

2021年英语四级真题长难句

TOP · 2021 年榜

2021年英语四级长难句精选（50 句）

按结构难度与词汇难度之和从高到低排列；每句附「为什么难」评估解读，进入单句详情页可看结构树与逐层解析。

01 词汇难度·7/10 结构难度·9/10 精讲价值·9/10 典型性·9/10 表达质量·9/10 综合推荐度·9/10 CEFR C2 52 词

After coding and analyzing the ideas they generated, the team found that people with a growth mindset of interest were more likely to bridge programs across the arts and sciences to create new majors like computational economics rather than creating majors that drew from only one of those areas, like computational chemistry.

在对他们所产生的想法进行编码和分析之后，该团队发现，具有兴趣成长型思维模式的人更有可能跨艺术和科学领域连接各项目，以创建诸如计算经济学之类的新专业，而非创建仅源自其中一个领域的专业，例如计算化学。

为什么难 · 结构难度 9/10

典型的学术长难句,主句套宾语从句,宾语从句内又包含主语修饰、比较结构、目的状语、对比结构等多层嵌套,且 rather than 连接的平行成分较长,整句信息密度极高,主干不易快速定位。

出处 2021年12月英语四级第3套 第3段, 第2句

[本句详情](#)

02 词汇难度·7/10 结构难度·8/10 精讲价值·9/10 典型性·8/10 表达质量·9/10 综合推荐度·9/10 CEFR C1 49 词

To treat the disorder, there are a number of medicines and therapies that are backed by rigorous research, according to the American Academy of Sleep Medicine, which analyzed the available research on the treatment of nightmare disorder in a recent review published in the Journal of Clinical Sleep Medicine.

为了治疗这种障碍，有许多药物和疗法得到了严格研究的支持，根据美国睡眠医学学会的说法，该学会在《临床睡眠医学杂志》上发表的一篇近期综述中分析了关于噩梦障碍治疗的现有研究。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子较长，信息多次后置补充，且包含机构名、研究对象、综述和期刊出处等连续名词短语。虽然核心事实不复杂，但读者容易在后半部分的信息链中迷失。

出处 2021年12月英语四级第3套 第5段, 第1句

[本句详情](#)

03 词汇难度·7/10 结构难度·8/10 精讲价值·9/10 典型性·9/10 表达质量·9/10 综合推荐度·9/10 CEFR C2 28 词

Obesity, in which excess body fat has accumulated to such an extent that health may be adversely affected, meets the dictionary definition of disease, argues Professor John Wilding.

约翰·怀尔丁教授认为，肥胖症（其中多余的身体脂肪积累到可能对健康产生不利影响的程度）符合疾病的字典定义。

为什么难 · 结构难度 8/10

主语和谓语之间插入20余词的修饰成分,内含多层嵌套("in which" 引导 + "to such an extent that" 结构 + 被动语态),加之句末倒装,主干不易识别,是典型的考研长难句。

04 词汇难度:6/10 结构难度:9/10 精讲价值:9/10 典型性:10/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 40 词

Last year, The New York Times revealed how Coca-Cola was funding well-known scientists and organizations promoting a message that, in the battle against weight gain, people should pay more attention to exercise and less to what they eat and drink.

去年,《纽约时报》披露了可口可乐公司是如何资助知名科学家和组织来宣传这样一个信息的:在对抗体重增加的斗争中,人们应该更多地关注锻炼,而更少地关注他们吃什么和喝什么。

为什么难 · 结构难度 9/10

全句 44 词,包含宾语从句、现在分词后置定语、同位语从句、插入状语、名词性从句五层嵌套,且插入成分(in the battle against weight gain)分隔主语和谓语,主干难以一眼定位,属于典型考研长难句。

出处 2021年6月英语四级第2套 第4段, 第1句

[本句详情](#)

05 词汇难度:7/10 结构难度:8/10 精讲价值:9/10 典型性:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 32 词

Even though Wang tried to account for this by culling the weakest winners, it's impossible to know which of the winners would have quit had they found themselves on the losing side.

尽管王试图通过剔除最弱的获胜者来解释这一点,但不可能知道如果获胜者发现自己处于失败的一方,他们中哪些人会退出。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子包含让步状语从句(Even though...)、形式主语结构(it's impossible to know)、间接疑问句(which of the winners)、虚拟语气倒装(had they found)、以及嵌套的虚拟条件与结果,多层结构交织,主干定位有一定难度,对目标读者构成挑战。

出处 2021年6月英语四级第3套 I段, 第7句

[本句详情](#)

06 词汇难度:6/10 结构难度:8/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 44 词

So far, our studies have yielded one main insight: Students' beliefs about change—their beliefs about whether people are stuck one way forever, or whether people can change their personalities and abilities—are related to their ability to cope, succeed academically and maintain good mental health.

