

新东方  
XDF.CN

# TOEFL

# 28天搞定 托福口语

孟炎 胡秀民◎编著

从5000多个小时授课经验中提炼精华  
托福口语满分老师精心编写

这本书使用思维导图讲解托福口语题目，清晰、明了、接地气，实用性强。相信本书能帮更多托福考生解开口语困惑，使他们在考场上应对自如。

——俞敏洪

浙江教育出版社  
ZHEJIANG EDUCATION PUBLISHING HOUSE

新东方  
XDF.CN

# TOEFL

# 28天搞定 托福口语

孟炎 胡秀民◎编著

浙江教育出版社·杭州

## 图书在版编目(CIP)数据

28天搞定托福口语 / 孟炎, 胡秀民编著. — 杭州 :  
浙江教育出版社, 2018.1 (2018.4重印)  
ISBN 978-7-5536-6452-1

I. ①2… II. ①孟… ②胡… III. ①TOEFL—口语—  
自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第303780号

---

### 28天搞定托福口语

28 TIAN GAODING TUOFU KOUYU

孟炎 胡秀民 编著

---

责任编辑 罗曼  
美术编辑 韩波  
封面设计 大愚设计  
责任校对 马立改  
责任印务 时小娟  
出版发行 浙江教育出版社  
地址: 杭州市天目山路40号  
邮编: 310013  
电话: (0571) 85170300 - 80928  
邮箱: dywh@xdf.cn  
网址: www.zjeph.com

印 刷 三河市祥达印刷包装有限公司  
开 本 787mm×1092mm 1/16  
成品尺寸 185mm×260mm  
印 张 14.25  
字 数 272 000  
版 次 2018年1月第1版  
印 次 2018年4月第2次印刷  
标准书号 ISBN 978-7-5536-6452-1  
定 价 45.00元

---

版权所有, 侵权必究。如有缺页、倒页、脱页等印装质量问题, 请拨打服务热线: 010-62605166。

# 前言

根据 ETS 发布的 2016 年全球托福考生成绩数据，托福口语分数超过 24 分的考生只占 20%，而阅读、听力和写作超过 24 分的考生占比分别是 39%、36% 和 31%。由此可见，口语的难度大大超过阅读、听力和写作，成为对全球考生来说极难攻克的一项。纵观世界各国托福考生口语成绩分布，由于母语跟英语为同一语系，欧洲国家考生相对于世界其他大洲的考生有较大优势，比如全球口语最高分获得者为丹麦考生（平均分 26 分）。而我们中国考生的口语平均分仅有 19 分，就连发音不太标准的印度考生的口语平均分也比我们高了足足 4 分（印度考生平均分 23 分）。直到近期，我们的小学、初中、高中甚至是大学的英语教育还是哑巴英语，因而真正能用英文口语来自然清晰地表达观点的考生并不多，很多考生在考托福口语时出现语塞、长时间停顿甚至说不下去而放弃的情况。由此可见，评判考生口语成绩的重要标志并非仅仅是发音和语调。《托福考试官方指南》中的口语评分标准指出，托福口语从语言表达、语言运用和话题展开三个方面综合评分。

首先，“语言表达”标准具体包括流畅性、发音、语调、重音等因素。由于中国考生在学英语的过程中很难遇到一个语音语调相对不错的英语老师，长期受中式发音的影响，因而想要短时间内通过语言培训改变语音语调，几乎是不可能的。不过幸运的是，考生确实可以在短时间内提高表达的流畅性，但前提是自己对回答时用的语料非常熟悉。为此，笔者基于多年教学和研究的经验，整理总结出十六大常见理由并且以思维导图的方式详细解析，涵盖了人物、学校等十大类话题的 80 余道托福口语独立题目。这十六大理由可以广泛应用于各种类型的话题当中，命中率十分高。同时，本书中选取的 80 余道托福口语独立题目重点突出了学校教育类（17 道题目）和生活方式类话题（22 道题目），因为 2017 年托福口语的考情显示，学校教育类题目和生活方式类题目占比分别是 39% 和 33%，这两个类型的题目基本涵盖了 2017 年托福口语独立话题的 70%。因此考生在备考口语时，一定要把本书的十六大理由掌握到滚瓜烂熟的程度，并且能够应用到不同类型的题目中，同时注意加强对学校教育类、生活方式类等高频话题的练习，这样就能自然而然地提高口语表达的流畅性。

