

# 2026 TOEFL iBT 真題季報 I

以下為本季真題整理：

2026 年 1 月

## Reading

### 填空

[生物學] The phenomenon organisms respond to how long day and night are is called Photoperiodism. It i\_ key t\_ many biolo\_ \_ \_ \_ processes i\_ both pla\_ \_ \_ and ani\_ \_ \_ . For inst\_ \_ \_ , it influ\_ \_ \_ \_ the tim\_ \_ \_ of flow\_ \_ \_ \_ and fruit production of plants. As for animals, photoperiod can trigger migration, hibernation, and reproductive cycles. These behaviors are usually mediated by internal clocks that follow nature's patterns. Being able to notice and react to day length helps many plants and animals with their chances of surviving and reproducing.

光週期現象影響生物對日夜長短的反應，此現象對動植物的許多生理反應十分重要。例如，它會影響植物何時開花與結果；此外，光週期現象促使動物遷徙、冬眠與週期性繁殖。與環境訊號同步的生理時鐘會調節這些反應。能感知並因應日照長短變化的能力是一項重要的適應機制，可提升許多物種的存活與繁殖成功率。

答案：is, to, biological, in, plants, animals, instance, influences, timing,

flowering

### 生活閱讀

[購物]對預算有限的學生而言，挑選高 CP 值的耳機是一門學問。首先，應釐清個人需求。若常在圖書館自習，降噪功能會是首選；若喜歡運動，則應參考防水與穿戴舒適度。其次，不必盲目追求昂貴知名品牌。許多中階品牌推出的音訊設備不僅音質清晰、堅固耐用，價格也更為親民。購買前建議多方參考網路真實評價，並親自到實體店面試聽。總之，高 CP 值並非只參考價格，而是在衡量預算與功能後，找出最適合自己的選擇。

### 學術閱讀

[地球科學] 海洋氧氣循環對地球非常重要。表層海域的浮游植物透過光合作用產生大量氧氣，不僅提供給海洋生物呼吸，也會釋放至大氣中；同時，翻湧的海浪也會將空氣中的氧氣拍打溶入海水中。而在無光的深海區域，氧氣透過海洋生物呼吸與細菌分解下沉有機物的過程持續不斷地消耗。所幸透過全球洋流的循環帶動，富含氧氣的表層海水能被輸送到深海，填補深海的氧氣耗損，巧妙地維持整個海洋生態系統的動態平衡。

## Listening

### 聆聽句子答題

1. What time are you thinking of taking off?  
B. As soon as Jenny comes to replace me.
2. Why did you get back from your trip so soon?  
B. Because the meeting got canceled.
3. Will you be attending the conference, or do you have too much work?  
A. I will definitely be there.
4. Why don't you invite Joan to your party?  
C. That's a good idea.

### 聆聽生活對話

[租屋考量]因學校宿舍下學期租金漲價，兩名學生正討論是否搬至校外。男同學認為校外公寓房租較低，且空間更大、附有廚房。但女同學表示，校外租屋必須自行負擔水電及網路等其他支出，若再加上每日通勤的交通時間與金錢成本，整體花費未必較為划算。討論之後，兩人決定先詳細比較學校周邊的租屋行情，並考慮尋找願意合租的室友，共同分攤生活開銷以減輕財務壓力。

## 聆聽公告

[校園社團活動規範]為提升校園空間與設備的使用效率，學務處宣布，自下個月起，所有社團活動皆須於舉辦日期的「兩週前」提交申請。近期因場地重複預訂與時間衝突日益頻繁，這項新規定能給予行政人員充足的時間進行審核與協調作業。請各社團負責人務必嚴格遵守此規範，任何未依規定於兩週前遞交的活動申請將不予受理。詳細的申請表單與規範請至學務處網站查詢，感謝全體學生的配合。

## 聆聽學術講座

[生物學] 在今天的生物學講座中，我們將探討暹羅鬥魚強烈的領地意識與飼養方法。雄性鬥魚天生具有攻擊性，在自然環境中，為了爭奪有限的棲地與交配權，牠們一旦遇見同類便會張開鰓蓋進行威嚇，甚至展開攻擊行為。

鬥魚特殊的「迷鰓」構造，讓牠們可以直接浮出水面呼吸。即使鬥魚可以浮出水面呼吸，牠們仍無法忍受水質髒亂、溫差劇烈或水流湍急的惡劣環境。若想讓鬥魚保持健康與活力，飼養時務必掌握以下核心原則：「穩定水質與水溫、平靜和緩的水流、餵食精緻少量」。只要確實把握這幾項基本條件，就能明顯觀察到鬥魚的狀態好轉，除了魚鰭完整舒展，顏色也會變得更加鮮豔亮麗。綜上所述，了解並尊重鬥魚的獨居天性與飼養原則，才是維持牠們健康長壽的關鍵。