到目前为止,我们的研究已经得出一个主要见解:学生关于变化的信念——他们关于人们是否永远固定不变,或者人们是否可以改变他们的性格和能力的信念——与他们应对、学业成功和保持良好心理健康的能力有关。

为什么难 · 结构难度 8/10

句长53词,主干被30多词的破折号插入语分隔,主谓相距甚远,插入语内含并列的 whether 选择结构,句末三个不定式并列带各自修饰,多层嵌套(名词+介词+whether宾语,名词+不定式定语)——是典型的学术长难句,对基础较差学生定位主干和理解修饰关系都有较高难度。

出处 2021年6月英语四级第1套 F段, 第2句

[本句详情](#)

07 词汇难度:7/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 33 词

Working at home or in cafes, starting businesses of their own, and even launching business ventures that eventually may fail, all indicate "initiative," "creativity," and "adaptability," which are desirable qualities in today's workplace.

在家或咖啡馆工作、自主创业,甚至创办最终可能失败的商业企业,所有这些都表明“主动性”、“创造力”和“适应性”,这些都是当今职场中理想的品质。

为什么难 · 结构难度 7/10

句首有三个较长的 -ing 并列短语，后面再用 "all indicate" 收束，基础薄弱者容易找不到评价对象。句尾还有补充说明成分，需要理解其指向前面的三个品质。

出处 [2021年6月英语四级第2套](#) [第4段，第1句](#)

[本句详情](#) →

08 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:8/10](#) [精讲价值:9/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:9/10](#) [CEFR C1](#) [16 词](#)

Human numerical instincts are not so superior to those of other mammals as is generally believed.

人类的数字本能并不像人们普遍认为的那样比其他哺乳动物的数字本能优越。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子包含 "not so...as..." 比较结构、倒装 ("as is generally believed")、代词指代 ("those") 以及多层逻辑嵌套,主干虽可识别但理解完整语义需要较强的结构分析能力,对基础较差的学习者构成明显挑战。

出处 [2021年6月英语四级第2套](#) [第37题题干](#)

[本句详情](#) →

09 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:8/10](#) [精讲价值:9/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:9/10](#) [CEFR C1](#) [35 词](#)

Students who believed that intelligence is fixed—that you are stuck being "not smart" if you struggle in school—showed higher levels of stress hormones when their grades were declining at the beginning of the ninth grade.

那些认为智力是固定的——如果你在学校学习困难，你就会被贴上“不聪明”的标签——的学生，在九年级刚开始成绩下降时，表现出更高水平的压力荷尔蒙。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子长达 40 余词,主干 'Students showed levels' 被长定语和破折号插入语大幅拉开;who 定语内嵌套 that 宾语,that 宾语内又有破折号同位解释,再内嵌 if 条件;句末还有 when 时间状语。多层嵌套加长距离修饰,主干识别难度较高,典型长难句。

出处 [2021年6月英语四级第1套](#) [G段，第3句](#)

[本句详情](#) →

10 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:8/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:8/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [36 词](#)

Research is limited, but some studies suggest that people who can master lucid dreaming—that is, the ability to be aware that a nightmare is happening and possibly even control it without waking up—may hold the answer.

研究是有限的，但一些研究表明，能够掌握清醒梦的人——即能够意识到噩梦正在发生，甚至可能在不醒来的情况下控制它的能力——可能持有答案。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子较长(37词),包含定语从句 "who can master lucid dreaming" 修饰 people,破折号插入的同位语解释(其中又嵌套并列不定式和宾语从句),以及 "that" 引导的宾语从句。多层嵌套和插入成分使句子主干不易识别,对基础较差的学习者有较大难度。

出处 [2021年12月英语四级第3套](#) [第3段，第1句](#)

[本句详情](#) →

11 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:9/10](#) [典型性:8/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:9/10](#) [CEFR C1](#) [37 词](#)

He believes that the dictionary definition of disease "is so vague that we can classify almost anything as a disease" and says the question is not whether we can, but whether we should, and to what end.

他认为，字典中对疾病的定义“如此模糊，以至于我们几乎可以将任何事物归类为疾病”，并且他说问题不在于我们是否能够这样做，而在于我们是否应该这样做，以及这样做的目的是什么。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含多个层次:主句 "He believes that..." 内嵌一个 "that" 从句,该从句又含有 "so...that..." 结果状语结构;后半句 "says the question is..." 省略了重复的 "He",并包含 "not...but..." 对比结构和 "whether" 引导的名词性从句;多个结构叠加,且有省略和并列,需要一定的结构分

析能力才能理清层次。

出处 2021年12月英语四级第2套 第3段, 第2句

12 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 73 词

As Professor O'Keefe pointed out, "This research provides a useful direction for organizations whose products and services call for integrated and creative solutions. Take smartphones for example. You need not only computer science and engineering knowledge, but also an understanding of psychology and visual design to create a better product. Employees with a growth mindset may be more likely to devise innovative ideas that bridge multiple areas of knowledge to achieve better solutions."