学校教育类和生活方式类题目分布如下图所示：

2017年托福口语独立题目之学校教育类题目汇总

日期	Task	日期	Task
1月14日	Task 1	8月27日	Task 2
2月25日	Task 2	9月9日	Task 1
2月26日	Task 1	9月17日	Task 2
2月26日	Task 2	9月30日	Task 1
2月28日	Task 2	10月14日	Task 1
4月1日	Task 2	10月15日	Task 2
4月15日	Task 2	10月28日	Task 2
5月6日	Task 1	11月4日	Task 2
5月20日	Task 2	11月11日	Task 1
5月27日	Task 2	11月12日	Task 1
6月3日	Task 1	11月12日	Task 2
6月10日	Task 1	11月18日	Task 2
6月10日	Task 2	11月25日	Task 2
6月25日	Task 1	11月26日	Task 2
7月15日下午	Task 2	12月2日	Task 1
8月26日	Task 1	12月2日	Task 2
8月27日	Task 1	12月9日	Task 1

2017 年托福口语独立题目之生活方式类题目汇总

日期	Task	日期	Task
1月7日	Task 1	7月15日上午	Task 1
2月18日	Task 2	7月15日上午	Task 2
3月4日	Task 2	8月26日	Task 2
3月11日	Task 1	9月9日	Task 2
4月1日	Task 1	9月16日	Task 2
4月15日	Task 1	9月30日	Task 2
4月23日	Task 1	10月15日	Task 1
4月23日	Task 2	10月21日	Task 1
5月13日	Task 1	10月21日	Task 2
5月13日	Task 2	10月29日	Task 1
5月20日	Task 1	10月29日	Task 2
5月27日	Task 1	10月21日	Task 2
7月2日	Task 1	11月4日	Task 1
7月8日	Task 2	12月9日	Task 2

其次，“语言运用”标准要求考生可以正确使用简单和复杂的词汇、语法结构。而十六大理由的语言运用是笔者结合自己多年在美国生活和学习的经验总结而成，语言自然、地道，且篇幅短小、精悍，易背诵。所以，熟练背诵十六大理由可以帮助考生在语言运用评分方面加分。

最后，“话题展开”标准要求考生能够清晰表达自己的观点并给出相应理由，同时，回答时应包含相应的例子和细节。琼·杰米逊（Joan Jamieson 的音译）和科恩维帕·潘彭（Kornwipa Poonpon 的音译）的论文 *Developing Analytic Rating Guides for TOEFL iBT® Integrated Speaking Tasks* 指出：“低级水平的答案只有自己的观点，没有理由支撑，中级水平的答案不仅有观点而且有理由支撑，但是理由相对比较局限，高级水平的答案不仅有观点而且有含丰富细节的理由支撑。”而本书的十六大理由都是基于细节来呈现的，比如“健康饮食”的理由里面包括了西红柿、西兰花、黄瓜等细节；“锻炼身体”的理由里面出

现了公园慢跑、篮球、足球，甚至棒球等细节；“开发新能源”的理由里面出现了潮汐、风能、太阳能，甚至核能等细节。因此，熟练背诵十六大理由可以让考生的答案有更多的细节和例子，这都是考试加分的亮点。

笔者用本书中的备考资料取得了口语满分的成绩，我深信广大考生也会从中受益。然而，万事俱备只欠东风，这个东风便是坚持不懈的努力。此书之所以能出版靠的是多年一线教学、教研的积累。笔者从2012年从事教育培训以来一直充分利用零碎时间总结归纳题型，撰写题目解析和相关语料，笔耕不辍。2016年1月应众多考生要求开通公众号（见本书封底），基本保持一天推送一条图文消息的频率坚持到现在。相信广大考生在备考过程中也能够持之以恒，如愿以偿提高自己的托福口语成绩。

