

100 idiomatic language thông dụng trong IELTS Speaking theo chủ đề

Dưới đây là danh sách tổng hợp 100 idiomatic language phổ biến nhất, được phân loại chi tiết theo 4 chủ đề trọng tâm trong bài thi IELTS Speaking nhằm giúp người học dễ dàng ghi nhớ và áp dụng.

Chủ đề công việc

Trong các câu hỏi về nghề nghiệp và định hướng tương lai, việc vận dụng linh hoạt các cụm từ dưới đây sẽ giúp câu trả lời của bạn trở nên chuyên nghiệp và gây ấn tượng mạnh với giám khảo.

Idioms	Nghĩa	Ví dụ
Learn the ropes	Học việc, làm quen với công việc mới	It took me a month to learn the ropes at the new company. (Tôi mất một tháng để làm quen với công việc tại công ty mới.)
Get the sack	Bị sa thải	He got the sack for constantly being late. (Anh ấy bị sa thải vì liên tục đi muộn.)
Call it a day	Kết thúc công việc, nghỉ ngơi	We have been working for 8 hours, let's call it a day . (Chúng ta đã làm việc 8 tiếng rồi, hãy nghỉ ngơi thôi.)
Burn the midnight oil	Thức khuya để làm việc/học tập	I have to burn the midnight oil to meet the deadline. (Tôi phải thức khuya làm việc để kịp hạn chót.)
Work like a dog	Làm việc vô cùng chăm chỉ	She works like a dog to support her family. (Cô ấy làm việc cật lực để nuôi sống gia đình.)

Go the extra mile	Cố gắng vượt mức mong đợi	Our team always goes the extra mile to satisfy customers. (Đội ngũ của chúng tôi luôn cố gắng hết sức để làm hài lòng khách hàng.)
Pull one's weight	Đảm đương phần việc của mình	Everyone in the group project needs to pull their weight . (Mọi người trong dự án nhóm cần hoàn thành tốt phần việc của mình.)
Think outside the box	Suy nghĩ sáng tạo, đột phá	To solve this problem, we must think outside the box . (Để giải quyết vấn đề này, chúng ta phải suy nghĩ sáng tạo.)
Climb the corporate ladder	Thăng tiến trong công việc	He is working hard to climb the corporate ladder . (Anh ấy đang làm việc chăm chỉ để thăng tiến trong sự nghiệp.)
Bring home the bacon	Kiểm tiền nuôi gia đình	My father is the one who brings home the bacon . (Bố tôi là trụ cột tài chính trong gia đình.)
Bread and butter	Nguồn thu nhập chính	Selling clothes is her bread and butter . (Việc bán quần áo là nguồn thu nhập chính của cô ấy.)
Keep one's nose to the grindstone	Làm việc chăm chỉ, không ngừng nghỉ	You will succeed if you keep your nose to the grindstone . (Bạn sẽ thành công nếu tiếp tục làm việc chăm chỉ không ngừng.)

Get down to business	Bắt đầu vào việc chính	Stop chatting and let's get down to business . (Hãy ngừng tán gẫu và bắt đầu vào công việc chính thôi.)
Sweat blood	Đổ mồ hôi sôi nước mắt (làm việc vất vả)	I sweated blood to finish this report on time. (Tôi đã làm việc vô cùng vất vả để hoàn thành báo cáo này đúng hạn.)
A dead-end job	Công việc không có cơ hội thăng tiến	I quit because I didn't want to stay in a dead-end job . (Tôi nghỉ việc vì không muốn gắn bó với một công việc thiếu tiềm năng.)
Snowed under	Ngập đầu trong công việc	I am completely snowed under with paperwork right now. (Hiện tại tôi đang ngập đầu trong đống giấy tờ.)
Up to one's ears in work	Vô cùng bận rộn	I can't hang out today, I'm up to my ears in work . (Tôi không thể đi chơi hôm nay, tôi đang rất bận rộn với công việc.)
Be laid off	Bị cho nghỉ việc (thường do công ty khó khăn)	Many workers were laid off during the pandemic. (Nhiều công nhân bị cho nghỉ việc trong thời kỳ đại dịch.)
Get one's foot in the door	Bước đầu thâm nhập vào một ngành nghề/công ty	This internship will help me get my foot in the door . (Kỳ thực tập này sẽ giúp tôi có bước khởi đầu thuận lợi trong ngành.)
Roll up one's sleeves	Xắn tay áo lên làm việc	We have a lot to do, so let's roll up our sleeves . (Chúng ta có nhiều việc phải làm, nên hãy xắn tay áo lên bắt đầu thôi.)