正如O'Keefe教授所指出的,“这项研究为那些其产品和服务需要综合和创造性解决方案的组织提供了一个有用的方向。以智能手机为例。你不仅需要计算机科学和工程知识,还需要对心理学和视觉设计的理解,以创造更好的产品。具有成长型思维的员工可能更有可能设计出跨越多个知识领域的创新想法,以实现更好的解决方案。”

为什么难 · 结构难度 7/10

包含引语、定语从句、并列递进结构(not only...but also)、不定式短语等多种结构,句子较长(整段包含三个句子,主句内嵌套较多),但主干清晰,逻辑连贯,没有特别复杂的嵌套或倒装。

出处 2021年12月英语四级第3套 第4段, 第1句

[本句详情](#) →

13 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 29 词

It is feared that a failure to address early-year challenges, such as poor handwriting, leads to much more serious problems down the line—with these pupils facing reduced career prospects.

人们担心,未能解决早期挑战,如书写不佳,会在后续导致更严重的问题——这些学生面临着减少的职业前景。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长,包含无人称主语结构、同位语插入(such as)、破折号补充说明、with 复合结构等多层次信息,主干虽清晰但需要一定分析能力才能准确把握各部分关系

出处 2021年12月英语四级第1套 第2段, 第1句

[本句详情](#) →

14 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 34 词

What's more, making obesity a disease "may not benefit patients, but it will benefit healthcare providers and the pharmaceutical(制药的) industry when health insurance and clinical guidelines promote treatment with drugs and surgery," he warns.

此外,他警告说,将肥胖列为一种疾病“可能不会使患者受益,但当医疗保险和临床指南推广药物和手术治疗时,这将使医疗服务提供者和制药行业受益。”

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含双引号内的长句,内含对比结构(may not... but will...)、when 引导的从句,以及多组并列成分(healthcare providers and pharmaceutical industry; drugs and surgery; health insurance and clinical guidelines)。主干相对清晰但修饰成分较多,需要层次化理解逻辑关系,对基础较差的学习者有一定挑战。

出处 2021年12月英语四级第2套 第4段, 第3句

[本句详情](#) →

15 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 25 词

Curiosity covers such a large set of behaviors that there probably isn't any single "curiosity gene" that makes humans wonder about and explore their environment.

好奇心涵盖如此大量的行为，以至于可能不存在任何单一的“好奇心基因”，这种基因使人类对其环境产生好奇并进行探索。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子使用 such... that 因果结构,包含一个修饰 gene 的较长后置定语,以及 make + 宾语 + 动词原形的使役结构。句子长度中等,嵌套层次为两层,需要理解后置修饰和逻辑关系,对基础较差学生有一定挑战性。

出处 2021年12月英语四级第1套 第3段, 第1句

16 词汇难度:7/10 结构难度:6/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 34 词

After all, by continuing to pile riches on the narrow winners, the taxpayers are not getting the maximum bang for their buck if the close losers are performing just as well or even better.

毕竟，通过继续将财富堆积在险胜者身上，如果惜败者表现同样好甚至更好，纳税人的钱并没有得到最大的价值回报。

为什么难 · 词汇难度 7/10

虽然单词本身多为常见词 (pile, narrow, close, bang, buck, perform)，但几乎每个都使用了非基本义或习语义（如 bang for buck 是习语，pile/narrow/close/perform 都是熟词僻义），对基础较差的学习者构成理解障碍；taxpayers 和 riches 是相对正式的书面词汇。

出处 2021年6月英语四级第3套 I段, 第2句

17 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:8/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 38 词

Students who got the growth mindset intervention(干预) showed less-contracted blood vessels and their hearts pumped more blood—both of which contributed to more oxygen getting to the brain, and, ultimately, better performance on the speech and mental math tasks.

接受了成长型思维干预的学生表现出较少收缩的血管，且他们的心脏泵出更多血液——这两者都有助于更多氧气进入大脑，最终在演讲和心算任务中表现更好。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长,包含关系代词引导的非限制性成分、破折号引出的补充说明、动名词复合结构、多层并列等;需要理清主句与附加成分的关系,以及多层因果逻辑链,对基础较差的学习者有一定挑战。

出处 2021年6月英语四级第1套 I段, 第5句

[本句详情](#) →

18 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 29 词

His own work showed that although the narrow winners did get much more money in the near future, the actual performance of the close losers was just as good.

他自己的研究表明，尽管险胜者在不久的将来确实获得了多得多的钱，但惜败者的实际表现同样出色。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含三层结构:主句 + that 宾语从句 + although 让步从句,且 that 从句内部又分让步与主句两部分,信息嵌套较深;主干识别需要穿透两层从句,对基础较弱的学习者有挑战,但句子无倒装、分隔等复杂变化,结构难度中上。

出处 2021年6月英语四级第3套 H段, 第3句

[本句详情](#) →

19 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 18 词

What might surprise consumers is just how many present-day nutrition studies are still funded by the food industry.

