LISTEN · RETRIEVE · EXPRESS

雅思战队

剑16 · 口语练习册

100句朗读 · 35句原声跟读 · 20项骨架迁移
锦囊为主，练习为辅

最需要帮助时，先查锦囊。

打开同文件夹上一级的 index.html，可按自然话困惑查找处理方法、完整示例与原句；跟读音频也在电子版播放。

原句来自你提供的剑桥听力材料；中文释义、迁移框架、问题和答案示例为教学编辑内容。示例不是唯一答案，不承诺考试分数。

01 锦囊入口与练习安排

卡住时先查，不必硬背

完整版48卡在《00_锦囊查询_完整48卡.pdf》和电子版。下面四张为本方向的起步卡；电子版还能按你的困惑查其他卡。

20天建议：每天朗读5句，选听并跟读2句，最后做1项骨架迁移。35条跟读可循环复习；20项骨架兼有口语与写作用途，不要求把图表描述背成口语回答。

口语、写作册共享同一批100条原句，避免重复堆材料。两册的锦囊入口和训练排序不同；并非每册有200条不同原句。

跟读方法：先完整听一次，再按意群模仿；录下自己，对照停顿和关键词。提示是练习关注点，不是声学检测报告。

锦囊查询 / 口语

S01 题目一来，我不知道第一句说什么

立即做：先看题目问什么，给出一个直接答案；若有两个选项，再选更符合你的一个。

I prefer ___ because ___.

For me, the main reason is ___.

自编题目与完整示例

Do you prefer studying alone or with other people?

I usually prefer studying alone because I can work at my own pace. If I do not understand something, I can stop and read it again without holding anyone up. I still ask a friend when I get stuck, but for everyday revision I find a quiet room much more useful than a group discussion.

先回答alone，再用按自己的速度学习解释选择。

现在就练：圈出题目真正问的对象和动作 → 先给一个真实、相关的答案 → 需要展开时，补一个具体原因或细节

注意：这道偏好题通常直接回答更清楚。Nowadays并非禁用词；只有题目确实涉及当前趋势时才用，不靠泛泛背景拖延作答。

换题迁移：Do you prefer reading printed books or reading on a screen?

听力里的表达借鉴（完整来源见电子锦囊）

Many consumers prefer it because it has less of an impact on the environment.

剑20 · Test 2 · Part 4 · C20-T2P4-023 · 原文PDF第10页

示范 prefer ... because ...，把偏好与理由接在同一句；不支撑所有题目都须二选一。

September's my favourite month because the water is warmer then.

剑17 · Test 3 · Part 1 · C17-T3P1-048 · 原文PDF第12页

示范 favourite ... because ...，直接表明偏好并说明具体条件。

锦囊查询 / 口语

S06 我说了because，但理由还是很空

立即做：在理由后补“它通过什么方式产生作用”。

It helps by ___.

When ___, people are more likely to ___.

自编题目与完整示例

Why do some people find group exercise motivating?

Group exercise can be motivating because it creates a small sense of responsibility. When a friend expects you to arrive at a certain time, you are less likely to cancel just because you feel tired. The activity also becomes a chance to meet people. So the encouragement comes partly from the routine and the company, not simply from the exercise itself.

把有动力拆成约定时间、有人等、减少取消。

现在就练：保留你的原因 → 拆成一个具体动作 → 指出这个动作怎样影响结果

注意：不要把important/helpful反复换词；补一件实际发生的事。

换题迁移：Why can keeping a study diary help someone learn?

听力里的表达借鉴（完整来源见电子锦囊）

If you treat staff fairly, they'll be more likely to step in and help when extra staff are needed.

剑17 · Test 4 · Part 2 · C17-T4P2-016 · 原文PDF第19页

示范行为条件如何影响意愿，用 if ... more likely to ... 表达机制。

If people reach the stairs before they reach the escalator when they're leaving the station, they're more likely to take the stairs.

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-030 · 原文PDF第16页

示范位置先后如何影响选择，将原因落实为可想象的情境。

锦囊查询 / 口语

S13 这种感觉我知道，但不会用英文形容

立即做：说“发生了什么 + 我想做什么”，不用硬找一个形容词。

I felt as if ___.

I wanted to ___ because ___.

自编题目与完整示例

Describe a time when you felt uncomfortable in a place.

I once sat in a meeting room where the windows would not open. After a while, the air felt warm and heavy, and I wanted to step outside for a moment. I found it difficult to concentrate on what people were saying. When we finally took a break, I walked into the corridor and felt much better almost immediately.

用空气、注意力和离开房间的反应表达不适，不依赖stuffy。

现在就练：给一个具体情景 → 描述身体或行为反应 → 补上你当时的选择

注意：别堆不确定的高级形容词；可观察的感觉比错词更清楚。

换题迁移：Describe a time when you felt nervous before doing something new.

听力里的表达借鉴（完整来源见电子锦囊）

But you must be relieved to have more time to look after your mother.

剑20 · Test 2 · Part 1 · C20-T2P1-004 · 原文PDF第6页

示范 relieved 后接使人宽慰的具体原因；不证明所有感受都须换成动作。

I know I've got to look calm even if I'm in a panic.

剑17 · Test 3 · Part 3 · C17-T3P3-045 · 原文PDF第15页

示范 look calm 与 in a panic 对比外在表现和内在感受。

锦囊查询 / 口语

S20 我说着说着，已经不是题目问的了

立即做：用题目里的核心动作重新说一个直接答案。

To answer your question, ___.

The main point is that ___.

自编题目与完整示例

Do people spend too much time reading news online?

I think some people do spend too much time reading news online. News apps keep offering another headline, so a quick check can easily become half an hour of scrolling. I could talk about how these apps are designed, but to answer your question, the main issue is continuing after you have found the information you need. Setting a stopping point could help.

