

IELTS SPEAKING PART 2: DESCRIBE A HEALTHY AND/OR MODERN LIFESTYLE

“RACE TO BAND 9” SERIES

Chào mừng các bạn trở lại với chuỗi bài luyện tập “Đường tới Band 9.0” của **Smartcom English**. Bài luyện tập hôm nay có chủ đề nói về một lối sống lành mạnh và/hoặc hiện đại.

Đây là một chủ đề không quá khó, nhưng cũng không phải là dễ. Chủ đề này dễ ở chỗ nó chưa yêu cầu quá cụ thể, bạn có thể nói về bất cứ một lối sống lành mạnh, hiện đại nào mà từ vựng hoặc thông tin của nó bạn đã nằm lòng sẵn. Thêm nữa, Sức khỏe cũng là một trong những chủ đề thường gặp với nguồn từ vựng khá đa dạng và linh hoạt, có thể áp dụng cho nhiều đề nói. Nhưng khi đi sâu vào những chi tiết cụ thể, ví dụ như những thói quen tốt cho sức khỏe và những lợi ích nó đem lại, mà bạn muốn diễn đạt tốt, không bị công kênh, sử dụng được những từ vựng đặc thù để nâng cao điểm thành phần thì rõ ràng không phải bất cứ người luyện IELTS nào cũng có thể làm được.

Chính vì thế mà để có điểm IELTS cao, bạn cần phải tích lũy, trau dồi từ vựng, đặc biệt bổ sung nhiều từ đặc thù, nâng cao theo từng chủ đề khác nhau. Đồng thời, chú trọng luyện tập đều đặn để củng cố về cấu trúc câu, cách tư duy, diễn đạt một cách nhuần nhuyễn và khả năng lập luận để trả lời tốt những câu hỏi mang tính tranh luận. Trong quá trình đó, bạn cũng có thể dần mài dũa về phát âm, khả năng ứng biến, trả lời lưu loát đa dạng các bài nói IELTS.

Dù thí sinh có vốn từ, kỹ năng làm bài tốt đến đâu, luyện IELTS Speaking luôn là cả một quá trình. Đặc biệt với ngày càng nhiều những câu hỏi mang tính cá nhân hóa, chú trọng khả năng diễn đạt linh hoạt, chuẩn xác, việc học từ một vài chủ đề thường gặp nhất như những năm trước đây đã lỗi thời, không còn phù hợp nữa.

Bên cạnh việc luyện tập nhuần nhuyễn đa dạng các đề, ưu tiên ôn luyện Part 2 cũng sẽ giúp bạn làm giàu vốn từ, nâng cao khả năng diễn đạt nhanh hơn so với khi ôn tập Part 1 và Part 3. Vậy nên, Smartcom English xin mời bạn xem và cùng suy ngẫm cách trả lời đề IELTS Speaking Part 2 dưới đây. Đây là một câu hỏi rất hay ra trong kỳ thi IELTS nói chung, bao gồm cả những đợt thi gần đây.

Question: Describe a healthy and/or modern lifestyle.

You should say

- What it is
- How do you know it
- And explain why you think it is healthy or modern

Với câu hỏi này, bạn cần lưu ý những điều sau:

- Câu hỏi nói về lối sống nên sẽ cần kết hợp sử dụng nhiều động từ khiếm khuyết và bao gồm những miêu tả, đề xuất, giải thích nguyên nhân ở thì hiện tại. Có thể kết hợp thêm một số thì như hiện tại hoàn thành trong phần giải thích nguyên nhân và thì quá khứ đơn khi nói về cách bạn biết đến lối sống này để nâng điểm thành phần về ngữ pháp.
- Sĩ tử cần phải chuẩn bị tốt vốn từ về chủ đề sức khỏe để nói về những thực trạng trong xã hội có liên quan, các bệnh lý thường gặp, các giải pháp cải thiện sức khỏe phổ biến nhất ... Song song với đó là vốn cấu trúc câu miêu tả, nguyên nhân, đề xuất, v.v...
- Chuẩn bị nội dung, vốn từ, cấu trúc câu để tả chi tiết về lối sống bạn đang nói đến và lý giải nguyên nhân tại sao bạn nghĩ nó lành mạnh hoặc/và hiện đại, nếu bạn không có đủ năng lực ngôn ngữ để tả sâu về nội dung của bộ phim hay chương trình đó. Bạn không nhất thiết phải đi sâu trả lời tất cả 3 gạch đầu dòng gợi ý cho bài nói, mà bạn