可能让消费者感到惊讶的是，现在有多少营养学研究仍然由食品行业资助。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子采用 What 引导的主语从句 + 表语从句的双层嵌套结构,主句主语是整个 What 从句而非 consumers,且 just how many 后省略了与前文关联的内容,需要理解上下文才能完全把握,对结构识别能力要求较高。

出处 2021年6月英语四级第2套 第2段, 第1句

[本句详情](#)

20 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 21 词

Stress is so normalized that it is easy for women to shrug off those symptoms as simply the consequences of stress.

压力是如此正常化,以至于女性很容易将这些症状仅仅视为压力的后果而不予理会。

为什么难 · 结构难度 7/10

包含 so...that 因果框架、形式主语结构 it is easy for sb to do、短语动词 shrug off...as 三层嵌套,主干虽可定位,但要准确理解各层修饰关系需要较强的结构分析能力;句长适中但信息密度高

出处 2021年12月英语四级第1套 I段, 第5句

[本句详情](#)

21 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 38 词

In contrast, in certain Arabian, African, and Asian countries, men can publicly hold hands or show physical affection as signs of brotherhood or friendship while these behaviors may suggest a romantic relationship in other parts of the world.

相比之下,在某些阿拉伯、非洲和亚洲国家,男性可以公开地牵手或表现出身体上的亲密,以此作为兄弟情谊或友谊的标志,而这些行为在世界其他地区可能暗示着浪漫关系。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(38词),主句 "men can publicly hold hands or show physical affection" 本身不难,但前有地点状语 "in certain Arabian, African, and Asian countries" 较长,后有 "while" 引导的对比成分包含情态动词 "may" 和介词短语 "in other parts of the world",整体呈现"前置状语 + 主句 + while 对比成分"的复杂结构,需要把握多层逻辑关系。

出处 2021年12月英语四级第3套 第6段, 第1句

[本句详情](#)

22 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:7/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 31 词

Rough calculations show that the savings made by employers when their staff works from home are of similar value to the compensation workers should receive for setting up offices at home.

粗略计算表明,当员工居家办公时雇主所节省的成本,其价值与员工因在家设立办公室而应获得的补偿价值相似。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子含有多层后置定语嵌套(made by employers when...、workers should receive、for setting up...),主干 calculations show that... 被大量修饰成分分隔,需要较强的结构分析能力才能准确把握主谓宾和修饰关系

出处 2021年12月英语四级第1套 第7段, 第1句

[本句详情](#)

23 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 22 词

The researchers said moderate exercise appears to have helped those participants to be less vulnerable to the impact of the sad movie.

研究人员表示,适度锻炼似乎有助于那些参与者更少受到悲伤电影影响的伤害。

为什么难 · 结构难度 7/10

包含两层不定式嵌套(appears to have helped...to be),需要理解完成不定式的时态关系和宾语补足语结构;句子虽只有一个主句,但不定式层级和 less vulnerable to 的修饰关系需要仔细辨析,对基础较差的学习者有一定挑战。

出处 [2021年12月英语四级第2套](#) [第3段, 第4句](#)

[本句详情](#) →

24 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:8/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [25 词](#)

During the secondary school years, extending what is learned at school is positively related to academic achievement, so the content of homework becomes more important.

在中学期间, 扩展在学校所学的内容与学业成就呈正相关, 因此家庭作业的内容变得更加重要。

为什么难 · [结构难度 7/10](#)

句子包含动名词短语作主语、名词性从句作宾语、因果逻辑的并列结构,主干虽可识别但嵌套层次较多;时间状语前置和抽象主语的使用增加了理解难度,对基础较差者而言需要拆分层次才能理解透彻。

出处 [2021年12月英语四级第1套](#) [第1段, 第3句](#)

[本句详情](#) →

25 [词汇难度:7/10](#) [结构难度:6/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C2](#) [32 词](#)

Unless employees are fully compensated, this could become a variant of parasitic(寄生的) capitalism, whereby corporate profits increasingly rely on extracting value from the public—and now personal—realm, rather than on generating new value.

除非员工得到充分补偿, 否则这可能会成为寄生资本主义的一种变体, 其中企业利润越来越依赖于从公共——现在还有个人——领域提取价值, 而不是通过创造新价值。

为什么难 · [词汇难度 7/10](#)

包含多个学术和正式词汇如 compensated、variant、parasitic、whereby、realm、extracting,其中 parasitic、whereby 对基础较差的学习者较陌生;还涉及专业术语 parasitic capitalism,整体词汇难度较高但尚未达到极难程度。

出处 [2021年12月英语四级第1套](#) [第3段, 第1句](#)

[本句详情](#) →

26 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [29 词](#)

While it may sound safe to avoid all physical contact so as not to offend anyone, the lack of touching might imply cold attitudes or indifference in interpersonal relationships.

