

2023年英语四级真题长难句

TOP · 2023 年榜

2023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: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 60 词

While this can be good news for the world's poorest people who now consume more calories, protein and fat than in the past, homogeneity(同一性) and over-dependence on a handful of staples leave us vulnerable to threats such as drought, disease and pests—all of which are predicted to worsen in many parts of the world as a result of climate change.

虽然这对世界上最贫穷的人们来说可能是好消息，他们现在比过去消耗更多的卡路里、蛋白质和脂肪，但同一性和对少数主食的过度依赖使我们容易受到干旱、疾病和害虫等威胁——所有这些都因气候变化而在世界许多地区预计会恶化。

为什么难 · 结构难度 8/10

句长达 50+ 词,包含 While 引导的让步状语、who 引导的定语、破折号引出的同位语补充、多重并列结构(homogeneity and over-dependence, drought, disease and pests),以及 such as 和 as a result of 等插入成分,主干识别有难度。

出处 2023年12月英语四级第1套 I段, 第3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:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C1 39 词

However, the study also shows how traditional gender roles endure both at work, where more women than men reported changes in their perceived career potential, and at home—even among workers who claim to have a strong desire for equality.

然而，这项研究还表明，传统性别角色是如何既在工作中——在工作中，报告自己感知到的职业潜力发生变化的女性比男性更多——又在家中持续存在的，即使是在那些声称强烈渴望平等的员工中也是如此。

为什么难 · 结构难度 8/10

主句包含 how 引导的宾语成分,内部嵌套 where 引导的非限制性补充说明,以及 who 引导的定语修饰;both...and... 连接两个并列状语,其中第一个状语后又跟着 where 补充说明;even among 引导的介词短语内含定语修饰,多层嵌套使句子主干不易把握。

出处 2023年12月英语四级第2套 I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:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C2 35 词

One way you can overcome the risk-inducing effects of rivalry that stand to endanger your venture's success is to remain attentive to your emotional state and actively monitor how such feelings are affecting your decision-making.

你可以克服竞争带来的诱发风险的影响——这种影响可能危及你的创业成功——的一种方法是保持对自己情绪状态的关注，并积极监控这些情绪如何影响你的决策。

为什么难 · 结构难度 8/10

主语部分含三层嵌套定语(you can overcome...effects of rivalry that stand to...),句长达30余词,主干与修饰成分交织,定语从句和不定式并列,极易在阅读中迷失主干,属于典型长难句。

出处 2023年12月英语四级第2套 第4段, 第2句

[本句详情](#)

04 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 39 词

But they could also indicate that they—or their agent—would strategically express anger toward the opponent to gain advantage, or they could opt to convey dissatisfaction with the encounter so that the other party would think they were losing interest.

但他们也可能表明, 他们——或他们的代理人——会战略性地对对手表达愤怒以获取优势, 或者他们可能选择表达对这次会面的不满, 以便让对方认为他们正在失去兴趣。

为什么难 · 结构难度 8/10

主句包含三个并列成分(由两个 or 连接),其中第一个 or 连接主语(they / their agent),第二个 or 连接完整动作;句末嵌套 so that 引导的从句,从句内又含 they were losing interest 的宾语从句;多层并列与嵌套需仔细拆分。

出处 2023年12月英语四级第2套 第1段, 第12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:9/10 表达质量:9/10 综合推荐度:9/10 CEFR C2 30 词

We found that only the concept of "negative reciprocity"—in which an employee who feels unfairly treated engages in negative behaviors, such as spending their company's money less carefully—explains these differences.

我们发现, 只有“负互惠”这一概念——即感到受到不公平对待的员工会做出负面行为, 例如不那么谨慎地花费公司的资金——才能解释这些差异。

为什么难 · 结构难度 8/10

主句嵌套 that 引导的宾语从句,从句内又有成对破折号插入一段包含定语结构和举例的长解释("in which... less carefully"),层次达三层;主干 "We found that... concept explains differences" 被长修饰语分隔,需理清逻辑层次才能准确理解

出处 2023年12月英语四级第1套 第4段, 第1句

[本句详情](#)

06 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 C1 48 词

The study found that team-building exercises which focused on the sharing of and intervening into personal attitudes and relationships between team members were considered too heavy-handed and intrusive, although the researchers say some degree of openness and vulnerability is often necessary to make deep, effective connections with colleagues.