## Speaking

### 跟讀句子

場景描述：你正在接受成為商店助理的培訓。請聽主管的指示，並完整地複述一遍。

- Welcome to our campus bakery. 歡迎來到我們的校內麵包店。
- First, daily specials and discounts are posted on flyers at the entrance and on the check-out counter. 首先，每日限定麵包和折扣傳單資訊會張貼在入口處和結帳櫃檯。
- Second, always inform customers that our bread is freshly baked on-site each morning. 第二，請告知每位顧客，我們的麵包是每天早上在店內烘焙、新鮮出爐。
- Third, ensure sample trays are refilled and tidy. 第三，確保試吃盤隨時補滿且保持整潔。
- Finally, direct any product questions to the senior staff. 最後，將任何關於產品的問題轉交給資深員工處理。
- Remember, a clean and inviting shop encourages repeat business. 請記住，乾淨且吸引人的店面能使顧客再次光顧。

## 訪談面試

整體場景：這是一個關於健康生活方式的訪談。

- 訪談問題 1：你是如何保持身體健康的？
- 訪談問題 2：你的飲食習慣如何？
- 訪談問題 3：你希望未來在飲食習慣上做出什麼改變？
- 訪談問題 4：你認為心理健康和身體健康一樣重要嗎？請說明回答原因。

## Writing

### 學術討論

**題目重點：**在企業倫理領域中，企業透明度一直存在爭議。公司應該始終對大眾保持完全透明，將其放在首位，還是有時候將某些資訊保密會更好？企業透明度是否有其必要性？請試從競爭優勢、利害關係人觀點、危機管理等方面考量回答。

**學生 A 重點：**我認為在當今社群媒體的影響下，完全透明是關鍵，因為秘密隨時會遭到揭發，受到大眾檢視。從一開始就保持公開透明，能建立顧客和投資者對品牌的強烈信任。例如，如果產品有瑕疵，迅速公告召回並做出彌補措施通常可以減少強烈反彈，並展現誠信。

**學生 B 重點：**雖然誠實很重要，但我不同意完全透明是最好的策略。例如公開開發中新產品的細節與商業機密，等於平白讓競爭對手獲得優勢。同樣地，在敏感的談判過程中，過度公開會削弱公司的立場。

### 電子郵件撰寫任務

**題目：**你讀到一則關於學校社團募款活動的通知，想提出建議。請寫一封電子郵件給社團募款活動組織者 Jasmine。在你的郵件中須包含：

1. 提出一個具體的建議來改善募款活動（例如：增加新活動、販售的物品或改善宣傳方式）。
2. 解釋為什麼你的建議會有幫助。
3. 提議一個簡短的面談，進一步討論你的想法。

2026 年 2 月

### Reading

#### 填空

[生物學] Grasshoppers are insects commonly found in dry places with grass and plants. There are multiple ways grasshoppers protect themselves against danger. Their powerful back legs allow them to jump away from enemies, such as rodents and snakes. Some grasshoppers can even jump twenty times the length of their bodies.