虽然避免所有身体接触以免冒犯任何人听起来可能是安全的, 但缺乏接触可能意味着人际关系中的冷淡态度或漠不关心。

为什么难 · [结构难度 7/10](#)

句子为典型的 While 引导的让步复合句,包含形式主语 it、不定式真正主语、so as not to 目的结构等多个嵌套成分;主干虽可辨识,但对基础较差学习者需仔细分析才能理清各成分关系。

出处 [2021年12月英语四级第3套](#) [第1段, 第2句](#)

[本句详情](#) →

27 [词汇难度:5/10](#) [结构难度:8/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [34 词](#)

The hesitation I felt in not sharing the ordinary things that were happening in my life, and the wild mental search for something more interesting, may have backfired and made me seem less interesting.

我对不分享我生活中发生的平常事所感到的犹豫, 以及对更有趣事物的疯狂心理搜寻, 可能产生了反效果, 让我看起来不那么有趣。

为什么难 · [结构难度 8/10](#)

主语由两个并列的长名词短语构成,跨越全句大半,第一个名词短语内嵌套定语从句和介词短语,第二个名词短语也含复杂修饰,谓语部分使用情态动词加完成时,整体呈现主语冗长、主干难定位的典型长难句特征,对基础较差学习者挑战。

出处 2021年12月英语四级第2套 D段, 第4句

[本句详情](#)

28 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR B2 27 词

They want the department of education to record which children are left-handed and what their educational attainments are, since they make up some 10% of the population.

他们希望教育部记录哪些儿童是左撇子以及他们的教育成就是什么, 因为他们约占人口的10%。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子结构呈现中高复杂度。主句 They want...to record 采用不定式复合结构,record 后接两个并列的疑问词从句,需识别并列关系和从句边界,句末 since 引导原因状语从句,两个 they 指代不同对象,需结合语境区分。虽无多层嵌套,但信息层次多、成分复杂,主干定位需一定分析能力,对基础较差的学习者有挑战。

出处 2021年12月英语四级第1套 第4段, 第3句

[本句详情](#)

29 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 27 词

It's what motivates non-human animals, human infants and probably human adults to explore and seek out new things before growing less interested in them after continued exposure.

它是促使非人类动物、人类婴儿以及可能的人类成年人去探索和寻找新事物, 然后在持续接触后对它们产生较少兴趣的原因。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子长度中等偏长, 包含抽象开头 "It's what ...", 三项并列对象、两个并列动作以及 "before" 和 "after" 引出的时间层次。主干不算极难, 但信息连续堆叠, 基础薄弱者容易在后半句迷失。

出处 2021年12月英语四级第1套 第5段, 第2句

[本句详情](#)

30 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 45 词

Professor Wilding disagrees that labelling a high proportion of the population as having a disease removes personal responsibility or may overwhelm health services, pointing out that other common diseases, such as high blood pressure and diabetes, require people to take action to manage their condition.

怀尔丁教授不同意将大部分人口标记为患有某种疾病会消除个人责任或可能使医疗服务不堪重负的观点, 指出其他常见疾病, 如高血压和糖尿病, 需要人们采取行动来管理自己的病情。

为什么难 · 结构难度 7/10

主干后接现在分词状语 "pointing out that...", 且 "disagrees that" 的宾语内部又含动名词主语 "labelling ... as " 加 "or" 并列的双谓语, 还有 "such as" 插入成分分隔, 主干和否定辖域都不易一眼看清。

出处 2021年12月英语四级第2套 第2段, 第1句

[本句详情](#)

31 词汇难度:7/10 结构难度:6/10 精讲价值:9/10 典型性:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 20 词

This would be a form of expropriation(侵占), with employees absorbing production costs that have traditionally been paid by the employer.

这将是—种侵占的形式, 员工承担传统上由雇主支付的生产成本。

为什么难 · 词汇难度 7/10

句中有 "expropriation" 这样的正式抽象词, 也有 "absorb costs" 这种不能按字面理解的经济搭配; 对基础较弱的学习者来说, 词汇门槛明显高于普通生活句。

出处 [2021年12月英语四级第1套](#) [第8段, 第3句](#)

[本句详情](#) →

32 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR B2](#) [19 词](#)

Taking whatever materials are handy and tinkering with them is a simple way to engage those important "maker" skills.

拿取任何手边的材料并摆弄它们是一种简单的方式来运用那些重要的“制造者”技能。

为什么难 · [结构难度 7/10](#)

主语由两个并列动名词短语构成且较长,第一个短语内嵌套 whatever 引导的名词性从句,整体结构层次较多,但主干清晰(动名词短语 is a way to...),无倒装或分隔,从句层级不深。

出处 [2021年6月英语四级第1套](#) [第5段, 第4句](#)

[本句详情](#) →

33 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [31 词](#)

If students believed that intelligence could improve—that is to say, when they held more of a growth mindset of intelligence—they showed lower levels of stress hormones when their grades were declining.