có thể chọn tập trung hơn vào khoảng 2 gợi ý trong số đó là cũng đủ tốt rồi. Vấn đề là bạn đủ vốn từ và cấu trúc câu chất lượng để nói sâu rộng, làm nổi bật lên các ý chính hay không thôi. Trong trường hợp vốn từ và cấu trúc câu của bạn chưa đạt tầm chuyên sâu, thì bạn nên trả lời đủ tất cả gợi ý, như vậy sẽ vẫn đảm bảo độ dài của bài nói, và hạn chế được việc phải nói quá chi tiết, tập trung vào một ý nào, khiến bạn phải chật vật về từ vựng và ý tưởng.

Mời bạn tham khảo bài trả lời ở band điểm 8+ dưới đây của bạn Thu Trang của Smartcom English cùng cô Shivani, một giáo viên luyện IELTS có thâm niên lâu năm.



(Phạm Thu Trang – Smartcom English – Race to band 9 sample)

Bạn có thể xem lại phần lời của bài nói trong video trên ở dưới đây. Xét riêng tiêu chí từ vựng (lexical resource) và ngữ pháp (grammatical range and accuracy) thì bài nói trên của Trang sẽ được nhiều chuyên gia khảo thí chấm band 9.

Smartcom English khuyên bạn xem kỹ để thấy rõ điểm mạnh, điểm yếu của thí sinh trong video và rút ra kinh nghiệm cho chính mình nhé. Tuy Trang áp dụng từ vựng và ngữ pháp đã khá tốt, nếu mài dũa thêm về phát âm cũng như khả năng ứng biến, diễn đạt một cách trôi chảy thì band 9 Speaking hoàn toàn nằm trong tầm tay của bạn. Đây cũng là hai khía cạnh cần sự chuyên cần luyện tập nhất trong cả bốn yếu tố ghi điểm của một bài thi IELTS Speaking. Đối với phần Phát âm, bạn chú ý luyện tập chuẩn chỉ theo phiên âm từ điển khi học từ vựng và tăng cường đối thoại cùng bạn bè, thầy cô thay vì chỉ luyện đề một mình. Để cải thiện độ trôi chảy, lưu loát, việc tham khảo thêm nhiều video trả lời Speaking mẫu như này cũng sẽ giúp bạn bồi dưỡng thêm kỹ năng triển khai ý và diễn đạt linh hoạt.

The script of the answer:

Today I would like to introduce a healthy lifestyle that I think will benefit everyone's busy modern life **tremendously**. It involves **maintaining a balance** between work and life, and between exercise and diet. Being a **health-conscious** person, I have **taken an interest in**

collecting tips, reading books, and finding videos on how to stay healthy. And in almost all cases, a balanced lifestyle is recommended.

I think the main problem with modern life is that we **strive** too much for convenience. While this is understandable based on the increasing amounts of work and stress one is dealing with daily, this would also mean a more **sedentary lifestyle**, more **dehydration** and more **fast food consumption**. Thus, numerous health issues such as **diabetes**, **obesity**, **heart problems** and even **stroke** are **diagnosed** among ever younger people.

While **vigorous exercises** and **outright fitness programmes** are often recommended, even just minor changes - such as: playing sports with friends at weekends or setting alarms for **stretching breaks** every thirty minutes and carrying a water bottle at all times — can improve your **health outcomes enormously**. So with some early **habit formation** and some determination **on our ends** for better health and thus, a better life, it would be easy to come up with a **combination** of such minor yet effective changes to **work into our daily routines**.