该研究发现, 那些专注于分享和干预团队成员之间的个人态度及关系的团队建设练习被认为过于强硬和侵入性, 尽管研究人员表示某种程度的开放和脆弱性对于与同事建立深厚、有效的联系往往是必要的。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子较长 (42 词),包含多层修饰:"which" 引导的定语成分修饰 exercises,内含复杂的并列动名词结构 ("sharing of and intervening into"), 主句后又跟 "although" 引导的让步状语成分,其中嵌套不定式目的状语;主干 (study found that...) 需穿越多层修饰才能提取,对基础较差的学习者构成挑战。

出处 2023年6月英语四级第3套 第5段, 第1句

07 词汇难度:7/10 结构难度:8/10 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 48 词

After an American company, Liberty Media, acquired the Formula One competition recently, Chase Carey—a former executive with Fox Broadcasting Company and DirecTV who by his own admission is not a fierce racing fan—was named to replace Ecclestone and to try to renovate the organization's management, reach and ambition.

在一家美国公司利宝媒体最近收购了一级方程式比赛之后，蔡斯·凯里——一位曾在福克斯广播公司和直播电视公司任职的高管，他自己承认不是一个狂热的赛车迷——被任命接替埃克莱斯顿，并试图革新该组织的管理、影响力和雄心。

为什么难 · 结构难度 8/10

句长 50+ 词,主干被破折号内的长插入语(含关系代词和多重修饰)大幅分隔,时间状语前置且较长,并列不定式中嵌套不定式,主干定位和信息关系梳理都有较大难度。

出处 2023年6月英语四级第2套 C段, 第2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:8/10

表达质量:9/10

综合推荐度:9/10

CEFR C1

29 词

But with its extreme usability comes a complication: what do you do if you strongly feel something should not be done, even if the data insists that it should?

但伴随着其极高的可用性而来的是一个难题：如果你强烈觉得某事不应该做，即使数据坚持认为应该做，你该怎么办？

为什么难 · 结构难度 8/10

包含完全倒装(with ... comes ...)、嵌套宾语从句(feel something should not be done)、让步状语从句(even if the data insists that it should)、代词跨从句指代(something → it)、省略结构(should后省略be done),多重结构交织,主干不易一眼识别,属于典型长难句。

出处 2023年12月英语四级第3套 第3段, 第5句

本句详情 →

09

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

The book The Hidden Persuaders, published in 1957, warned that supermarkets were putting women in a "hypnoidal trance(催眠恍惚状态)," causing them to wander aisles bumping into boxes and "picking things off shelves at random."

1957年出版的《隐藏的说服者》一书警告称，超市正让女性陷入一种“催眠恍惚状态”，导致她们在过道徘徊，撞到箱子，还“随意从货架上拿东西”。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长，包含书名说明、出版时间插入信息、报道动词后的完整内容，以及多个连续动作短语。主线并不复杂，但信息堆叠较多，基础较弱学生容易在后半句迷失。

出处 2023年6月英语四级第2套 第5段, 第3句

10

词汇难度:6/10

结构难度:8/10

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

34 词

Other studies, including studies of wheat in India and corn in Africa, also found that there is a threshold above which yields sharply decline: crops can adapt and move, but only to a point.

其他研究，包括在印度的小麦研究和在非洲的玉米研究，也发现存在一个阈值，超过这个阈值产量会急剧下降：作物可以适应和迁移，但只是在一定程度上。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子长度达 30+ 词,包含插入语打断主干、介词+关系代词的修饰结构、冒号连接的解释性从句,以及句末的转折限定,主干不易一眼识别,信息层次需多次阅读才能理清

出处 2023年12月英语四级第1套 F段, 第3句

本句详情 →

11 词汇难度:6/10 结构难度:8/10 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 50 词

Research by the Boston College Center for Work & Family, which surveyed new parents at four large US companies who were qualified for taking at least six weeks paid parental leave, found that 81% of the 1,240 employees surveyed said the notion of fathers taking leave has become more acceptable.

波士顿学院工作与家庭中心的研究调查了美国四家大公司有资格休至少六周带薪育儿假的新手父母，该研究发现，在接受调查的1240名员工中，81%的人表示父亲休育儿假的观念已经变得更可接受。

为什么难 · 结构难度 8/10

主语部分极长且包含多层嵌套修饰(by 短语、which 引导的成分、who 引导的限定),谓语部分的宾语又嵌套了间接引语,整句跨度大、信息密度高,需要较强的结构分析能力才能准确把握主干与修饰层次。

出处 2023年12月英语四级第2套 B段, 第1句

[本句详情](#)

12 词汇难度:7/10 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 C2 28 词

It is neither desirable nor morally acceptable nor practical for this county to tolerate the signs of deprivation more commonly associated with the slums(贫民窟) of Rio de Janiero.