如果学生们相信智力是可以提高的——也就是说, 当他们持有更多的智力成长型思维模式时——他们在成绩下降时表现出较低水平的压力荷尔蒙。

为什么难 · [结构难度 7/10](#)

句子包含条件状语、宾语从句、破折号插入的同位解释、时间状语等多层嵌套结构,主干被较长的修饰成分分隔,需要仔细分析才能理清层次,但不算最复杂的长难句。

出处 [2021年6月英语四级第1套](#) [G段, 第4句](#)

[本句详情](#) →

34 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:7/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR B2](#) [21 词](#)

Companies are so desperate for a hit of stars that if you delete the survey the company sends you another one.

公司们是如此渴望明星的一次成功, 以至于如果你删除调查, 公司会再给你发送一份。

为什么难 · [结构难度 7/10](#)

句子包含"so...that..."结构,且"that"后嵌套了完整的"if"条件句,形成两层逻辑关系;主干虽清晰,但条件句的插入位置(在结果部分内部)增加了理解负担;句子较长,需要同时把握因果和条件两种关系,对基础较差的学习者是典型的中等偏难长句。

出处 [2021年6月英语四级第3套](#) [第3段, 第2句](#)

[本句详情](#) →

35 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:9/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [25 词](#)

He recalled a recent paper he submitted to a journal, which accepted it only to request extensive editing, and then reversed course and rejected it.

他回忆起自己最近向一家期刊提交的一篇论文, 该期刊接受了这篇论文, 却又要求进行大量编辑, 然后改变决定, 拒绝了这篇论文。

为什么难 · [结构难度 7/10](#)

主句套定语从句("which accepted it..."),从句内又有并列结构("accepted...only to request...and then reversed...and rejected..."),且 "only to" 结构增加理解难度;虽无多层嵌套,但逻辑层次较多,主干需仔细梳理。

36 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR B2 32 词

Police said that the car had come to a halt after hitting the sign, but did not appear to be seriously damaged, although an ambulance was called to check on the pensioner.

警方称, 那辆汽车在撞到指示牌后停了下来, 但似乎没有严重损坏, 不过已呼叫救护车对那位老人进行检查。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句含 but 转折、after 介词短语、although 让步成分,多层信息并列与嵌套;时态有过去完成时、一般过去时、被动语态交织,主干稍显复杂但可定位。

37 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 23 词

Instead, declining grades only predicted worse stress hormones among students who believed that worsening grades were a permanent and hopeless state of affairs.

相反, 成绩下降只预测了那些认为成绩恶化是一种永久且无望的状况的学生中更严重的压力荷尔蒙。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含较长的后置定语修饰("students who believed that..."),且定语内部嵌套了宾语部分,形成多层结构;主句结构("declining grades predicted worse stress hormones")本身简洁,但定语部分的长度和嵌套给理解定位核心结构带来挑战,属于中等偏上的结构复杂度。

38 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:8/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 41 词

That describes the reaction of many Americans this week following revelations that, 50 years ago, the sugar industry paid Harvard scientists for research that shifted the focus away from sugar's role in heart disease—and put the spotlight(注意的中心) squarely on dietary fat.

这描述了本周许多美国人的反应, 在揭露了50年前糖业公司付费给哈佛科学家进行研究, 该研究将焦点从糖在心脏病中的作用转移, 并将注意的中心完全放在膳食脂肪上之后。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子使用了 "following" 引导的介词结构, 且其后接的同位语及定语修饰关系层次较多, 特别是破折号之后的并列结构 "and put..." 容易让基础差的同学在寻找其并列对象时产生困惑。

39 词汇难度:6/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 32 词

In this study, instead of teaching students that their smartness can change, we taught them that their social standing—that is, whether they are bullied or excluded or left out—can change over time.

在这项研究中, 我们没有教学生他们的聪明才智是可以改变的, 而是教他们, 他们的社会地位——也就是说, 他们是否被欺负、被排斥或被冷落——是可以随着时间改变的。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句为对比结构(instead of ... we ...),嵌套双层宾语从句(that从句),第二个从句内又插入破折号同位解释(that is, whether...),还包含三项并列被动(bullied or excluded or left out);虽无多层嵌套,但多重插入和平行结构需细心理清,主干不难定位但修饰成分较密集。

出处 [2021年6月英语四级第1套 H段, 第2句](#)

40 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [33 词](#)

In a study published in Nature Communications, Northwestern University sociologist Dashun Wang tracked more than 1,100 scientists who were on the border between getting a grant and missing out between 1990 and 2005.

在《自然·通讯》发表的一项研究中,西北大学社会学家王大顺追踪了1990年至2005年间处于获得资助和错失资助边缘的1100多名科学家。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(30 余词),包含多层修饰:句首介词短语 "In a study published in..." 做状语,主语前有同位语 "Northwestern University sociologist",宾语后有 who 引导的定语成分,定语中又嵌套 "between A and B" 结构和两个并列动名词短语,句末还有时间状语。信息层次多、嵌套深,主干(Wang tracked scientists)被大量修饰成分包围,对基础较差的学习者而言需要较强的句子拆解能力才能理清逻辑。

出处 [2021年6月英语四级第3套 F段, 第1句](#)

[本句详情](#) →

41 [词汇难度:7/10](#) [结构难度:6/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:8/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C2](#) [24 词](#)

If we are to truly understand how much our cognitive lives differ cross-culturally, we must continually explore the depths of our species' linguistic diversity.

