

IELTS SPEAKING PART 2: DESCRIBE A THING / AN ACTIVITY YOU DO TO KEEP FIT

“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 nói về **một việc hoặc một hoạt động mà bạn làm để giữ cơ thể mình săn chắc và khỏe mạnh – An activity you do to keep fit**.

Khác với một số câu hỏi thiên về chiều sâu và cá nhân hóa, đề này lại đưa chúng ta trở về với những trường từ vựng và cấu trúc câu quen thuộc thuộc Sức khỏe / Lối sống / Thể dục thể thao. Phạm vi lựa chọn ở đây rất rộng lớn: bạn có thể nói về một bài tập thể dục hay một thực đơn ăn kiêng hoặc cả một lối sống giúp bạn luôn nhiều năng lượng và ưa vận động, miễn là bạn có đủ vốn từ vựng và cấu trúc câu phù hợp, đủ phong phú, đủ chiều sâu để triển khai. Tuy nói vậy nhưng để đạt mức điểm cao, để nói vừa trôi chảy, vừa có điểm nhấn, vừa ăn điểm về phát âm, ngữ pháp và vốn từ nâng cao. Vì ngay cả những người giỏi tiếng Anh cũng chưa thể tự tin 100% đạt điểm cao cho câu hỏi IELTS nếu không thường xuyên sử dụng các từ vựng và cấu trúc câu chuyên sâu cho các chủ đề như thế này.

Thêm nữa, tuy đây là một trong những đề quen thuộc nhưng việc luyện tập, rèn luyện không vì thế mà bớt quan trọng. Như đã nói ở trên, trả lời đủ ý là chưa đủ, việc luyện tập giúp ta vận dụng được càng nhiều hơn từ vựng, ngữ pháp, mài dũa khả năng phát âm, diễn đạt đến độ nhuần nhuyễn để nâng tầm bài nói lên cao nhất có thể. Chưa kể kho đề thi luôn luôn cập nhật thêm các dạng đề mang tính cá nhân hóa cao, đi sâu vào khả năng sử dụng ngôn ngữ linh hoạt nên một lần nữa, việc luyện tập là một trong những yếu tố quyết định trong quá trình chinh phục bài thi Nói IELTS.

Trong ba phần của bài thi, bạn nên ưu tiên ôn luyện Part 2 vì tính tổng hợp, tập trung trong câu trả lời của phần này sẽ giúp bạn nhanh chóng nâng cao vốn từ và khả năng diễn đạt của mình hơn 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.

**Question: Describe a thing or an activity you do to keep fit.**

You should say

- What the activity is
- When and where you usually do it
- How you do it
- And explain why it can keep you fit.

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

- Các gợi ý đề cung cấp cho bạn bao gồm:.. Hoạt động hoặc việc mà bạn làm là gì? Bạn thường làm nó vào lúc nào và ở đâu? Bạn thực hiện nó như thế nào? Và giải thích tại sao hoạt động hoặc việc đó có thể giúp bạn giữ một cơ thể săn chắc, khỏe mạnh. Như vậy, bạn có thể kết hợp sử dụng Hiện tại đơn khi nói về cách thức, địa điểm và thời gian bạn thường thực hiện nó, song song với Quá khứ đơn, Hiện tại hoàn thành để giải thích lí do bạn bắt đầu làm nó hoặc cách hoạt động đó giúp bạn khỏe mạnh kèm với thì Tương lai cho phần kết lại bài.
- Nếu bạn có đủ năng lực ngôn ngữ để đi sâu vào 3 trên 4 ý chính: giới thiệu hoạt động đó, địa điểm và thời gian bạn thường làm nó và những lợi ích hoạt động đó đem lại trong việc giữ một cơ thể săn chắc, khỏe mạnh. Bạn không nhất thiết phải trả lời tất cả 4 gạch đầu dòng gợi ý quá chi tiết, mà bạn có thể chọn tập trung hơn vào 3 gợi ý này là bài nói cũng đã có thể trọn vẹn điểm. Trong trường hợp vốn từ và cấu trúc câu

của bạn chưa đủ tự tin, thì bạn nên trả lời đủ tất cả gợi ý, như vậy sẽ vẫn đảm bảo độ dài của bài nói, và tránh được việc phải nói quá chi tiết, khiến bạn gặp chật vật về từ vựng và ý tưởng.

Mời bạn tham khảo bài trả lời ở band điểm 7.0+ dưới đây của bạn Khánh Vy của Smartcom English cùng thầy Ahmed, một cựu chuyên gia khảo thí IELTS.



(Nguyễn Thị Khánh Vy – 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) thì bài nói trên của Khánh Vy sẽ được nhiều chuyên gia khảo thí chấm band 8 với các tiêu chí còn lại như độ đa dạng và chính xác về ngữ pháp (Grammatical range and accuracy), độ trôi chảy mạch lạc (fluency and coherence) và phát âm (pronunciation) ở thang điểm 7.0.