在准备转向应用设计时，用to answer your question回到“是否花太多时间”；无需每次作答都加入这句提示语。

现在就练：找回题目问的是原因、选择还是程度 → 用一句话明确回答 → 只保留能支持它的后续内容

注意：不要每题都用To answer your question；它只是在已经偏离时帮助回到题目。

换题迁移：Do people spend too much money on celebrations?

听力里的表达借鉴（完整来源见电子锦囊）

Anyway, to answer your question, I thought it was really interesting, especially what the speaker said about the job market.

剑18 · Test 1 · Part 3 · C18-T1P3-009 · 原文PDF第3页

示范 to answer your question 后直接作答，支撑回到提问的会话动作；其后点评内容不是本卡观点。

We're supposed to focus on how effective this particular production is.

剑17 · Test 2 · Part 3 · C17-T2P3-019 · 原文PDF第8页

示范 focus on 明确讨论应围绕的评价对象。

02 朗读 / 第01天

先读词组，再带着意思读全句。

001 说明咨询目的 · 学习

I wanted some information about the workshops in the school holidays.

我想了解一下学校假期期间的工作坊。

词组：information / workshops

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-003 · 原文PDF第1页

002 询问活动内容 · 活动

What sorts of activities do they do?

他们会做哪些类型的活动？

词组：activities / sorts

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-007 · 原文PDF第1页

003 表达对能力的惊讶 · 学习

You'd be amazed how high they can go.

他们能搭得多高会让你惊讶。

词组：amazed / high

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-014 · 原文PDF第1页

004 说明寓教于乐 · 教育

But they're learning all the time as well as having fun.

但他们在玩得开心的同时，也一直在学习。

词组：learning / having fun

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-015 · 原文PDF第1页

005 比较课程难度 · 教育

Some are the same, but a bit more advanced.

有些相同，但稍微高级一些。

词组：same / advanced

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-023 · 原文PDF第1页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第02天

先读词组，再带着意思读全句。

006 介绍合作学习 · 教育

We're there to help if they need it, but they learn from one another too.

他们需要时我们会帮忙，但他们也会互相学习。

词组：help / one another

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-028 · 原文PDF第1页

007 评价创造力 · 教育

You'd be amazed what they come up with.

他们想出来的东西会让你惊讶。

词组：amazed / come up with

剑16 · Test 1 · Part 1 · C16-T1P1-034 · 原文PDF第1页

008 欢迎实习人员 · 工作

Thank you for choosing us for your two weeks of work experience.

感谢你们选择在我们这里进行两周的工作体验。

词组：choosing / work experience

剑16 · Test 1 · Part 2 · C16-T1P2-002 · 原文PDF第2页

009 描述人物性格 · 人物

He was a very determined young man!

他是一个意志非常坚定的年轻人！

词组：determined / young man

剑16 · Test 1 · Part 2 · C16-T1P2-007 · 原文PDF第2页

010 预告场地介绍 · 工作

OK, now I'll briefly help you to orientate yourselves around the site.

好，现在我简单介绍一下，帮助大家熟悉场地。

词组：briefly / orientate

剑16 · Test 1 · Part 2 · C16-T1P2-016 · 原文PDF第2页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第03天

先读词组，再带着意思读全句。

011 分别评价两个方面 · 环境

I can confidently say that the food's very good, but the view isn't.

我可以很有把握地说，食物很好，但景色不怎么样。

词组：confidently / view

剑16 · Test 1 · Part 2 · C16-T1P2-025 · 原文PDF第2页

012 解释地点吸引力 · 环境

That has quite a pleasant view, as it looks out on to the trees.

那里的景色相当宜人，因为窗外就是树木。

词组：pleasant view / trees

剑16 · Test 1 · Part 2 · C16-T1P2-033 · 原文PDF第2页

013 询问项目进度 · 学习

How are you getting on with your art project, Tom?

汤姆，你的艺术项目进展怎么样？

词组：getting on / project

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-001 · 原文PDF第3页

014 描述兴趣变化 · 兴趣

But I'm starting to get into it.

不过我开始对它感兴趣了。

词组：starting / get into

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-003 · 原文PDF第3页

015 汇报阶段进度 · 学习

I've pretty well finished the introductory stage.

我基本已经完成了初步阶段。

词组：finished / introductory stage

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-004 · 原文PDF第3页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第04天

先读词组，再带着意思读全句。

016 描述天气影响 · 经历

It poured with rain and we hardly saw a single bird.

当时下着倾盆大雨，我们几乎连一只鸟都没看到。

词组：poured / hardly

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-011 · 原文PDF第3页

017 表达未实现的愿望 · 学习

I wish we could've seen the projects last year's students did.

真希望我们之前能看到上一届学生做的项目。

词组：wish / projects

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-016 · 原文PDF第3页

018 具体描述任务难点 · 学习

But it was hard having to explain the basis for my decisions in my action plan.

但在行动计划中解释自己作出决定的依据，是件困难的事。

词组：basis / decisions

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-028 · 原文PDF第3页

019 建议分析关联 · 环境

So you could discuss it in relation to predators and food chains?

那么，你可以把它和捕食者以及食物链联系起来讨论？

词组：in relation to / food chains

剑16 · Test 1 · Part 3 · C16-T1P3-044 · 原文PDF第4页

020 纠正片面理解 · 文化

Ancient philosophy is not just about talking or lecturing, or even reading long, dense books.

古代哲学不仅仅是谈话、讲授，甚至也不仅仅是阅读冗长难懂的书籍。

词组：philosophy / dense books

剑16 · Test 1 · Part 4 · C16-T1P4-001 · 原文PDF第4页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第05天

先读词组，再带着意思读全句。

021 说明思想的实际作用 · 文化

In fact, it is something people have used throughout history - to solve their problems and to achieve their greatest triumphs.