对于这个县来说，容忍那些更常与里约热内卢贫民窟相关联的贫困迹象，既不可取，在道德上也不可接受，也不切实际。

为什么难 · 结构难度 7/10

表面上是一个评价句，但内部有三重并列否定、“It is + 形容词 + for + 名词 + to do” 的正式框架，以及后面较长的补充说明，整体不算极难，但也绝不是一眼就通。

出处 2023年6月英语四级第3套 第2段, 第3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 36 词

What we have not yet understood is the way the tiny machines in front of us are changing our skeletons, possibly altering not just the way we behave but even the very shape of our bodies.

我们尚未理解的是我们面前的微型机器正在改变我们骨骼的方式，这可能不仅改变我们的行为方式，甚至改变我们身体的形状。

为什么难 · 结构难度 7/10

主语从句(What we have not yet understood)+ 系表结构 + 长表语(the way + 零关系从句)+ 非谓语结构(possibly altering ...)+ 递进并列(not just ... but even ...),层次多、嵌套深。主干“What ... is the way ...”需快速定位,the way 后零关系从句易被误判为缺成分,altering 引出的非谓语短语含并列成分。对基础较差学习者而言,需多次回读才能理清逻辑。

出处 2023年12月英语四级第2套 第1段, 第3句

[本句详情](#)

14 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:9/10 CEFR C1 29 词

"Even if overall food production may be unaffected, food security can still be impacted," says Margaret Walsh, a scientist at the US Department of Agriculture's Climate Change Program Office.

“即使整体粮食生产可能不受影响，粮食安全仍然可能受到影响，”美国农业部气候变化项目办公室的科学家玛格丽特·沃尔什说。

为什么难 · 词汇难度 7/10

句中基础词不少，但“food security”容易被误译为“食品安全”，“unaffected”、“impacted”和机构长名称也会给基础较弱的学生造成理解门槛。

出处 2023年12月英语四级第1套 D段, 第5句

[本句详情](#)

It remains unsettled whether the global food supply problem can be solved by creating heat-tolerant crops through genetic engineering.

通过基因工程培育耐热作物能否解决全球粮食供应问题，这一点仍未确定。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子采用形式主语结构,真正主语是 whether 引导的较长内容,其中嵌套被动语态、介词短语和方式状语,层次较多;但主干清晰(It remains unsettled whether...),无复杂嵌套或倒装,属于中等偏上难度的长句。

Each of these behaviors is important, of course, but they all focus on physical health—and a growing body of research suggests that social health is just as, if not more, important to overall well-being.

当然，这些行为中的每一种都很重要，但它们都聚焦于身体健康——而且越来越多的研究表明，社交健康对于整体幸福而言，即便不是更重要，至少也是同样重要。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(30+ 词),包含让步-转折-递进的复杂逻辑结构,含有两处插入语("of course" 和 "if not more")打断主干,以及省略了大量成分的比较结构 "just as... if not more... important",主干识别和逻辑理解有一定难度。

Are we willing to accept a system in which an increase in amenities purchased by the affluent means a reduction in amenities for the poor?

我们是否愿意接受这样一种体系：在该体系中，富人购买的便利设施的增加意味着穷人的便利设施的减少？

为什么难 · 结构难度 7/10

句子主干(Are we willing to accept a system)清晰,但 system 后接了长达 20+ 词的 in which 修饰结构,内部又包含主谓宾完整句和多层后置定语(purchased by..., for...),修饰层级多,重心后移,对于基础较差的学习者需要逐层拆解才能理解。

This understanding also holds true in the business world, where an organization's stories, and the stories its leaders tell, help solidify relationships in a way that factual statements don't.

这种理解在商业世界中也同样适用，在那里一个组织的故事，以及其领导者所讲述的故事，以一种事实性陈述所不能的方式帮助巩固关系。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含较长的插入式信息和并列名词短语，如 "an organization's stories, and the stories its leaders tell"，后面还有 "in a way that factual statements don't" 的省略表达，读者需要整合多个信息块。

Not only does this tendency hinder their growth and performance, it can lead to harmful relationships, both personally and professionally.

这种倾向不仅阻碍他们的成长和表现，还可能导致有害的关系，无论是在个人方面还是职业方面。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子采用 not only...but... 关联结构,not only 置于句首触发部分倒装(does this tendency hinder),对不熟悉倒装规则的学生构成一定难度;but 后分句结构相对简单,但整体句式的倒装、并列和递进关系需要一定句法知识才能准确拆解;句长适中,但倒装和关联结构使结构难度中等偏上。

出处 2023年3月英语四级第1套 第5段, 第3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-7/10

表达质量-9/10

综合推荐度-8/10

CEFR C1

28 词

We are drawn to people who think like us; we then influence their thoughts over time, which may push their brain activity into more closely resembling our own.