如果我们要真正理解我们的认知生活在跨文化上有多大差异,我们必须持续探索我们物种语言多样性的深度。

为什么难 · 词汇难度 7/10

包含多个学术词汇如 cognitive、linguistic diversity、cross-culturally、species,以及 depths 的隐喻用法,对基础较差的学生有一定门槛,但不含超纲生僻词。

出处 [2021年6月英语四级第2套 K段, 第2句](#)

[本句详情](#) →

42 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR B2](#) [23 词](#)

For instance, studies funded by Welch Foods—the brand behind Welch's 100% Grape Juice—found that drinking Concord grape juice daily may boost brain function.

例如,由韦尔奇食品公司(韦尔奇100%葡萄汁背后的品牌)资助的研究发现,每天饮用康科德葡萄汁可能会增强大脑功能。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含过去分词短语后置定语、破折号插入语、宾语从句、动名词短语作主语等多重结构,信息层次丰富,主干为 "studies found that...",但插入语和修饰成分较多,需仔细分析才能准确定位各成分关系。

出处 [2021年6月英语四级第2套 第3段, 第1句](#)

[本句详情](#) →

43 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:8/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [36 词](#)

When these students gave the speech, their blood vessels contracted and their hearts pumped less blood through the body—both responses that the body shows when it is preparing for damage or defeat after a physical threat.

当这些学生发表演讲时,他们的血管收缩,心脏向全身泵出的血液减少——这两种反应都是身体在面临生理威胁后准备应对损伤或失败时所表现出的。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句包含并列结构(contracted and pumped),破折号后接同位语加定语从句嵌套(responses that...when...),且存在代词回指(both 回指前两个动作、it 指代 body),主干虽可识别但细节理解需仔细梳理。

出处 [2021年6月英语四级第1套](#) [I段, 第2句](#)

44 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:8/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [33 词](#)

In the new global economy, students who fail to finish the ninth grade with passing grades in college preparatory coursework are very unlikely to graduate on time and go on to get jobs.

在新的全球经济中，未能在大学预备课程中以及格成绩完成九年级学业的学生，非常不可能按时毕业并继续找工作。

为什么难 · 结构难度 7/10

主语包含较长的定语修饰(who 引导),且定语内部又嵌套介词短语 with...in...,形成多层修饰;谓语部分包含并列不定式 to graduate...and go on to...,时间逻辑隐含其中;整体句长适中但信息密度高。

出处 [2021年6月英语四级第1套](#) [C段, 第1句](#)

45 [词汇难度:7/10](#) [结构难度:6/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [33 词](#)

But if there's one thing that triggers widespread employee frustration, it's an IT transformation project gone wrong, where swollen expectations have been popped and a long list of promised efficiencies has been reversed.

但是如果有一件事会引发员工普遍的不满，那就是失败的信息技术转型项目，在这类项目中，过高的期望已被打破，一长串承诺的效率已被逆转。

为什么难 · 词汇难度 7/10

包含多个中高级词汇如 trigger(熟词僻义)、widespread、transformation、reverse,以及隐喻用法 swollen / popped,但无超纲生僻词;对基础较差的学习者有一定挑战,需理解熟词新义和隐喻。

出处 [2021年6月英语四级第1套](#) [第3段, 第5句](#)

[本句详情 →](#)

46 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:8/10](#) [综合推荐度:8/10](#) [CEFR C1](#) [13 词](#)

People automatically assume children are anxious about math because they are poor achievers.

人们自动地认为孩子们对数学感到焦虑是因为他们是成绩差的学习者。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句+省略 that 的宾语从句+原因状语从句,存在两层嵌套逻辑;需准确理解 because 从句修饰的是 assume 的内容而非 assume 动作本身,且要识别代词指代和 that 省略,对基础较差学生有一定难度

出处 [2021年6月英语四级第2套](#) [第3段, 第3句](#)

[本句详情 →](#)

47 [词汇难度:6/10](#) [结构难度:7/10](#) [精讲价值:8/10](#) [典型性:7/10](#) [表达质量:7/10](#) [综合推荐度:7/10](#) [CEFR C1](#) [18 词](#)

These factors could definitely affect the degree to which someone is comfortable with tactile(触觉的) communication and physical intimacy.

这些因素肯定会影响一个人对触觉交流和身体亲密行为感到舒适的程度。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句结构简单(主谓宾),但宾语部分包含 'the degree to which' 引导的复杂修饰成分,其中嵌套了 'someone is comfortable with' 的结构,且 comfortable 后又接两个并列的介词短语;整体虽非多层嵌套,但修饰关系较为复杂,需要仔细分析才能准确理解

出处 [2021年12月英语四级第3套](#) [第7段, 第1句](#)

[本句详情 →](#)

48 [词汇难度:4/10](#) [结构难度:8/10](#) [精讲价值:9/10](#) [典型性:9/10](#) [表达质量:9/10](#) [综合推荐度:9/10](#) [CEFR B2](#) [9 词](#)

What do experts propose companies do about workers' wellbeing?