事实上，人们在历史长河中一直用它来解决问题，取得最辉煌的成就。

词组：throughout history / triumphs

剑16 · Test 1 · Part 4 · C16-T1P4-002 · 原文PDF第4页

022 解释作者本意 · 文化

Marcus Aurelius never intended his Meditations to be anything but personal.

马可·奥勒留从未打算让《沉思录》成为私人记录以外的东西。

词组：intended / personal

剑16 · Test 1 · Part 4 · C16-T1P4-007 · 原文PDF第4页

023 说明思想影响群体 · 文化

Writers and artists have also been inspired by the stoics.

作家和艺术家也曾受到斯多葛学派的启发。

词组：inspired / artists

剑16 · Test 1 · Part 4 · C16-T1P4-017 · 原文PDF第4页

024 描述跨领域流行 · 工作

Stoicism has also become popular in the world of business.

斯多葛主义在商业界也流行起来。

词组：popular / business

剑16 · Test 1 · Part 4 · C16-T1P4-026 · 原文PDF第4页

025 强调掌握技能的难度 · 学习

This is not as easy as it sounds and will require considerable practice - it can take a lifetime to master.

这并不像听起来那么容易，需要大量练习——可能要花一生才能掌握。

词组：practice / master

剑16 · Test 1 · Part 4 · C16-T1P4-031 · 原文PDF第4页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第06天

先读词组，再带着意思读全句。

026 询问服务限制 · 服务

The photos are all sorts of sizes - are there any restrictions?

照片大小各不相同——有什么限制吗？

词组：sizes / restrictions

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-009 · 原文PDF第7页

027 询问费用估算 · 消费

So can you give me an idea of how much this will cost?

那么，你能大致告诉我要花多少钱吗？

词组：idea / cost

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-017 · 原文PDF第7页

028 确认付款时间 · 消费

So do I need to pay when I send you the photos?

那么，我寄照片给你们时就需要付款吗？

词组：pay / send

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-023 · 原文PDF第7页

029 邀请补充问题 · 服务

Is there anything else you'd like to ask about our services?

关于我们的服务，你还有什么想问的吗？

词组：services / ask about

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-026 · 原文PDF第7页

030 表达对情感价值的理解 · 回忆

We do realise how precious these old photos can be.

我们确实明白这些老照片可能有多么珍贵。

词组：realise / precious

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-035 · 原文PDF第7页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第07天

先读词组，再带着意思读全句。

031 询问改善可能 · 服务

Can you do anything to make that better?

你们能做些什么来改善它吗？

词组：make better / anything

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-040 · 原文PDF第8页

032 说明服务目标时限 · 工作

We aim to get the copying done in ten days.

我们的目标是在十天内完成复制。

词组：aim / ten days

剑16 · Test 2 · Part 1 · C16-T2P1-044 · 原文PDF第8页

033 说明更新信息的相关性 · 教育

I'd like to bring you up to date with changes in the school that will affect your children.

我想向大家介绍学校的最新变化，这些变化会影响你们的孩子。

词组：up to date / affect

剑16 · Test 2 · Part 2 · C16-T2P2-002 · 原文PDF第8页

034 报告审批结果 · 城市

Planning permission has been granted for development of both sites.

这两处地点的开发规划许可都已获批。

词组：permission / granted

剑16 · Test 2 · Part 2 · C16-T2P2-008 · 原文PDF第8页

035 说明预计启动时间 · 教育

Work on the new school buildings should start within the next few months.

新校舍的施工应该会在未来几个月内开始。

词组：start / within

剑16 · Test 2 · Part 2 · C16-T2P2-011 · 原文PDF第8页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第08天

先读词组，再带着意思读全句。

036 回应听众潜在疑问 · 表达

You may be wondering what will happen to the old canteen.

你们可能想知道旧食堂会怎样处理。

词组：wondering / happen

剑16 · Test 2 · Part 2 · C16-T2P2-019 · 原文PDF第8页

037 说明多样性的好处 · 饮食

There'll be plenty of variety, so they shouldn't get bored with the food.

食物种类会很丰富，因此他们应该不会吃腻。

词组：variety / bored

剑16 · Test 2 · Part 2 · C16-T2P2-029 · 原文PDF第8页

038 解释放弃某习惯的原因 · 生活

It just didn't fit in with my lifestyle.

它就是不适合我的生活方式。

词组：fit in / lifestyle

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-019 · 原文PDF第9页

039 描述具体学习困难 · 学习

I struggled a bit with the action plan too.

行动计划那部分我也有点吃力。

词组：struggled / action plan

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-026 · 原文PDF第10页

040 分析成绩问题所在 · 学习

And I had big problems with the statistical stuff, that's where I really lost marks.

而且我在统计部分遇到了很大困难，那是我真正丢分的地方。

词组：statistical / lost marks

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-028 · 原文PDF第10页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第09天

先读词组，再带着意思读全句。

041 明确研究第一步 · 研究

First, we have to decide on our research question.

首先，我们必须确定研究问题。

词组：decide / research question

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-030 · 原文PDF第10页

042 确定研究对象 · 研究

Then we need to think about who we'll do the study on.

然后我们需要考虑研究哪些人。

词组：study / think about

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-032 · 原文PDF第10页

043 提出数据收集方式 · 研究

And we could ask them to answer questions online.

而且我们可以请他们在线回答问题。

词组：online / questions

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-044 · 原文PDF第10页

044 说明研究规范要求 · 研究

And we'll have to check the ethical guidelines for this sort of research.