我们被吸引到像我们一样思考的人；然后我们随着时间的推移影响他们的想法，这可能会推动他们的大脑活动更接近我们自己的。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子使用分号连接两个独立句子,第二个句子包含一个补充说明成分,涉及多个修饰成分(over time、more closely、our own)的层层嵌套;整体结构中中等偏复杂,主干清晰但修饰成分较多,需要理清逻辑层次。

出处 2023年12月英语四级第1套 第2段, 第6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-8/10

综合推荐度-8/10

CEFR C1

44 词

How those decreases will be felt will depend on the degree of warming and the crop in question, but in general, "anything over about 30°C is very bad for crops," says Wolfram Schlenker, an associate professor of international and public affairs at Columbia University.

这些减少将如何被感受到将取决于变暖的程度和所讨论的作物，但一般来说，“任何超过约30°C的温度对作物都非常不利”，哥伦比亚大学国际与公共事务副教授Wolfram Schlenker说。

为什么难 · 结构难度 7/10

主语为名词性长成分'How those decreases will be felt',包含被动结构,对习惯短主语的中文学习者构成挑战;句中有并列结构、插入语、直接引语嵌入及同位语,成分较多但嵌套层级不深;主干'主语+will depend on+并列宾语'相对清晰,但主语识别是难点。

出处 2023年12月英语四级第1套 E段, 第2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-8/10

表达质量-9/10

综合推荐度-8/10

CEFR C1

16 词

Finally, diversifying our diet away from heat-sensitive wheat, corn, rice and other crops could also help.

最后，使我们的饮食多样化，远离对热敏感的小麦、玉米、大米和其他作物，也可能会有所帮助。

为什么难 · 结构难度 7/10

主语是一个包含短语动词、多个并列名词和形容词修饰的长动名词短语(约15词),需要较强的结构分析能力才能准确定位主谓;虽无从句嵌套,但长主语本身构成阅读障碍

出处 2023年12月英语四级第1套 I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-7/10

综合推荐度-8/10

CEFR C1

16 词

So, it's important to know whether using an artificial intelligence agent might affect how we negotiate.

因此，了解使用人工智能代理是否可能影响我们如何谈判是重要的。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含多层嵌套:主句 + whether 名词性从句(作宾语)+ 从句内的动名词短语主语 + 从句内又嵌套 how 从句。虽然句子不算很长,但层次较多,需要准确识别各层次的语法关系,对基础较差的学习者有明显挑战。

出处 2023年12月英语四级第2套 第1段, 第5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·9/10 综合推荐度·8/10 CEFR C1 20 词

Another role that they are expected to take over is negotiating on our behalf in commercial transactions or legal disputes.

他们被期望接管的另一个角色是在商业交易或法律纠纷中代表我们进行谈判。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子含关系代词 that 引导的定语从句修饰主语,主句采用动名词短语作表语,结构层次较多;定语从句内嵌套被动语态 be expected to,且 take over 的宾语前置,需要还原逻辑才能理解,整体句长适中但信息密度较高,主干识别需要一定功底。

出处 2023年12月英语四级第2套 第1段, 第4句

[本句详情](#)

25 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 B2 29 词

The US is one of only three countries in the world not to offer statutory(法定的) paid leave, but increasingly states and companies are starting to take up the issue.

美国是世界上仅有的三个不提供法定带薪休假的国家之一, 但越来越多的州和公司开始着手处理这个问题。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含不定式作后置定语(not to offer)、并列转折结构(but increasingly)以及进行时与不定式的组合(are starting to), 主干清晰但修饰成分较多, 需要一定的句法分析能力。

出处 2023年12月英语四级第2套 D段, 第1句

[本句详情](#)

26 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·9/10 综合推荐度·8/10 CEFR C1 38 词

In May, the American Civil Liberties Union (ACLU) and Outten & Golden LLP announced a historic class-action \$5m settlement with JPMorgan Chase on behalf of male employees who claim they were illegally denied access to paid parental leave.