So after all, I think in order for one to **climb the career ladder** or **earn a good living**, health should always remain a top **priority**.

Những ưu điểm của bài nói:

Bài nói trên đã sử dụng được rất nhiều từ và cụm từ khó mà bạn có thể học hỏi sau:

Useful vocabulary:

1. **Tremendously** /trə'mendəsli/ (adv): rất nhiều, vô cùng, cực kỳ, mạnh mẽ.
2. **Health-conscious** /helθ 'kɒŋfəs/ (adj): có ý thức về sức khỏe.
3. **To strive** /straɪv/ (v): cố gắng, phấn đấu, nỗ lực.
4. **Dehydration** /,di:hai'dreɪʃn/ (n): tình trạng mất nước, thiếu nước.
5. **Diabetes** /,daɪə'bi:tɪ:z/ (n): tiểu đường.
6. **Obesity** /əʊ'bi:səti/ (n): béo phì.
7. **Stroke** /strəʊk/ (n): đột quỵ.
8. **Diagnose** /'daɪəgnəʊz/ (v): chẩn đoán bệnh.
9. **Enormously** /ɪ'no:məsli/ (adv): vô cùng, rất nhiều, cực kỳ.
10. **Combination** /,kɒmbɪ'neɪʃn/ (n): sự kết hợp, phối hợp.
11. **Priority** /praɪ'ɒrəti/ (n): ưu tiên, ưu tiên hàng đầu.

Useful expression:

1. **To maintain a balance**: duy trì sự cân bằng.
2. **To take an interest in Ving**: quan tâm, hứng thú với điều gì.
3. **Sedentary lifestyle**: lối sống ít vận động.
4. **Fast food consumption**: sự tiêu thụ đồ ăn nhanh.
5. **Heart problems**: các vấn đề về tim mạch.
6. **Vigorous exercises**: các bài tập thể dục cường độ mạnh.
7. **Outright fitness programme**: chương trình thể dục thể thao chuẩn chỉ.
8. **Stretching break**: các khoảng nghỉ ngắn để giãn cơ nhẹ nhàng.
9. **Health outcome**: kết quả sức khỏe.
10. **Habit formation**: sự hình thành thói quen.
11. **On sb's end**: về phía ai.

12. **To work sth into sb's daily routines:** đưa cái gì vào trong chu trình, lịch trình hoạt động hàng ngày.
13. **To climb the career ladder:** thăng tiến trong sự nghiệp.
14. **To earn a good living:** kiếm được thu nhập tốt.

Tiếp theo đây là các cấu trúc ngữ pháp hữu ích mà bài nói vừa rồi đã vận dụng hiệu quả. Bạn có thể tham khảo để nâng cao điểm ngữ pháp cho bài nói của mình.

Useful grammar structure:

- Sử dụng mệnh đề Ving để giải thích cho mệnh đề chính:

- ✓ Being a health-conscious person, I have taken an interest in collecting tips, reading books, and finding videos on how to stay healthy.

- Sử dụng While trong cấu trúc câu kết hợp với từ vựng để nhấn mạnh sự đối nghịch và tạo thành các câu phức có độ khó cao:

- ✓ While this is understandable based on the increasing amounts of stress one is dealing with daily, this would also mean a more sedentary lifestyle, more dehydration and more fastfood consumption.
- ✓ While vigorous exercises and outright fitness programmes are often recommended, even just minor changes - such as: playing sports with friends at weekends or setting alarms for stretching breaks every thirty minutes and carrying a water bottle at all times - can improve your health outcomes enormously.

- Sử dụng đa dạng và linh hoạt các thì: hiện tại đơn và hiện tại hoàn thành

LIÊN HỆ

Smartcom English: Luyện IELTS chuyên sâu và các chứng chỉ Cambridge

Tầng 4 nhà 29T2, khu đô thị Trung Hòa Nhân Chính, đường Hoàng Đạo Thúy, quận Cầu Giấy, Hà Nội.

Điện thoại: (+84) 024.22427799

Email: mail@smartcom.vn

Website: <https://smartcom.vn>