我们还需要查看这类研究的伦理准则。

词组：ethical / guidelines

剑16 · Test 2 · Part 3 · C16-T2P3-046 · 原文PDF第10页

045 补充活动的心理益处 · 健康

And it also reduces feelings of stress or anxiety.

它还会减少压力或焦虑感。

词组：reduces / anxiety

剑16 · Test 2 · Part 4 · C16-T2P4-005 · 原文PDF第10页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第10天

先读词组，再带着意思读全句。

046 解释愉悦感的社交原因 · 健康

Dancing is also a sociable activity, which is another reason it makes us feel good.

跳舞也是一种社交活动，这也是它让我们感觉良好的原因。

词组：sociable / activity

剑16 · Test 2 · Part 4 · C16-T2P4-006 · 原文PDF第10页

047 比较两组观察结果 · 研究

The people dancing in a group reported feeling happier, whereas those dancing alone did not.

集体跳舞的人表示自己感觉更快乐，而独自跳舞的人则没有。

词组：whereas / alone

剑16 · Test 2 · Part 4 · C16-T2P4-008 · 原文PDF第10页

048 评价活动的可参与性 · 健康

One of the great things about dance is that there are no barriers to participation.

舞蹈的一大优点是没有参与门槛。

词组：barriers / participation

剑16 · Test 2 · Part 4 · C16-T2P4-017 · 原文PDF第10页

049 鼓励不同能力的人参与 · 健康

Anyone can have a go, even those whose standard of fitness is quite low.

任何人都可以试一试，即使体能水平比较低也可以。

词组：have a go / fitness

剑16 · Test 2 · Part 4 · C16-T2P4-018 · 原文PDF第10页

050 解释活动的认知要求 · 健康

It also requires a lot of concentration because you need to remember different steps and routines.

它也需要高度集中注意力，因为你得记住不同的舞步和动作组合。

词组：concentration / routines

剑16 · Test 2 · Part 4 · C16-T2P4-024 · 原文PDF第10页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第11天

先读词组，再带着意思读全句。

051 说明现有能力与待改进之处 · 运动

He can ride a bike, but he needs a little more training before he's safe to go on the road.

他会骑自行车，但还需要一些训练才能安全上路。

词组：training / safe

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-007 · 原文PDF第13页

052 询问教学人员情况 · 教育

And can you tell me a bit about the instructors?

你能介绍一下教练吗？

词组：instructors / tell me

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-010 · 原文PDF第13页

053 描述协作与替岗 · 工作

They support the instructors, and they also stand in for me if I'm not around.

他们为教练提供支持，而且我不在时也会代替我。

词组：support / stand in

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-013 · 原文PDF第13页

054 解释小班教学的好处 · 教育

We have a limit of eight children in each class, so their instructor really gets to know them well .

我们每班最多八个孩子，这样教练就能真正充分了解他们。

词组：limit / gets to know

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-020 · 原文PDF第13页

055 确认准备物品 · 活动

And is there anything special Charlie should bring along with him?

查理需要带什么特别的东西吗？

词组：bring along / special

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-028 · 原文PDF第13页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第12天

先读词组，再带着意思读全句。

056 解释延长安排的原因 · 活动

We need the additional time because there are a few extra things to do.

我们需要额外的时间，因为还有一些额外的事情要做。

词组：additional / extra

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-039 · 原文PDF第13页

057 说明报名需求情况 · 活动

But the places are filling up quite quickly.

不过，名额正在很快被订满。

词组：places / filling up

剑16 · Test 3 · Part 1 · C16-T3P1-048 · 原文PDF第14页

058 介绍行业优势 · 工作

And these sectors do provide some very special career opportunities.

这些行业确实提供一些非常特别的职业机会。

词组：sectors / career opportunities

剑16 · Test 3 · Part 2 · C16-T3P2-004 · 原文PDF第14页

059 作有限定的正面评价 · 工作

Salaries can sometimes be good too, although there's a lot of variety here.

有时薪资也不错，不过这方面差异很大。

词组：salaries / variety

剑16 · Test 3 · Part 2 · C16-T3P2-008 · 原文PDF第14页

060 转向讨论不利面 · 工作

Of course, working outdoors does have its challenges.

当然，户外工作确实也有它的挑战。

词组：outdoors / challenges

剑16 · Test 3 · Part 2 · C16-T3P2-010 · 原文PDF第14页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第13天

先读词组，再带着意思读全句。

061 比较不同条件的体验 · 天气

It's fine in summer, but can be extremely unpleasant when it's cold and windy.

夏天还好，但寒冷多风时就可能非常难受。

词组：unpleasant / cold

剑16 · Test 3 · Part 2 · C16-T3P2-011 · 原文PDF第14页

062 明确必要资格 · 工作

A driving licence and tractor driving experience are essential.

驾照和拖拉机驾驶经验是必不可少的。

词组：experience / essential

剑16 · Test 3 · Part 2 · C16-T3P2-033 · 原文PDF第14页

063 提出误差的可能原因 · 研究

It's possible that the scales for weighing the fat weren't accurate enough, too.

也有可能是称脂肪的秤不够准确。

词组：possible / accurate

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-013 · 原文PDF第15页

064 表达再次验证的意愿 · 研究

I'd really like to try the experiment again some time.

我很想找个时间再做一次这个实验。

词组：experiment / again

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-014 · 原文PDF第15页

065 提出企业责任建议 · 饮食

I think food manufacturers could do more to encourage healthy eating.

我认为食品制造商可以采取更多措施来鼓励健康饮食。

词组：manufacturers / healthy eating

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-019 · 原文PDF第15页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第14天

先读词组，再带着意思读全句。

066 提出另一种解决办法 · 健康

I suppose another approach to this problem is to get people to exercise more.