孟 炎

## 致谢

The journey of writing this book is a long one. I would like to thank my students who are willing to give me the privilege of accompanying them in their preparation for the TOEFL exam. For their journey has also been mine, and much of what is presented here in this book is what we have learned together. I would also thank my colleagues Zhao Bo, Zhong Ping, Zhao Dan, Guo Dan, Wang Qing for their invaluable support and advice. Last but not the least, in the process of writing this book, I have received great support and help from Beijing New Oriental Dogwood Culture Communication Co., LTD and its editors, and I hereby want to express my sincere thanks to them! At the same time, it is inevitable that there are some mistakes. Any suggestions and corrections are welcome.

这本书的编写是一段漫长的旅程。我要感谢我的学生们，他们愿意给我机会，让我陪伴他们一起准备托福考试。因为我和他们一同经历了备战托福之旅，书中所呈现的大部分内容是我们共同学习得来的。我还要感谢我的同事们，赵波、钟萍、赵丹、郭丹和王庆，感谢他们宝贵的支持和建议。最后，在本书编写过程中，得到了北京新东方大愚文化传播有限公司及其编辑们的大力支持和帮助，在此特向他们表示诚挚的谢意！同时，本书在编写过程中难免出现纰漏，敬请广大读者批评指正。



# 目录

## 第一章

### 托福口语评分概览

001

- 1 评分概述 / 2
- 2 评分标准及解读 / 4
  - 2.1 语言表达 ( Delivery ) / 4
  - 2.2 语言使用 ( Language Use ) / 4
  - 2.3 话题展开 ( Topic Development ) / 6
  - 2.4 0~4 分的考生在语言表达、语言使用和话题展开三个评分标准下的要求 / 7
  - 2.5 托福口语成绩单详解 / 8

## 第二章

### 口语中出现的问题和解决方案

011

- 1 语音 / 12
- 2 语调 / 13
- 3 思路 / 13
- 4 表达 / 14

## 第三章

### 独立题目常见理由

017

- 1 忙碌 - busy / 18
- 2 金钱 - money / 19
- 3 社交 - social / 20
- 4 放松 - relax / 21
- 5 合作 - cooperation / 22
- 6 工作 - work / 22
- 7 交流 - communication / 23
- 8 成就感 - a sense of achievement / 24

- 9 人物特点 – personalities / 25
- 10 因特网 – Internet / 26
- 11 饮食健康 – healthy diet / 26
- 12 锻炼身体 – working out / 27
- 13 新能源 – renewable and green energies / 27
- 14 公共交通 – public transport / 28
- 15 交友 – making friends / 29
- 16 音乐和艺术的重要性 – importance of art and music / 30
- 17 16个万能理由在9个核心独立题目中的应用 / 30

## 第四章

独立题目话题分类以及题目  
解析 (思维导图)

037

- 1 人物类 / 38
- 2 学校类 / 44
- 3 社会、政府类 / 75
- 4 课余生活类 ( 志愿者、旅游等 ) / 84
- 5 音乐、艺术类 / 98
- 6 高科技类 / 104
- 7 地点类 / 113
- 8 生活方式类 / 117
- 9 家人朋友类 / 151
- 10 技能类 / 160

