 IELTS 材料，也没有任何内容是对真实考题、话题卡、录音或考官评语的转录或近似照搬。评分描述公布在 ielts.org 上，这本书是解释它们，而不是照录。用编出来的例子练习，能学会方法；只有受过训练的考官对你本人口语的判断，才能告诉你真实的水平。

关于 2026 年的变化。Part 2 里的细节在出版前不久对照 ielts.org 核实过。这类规则会随时间调整。依赖它们之前，请向 ielts.org 和你自己的考点确认最新规定。

祝你考试顺利，也祝你在这场考试通往的那件事上一切顺利。

关于这些书

点击这里 https://freeieltsbooks.net/zh/about/

这本书是免费的。它就是为了送出去而写的，你可以把这个文件转给任何正在备考的人——同学、学习小组、老师。不需要许可，也不需要付费。

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

更多免费书在 **freeieltsbooks.net**。

下周再来

趁现在还想着，把地址记下来：**freeieltsbooks.net**

把它存进书签，或者在手机上设一个下周的提醒——我们还在加新书。网站上会显示最后更新的日期，你一眼就能看出上次来过之后有什么变化。

没有什么要注册的，也不用留邮箱。提醒是你自己的，在你自己的手机上——那是我们联系你的唯一方式，我们也更愿意这样。

本版更新于 2026年10月。

点击这里 https://freeieltsbooks.net/zh/about/

独立出版物——与 IELTS Partners 无隶属关系，亦未获其认可。

这本书里的每一道题和每一段转写稿都是专门为它写的。其中没有任何内容是官方 IELTS 材料或考官评语；评分描述在 ielts.org 上，这里没有照录。