我想，解决这个问题的另一种方式是让人们增加运动。

词组：approach / exercise

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-024 · 原文PDF第16页

067 引出解决方案讨论 · 健康

So how can people be encouraged to take more exercise?

那么，怎样才能鼓励人们多运动呢？

词组：encouraged / exercise

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-028 · 原文PDF第16页

068 解释微小改变的长期效果 · 习惯

And it might not be a big change, but if it happens every day, it all adds up.

而且变化可能不大，但如果每天发生，效果就会累积起来。

词组：change / adds up

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-033 · 原文PDF第16页

069 规划内容与结构 · 学习

Let's think about what we're going to include and what will go where.

我们想想要包含什么内容，以及每部分放在哪里。

词组：include / go where

剑16 · Test 3 · Part 3 · C16-T3P3-042 · 原文PDF第16页

070 用发现支持历史结论 · 文化

Ancient knitted garments have been found in many different countries, showing that knitting is a global activity with a long history.

许多不同国家都发现了古代针织衣物，表明编织是一项历史悠久的全球性活动。

词组：global / long history

剑16 · Test 3 · Part 4 · C16-T3P4-003 · 原文PDF第16页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第15天

先读词组，再带着意思读全句。

071 概括活动价值 · 兴趣

The answer is that knitting, as a handicraft, has numerous benefits for those doing it.

答案是，编织作为一种手工艺，对从事它的人有许多益处。

词组：handicraft / benefits

剑16 · Test 3 · Part 4 · C16-T3P4-009 · 原文PDF第16页

072 引导分析好处 · 表达

Let's consider what some of these might be.

我们来考虑一下其中可能有哪些益处。

词组：consider / might

剑16 · Test 3 · Part 4 · C16-T3P4-010 · 原文PDF第16页

073 用条件说明经济收益 · 家庭

If you have several children who all need warm winter clothes, knitting may save you a lot of money.

如果你有几个孩子，都需要暖和的冬装，编织可能帮你省下一大笔钱。

词组：save / winter clothes

剑16 · Test 3 · Part 4 · C16-T3P4-012 · 原文PDF第16页

074 强调更重要的价值 · 健康

But the more significant benefits in today's world are to do with well-being.

但在当今世界，更重要的益处与身心健康有关。

词组：significant / well-being

剑16 · Test 3 · Part 4 · C16-T3P4-014 · 原文PDF第16页

075 说明兼顾工作与收入的作用 · 社会

As I've mentioned, knitting offered people from poor communities a way of making extra money while doing other tasks.

正如我提到的，编织让贫困社区的人们可以在做其他事情的同时赚取额外收入。

词组：extra money / communities

剑16 · Test 3 · Part 4 · C16-T3P4-027 · 原文PDF第16页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第16天

先读词组，再带着意思读全句。

076 礼貌说明联系目的 · 住宿

I was hoping to speak to Jack Fitzgerald about renting a cottage.

我想和杰克·菲茨杰拉德谈谈租乡间小屋的事。

词组：hoping / renting

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-002 · 原文PDF第18页

077 询问初步计划 · 安排

What date did you have in mind?

你原本考虑的是哪个日期？

词组：date / in mind

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-007 · 原文PDF第18页

078 说明计划调整幅度 · 安排

We'd just need to change a couple of things.

我们只需要调整几件事情。

词组：change / couple

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-015 · 原文PDF第18页

079 委婉表达超预算 · 消费

That's a bit more than we wanted to pay, I'm afraid.

恐怕这比我们原本想付的价格高了一点。

词组：more / pay

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-018 · 原文PDF第18页

080 清楚说明预算上限 · 住宿

We've budgeted up to £500 for accommodation.

我们的住宿预算最高是500英镑。

词组：budgeted / accommodation

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-019 · 原文PDF第18页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第17天

先读词组，再带着意思读全句。

081 解释限制与替代方案 · 住房

The bathroom is too small for a bath, so there's a shower instead.

浴室太小，放不下浴缸，所以用淋浴替代。

词组：too small / instead

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-044 · 原文PDF第18页

082 根据设施调整计划 · 旅游

Perhaps we should come in the winter, to make the most of it!

也许我们该冬天来，好好享受一下它！

词组：winter / make the most

剑16 · Test 4 · Part 1 · C16-T4P1-054 · 原文PDF第19页

083 转入下一个讨论事项 · 表达

Next on the agenda we have traffic and highways.

议程的下一项是交通和公路。

词组：agenda / traffic

剑16 · Test 4 · Part 2 · C16-T4P2-001 · 原文PDF第19页

084 概括调查中的总体评价 · 交通

People were generally satisfied with the state of the roads.

人们总体上对道路状况感到满意。

词组：satisfied / state

剑16 · Test 4 · Part 2 · C16-T4P2-005 · 原文PDF第19页

085 说明交通措施的健康收益 · 交通

This means pedestrians waiting on the pavement to cross the railway line don't have to breathe in car fumes.

这意味着，在人行道上等着穿过铁路线的行人不必吸入汽车尾气。

词组：pedestrians / fumes

剑16 · Test 4 · Part 2 · C16-T4P2-014 · 原文PDF第19页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第18天

先读词组，再带着意思读全句。

086 解释选址的安全好处 · 城市

This means there's less danger of stray balls hitting cars or pedestrians.

这意味着，飞出的球击中汽车或行人的危险会更小。

词组：danger / pedestrians

剑16 · Test 4 · Part 2 · C16-T4P2-023 · 原文PDF第20页

087 说明设施使用情况 · 运动

The pavilion is very well used at present by both football players and cricketers.