## 第五章

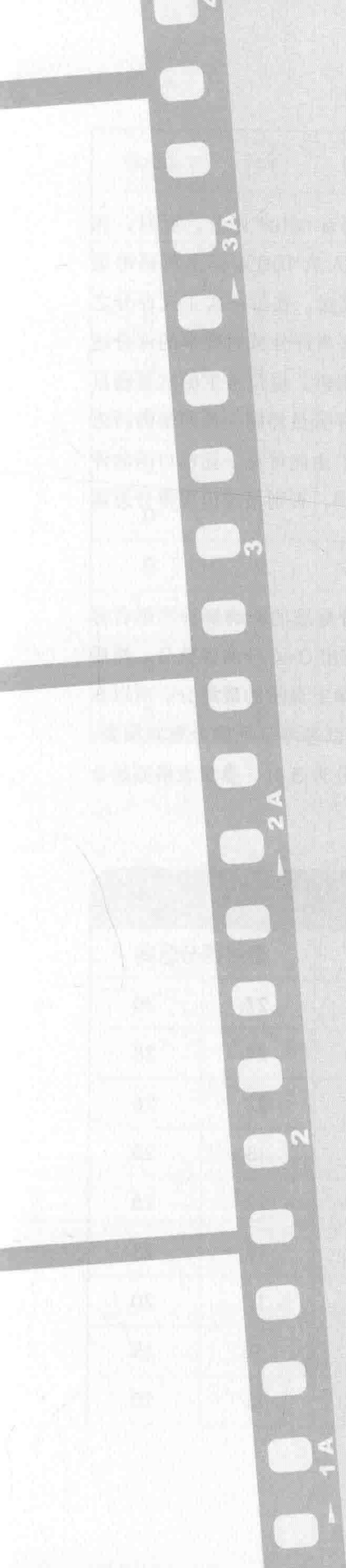
综合题目讲解

169

- 1 第三题 ( Task3 ) / 170
  - 1.1 Step 1 阅读 / 171
  - 1.2 Step 2 听力 / 174
  - 1.3 Step 3 审题 / 177
  - 1.4 Step 4 准备 / 177
  - 1.5 Step 5 回答 / 178
- 2 第四题 ( Task4 ) / 179

- 2.1 Step 1 阅读 / 179
- 2.2 Step 2 听力 / 181
- 2.3 Step 3 审题 / 183
- 2.4 Step 4 准备 / 184
- 2.5 Step 5 回答 / 184
- 3 第五题 (Task5) / 186
  - 3.1 Step 1 听力 / 186
  - 3.2 Step 2 审题 / 189
  - 3.3 Step 3 准备 / 189
  - 3.4 Step 4 回答 / 190
- 4 第六题 (Task6) / 192
  - 4.1 Step 1 听力 / 192
  - 4.2 Step 2 审题 / 195
  - 4.3 Step 3 准备 / 196
  - 4.4 Step 4 回答 / 196

- 1 28 天托福口语复习计划 / 198
- 2 Task 3 & 5 词汇与搭配 / 200
- 3 Task 4 & 6 词汇与搭配 / 205
- 4 托福口语问答 / 212
- 5 学生反馈 / 215



# 第一章

## 「托福口语评分概览」

## 1 评分概述

目前,由于技术性原因,托福口语很难像托福写作那样采用 e-rater 评分,所以,托福口语的评分是人工进行的。为保证评分的专业性,首先,评分人员 100% 都是英语母语者 (native speaker),而且多为大学教授、助教或者研究生;其次,在每一次正式评分之前,ETS 都会给所有评分员一定数量的样本要求其进行盲评,只有当评分员对样本的评分达到 ETS 要求的准确度之后,评分员才有资格进行正式评分。一般来讲,每位考生的六道题目会由六位不同的评分员评分,只有在极少数的情况下才会出现一位评分员评同一位同学的两道题,不会出现同一个评分员评同一位同学的三道或者三道以上题目。由此可见,托福口语的评分相对来说比较公正客观,除非考生在两次考试中的表现有很大不同,否则很难出现得分忽高忽低的情况。

根据《托福考试官方指南》(以下简称 OG)中对托福口语评分标准的明确解释和笔者参加的 ETS 官方培训,考官在评分时会给考生的六道口语题目分别打出 0~4 分的整数分,然后取六道题的平均分。这个平均分数就是口语原始分,但并不是成绩单上显示的最终分。所以在原始分和成绩单的最终分之间存在一个换算关系,这个换算关系可以参考下面的分数转换表。比如,考官给六道题目的打分都是 3 分,那么最后的原始分数平均分为 3 分,参照表格原始分 3 分对应换算分 23 分,那么成绩单上口语则会显示 23 分。

