

口语

练习

参考题库，主要**不是背范文**（背范文被看出来容易5.5），主要是锻炼如何流利说出来，条件允许的情况下增加高级词汇。

第一次练习的时候肯定很不适应，但是必须坚持说，可以找没人的地方慢慢开始克服恐惧。练习的时候可以先自己说一遍，再看一遍范文，整理高级词汇。最后一个部分整理完之后，重新对题目再说一遍，会发现更流利，同时可以交叉使用刚刚整理过的短语，前期这样能够平稳过渡。在后期练习的时候可以选择一些比较困难的题目，不容易开口的题目，锻炼临场反应。在有基本能力之后开始整理一些高级的词语和短语，这些对得分和语言组织都很有帮助，可以借助chatgpt生成。

在遇到困难的题目的时候，很容易开口就卡住，不要放弃直接去看范文，坚持把时间给说完，模拟考场上遇到难题，尽全力去完成。这期间遇到困难的词可以先记住中文意思，等说完了之后去查翻译，如果说完了忘了就直接跳过，开始看范文有什么值得借鉴的点。

part2时间是1-2分钟，练习的时候就可以按照这个时间练习，如果超过了时间考官会打断，不用害怕，没说够才是硬伤。part2如果说不会说可以直接讲故事，想想一个场景，尽力去描述。

part3的模式和part1差不多，只会稍微比part1稍微长一些，但是不代表不用练习part3（我就是吃了这个亏，考场上被part2干扰之后会发现结构大打折扣），根据simon的格式去练习短篇幅下的结构，考场说如果说太多了也会被打断。

在联系的时候不要尝试先去想中文，再去进行翻译，这样不仅速度会比较慢，而且很容易卡壳。锻炼怎么在脑袋里直接开始想英文，或者可以**想象一个场景**，想办法去描述出来。之前有强调联系高级的词语和短语，比如短语是固定表达，说出第一个单词的时候就会条件反射说出剩下的单词，就可以利用这段时间去想后面想要说的，尽量做到流利。

练习的时候也不一定一定要找搭子，如果练习很顺利的话完全可以一个人练习。

写作

写作是我准备很不充分的部分，基本上可以算是裸考，只是在复习的时候看过视频，大概准备的时候就是根据Simon对题型的划分，对每种题型看看应该怎么写，选择每个题型、不太熟悉的题型自己写写练练手，再根据范文自己看看改一下，如果有条件可以充会员+人工判题。

一般准备的就是论文架构+词汇句型，最主要的是能够用出来，对于词汇和句型的准备和口语互通，两者都可以互相补充。要注意的是作文的重点是part2，part1只能算作热身，在准备和实际考场都应该好好准备part2，如果顾此失彼最后下场会比较惨。

除此之外，可以准备作文的一些通用句型，比如在开头、结尾的这种。比如

To what extent do you agree or disagree

Discuss both views and give your own opinion

阅读

个人认为最重要的就是刷题，我使用的就是剑雅真题，刷题的时候我是一开始刷单篇，然后最后冲刺的时候模拟考场三篇连在一起刷题。三篇文章分配时间大概是15+20+25，**在刷题的时候一定要计时！**我在刷题的时候是把剑雅18的四套留在最后冲刺的时候练手，这四篇难度都不算很大，做出来效果也还不错，能够起到练手和打气的作用。

在刷题之前我也看了Simon的网课，大概熟悉一下各种题型，知道各种题型的思路是怎么样的，应该怎么做。我一般采用的策略，根据题目顺序做，如果是填段落、段落大义、段落标题这类需要通读文章的题，我会直接跳过，等做完其他题熟悉了文章之后再回来最后做；其他需要定位的题（包括指明了第几段、需要自己定位的那种），我就进入文章之后简单看一眼第一句，很快瞟一眼经过的段落，知道大概讲什么，然后从定位到的地方开始精读。

听力

听力是四个部分，我习惯在听力开始之前的提示，和每个part的有效部分以外关小音量（在我的考场调音量也比较方便），这样能够更好去提前看题，主要因为我没办法做到一边看题一遍好好听听力。在实际考场中，我遇到的是选择题比模拟题更多，题干也长一些，因此更需要抓紧所有时间去看题。