目前，足球和板球运动员都经常使用这个休息亭。

词组：at present / well used

剑16 · Test 4 · Part 2 · C16-T4P2-027 · 原文PDF第20页

088 说明成本造成的参与障碍 · 交通

Yes, but the costs can add up and that puts people on low incomes off in some places.

是的，但费用会累积，这在某些地方会让低收入人群望而却步。

词组：add up / low incomes

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-005 · 原文PDF第20页

089 推进建议讨论 · 合作

Shall we quickly discuss the recommendations we're going to make?

我们快速讨论一下打算提出的建议，好吗？

词组：recommendations / discuss

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-013 · 原文PDF第21页

090 解释推广与使用之间的关系 · 交通

If people don't know how to use the scheme or don't understand its benefits, they won't use it.

如果人们不知道如何使用这个计划，或者不了解它的好处，就不会使用它。

词组：benefits / understand

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-023 · 原文PDF第21页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第19天

先读词组，再带着意思读全句。

091 说明行为改变的难度 · 交通

People need a lot of persuasion to stop using their cars.

要让人们不再开车，需要做很多劝说工作。

词组：persuasion / stop using

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-024 · 原文PDF第21页

092 指出可能的关键因素 · 消费

I'd say price has a lot to do with it.

我认为价格和这件事有很大关系。

词组：price / a lot to do

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-034 · 原文PDF第21页

093 平衡评价成绩与不足 · 交通

The bikes are popular and the whole system is well maintained but it isn't expanding quickly enough.

这些自行车很受欢迎，整个系统也维护得很好，但扩张速度不够快。

词组：maintained / expanding

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-040 · 原文PDF第21页

094 评价规划上的不足 · 管理

I think the organisers lacked vision and ambition there.

我认为那里的组织者缺乏远见和雄心。

词组：vision / ambition

剑16 · Test 4 · Part 3 · C16-T4P3-051 · 原文PDF第22页

095 说明证据带来的认识限制 · 研究

It's hard to get an accurate description of what the dodo actually looked like.

很难准确描述渡渡鸟到底长什么样。

词组：accurate / description

剑16 · Test 4 · Part 4 · C16-T4P4-008 · 原文PDF第22页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

02 朗读 / 第20天

先读词组，再带着意思读全句。

096 谨慎评价史料可靠性 · 研究

We do have some written records from sailors, and a few pictures, but we don't know how reliable these are.

我们确实有一些水手的文字记录和几张图画，但不知道它们有多可靠。

词组：records / reliable

剑16 · Test 4 · Part 4 · C16-T4P4-009 · 原文PDF第22页

097 说明尝试与实际结果的反差 · 历史

Although attempts were made to preserve the bodies of some of the birds, no complete specimen survives.

尽管人们尝试保存过一些鸟的尸体，但没有完整标本存留下来。

词组：attempts / specimen

剑16 · Test 4 · Part 4 · C16-T4P4-011 · 原文PDF第22页

098 描述研究行为 · 研究

Another group of scientists carried out analysis of the dodo's skull.

另一组科学家对渡渡鸟的头骨进行了分析。

词组：carried out / analysis

剑16 · Test 4 · Part 4 · C16-T4P4-018 · 原文PDF第22页

099 根据证据修正旧认识 · 环境

So it looks as if the dodo was better able to survive and defend itself than was originally believed.

因此看来，渡渡鸟的生存和自卫能力比最初认为的更强。

词组：survive / originally believed

剑16 · Test 4 · Part 4 · C16-T4P4-023 · 原文PDF第22页

100 补充可能原因 · 环境

Another factor may have been the new species brought to the island by the sailors.

另一个因素可能是水手带到岛上的新物种。

词组：factor / species

剑16 · Test 4 · Part 4 · C16-T4P4-027 · 原文PDF第22页

自查：□读清关键词 □停顿符合意思 □合上材料说一句自己的话

03 跟读35句

真实录音，循环练习

电子版选择“跟读”与对应书册即可播放，可调0.8× / 1×及循环。音频文件和网页需要保持在同一交付文件夹内。

01 · 朗读第002句 · C16-T1P1-007

What sorts of activities do they do?

先听清“activities”和“sorts”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

02 · 朗读第003句 · C16-T1P1-014

You'd be amazed how high they can go.

先听清“amazed”和“high”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

03 · 朗读第005句 · C16-T1P1-023

Some are the same, but a bit more advanced.

先听清“same”和“advanced”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

04 · 朗读第007句 · C16-T1P1-034

You'd be amazed what they come up with.

先听清“amazed”和“come up with”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

05 · 朗读第008句 · C16-T1P2-002

Thank you for choosing us for your two weeks of work experience.

先听清“choosing”和“work experience”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

06 · 朗读第009句 · C16-T1P2-007

He was a very determined young man!

先听清“determined”和“young man”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

07 · 朗读第014句 · C16-T1P3-003

But I'm starting to get into it.

先听清“starting”和“get into”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

08 · 朗读第015句 · C16-T1P3-004

I've pretty well finished the introductory stage.

先听清“finished”和“introductory stage”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

03 跟读索引

09 · 朗读第023句 · C16-T1P4-017

Writers and artists have also been inspired by the stoics.

先听清“inspired”和“artists”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

10 · 朗读第024句 · C16-T1P4-026

Stoicism has also become popular in the world of business.

先听清“popular”和“business”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

11 · 朗读第030句 · C16-T2P1-035

We do realise how precious these old photos can be.

先听清“realise”和“precious”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

12 · 朗读第031句 · C16-T2P1-040

Can you do anything to make that better?

先听清“make better”和“anything”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

13 · 朗读第034句 · C16-T2P2-008

Planning permission has been granted for development of both sites.

先听清“permission”和“granted”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

14 · 朗读第036句 · C16-T2P2-019

You may be wondering what will happen to the old canteen.