分数转换表

Good	Fair	Limited	Weak	原始分区间		最终得分区间	
3	0	0	0	3.50	4.00	27	30
2	1	0	0	3.17	3.67	24	28
2	0	1	0	2.83	3.33	22	26
2	0	0	1	2.83	3.00	18	23
1	2	0	0	2.83	3.33	22	26
1	1	1	0	2.50	3.00	19	23
1	0	2	0	2.17	2.67	17	20
1	0	0	2	1.17	2.00	9	15
1	1	0	1	2.00	2.67	15	20

Good	Fair	Limited	Weak	原始分区间		最终得分区间	
1	0	1	1	1.67	2.33	13	18
0	3	0	0	2.50	3.00	19	23
0	2	1	0	2.17	2.67	17	20
0	2	0	1	1.67	2.33	13	18
0	1	2	0	1.83	2.33	14	18
0	1	1	1	1.33	2.00	10	15
0	1	0	2	0.83	1.67	6	13
0	0	3	0	1.50	2.00	11	15
0	0	2	1	1.00	1.67	8	13
0	0	1	2	0.50	1.33	4	10
0	0	0	3	0.00	1.00	0	8

## 2 评分标准以及解读

ETS在给每一道口语题打分时，都会采取综合的评分方式(holistic scoring standard)。根据《托福考试官方指南》，托福口语评分标准包括三个方面：第一是语言表达(Delivery)，第二是语言使用(Language Use)，第三是话题展开(Topic Development)。换言之，综合评分即考查信息传递、语言使用及话题展开三个方面的总体表现。因此，考生在这三个方面要均衡发展，因为任何一个方面表现较差都会影响高分的获得，同理，如果两个方面表现很好而第三个方面相对较弱也未必得分很低。接下来，我们会详细论述评分标准的三个方面。

### 2.1 语言表达(Delivery)

官方给出的关于语言表达的定义和评分标准是：“How clear your speech is. Good responses are those, in which the speech is fluid and clear, with good pronunciation, natural pacing, and natural sounding intonation patterns.”这里包含几个重要信息：fluid and clear(清晰)，pronunciation(发音)，natural pacing(节奏自然)，intonation(语调)。首先，不间断语块的表达需要较高流畅性的支撑，所以流畅性会在很大程度上影响考生的得分。很多考生认为，流畅性与语速呈正相关，即语速越快，流畅性越高，然而事实并非如此。众所周知，语速过快往往会导致吐词不清晰，这不仅不能给考生带来很高的分数，很有可能会压低该考生的分数。因此，流畅性好的前提是表达清晰。其次，发音是很多中国考生的痛点。中国考生常出现以下几个发音问题：长短音不分、双元音不饱满、重读错误、拖长辅音、没有连读的意识。最后，语调也是中国考生口语表达的一个弱点，美国人说英语时语调抑扬顿挫，但是中国人说英语时语调很平，基本上没有任何起伏变化。但是，也有很多考生矫枉过正，过分强调语音、语调的重要性而往往忽略内容本身的质量，这样就本末倒置了。在笔者多年的托福口语教学中，有相当一部分考生并没有很好的语音、语调，但是口语的分数也可以达到22分、23分；同时，也有部分语音、语调非常不错的考生，但是内容空洞、缺少细节，导致口语停滞在23分。因此，好的语音、语调只能起到锦上添花的作用，却不能雪中送炭。(具体问题的分析和解决方案参考附录中的“托福口语问答”)

### 2.2 语言使用(Language Use)

官方给出的语言使用的评判标准为：“How effectively you use grammar and vocabulary to convey your ideas. Raters will be listening for how well you can

control both basic and more complex language structures and use appropriate vocabulary.”这里包含几个重要信息：vocabulary（词汇），grammar（语法），basic and complex language structures（简单和复杂句式）。首先，词汇的使用要恰当。用词恰当包含两层意思：

### ① 词汇使用要准确。

举例来说，两位同学回答同一个题目：Describe a person you admire most.

A 同学的答案：The person that I admire most is my mom, and I have good reasons for that. She is a very nice and easygoing person. For example, you know she got a PhD in chemistry and she is so intelligent that she can answer any science questions.

B 同学的答案：The person that I admire most is my mom, and I have good reasons for that. She is a very nice and easygoing person. For example, you know sometimes she is not so busy with work. She will invite our neighbors to come over, cook us nice food, and make us margarita.