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 phần nói của Vy có sử dụng khá nhiều từ vựng đa dạng, chuyên sâu về chủ đề nhưng có lẽ vì tâm lý lo lắng, chưa luyện tập nhiều tại nhà nên tổng thể phát âm bạn còn bị dính, vấp và nhầm lẫn nhiều. Điều này một lần nữa mình chứng tâm quan trọng của việc không ngừng luyện tập, trau dồi mài dũa không chỉ về kỹ năng phát triển ý, từ vựng và ngữ pháp mà còn về phát âm, khả năng ứng biến. Để tập trung cải thiện phát âm, bạn cũng có thể tăng cường luyện tập cùng bạn bè, thầy cô thay vì chỉ tự tập nói một mình. Hoặc thu âm và tự nghe lại, chủ động ghi chép những lỗi sai phát âm cũng là một cách để bạn dần nâng cấp phát âm của mình.

### The script of the answer:

I'd like to talk about an activity that I'm into doing in my leisure time. In order to stay in shape, I joined a gym.

As far as I remember, I **have grown increasingly fond of** the gym since I was **about to graduate** from my university. At that time, after **burying myself in numerous projects** and

assignments, I decided to do something energetic to **let off steam** and **get away from all the academic pressures**. This is the reason why I initially chose — and still choose — to **hit the gym**.

The gymnasium I attend is located **in close proximity to** my apartment, so it often takes me only a few minutes to walk there. The gym is **fully equipped** with modern work out machines, from rowing machines and treadmills to a full range of free weights. I often spend around two hours there at the weekends, but on normal working days, I work out in the gym for just 30 minutes because of time constraints.

I find that this activity **does wonders for my physical and mental health**, also preventing **health chronic problems** such as back pain as well. This is to say, I used to have a **persistent back pain** that interrupted my work almost every day. However, **strengthening my hamstrings, core, lower back** and overall body has improved my problem immeasurably. Now, to be honest, I feel extremely fit and hopefully that when I'm middle-aged, I'll **have the physique and energy of a man half my age**.

### 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. **Gymnasium** /dʒɪm'nei.zi.əm/ (n): phòng tập thể dục.
2. **Workout machine** /'wɜ:.kaʊt mə'ʃi:n/ (n): máy tập.
3. **Rowing machine** /'rəʊ.ɪŋ mə'ʃi:n / (n): máy chèo thuyền.
4. **Treadmill** /'tred.mɪl/ (v): máy chạy bộ.
5. **Free weight** /fri: weɪt / (v): tập tạ đơn.
6. **Chronic** /'krɒn.ɪk/ (adj): mãn tính, kinh niên.
7. **Hamstring** /'hæm.striŋ/ (n): cơ đùi sau.
8. **Core** /kɔ:r/ (n): cơ lõi.

#### Useful expression:

1. **Grow fond of sth:** bắt đầu thích cái gì.
2. **Be about to graduate:** sắp tốt nghiệp.
3. **Bury myself in numerous projects:** vùi mình vào trong rất nhiều dự án.
4. **Let off steam:** xả hơi.
5. **Get away from academic pressure:** gạt bỏ áp lực học tập.
6. **Hit the gym:** đến phòng tập.
7. **In close proximity to somewhere:** gần đâu đó.
8. **Be fully equipped with something:** được trang bị đầy đủ với cái gì.
9. **Do wonders for one's health:** Tốt cho sức khỏe của ai đó.
10. **A persistent back pain:** cơn đau lưng dai dẳng.
11. **A man half one's age:** một người bằng nửa tuổi ai đó.

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 linh hoạt, đa dạng các câu: câu đơn, câu phức, câu ghép và cấu trúc ngữ pháp có độ chính xác khá ổn.**

- **Sử dụng linh hoạt câu phức:**

- ✓ As far as I remember, I have grown increasingly fond of the gym since I was about to graduate from my university.

- ✓ He has grown fond of gardening since he retired.
- ✓ Now, I feel extremely fit and hopefully when I'm middle-aged, I'll have the physique and energy of a man half my age.

**- Sử dụng linh hoạt câu ghép:**

- ✓ After burying myself in numerous projects and assignments, I decided to do something energetic to let off steam and get away from all the academic pressure.
- ✓ The gymnasium I attend is located in close proximity to my apartment, so it often takes me only few minutes to walk there.
- ✓ I often spend around two hours there at the weekend, but on normal working days, I work out in the gym for just 30 minutes because of time constraints.
- ✓ Now, I feel extremely fit and hopefully when I'm middle-aged, I'll have the physique and energy of a man half my age.

**- Sử dụng linh hoạt cấu trúc ngữ pháp (câu bị động, đã từng – used to):**

- ✓ The gymnasium I attend is located in close proximity to my apartment, so it often takes me only a few minutes to walk there.
- ✓ The gym is fully equipped with modern workout machines, from rowing machines and treadmills to a full range of free weights.

I used to have a persistent back pain that interrupted my work almost everyday.

**- Sử dụng linh hoạt mệnh đề quan hệ, mệnh đề rút gọn:**

- ✓ I'd like to talk about an activity that I'm into doing in my leisure time.
- ✓ This is the reason I initially chose – and still choose – to hit the gym.
- ✓ The gymnasium I attend is located in close proximity to my apartment, so it often takes me only a few minutes to walk there.
- ✓ I find that this activity does wonders for my physical and mental health, also preventing health chronic problems such as back pain.
- ✓ This is to say, I used to have a persistent back pain that interrupted my work almost every day.

**- Sử dụng đa dạng và linh hoạt các thì: hiện tại đơn, hiện tại hoàn thành, tương lai và quá khứ đơn.**

## 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](mailto:mail@smartcom.vn)

Website: <https://smartcom.vn>