先听清“wondering”和“happen”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

15 · 朗读第038句 · C16-T2P3-019

It just didn't fit in with my lifestyle.

先听清“fit in”和“lifestyle”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

16 · 朗读第039句 · C16-T2P3-026

I struggled a bit with the action plan too.

先听清“struggled”和“action plan”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

17 · 朗读第041句 · C16-T2P3-030

First, we have to decide on our research question.

先听清“decide”和“research question”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

18 · 朗读第045句 · C16-T2P4-005

And it also reduces feelings of stress or anxiety.

先听清“reduces”和“anxiety”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

03 跟读索引

19 · 朗读第049句 · C16-T2P4-018

Anyone can have a go, even those whose standard of fitness is quite low.

先听清“have a go”和“fitness”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

20 · 朗读第052句 · C16-T3P1-010

And can you tell me a bit about the instructors?

先听清“instructors”和“tell me”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

21 · 朗读第057句 · C16-T3P1-048

But the places are filling up quite quickly.

先听清“places”和“filling up”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

22 · 朗读第058句 · C16-T3P2-004

And these sectors do provide some very special career opportunities.

先听清“sectors”和“career opportunities”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

23 · 朗读第060句 · C16-T3P2-010

Of course, working outdoors does have its challenges.

先听清“outdoors”和“challenges”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

24 · 朗读第065句 · C16-T3P3-019

I think food manufacturers could do more to encourage healthy eating.

先听清“manufacturers”和“healthy eating”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

25 · 朗读第067句 · C16-T3P3-028

So how can people be encouraged to take more exercise?

先听清“encouraged”和“exercise”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

26 · 朗读第072句 · C16-T3P4-010

Let's consider what some of these might be.

先听清“consider”和“might”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

27 · 朗读第074句 · C16-T3P4-014

But the more significant benefits in today's world are to do with well-being.

先听清“significant”和“well-being”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

28 · 朗读第077句 · C16-T4P1-007

What date did you have in mind?

先听清“date”和“in mind”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

03 跟读索引

29 · 朗读第080句 · C16-T4P1-019

We've budgeted up to £500 for accommodation.

先听清“budgeted”和“accommodation”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

30 · 朗读第083句 · C16-T4P2-001

Next on the agenda we have traffic and highways.

先听清“agenda”和“traffic”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

31 · 朗读第084句 · C16-T4P2-005

People were generally satisfied with the state of the roads.

先听清“satisfied”和“state”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

32 · 朗读第089句 · C16-T4P3-013

Shall we quickly discuss the recommendations we're going to make?

先听清“recommendations”和“discuss”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

33 · 朗读第094句 · C16-T4P3-051

I think the organisers lacked vision and ambition there.

先听清“vision”和“ambition”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

34 · 朗读第095句 · C16-T4P4-008

It's hard to get an accurate description of what the dodo actually looked like.

先听清“accurate”和“description”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

35 · 朗读第098句 · C16-T4P4-018

Another group of scientists carried out analysis of the dodo's skull.

先听清“carried out”和“analysis”的重音位置，再按原录音的停顿连读整句；不要逐词等长朗读。

04 骨架迁移20项

把原句的作用迁到新内容

先自己作答，再看参考。框架和示例是教学编辑内容，题目里的数据或场景为自编练习设定。每一项都能回查原句。

04 骨架迁移 / 1

01 E16-01 · 建议口语使用

... is learning as well as having fun.

介绍一种寓教于乐的活动，补充具体例子。

我的表达：_____

_____

自编参考：My cousin is learning as well as having fun when she plays board games. She has to explain her decisions and work with other players, so the games develop more than just counting skills.

原句ID：C16-T1P1-015

02 E16-02 · 建议口语使用

... learn from one another too.

描述一次合作学习经历，说明你从别人身上学到了什么。

我的表达：_____

_____

自编参考：In our study group, we learn from one another too. One classmate showed me how to organise my notes, and I helped her practise speaking more fluently.

原句ID：C16-T1P1-028

04 骨架迁移 / 2

03 E16-03 · 建议口语使用

I'm starting to get into ...

说一种你最近开始喜欢的活动，解释是什么让你改变想法。

我的表达：_____

_____

自编参考：I'm starting to get into cooking. I used to find it tiring, but making a simple meal for my family gave me a real sense of achievement.

原句ID：C16-T1P3-003

04 E16-04 · 建议口语使用

I wish I could have ...

谈一次没有实现的机会，解释为什么觉得遗憾。

我的表达：_____

_____

自编参考：I wish I could have joined the school photography trip. I had an exam that day, and I missed the chance to learn from a professional photographer.

原句ID：C16-T1P3-016

04 骨架迁移 / 3

05 E16-05 · 建议口语使用

... are all sorts of ...; are there any restrictions?

模拟咨询一个课程，先说明你的情况，再问清一项限制。

我的表达：_____

_____

自编参考：The people in our group are all sorts of ages; are there any restrictions? My younger brother is only twelve, so I want to check whether he can join us.

原句ID：C16-T2P1-009

06 E16-06 · 建议口语使用

Could you give me an idea of how much ... will cost?

模拟筹划活动，礼貌询价并说明预算需要。

我的表达：_____

_____

自编参考：Could you give me an idea of how much the room will cost? We're organising a small student event, so we need to know whether equipment is included in the price.

原句ID：C16-T2P1-017

04 骨架迁移 / 4

07 E16-07 · 建议口语使用

... didn't fit in with my lifestyle.

说明你放弃某个习惯的原因，再提出更合适的替代。

我的表达：_____

_____

自编参考：Going to the gym at six in the morning didn't fit in with my lifestyle. I often study late, so I now take a walk after lunch instead.