Slack off	Lười biếng, làm việc chểnh mảng	If you slack off , you will miss the deadline. (Nếu lười biếng, bạn sẽ trễ hạn chót.)
Be one's own boss	Tự làm chủ (kinh doanh riêng)	I want to start a company and be my own boss . (Tôi muốn mở công ty và tự làm chủ kinh doanh.)
Off the clock	Hết giờ làm việc	Please don't call me about work when I am off the clock . (Xin đừng gọi tôi bàn công việc khi tôi đã hết giờ làm.)
A demanding job	Công việc đòi hỏi khắt khe	Nursing is a very demanding job . (Điều dưỡng là một công việc đầy áp lực và khắt khe.)
Show someone the ropes	Chỉ dẫn, đào tạo ai đó	The manager will show you the ropes on your first day. (Người quản lý sẽ chỉ dẫn công việc cho bạn vào ngày đầu tiên.)

Chủ đề tâm trạng, cảm xúc

Chủ đề cảm xúc luôn đòi hỏi sự tinh tế trong cách diễn đạt, và những thành ngữ sau đây sẽ giúp bạn truyền tải trọn vẹn mọi trạng thái tâm lý của bản thân.

Idioms	Nghĩa	Ví dụ
Over the moon	Vô cùng sung sướng, hạnh phúc	I was over the moon when I passed the exam. (Tôi vô cùng hạnh phúc khi thi đậu.)

On cloud nine	Vui sướng tột độ	She has been on cloud nine since she got engaged. (Cô ấy ngập tràn hạnh phúc kể từ lúc đính hôn.)
Jump for joy	Nhảy căng lên vì vui sướng	The children jumped for joy when hearing about the trip. (Bọn trẻ nhảy căng lên vì vui sướng khi nghe tin về chuyến đi.)
Down in the dumps	Buồn bã, chán nản	He's been feeling a bit down in the dumps lately. (Dạo này anh ấy cảm thấy hơi chán nản.)
Under the weather	Ồm nhẹ, mệt mỏi	I'm feeling a bit under the weather today, so I'll stay home. (Hôm nay tôi thấy hơi mệt mỏi nên sẽ ở nhà.)
Feeling blue	Cảm thấy u buồn	Listening to sad music makes me feel blue . (Nghe nhạc buồn khiến tâm trạng tôi trùng xuống.)
Drive someone up the wall	Làm ai đó phát điên, bực tức	That loud noise is driving me up the wall . (Tiếng ồn đinh tai nhức óc kia đang làm tôi phát điên.)
Make one's blood boil	Làm ai đó sôi máu, giận dữ	The way he treats animals makes my blood boil . (Cách anh ta đối xử với động vật khiến tôi vô cùng giận dữ.)
Get on one's nerves	Gây khó chịu, bực mình	Stop tapping the desk, you're getting on my nerves . (Đừng gõ bàn nữa, bạn đang làm tôi bực mình đấy.)

Butterflies in one's stomach	Bồn chồn, hồi hộp (thường trước sự kiện lớn)	I had butterflies in my stomach before the job interview. (Tôi cảm thấy bồn chồn trước buổi phỏng vấn xin việc.)
On edge	Căng thẳng, dễ nổi cáu	She's been on edge waiting for the test results. (Cô ấy luôn căng thẳng trong lúc chờ kết quả thi.)
Out of sorts	Thấy khó chịu, không khỏe trong người	I felt slightly out of sorts after the long flight. (Tôi cảm thấy hơi khó chịu sau chuyến bay dài.)
Thrilled to bits	Rất hài lòng và phấn khích	I'm thrilled to bits with my new car. (Tôi cực kỳ phấn khích với chiếc xe ô tô mới.)
At the end of one's tether	Hết kiên nhẫn, không chịu đựng nổi nữa	Dealing with these complaints has put me at the end of my tether . (Việc giải quyết những lời phàn nàn này khiến tôi kiệt sức và hết kiên nhẫn.)
Hot under the collar	Tức giận, bổi rối	He got hot under the collar when they criticized his work. (Anh ấy trở nên bực tức khi họ chỉ trích sản phẩm của mình.)
Tear one's hair out	Lo lắng, bứt rứt tận độ	I was tearing my hair out trying to fix the computer. (Tôi bứt rứt tận độ khi cố gắng sửa máy tính.)
In high spirits	Vui vẻ, phấn chấn	Everyone was in high spirits at the party. (Mọi người đều vô cùng phấn chấn tại bữa tiệc.)