Grasshoppers can also fly by the time they are mature. Adult

grasshoppers fly very quickly, which helps them avoid danger. 蚱蜢常見於

乾燥的草地與植物叢中，牠們具備多種防禦機制來躲避危險。首先，蚱蜢強而

有力的後腿讓牠們能迅速跳開以躲避嚙齒類與蛇類等天敵的捕食。有些蚱蜢的

跳躍距離甚至可達自身體長的二十倍之多。其次，當蚱蜢成長為成蟲後便會具

備飛行能力。成年蚱蜢飛行速度極快，能幫助牠們避開危險、提高存活率。

答案：are, ways, protect, against, Their, back, allow, to, away, enemies

### 生活閱讀

[校園傳統] 隨著年度美式足球對抗賽即將到來，我們大學與鄰近州立大學的傳

統「吉祥物惡作劇」再次上演。昨日凌晨，置於圖書館前廣場的吉祥物雕像不

翼而飛。監視器畫面顯示，幾名穿著對手校隊外套的學生悄悄將其搬走。偷走

對方學校吉祥物的惡作劇是兩校間延續數十年的傳統，通常在比賽結束後便會

完整歸還吉祥物。雖然多數學生將此視為激發球隊士氣的有趣插曲，但校方今

日仍發布聲明呼籲學生保持理性。校長強調，展現校園精神的惡作劇可以被寬

容，但絕不能跨越界線演變成破壞公共財產的違法行為。

### 學術閱讀

[生態建築] 隨著全球都市化進程急遽加速，空氣污染與「城市熱島效應」已成

為嚴峻的環境挑戰。為緩解這些問題，都市規劃師開始廣泛推廣「綠色植生

牆」( Green walls ) 的建造。植生牆是指在建築物外牆等垂直表面融入植栽的

創新工法。這些垂直花園不僅能美化死板的都市水泥景觀，更具備顯著的生態效益。植物葉片能吸附空氣中的有害懸浮微粒並吸收二氧化碳，淨化空氣品質。此外，透過植物的蒸散作用與遮蔽效果，綠牆能顯著降低建築物表面的溫度，維持建築恆溫以達成環保節能、打造永續城市的目標。

## Listening

### 聆聽句子答題

1. Could you show me where the women's sportswear section is?  
C. Go up to the next floor.
2. How long is the drive to Taipei from here?  
A. Roughly half an hour.
3. Who is going to attend the Mr. King's retirement party?  
D. Everyone except Jimmy.
4. Would you like to reserve the larger venue for the event?  
A. Yes, that would be great.

### 聆聽生活對話

[烘焙挑戰] 對話討論學生根據新食譜烘焙時遇到的困難。同學 A 最近嘗試照著新買的食譜製作餅乾，但餅乾成品不如預期。同學 B 認為，同學 A 可能弄錯烤箱溫度與食材混合順序等細節，並指出食譜中的一些技巧需要更多實作經驗與

知識。她建議男同學應確認溫度單位是攝氏還是華氏。最後，兩人決定週末一同練習，希望透過實際操作，精進烘焙技術，以活用這本新食譜。

## 聆聽公告

[設計實習及競賽機會] 學校職涯發展中心宣布，知名服裝公司現已開放夏季實習名額，歡迎服裝設計系學生踴躍申請。除了實習機會，該公司正舉辦 Logo 設計大賽，獲勝者不僅能獲得豐厚獎金，其作品更將成為公司的官方商標。申請實習者須提交作品集，而 Logo 參賽作品則需於本月底前上傳至指定平台。這是一個結合實務經驗與發揮創意的機會，感興趣的同學請盡早準備。

## 聆聽學術講座

[歷史] 講座探討了十四至十六世紀盛行歐洲的「文藝復興」運動。這場運動的核心在於「人文主義」的興起，以及對古希臘與羅馬等古典文化的懷念與再生。這個時期，藝術家們開始運用透視法與對人體解剖的觀察了解，使作品呈現出前所未有的寫實感。此外，對科學精神的重視，鼓勵人們觀察與探討世界，而非單純依賴宗教教義。這場思想與文化的覺醒，為隨後的啟蒙時代以及現代西方文明奠定了重要基礎。

## Speaking

### 跟讀句子

場景描述：你在城堡擔任志工，並為遊客提供導覽。

- Welcome to the castle! I'm your volunteer guide. 歡迎來到城堡！  
我是今天的導覽志工。
- The portraits in the hall show the family's history. 大廳的肖像畫展示了這裡的家族歷史。
- Next, we can climb the tower, where you can enjoy a breathtaking view of the entire town. 接著，我們可以登上高塔，從那裡你們可以俯瞰整個城鎮的壯麗景色。
- The garden outside is beautifully kept; it's a perfect time for a stroll and photos. 外面的花園整理得非常精緻，現在正是散步與拍照的最佳時機。
- After the tour, feel free to visit the gift shop for some unique local souvenirs. 參觀結束後，歡迎到禮品店選購一些具有本地特色的紀念品。
- If you have any questions during the tour, please let me know.  
Enjoy your visit! 導覽過程中若有任何疑問，歡迎隨時提出，希望各位參觀愉快。

## 訪談面試

**整體場景：**這是一個關於閱讀習慣與經驗的訪談。

- **訪談問題 1：**跟以前相比，你現在看更多還是更少書？

- **訪談問題 2：** 讀書能幫助你抒發壓力嗎？
- **訪談問題 3：** 閱讀不同類型的書對人際關係有幫助嗎？
- **訪談問題 4：** 你認為未來的世代閱讀量是否會降低？

## Writing

### 學術討論

**題目重點：**雖然 AI 對醫療、生產力和科學研究方面帶來了巨大貢獻，但它也引發了嚴重的倫理疑慮。試問人工智慧對社會構成的最大倫理危機是什麼？是關於演算法的偏見、個人隱私的喪失、對人類工作的取代，還是責任歸屬的模糊化（例如 AI 犯錯時該由誰負責）？請選擇一個你認為最迫切的議題並解釋原因。