不难发现，A 同学的答案中用 nice 和 easygoing 两个词来形容高学历者（PhD）的性格特点显然不准确，而且和后面的例子没有逻辑关系，可参考 B 同学的回答。

### ② 词汇使用要精确。

举例来说，在表达“下雨”时，很多考生只会说“It is raining.”这种表达就不够精准，因为听者通过这个表达并不能判断雨到底多大。所以，考生需要根据雨的大小，使用不同的词汇来精确表达，如果表达“蒙蒙细雨”则用“drizzle”，如果表达“倾盆大雨”则用“It is pouring outside.”

此外，语法的重要性不言而喻，有人把语言学习比喻为盖高楼大厦，语法是语言的框架，词汇就是一块块砖瓦，没有框架和砖瓦建不成大厦，没有语法和词汇就学不好语言。在口语表达中，只知道单词和短语是远远不够的，我们需要懂得如何用正确的语法规则把这些单词连成别人能够理解的句子。比如“如果当初好好学习，我的托福现在就过百了”。这个句子的表达必然要使用虚拟语气，因为表述的是假设。可以译为：Had I studied much hard, I would have got a 100 plus in the TOEFL exam. 如果考生不能够在需要的地方使用正确、恰当的语法形式，那么表达的准确性和质量将会大打折扣。



最后，简单和复杂句式。一般来讲，我们认为结构简单的句子说起来更加朗朗上口，可以使表达更加流畅。而复杂句式听起来很笨拙，同时会带给听者很多理解障碍，因此并不能促进有效的交流。比如，我们可以尝试用复杂句子描述一个地方 “I came from Jinan, which is a very beautiful city, where there is a lot of popular scenic spots like Qianfo Mountain, Baotu Spring, and Quancheng Square.” 很显然，这种表达口吻非常笨拙、生硬。下面我们换成简单句 “I came from Jinan. It is a very beautiful city and there are lots of popular scenic spots like Qianfo Mountain, Baotu Spring, and Quancheng Square.” 通过对比可以发现，后者表达更加流畅，也更容易让别人理解。那么，为什么语言使用这个标准里还会要求考生掌握复杂的句子结构呢？这是因为托福口语综合题目需要各位考生概述比较复杂的学术信息，如果不使用复杂句式，其中某些信息将无法进行简明转述，比如下面这句话，“研究人员训练所谓聪明的猴子比所谓没那么聪明的猴子少花两个小时”，这个句子里出现了两种猴子的对比，也出现了两个谓语动词，即训练 (train) 和花费 (take/spend)。那么问题来了，究竟哪个动词是主句的谓语呢？在对这个句子进行深入分析之后，我们发现，主句的谓语应该是 take，因此句子表达为 “It takes the researcher two hours less to train these supposedly intelligent monkeys than those supposedly less intelligent monkeys.” 再如，“第一组削的土豆的平均数量比第二组的平均数量要多”。需表达为 “The average number of potatoes peeled by the first group significantly outweighs that of second group.” 在这个句子里面需要使用过去分词做后置定语，还需要 that 指代前面的内容以避免重复。

### 2.3 话题展开 (Topic Development)

官方给出的评分标准为：“How fully you answer the question and how coherently you present your ideas. Good responses generally use all or most of the time allotted, and the relationship between ideas and the progression from one idea to the next is clear and easy to follow.” 这个标准里面有两个点需要注意，分别为 use all or most of the time allotted (使用大部分或者是所有的时间) 和 the progression from one idea to the next is clear and easy to follow (不同观点之间的过渡要清晰并且容易让别人听懂)。

首先，使用大部分或者所有的时间。考生在答题时应尽可能地使用完答题时间，不要留白。比如综合题目回答时间为 60 秒，建议考生把回答时间保持在 55 秒以上。其次，不同观点之间的过渡要清晰并且容易让别人听懂，即观点之间要有逻辑性。这要求表达的时候要保持句间连接顺畅、紧凑。最简单的方法是在句与句之间多使用一些连接词，起到过渡、桥梁