在五月, 美国公民自由联盟(ACLU)和Outten & Golden LLP代表声称被非法拒绝获得带薪育儿假的男性员工, 宣布了与摩根大通银行达成的一项历史性的集体诉讼五百万美元和解协议。

为什么难 · 词汇难度 7/10

句中包含"class-action"(集体诉讼)、“settlement”(和解)等法律专业术语,“illegally”、“parental leave”等正式书面词汇,以及ACLU等机构缩写,对基础较差的学习者构成一定词汇门槛,但核心动词和结构词(announced, denied, access)属常见词。

出处 2023年12月英语四级第2套 N段, 第1句

[本句详情](#)

27 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 35 词

The sense of eagerness that comes with having a rival can not only cause you to make poorer decisions, but it can also lead you to take greater risks that put your venture in peril.

那种伴随着拥有竞争对手而来的渴望感不仅会使你做出更糟糕的决定, 而且还会导致你承担更大的风险, 这些风险会使你的事业陷入危险。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长,含并列结构(not only... but also)、多个不定式短语(to make/to take)以及定语结构(that put...)的嵌套,主干虽清晰但修饰成分较多,需一定的句法分析能力才能准确理解。

出处 2023年12月英语四级第2套 第4段, 第1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 C1 24 词

After all, competitive rivalry can also hinder effective decision-making and increase your willingness to take risks, behaviors that can ultimately hurt your venture's success.

毕竟, 竞争对抗也会阻碍有效的决策制定并增加你冒险的意愿, 这些行为最终可能会损害你的企业的成功。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含并列谓语结构(hinder...and increase)、同位语概括(behaviors)、定语成分(that can ultimately hurt),以及插入副词(also, ultimately)和所有格结构(your venture's success),层次较多但主干清晰,定位稍有难度但不至于多层嵌套。

出处 2023年12月英语四级第2套 第1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 41 词

But even when these accounts touch on real concerns, they do not really reflect the great mass of everyday teenage social behaviour: the online chat, the texting, the surfing, and the emergence of a new teenage sphere that is conducted digitally.

但是即使当这些叙述触及真正的担忧时, 它们也并没有真正反映日常青少年社交行为的主体: 在线聊天、发短信、上网冲浪以及一个通过数字方式进行的新青少年领域的出现。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含让步转折结构("But even when..."),主句带有否定("do not really reflect"),宾语部分有较长的并列列举("the online chat, the texting, the surfing, and the emergence of..."),且最后一个并列项自身还带有定语("that is conducted digitally");整句结构完整但层次较多,主干识别和成分划分对基础学习者有难度。

出处 2023年12月英语四级第3套 A段, 第3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 B2 52 词

"We did a study on paternity leave five years ago. Compared with those findings, these numbers were shocking to me. I did not expect 80% of people to say the organisation finds dads taking this leave acceptable and three-quarters to say it's equally supportive of women and men taking leave," Harrington said.

"我们五年前做过一项关于陪产假的研究。与那些研究结果相比, 这些数字让我感到震惊。我没有预料到80%的人会说组织认为父亲休产假是可接受的, 并且四分之三的人会说组织对男性和女性休产假的支持是同等的, " Harrington说。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含引语内的多重并列信息, 尤其是 "expect + 宾语 + to say" 后连续接两组比例和观点, 容易读乱。整体没有特别罕见的倒装或省略, 但信息链较长, 需要准确对应数字和观点。

出处 2023年12月英语四级第2套 F段, 第1句

[本句详情 →](#)

31 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 40 词

To maintain a serious hobby, people need to invest significant psychological resources, say the authors—so if the activity has the same kinds of demands as their work, they may be left exhausted and unable to perform well at their job.

作者称,要维持一项认真的爱好,人们需要投入大量的心理资源——因此,如果这项活动与他们的工作有相同种类的要求,他们可能会感到疲惫不堪,无法在工作中表现良好。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句含破折号插入语(say the authors),后接 if 条件句,条件句内有 the same...as 比较结构,主句结果部分用被动语态 be left 和并列的补足语;整体为中长句,结构层次较多但清晰。

出处 2023年12月英语四级第2套 第3段, 第2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:8/10 表达质量:9/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 31 词

A skilled backroom operator who speaks without a filter, Ecclestone said often that in his opinion, the sport was at its best when he was allowed to act as "a dictator."

一位说话直言不讳的熟练幕后操作者,埃克莱斯顿经常说,在他看来,这项运动在他被允许以“独裁者”身份行事时达到了最佳状态。

为什么难 · 结构难度 7/10

句首使用了同位语结构 (A skilled backroom operator...) 对主语 Ecclestone 进行修饰,且句中包含了插入语 "in his opinion" 以及状语从句的多层时间/条件嵌套,干扰了基础薄弱学生对主干的快速抓取。

出处 2023年6月英语四级第2套 B段, 第1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:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 49 词

Today, a greater and greater proportion of people living on the streets are there because of bad luck or a series of mistakes, or because the economy forgot them—they lost a job or were evicted(逐出) or fled an abusive marriage just as the housing market was growing increasingly unforgiving.