**學生 A 重點：**我認為最嚴重的危機在於演算法的偏見與不透明性。AI 系統通常根據歷史數據進行訓練，如果這些數據包含人類的偏見，AI 就會放大這些歧視。例如，在為職缺徵才時，AI 可能會根據過去的徵才偏好而排除特定族群。當人類無法觀察 AI 的黑箱決策過程，人類便將權力交到 AI 手中，而無法做出公平的抉擇或是修正錯誤。

**學生 B 重點：**雖然公平性很重要，但我認為人類自主權的喪失與缺乏識別 AI 能力是最大的危機。現在的生成式 AI 可以製造極其逼真的深度偽造訊息（Deepfakes），並精準投放廣告或政治宣傳。一旦公民喪失了獨立思考的能

力，或是思考模式被演算法操控而無法辨識真假，民主社會的基礎便會徹底瓦解。

### 電子郵件撰寫任務

**題目：**你最近參與了一場慈善活動。雖然活動整體進行順利，但你競標的商品在後續出現一些問題。你需要向活動主辦方提供回饋，並提出改善建議。在你的郵件中須包含：

1. 向活動主辦方致意，感謝其對慈善的貢獻。
2. 說明你在活動中競標的商品後續遇到的問題。
3. 提出解決方式與改進建議。

2026 年 3 月

### Reading

#### 填空

[農業學] Agriculture can be defined as the organized farming of plants and the taming of livestock to provide food and other fundamental necessities. For thou\_\_\_\_\_ of ye\_\_\_\_, this acti\_\_\_\_\_ has be\_\_ the back\_\_\_\_ of hu\_\_ civilization. T\_ optimize la\_\_ use, far\_\_\_\_\_ utilize mult\_\_\_\_\_ methods, including soil tilling and artificial watering systems.

Furthermore, animals such as cows, birds, and sheep are kept to supply

goods like dairy, meat, and fiber. Today, farming continues to be a fundamental pillar of international food stability, significantly contributing to the economic and social well-being of people everywhere. 農業的定義為透過系統性地耕作農作物及馴養牲畜，以產出食物與其他必要資源。這項技術已支撐人類社會運作長達數千年。為了有效地管理土地，農民採用多種技術，例如耕耘與灌溉。此外，飼養包括牛、家禽和羊等家畜，則是為了取得乳製品、肉類及毛皮等產品。農業至今仍是全球糧食安全供給的基石，並在支持全世界的經濟與社會福祉中扮演著重要的角色。

答案：thousands, years, activity, been, backbone, human, To, land, farmer, multiple

### 生活閱讀

[種植植物] 多肉植物強韌的生命力源於其儲存水分的能力，這使它們能在乾燥氣候下仍能生存發展。此外，由於對照顧的要求極低，它們特別適合園藝新手。有趣的是，適度的「忽略」反而可能促進它們的生長，因為養多肉植物的新手可能會過度澆水，導致根部腐爛。

### 學術閱讀

[地球科學] 蛋白石是一種獨特的寶石，以其隨著寶石移動而變化的鮮豔色彩而聞名。與大多數具有堅硬且重複晶體結構的寶石不同，蛋白石屬於「非晶質」，這意味著它們缺乏固定的內部形狀。此現象是由其形成過程所決定：富

含二氧化矽的水滲入地底深處的岩石裂縫中，當水分蒸發後便留下了二氧化矽沈積物。蛋白石的內部結構由微小的二氧化矽球體組成，這些球體會繞射光線，將其分解成多種顏色，作用就像三稜鏡一樣。

蛋白石的顏色與光澤取決於二氧化矽球體的大小與排列間距。較大的球體會產生紅色與橙色，而較小的球體則會呈現藍色與綠色。由於澳洲獨特的地質條件，全球超過 90% 的蛋白石都產自該地。此外，蛋白石也十分脆弱；高含水量與非晶質結構使它們在遇到劇烈溫度變化時容易破裂。現代珠寶商會使用雷射切割與濕度控制保存等技術，更妥善的保護蛋白石。

古代文化認為蛋白石具有神祕的力量並能帶來好運。羅馬人將其視為希望與純潔的象徵，而希臘人則認為蛋白石能賦予人預言的能力。

## Listening

### 聆聽句子答題

1. The bonuses will be paid this month, won't they?  
C. Yes, they will.
2. Should I go over the material once again before showing it to the client?  
B. That'd be a smart thing to do.
3. What does she do for a living?  
A. She's an accountant.