原句ID：C16-T2P3-019

08 E16-08 · 建议口语使用

I can ..., but I need more ... before ...

说明一项已经具备的能力和下一步目标，并提出练习办法。

我的表达：_____

_____

自编参考：I can follow everyday conversations, but I need more practice before I can give a confident presentation. I'm going to record a short talk every week and listen for unclear sections.

原句ID：C16-T3P1-007

04 骨架迁移 / 5

09 E16-09 · 建议口语使用

That's a bit more than I wanted to ...

在购物或预订时委婉说明限制，并询问替代方案。

我的表达：_____

_____

自编参考：That's a bit more than I wanted to spend. Do you have a smaller room that is still close to the station?

原句ID：C16-T4P1-018

10 E16-10 · 建议口语使用

Perhaps I should ... to make the most of ...

为一项闲置资源想一个用法，并解释收益。

我的表达：_____

_____

自编参考：Perhaps I should join a conversation group to make the most of my free evenings. It would give me a reason to speak English regularly instead of just watching videos.

原句ID：C16-T4P1-054

04 骨架迁移 / 6

11 E16-11 · 建议写作使用

... is not as easy as it sounds and requires ...

评价某项常见建议的实施难度，并说明所需条件。

我的表达：_____

_____

自编参考：Changing eating habits is not as easy as it sounds and requires consistent support. People may find it difficult to cook healthier meals if they work long hours and have limited access to fresh food.

原句ID：C16-T1P4-031

12 E16-12 · 建议写作使用

There is plenty of variety, so ...

说明课程或活动多样化的益处，并给出一个具体例子。

我的表达：_____

_____

自编参考：There is plenty of variety in a balanced school curriculum, so students can discover different strengths. A child who struggles with written tests may excel in music or practical design.

原句ID：C16-T2P2-029

04 骨架迁移 / 7

13 E16-13 · 建议写作使用

First, it is necessary to decide on ...

为一个小型调查规划第一步，再说明为什么不能跳过这一步。

我的表达：_____

_____

自编参考：First, it is necessary to decide on a clear research question. Without it, a survey may collect a large amount of information that does not address the original problem.

原句ID：C16-T2P3-030

14 E16-14 · 建议写作使用

... whereas ...

比较两种学习方式的不同优势，不捏造研究数据。

我的表达：_____

_____

自编参考：Group learning allows students to discuss ideas, whereas independent study gives them more control over their pace. A combination of the two may suit learners with different needs.

原句ID：C16-T2P4-008

04 骨架迁移 / 8

15 E16-15 · 建议写作使用

One of the great things about ... is ...

说明一种公共活动的主要优势，再补充让优势成立的条件。

我的表达：_____

_____

自编参考：One of the great things about community walking groups is their low cost. If routes are accessible and sessions are offered at different times, more residents may be able to take part.

原句ID：C16-T2P4-017

16 E16-16 · 建议写作使用

It is possible that ... were not ... enough.

为一个不理想结果提出谨慎解释，并指出应如何验证。

我的表达：_____

_____

自编参考：It is possible that the instructions were not clear enough. The organisers could ask participants which steps they found confusing before redesigning the process.

原句ID：C16-T3P3-013

04 骨架迁移 / 9

17 E16-17 · 建议写作使用

... could do more to encourage ...

对学校或企业提出一项具体建议，解释其作用。

我的表达：_____

_____

自编参考：Schools could do more to encourage regular exercise. Providing short activity breaks may help students who are reluctant to join competitive sports teams.

原句ID：C16-T3P3-019

18 E16-18 · 建议写作使用

... may not be a big change, but if ..., it adds up.

说明一个小习惯的累计价值，避免夸大确定效果。

我的表达：_____

_____

自编参考：Walking to nearby shops may not be a big change, but if it becomes a daily habit, the activity adds up . It can also reduce the number of short car journeys a household makes.

原句ID：C16-T3P3-033

04 骨架迁移 / 10

19 E16-19 · 建议写作使用

... can add up, which puts people on low incomes off ...

分析一项服务的隐性成本，并提出缓解办法。

我的表达：_____

_____

自编参考：Membership and equipment costs can add up, which puts people on low incomes off joining sports clubs. Subsidised sessions and equipment loans could make participation more affordable.

原句ID：C16-T4P3-005

20 E16-20 · 建议写作使用

There are ..., but it is unclear how reliable ... are.

说明评价信息时的谨慎态度，并提出核实方法。

我的表达：_____

_____

自编参考：There are many online reviews, but it is unclear how reliable some of them are. Readers should compare several independent accounts rather than base a decision on a single enthusiastic comment.

原句ID：C16-T4P4-009

05 紧急救命包

只帮助你继续回答

用于口语澄清、思考或修正；写作时请回到写作锦囊，不把这些会话句填进作文。

给自己一小会儿

Let me think for a moment.

说一次后尽快给内容；不能反复填满答案。

刚才说错，重新表达

Let me put that another way.

后面换成更短的完整句；不是要求从头重说整段。

有个信息要纠正

Sorry, that is not quite what I meant.

随后修正具体信息；不要为无关紧要的小错不断道歉。

词想不起，改用描述

I cannot think of the exact word, but I can describe it.

立刻说用途、特征或动作；这句话本身不能代替描述。

回到刚才的问题

Let me come back to your question.

下一句必须直接回答原题，不要转去熟悉但无关的话题。

这一点已经说完

That is the main point I wanted to make.

不能用于尚未回答问题时；日常短回答通常直接停下就够。

从最简单的一点开始

Let me start with the simplest point.

随后只说一个直接观点；不必把这句变成固定开场。

先说明我了解的范围

I do not know much about that particular subject.

随后从日常可理解的角度回答；这不是结束回答或编造事实的理由。