如今,越来越多流落街头的人之所以在那里,是因为运气不好或一系列错误,或者因为经济遗忘了他们——他们失去了工作、被驱逐或逃离了虐待性婚姻,而此时住房市场正变得越来越无情。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(50+ 词),包含多个并列原因状语、破折号插入的补充说明、三重并列谓语动词以及 just as 引导的时间状语;主干是 people are there,但前后修饰成分多,需拆解才能理清逻辑;对基础较差学生而言,定位主干和理顺并列关系有一定难度。

出处 2023年6月英语四级第3套 第3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:8/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 33 词

Not only can walking make you less depressed, but according to a new study, depression sufferers who took a daily walk showed just as much improvement in their symptoms as people taking medicine.

散步不仅能让你不那么抑郁,而且根据一项新的研究,每天散步的抑郁症患者在症状上的改善与服药的人一样多。

为什么难 · 结构难度 7/10

句首的 not only 引发部分倒装(can walking),后半句包含嵌套的定语从句和分词短语,以及 as...as 比较结构,多种句法成分交织;但主干相对清晰,嵌套层次不超过两层,对目标读者来说属于中等偏上难度。

出处 2023年6月英语四级第3套 第1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:8/10 典型性:7/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 35 词

Then, on race day, he watched as the cars rocketed out of a tunnel and went screaming toward a tight turn with the city's harbor and the Mediterranean Sea in the background framing the scene.

然后,在比赛日那天,他看着赛车从隧道中飞驰而出,尖叫着冲向一个急转弯,城市的海港和地中海在背景中构成了这一幕场景。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(32词),包含多层修饰:主句 + as引导的时间状语 + and并列结构 + with独立主格 + 现在分词短语后置,层次较多但逻辑清晰,主干 (he watched)明确,属于典型的英语长句但不算特别复杂的难句。

出处 2023年6月英语四级第2套 M段, 第1句

[本句详情](#)

36 词汇难度:5/10 结构难度:8/10 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 64 词

Carey's ambitious plan is two-fold: first, change the business model of Formula One, which he said was a "one-man show" under Ecclestone that had a largely narrow vision when it came to negotiating partnership deals; and second, alter the way fans experience the sport, both in person and remotely, so that connections between the audience and people within the series are easier to make.

凯里雄心勃勃的计划是双重的: 首先, 改变一级方程式的商业模式, 他称其在埃克萊斯頓领导下是“一人秀”, 在谈判合作协议时具有一个很大程度上狭窄的视野; 其次, 改变粉丝体验这项运动的方式, 无论是亲身还是远程, 以便观众和系列赛内人员之间的联系更容易建立。

为什么难 · 结构难度 8/10

句子很长, 含冒号展开、first/second 双重列举、多重修饰叠加, 还嵌套了 he said 的插入评论和 both...and、so that 等成分, 主干信息被层包裹, 定位不易。

出处 2023年6月英语四级第2套 F段, 第3句

[本句详情](#)

37 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 33 词

The revolutionary idea of a self-service grocery, where people could hunt and gather food from aisles rather than asking a clerk to fetch items from behind a counter, first came about in America.

自助杂货店的革命性想法——在那里人们可以从货架上自行寻找和拿取食物, 而不是让店员从柜台后面取商品——最早出现在美国。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(32词),包含多层修饰:介词短语 of a self-service grocery 作后置定语,where 引导的定语从句再嵌套 rather than 引导的对比结构, 还有 to fetch 不定式短语;主干虽简单但修饰层次多,需要仔细拆解才能完全理清逻辑关系

出处 2023年6月英语四级第2套 第2段, 第2句

38 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 39 词

One benefit of this change is that students will not fall victim to the "summer slide," or the well-documented phenomenon where students forget some of the knowledge they have acquired when too much time is taken off from school.

这一变化的一个好处是, 学生不会成为“暑期滑坡”的受害者, 或者说, 不会成为那种有充分记载的现象的受害者, 即当学生过多时间离开学校时, 他们会忘记一些已学到的知识。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句结构简单(One benefit is that...),但包含同位语解释(用破折号和 or)、where 引导的定语从句、被动语态的时间状语从句(when...is taken off)等多层修饰成分,句长适中但信息密集,需要仔细梳理各成分关系。

出处 2023年6月英语四级第2套 第2段, 第2句

[本句详情](#)

39 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 18 词

Teenagers comprise about half of the group, many of whom began lion dancing at the age of 14.