4. Will you call the travel agency now or later?

A. Actually, I called them yesterday.

### 聆聽生活對話

[吉他入門建議] 吉他社社長給予針對初學者的學習建議。許多新生常因初期按弦，造成手指疼痛而半途而廢，但這屬於正常現象，通常約兩週後手指長出厚繭，疼痛便會好轉。為協助新手度過適應期，社團提出兩項實用建議：首先，建議初學者先借用社團的備用吉他，待確認有持續學習的熱忱後再購買，以避免不必要的開銷；其次，應培養「少量多次」的練習規律，每日固定練習十五分鐘的學習成效，遠比週末一次性的長時間彈奏更有效。只要學生能克服初期不適並掌握基礎和弦，便能順利體會演奏的樂趣。

### 聆聽公告

[學校公告] 此公告針對即將畢業的學生說明論文繳交格式的規範與系辦服務時間的變動。校方強調，所有畢業論文必須嚴格遵守上個月更新的格式，特別是引用文獻的編排與封面設計，不符格式的論文將被退回修改。此外，為因應教職員參加校外學術研討會，系辦將於下週起調整對外開放時間，暫時取消原定的夜間服務時段。公告呼籲學生若有論文審核或選課相關的行政疑問，應儘早於每日上午九點至下午四點間前往處理。詳細的格式手冊與修正時間表已同步公告於系所官網，提醒同學務必密切留意。

### 聆聽學術講座

[心理學]該講座探討了心理學中的「情緒感染」現象及其對工作效率的影響，並從神經科學角度提出了解釋。研究指出，正向的快樂情緒具有高度傳染性，這主要歸功於大腦中的「鏡像神經元」。當我們觀察到旁人展現笑容或神情愉悅時，鏡像神經元會促使大腦模擬相同的感受，進而在團隊中形成正向循環。這種集體的愉悅氛圍能降低個體的心理壓力，還能提升專注力與協作默契，進而顯著改善整體的工作或學習效率。簡而言之，環境中的情緒健康並非僅影響個人，而是根據科學能夠帶動團隊氣氛。

## Speaking

### 跟讀句子

場景描述：你初次報名了一堂瑜伽課程，並收到課前注意事項。

- Wear comfortable and stretchy athletic clothing. 穿著舒適且有彈性的運動服裝。
- Avoid eating a heavy meal 1 to 2 hours before class. 課前 1 到 2 小時應避免進食大餐。
- Bring a water bottle and stay hydrated before and after class. 攜帶個人水瓶，並在課前與課後隨時補充水分。
- Arrive at the studio 10 minutes early to settle in and set up your gear. 建議提早 10 分鐘抵達教室以調適心態並準備瑜伽用品。

- Please turn off your cell phone or switch it to silent mode before entering. 進入教室前請將手機關機或轉為靜音模式。
- Inform the instructor of any injuries or physical discomfort before the session starts. 如有任何舊傷或身體不適，請在課前主動告知老師。

### 訪談面試

**整體場景：**這是一個關於友誼經驗 ( Experiences with friendship ) 的訪談。

- **訪談問題 1：** 你比較喜歡和朋友在一起還是獨處？為什麼？
- **訪談問題 2：** 你和朋友在一起時通常會做什麼？
- **訪談問題 3：** 你比較喜歡有少數親密朋友還是很多朋友？為什麼？
- **訪談問題 4：** 友誼如何幫助人們建立或維持人際關係？

### Writing

#### 學術討論

**題目重點：**此篇探討不同教學方法對學生學習的影響。有些教育專家認為，讓學生在一段時間內投入主題式的「專案式學習」(project-based learning)，是最有效的學習方式。你認為專案式學習對學生有益嗎？請從正反兩面論述。

**學生 A 重點：**我認為專案式學習對學生非常有利。它能鼓勵批判性思考、團隊合作和解決問題的能力。學生可以將他們所學的知識應用於現實情境中，有助於學生牢記這些資訊。

**學生 B 重點：**專案式學習可能不見得適合每一個學生。有些學生可能會覺得長期的管理與執行專案是一件很有挑戰性的事，因而偏好聽講和考試等傳統教學方法。學校和老師應在不同的教學方法之間取得平衡。

### **電子郵件撰寫任務**

**題目：**你最近在參觀校園期間入住了一家飯店。雖然你整體上喜歡這個房間，但在入住期間房間出現了一些問題。你需要向飯店經理 Thompson 女士提供回饋，並提出改進建議。在你的郵件中須包含：

1. 描述你在住宿期間滿意的部分。
2. 說明你在房間內和住宿期間遇到的問題。
3. 提出改善建議以提升服務品質。

elite