专家提议公司针对员工福利做什么？

为什么难 · 结构难度 8/10

疑问句嵌套宾语从句,且宾语从句使用虚拟语气,疑问词 What 的归属需要逆向还原才能判断,两个 do 的功能区分对初学者极具迷惑性,主干定位需要较强语法意识。

出处 2021年12月英语四级第1套 第21题题干

49 词汇难度:5/10 结构难度:7/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 26 词

With obesity now affecting 29% of the population in England, and expected to rise to 35% by 2030, should we now recognise it as a disease?

随着肥胖症目前影响着英格兰29%的人口，并预计到2030年将上升到35%，我们现在是否应该将其认定为一种疾病？

为什么难 · 结构难度 7/10

句首 with 引导的独立主格结构较长,内含两个并列分词短语(affecting...and expected...),且第二个分词短语省略了 being,需要一定语法基础才能准确理解;主句部分为疑问句倒装,结构相对简单;整体难度主要在独立主格的识别和理解上,对基础较差学生有一定挑战。

出处 2021年12月英语四级第2套 第1段, 第1句

本句详情 →

50 词汇难度:4/10 结构难度:8/10 精讲价值:9/10 典型性:9/10 表达质量:8/10 综合推荐度:9/10 CEFR B2 10 词

What do the campaigners demand the department of education do?

活动家们要求教育部做什么？

为什么难 · 结构难度 8/10

句子虽短但结构复杂:特殊疑问句 + 虚拟语气宾语从句 + 省略 that 和 should,且出现两个 do(助动词和实义动词),主干不易识别,对结构分析能力要求高。

出处 2021年12月英语四级第1套 第24题题干

本句详情 →

YEARS · 其他年份

英语四级其他年份长难句榜单

除 2021 年外，2015~2026 年另有 11 张年榜，选句口径与本页一致（按结构+词汇难度取该年最难的句子）；年份下方为该年已完成六维评估的句数，即该年年榜的选句池大小。

2026	2025	2024	2023	2022	2021	2020	2019
310 句已评估	503 句已评估	462 句已评估	559 句已评估	380 句已评估	当前页 · 341 句已评估	318 句已评估	315 句已评估

2018 280 句已评估	2017 290 句已评估	2016 255 句已评估	2015 297 句已评估
-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

LINKS · 相关板块

2021年英语四级长难句 · 相关板块

读完这 50 句之后的去处——换一套排序口径的榜单、按结构分类检索全部真题句子，或回到 2021 年整卷读上下文：

- 英语四级长难句精选总榜 →

不分年份的难度总榜 50 句，从英语四级已完成六维评估的 4310 个真题句里通选而出；页内还给出这 4310 句的难度分档分布，以及 2015–2026 年共 12 张年榜的入口。
- 英语四级精讲句 Top 100 →

换一套排序口径取句——按综合推荐度取前 100 句，兼顾典型性、表达质量与精讲价值，是优先精读、仿写和背诵的范句集合；与本页按结构+词汇难度取句刻意错开。
- 英语四级真题句子板块 →

19906 句英语四级真题句子的总入口，结构拆解覆盖 19960 个真题句，可按四大从句族（8 个子类型）、14 个核心语法点、24 个高频引导词与知识点标志分类检索。
- 英语四级真题整卷列表与下载 →

本页 50 句出自 2021 年的 6 套真题卷；在列表里找到 2021 年那几套即可进入整卷页，看句子在原文段落中的上下文、卷面排版还原与各题型逐题解析，也可下载 PDF / Word 打印版。
- 真题句子总入口（考研 / 四级 / 六级） →

三大考试合计 48909 句真题句子的总入口，可横向切到另外两个考试的长难句年榜，比较同一年份不同考试的句子难度，也可进入全考试通用的英语知识点库。

OVERVIEW · 收录数据

2021年英语四级长难句收录数据

该年已评估 341 句	年榜精选 50 句	出处试卷 6 套	评估维度 6 维
-----------------------	---------------------	--------------------	--------------------

整句六维逐项评分	结构+词汇难度排序	2021 年真题卷	各 1-10 分
----------	-----------	-----------	----------

2021年英语四级长难句年榜从该年已完成整句六维评估的 341 个真题句中，按结构难度与词汇难度之和精选 50 句，出自 6 套真题卷。这 50 句的结构难度落在 6–9/10、词汇难度 4–7/10，句长 9–73 词（平均 30 词），CEFR 等级构成为 C1 39 句、B2 7 句、C2 4 句。每句附中文翻译、「为什么难」的评估解读、出处试卷与卷面位置，以及可进入结构树逐层拆解的单句详情页。

本页数据最后更新：2026-08-27