青少年构成了该群体的大约一半，其中许多人在14岁时开始舞狮。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句结构简单(主谓宾),但非限定性定语从句 "many of whom began..." 涉及部分指代和代词格的正确使用,需要理解 whom 的指代对象和逻辑层次;整体属于中等偏上的结构复杂度,适合长难句训练。

出处 2023年6月英语四级第3套 B段, 第3句

[本句详情](#)

40 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 B2 28 词

There is some debate about which was the very first, but over the years a consensus has built around King Kullen Supermarket, founded in New York in 1930.

关于哪个是第一个存在一些争论，但多年来围绕1930年在纽约成立的金·库伦超市已经形成了共识。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含 There is 结构、but 转折、“about which” 引导的从句、以及过去分词 founded 作后置定语;层次较多但主干清晰,属于中等偏上难度的复合句

出处 2023年6月英语四级第2套 第2段, 第3句

41 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 37 词

Second, once-public spaces, where people from diverse backgrounds used to come together, have increasingly become privatized, leading to a reduction in the number of public facilities available to all, and a reduced quality of life for many.

第二，曾经的公共空间，即不同背景的人们过去常常聚集的地方，已经越来越私有化，导致面向所有人的公共设施数量减少，以及许多人生活质量的下降。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(30+ 词),包含主句 + 定语结构(where 引导)+ 现在分词短语作结果状语(leading to)+ 两个并列宾语(a reduction... and a reduced quality...). 从句嵌套不深,但修饰成分多、层次较多,主干虽清晰(spaces have become privatized)但需剥离多个修饰层才能定位,结构难度中等偏上。

出处 2023年6月英语四级第1套 第3段, 第4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:7/10 表达质量:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 32 词

They can offer insight into the evolution of their own experience and knowledge, presenting themselves as more approachable and then they are more likely to inspire others to want to know more.

他们能够提供对自身经验和知识演变的深刻见解，展现自己更平易近人，然后他们更有可能激励他人想要了解更多。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子较长(26词),包含并列谓语(offer...and present...)、现在分词作伴随状语(presenting...)、多层不定式嵌套(inspire...to want to know),且逻辑连接(and then)串联因果关系,主干不难但信息层次较多。

出处 2023年6月英语四级第2套 第4段, 第5句

[本句详情](#)

43 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 23 词

Supermarkets have long been suffering as one of the thinnest-margined businesses in existence and one of the least-looked-forward-to places to work or visit.

超市长期以来一直是现存利润率最低的行业之一，也是最不令人期待去工作或参观的地方之一。

包含商业术语margin、高级短语动词look forward to，以及两个结构复杂的复合形容词thinnest-margined和least-looked-forward-to，对基础较差的学生有一定门槛，但核心词汇本身不算生僻

出处 [2023年6月英语四级第2套](#) [第1段, 第1句](#)

[本句详情](#) →

44 [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](#) [59 词](#)

Travis Bradberry, president at TalentSmart, explained in his post Why Smart People Act So Stupid that "Rational thinking and intelligence don't tend to go hand in hand. Intelligent people are more prone to silly mistakes because of blind spots in how they use logic. These blind spots exist because smart people tend to be overconfident in their reasoning abilities."

TalentSmart公司总裁Travis Bradberry在他的文章《为什么聪明人会做出如此愚蠢的行为》中解释道：“理性思考和智力往往不会携手并进。聪明人更容易犯愚蠢的错误，因为他们在运用逻辑方面存在盲点。这些盲点的存在是因为聪明人往往对自己的推理能力过于自信。”

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含多层信息嵌套:引用来源的同位语插入 + 间接引语 + that 引导的宾语从句 + because 引导的原因状语 + 嵌入式疑问句(in how they use logic);主干虽清晰但修饰成分多,需要一定的句法分析能力才能完整理解各层次关系。

出处 [2023年3月英语四级第1套](#) [第2段, 第1句](#)

45 [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](#) [35 词](#)

To turn carbon dioxide into stone, researchers with the CarbFix project pumped the gas into volcanic rock and sped up the natural process, in which the volcanic rock reacts with gas and forms carbon minerals.