我认为1和4都是比较简单的部分，只要跟着节奏，往里面填词就好，如果某个拼写不太会，或者没听到也不必紧张，直接跳过就好，不要影响整体的节奏。如果某个地方跟丢了，要尽快找回来，因此以前看题，包括待填词的地方和其他给出的提示很重要。

2和3部分稍微会难一些，不过主要难点我认为都不在听力上，而是有没有时间去好好看题，没篇听力的脉络其实比较清晰，每道题都是按顺序的，也非常容易定位。整个听力中生词不多，不过也有些地方会遇到生词就是关键词，要根据这个词去写答案。有条件的可以做一些精听，身边有上过补习班的朋友强烈推荐，就是去一句一句听，然后尽力去复述原句。

整体来说就是，提前看题+沉下心好好听，就能做好绝大部分的听力题

写在听力和阅读后面：

最开始要有心里暗示，其实雅思的阅读和听力并没有那么难，个人认为和以前做过的题题型差不多，可以很好过渡过来，慢慢熟悉习惯了就好，一开始做，甚至训练一段时间的效果可能都不理想，徘徊在6-7的样子，但是慢慢做多了就好了，就能提升上来了，一定要保持好的心态！

单词

我使用的是扇贝，个人比较不推荐百词斩，其实用什么背单词都无所谓，我大概备考期间刚好背完了核心词的1600个。个人认为这些雅思高频词都是一些往年真题中的内容，因此在做往年真题的时候帮助比较大，实际考场中会出现一些这些单词，但是也会有生词。我也觉得不需要先背单词再开始刷题，最多先背单词一个周，有几百个的词汇量就可以开始刷题背单词同步进行了，单词量对雅思的阅读和听力影响不会那么大，先开始刷题有了做题的感觉和语感才是最重要的。

考试

考试和练习还是有一定不一样的地方，完全面对外国人一开始还是会不适应，开场前会问你的姓名等信息可以当做一个热身，考官的语速个人感觉比simon快一些，可能还会受耳机影响，但是只要调整好心态就好，不必担心！

其余听力、写作、阅读和在练习的时候差不多，需要注意的就是考场是分模块，在考试之前可以先简单了解一下。在主页分为听力、阅读、写作的顺序，点进每个模块之后开始计时，模块之间可以小小休息不算时间，但是好像去厕所需要耗费做题时间，不能在模块之间去上厕所。

备考的时候，最后冲刺阶段一定要模拟考场的卷子做题，熟悉一下环境，也就是整个听力4篇或者阅读3篇连起来计时，而不是单篇分开计时做，学会临场应变，如果某一篇花多了时间如何补回来。

资料

站搜Simon

很好用！对口语、作文帮助很大！但是会反反复复被删除、上传，看不到了就重新搜一遍

作文

<https://ieltspracticeonline.com/ielts-writing/ielts-academic-task-1/page/5/>

<https://writing9.com/ielts-writing-task-2-topics>

<http://www.laokaoya.com/category/ielts-speaking/part2/>

有参考资料，《simon教你学写作》，可以在网上搜到

刷题

纸笔考：剑雅真题全套

机考：

<https://www.jingyouxue.com/ielts/mock?isSingle=0>

<https://ieltscat.xdf.cn/practice/listen/order> (和上面作用差不多，但是里面有听力精听，别人推荐对听力效果很好)

口语高频词：

[https://www.bilibili.com/video/BV1yz42197ci/?](https://www.bilibili.com/video/BV1yz42197ci/?share_source=copy_web&vd_source=075d7062ef74fdea3f53d656deae8d66)

[share_source=copy_web&vd_source=075d7062ef74fdea3f53d656deae8d66](https://www.bilibili.com/video/BV1yz42197ci/?share_source=copy_web&vd_source=075d7062ef74fdea3f53d656deae8d66)

口语：

【雅思前考官亲自示范| 口语考试能“救大命”的万能套句！考试不慌！！】

[https://www.bilibili.com/video/BV1Bh4y1s7i6/?](https://www.bilibili.com/video/BV1Bh4y1s7i6/?share_source=copy_web&vd_source=075d7062ef74fdea3f53d656deae8d66)

[share_source=copy_web&vd_source=075d7062ef74fdea3f53d656deae8d66](https://www.bilibili.com/video/BV1Bh4y1s7i6/?share_source=copy_web&vd_source=075d7062ef74fdea3f53d656deae8d66)

语料库 https://github.com/Larry-King-9/IELTS_Corpus