为了将二氧化碳转化为石头，CarbFix项目的研究人员将气体泵入火山岩并加速了自然过程，在该过程中火山岩与气体反应并形成碳矿物。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含不定式目的状语、并列谓语动词、in which 引导的修饰成分等多层结构。主句主干是 researchers pumped...and sped up...,相对清晰,但句首的不定式和句末的 in which 部分增加了信息密度。对基础较差学生而言,识别主干和理清修饰关系需要一定功力。句长适中(30词左右),但信息量较大。

出处 [2023年3月英语四级第1套](#) [第1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 8/10](#) [表达质量 9/10](#) [综合推荐度 8/10](#) [CEFR C1](#) [24 词](#)

Firstly, the association cited changing diets, in particular, the switch to those low in calories, as a factor in the reduction of bread consumption.

首先，该协会引用了饮食变化，特别是转向那些低热量的饮食，作为面包消费减少的一个因素。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子包含插入语(in particular)和同位语(the switch to...),且同位语内部还有 those 指代和后置定语(low in calories),信息层次较多。主干不难(主谓宾结构),但插入和同位成分增加了定位难度,需多次回读才能理清层次。

出处 [2023年3月英语四级第1套](#) [第2段, 第1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 9/10](#) [综合推荐度 8/10](#) [CEFR C1](#) [33 词](#)

Keeping your name and joining it to your husband's through hyphenation is as legal as simply adopting his name or as simply keeping your own and leaving his out of the picture entirely.

保持你的姓氏并通过连字符将其与你丈夫的姓氏连接起来，与仅仅采用他的姓氏一样合法，或者与仅仅保留你自己的姓氏并完全不提及他的姓氏一样合法。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子主干为简单主系表结构,但主语为双动名词短语并列且内含指代关系,比较结构为三方平行(A as... as B or as C)且第二个 as 之后有省略,所有格多处省略,需追踪多层语义链条,对基础学习者有一定挑战。

出处 2023年3月英语四级第1套 F段, 第2句

本句详情 →

48 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:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 29 词

Whether your future husband insisting on your adopting his last name is a red flag to you or not, it is still something that you should take into consideration.

你未来的丈夫坚持要你采用他的姓氏对你来说是否是一个危险信号，这仍然是你应该考虑的事情。

为什么难 · 结构难度 7/10

句子长度适中但结构较复杂:开头是 whether 引导的名词性结构作主语,其中嵌套了动名词复合结构(your adopting his last name);主句使用形式主语 it,真正主语含定语从句;多层嵌套对基础较差学习者有一定挑战,但主干(it is something)清晰可辨。

出处 2023年3月英语四级第1套 I段, 第3句

本句详情 →

49 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:8/10 综合推荐度:8/10 CEFR C1 19 词

Hyphenating the last names could be a win-win solution should arguments arise about what name to adopt upon marriage.

在结婚时若出现关于采用什么姓氏的争论，使用连字符连接姓氏可能是一个双赢的解决方案。

为什么难 · 结构难度 7/10

主句结构简单(主系表),但包含一个倒装条件状语(should arguments arise),这是虚拟语气的高级用法,需要识别倒装和理解 should 的假设含义;动名词短语作主语、疑问词 + 不定式作宾语等名词化结构增加了理解难度;对不熟悉倒装和虚拟语气的学习者来说,句子主干不易把握。

出处 2023年3月英语四级第1套 第40题题干

本句详情 →

50 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:7/10 CEFR C1 25 词

Finding someone you're committed to outcompeting can be a great way to stay focused on your goals and push your venture to the next level.

找到一个你致力于超越的人可以是一种保持专注于你的目标并将你的事业推向更高水平的好方法。

为什么难 · 结构难度 7/10

主语是较长的动名词短语("Finding someone you're committed to outcompeting"),内嵌省略关系代词的定语成分,且谓语部分含并列不定式("to stay focused...and push..."),对基础较差的学习者而言需仔细分析主干,但无多层嵌套或倒装,难度中等偏上。

出处 2023年12月英语四级第2套 第2段, 第1句

本句详情 →

英语四级其他年份长难句榜单

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

2023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 2023 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 2023 年的 7 套真题卷；在列表里找到 2023 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

2023年英语四级长难句收录数据

该年已评估 559 句 整句六维逐项评分	年榜精选 50 句 结构+词汇难度排序	出处试卷 7 套 2023 年真题卷	评估维度 6 维 各 1-10 分
-----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

2023年英语四级长难句年榜从该年已完成整句六维评估的 559 个真题句中，按结构难度与词汇难度之和精选 50 句，出自 7 套真题卷。这 50 句的结构难度落在 6–8/10、词汇难度 5–7/10，句长 16–64 词（平均 34 词），CEFR 等级构成为 C1 43 句、B2 4 句、C2 3 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