Scared stiff	Sợ cứng người, khiếp sợ	I am scared stiff of snakes. (Tôi sợ cứng người khi nhìn thấy rắn.)
Shake like a leaf	Run rẩy (vì sợ hoặc lạnh)	He was shaking like a leaf before giving the speech. (Anh ấy run rẩy vì lo lắng trước khi phát biểu.)
Green with envy	Ghen tị ra mặt	My colleagues were green with envy when I got the promotion. (Đồng nghiệp vô cùng ghen tị khi tôi được thăng chức.)
A weight off one's shoulders	Trút bỏ được gánh nặng	Passing the exam was a massive weight off my shoulders . (Vượt qua bài kiểm tra giúp tôi trút bỏ được gánh nặng lớn.)
Look on the bright side	Nhìn vào mặt tích cực	Even when things go wrong, try to look on the bright side . (Ngay cả khi mọi chuyện tồi tệ, hãy cố gắng nhìn vào mặt tích cực.)
Keep a cool head	Giữ bình tĩnh	You must keep a cool head in emergencies. (Bạn phải giữ bình tĩnh trong các tình huống khẩn cấp.)
Head over heels	Yêu say đắm	They fell head over heels in love. (Họ đã yêu nhau say đắm.)
Walk on air	Lâng lâng hạnh phúc	After winning the competition, I felt like I was walking on air . (Sau khi chiến thắng cuộc thi, tôi cảm thấy lâng lâng hạnh phúc.)

Chủ đề cuộc sống, xã hội

Đối với các chủ đề về đời sống thường nhật hay các hiện tượng xã hội, kho tàng idiomatic language dưới đây sẽ là công cụ đắc lực để bạn mở rộng ý tưởng một cách tự nhiên.

Idioms	Nghĩa	Ví dụ
Cost an arm and a leg	Rất đắt đỏ	This designer bag costs an arm and a leg . (Chiếc túi hàng hiệu này đắt đỏ vô cùng.)
Once in a blue moon	Rất hiếm khi	I only go to the cinema once in a blue moon . (Tôi rất hiếm khi đến rạp chiếu phim.)
A piece of cake	Rất dễ dàng	The math test was a piece of cake . (Bài kiểm tra toán vô cùng dễ dàng.)
Spill the beans	Tiết lộ bí mật	Come on, spill the beans ! What did he say? (Thôi nào, hãy tiết lộ bí mật đi! Anh ta đã nói gì?)
Beat around the bush	Vòng vo tam quốc	Stop beating around the bush and tell me the truth. (Đừng vòng vo nữa và hãy nói cho sự thật.)
Blessing in disguise	Trong cái rủi có cái may	Losing that job was a blessing in disguise because I found a better one. (Việc mất công việc đó hóa ra lại là điều may mắn vì tôi đã tìm được chỗ tốt hơn.)
Hit the nail on the head	Nói trúng phóc, hoàn toàn chính xác	You hit the nail on the head with that statement. (Câu nói của bạn hoàn toàn chính xác.)
Bite the bullet	Cắn răng chịu đựng, dũng cảm đối mặt	I hate going to the dentist, but I'll have to bite the bullet . (Tôi ghét đi nha sĩ, nhưng đành phải cắn răng đi thôi.)

Break the ice	Phá vỡ bầu không khí ngưng ngưng	Telling a joke is a good way to break the ice . (Kể chuyện cười là một cách hay để phá vỡ sự ngưng ngưng ban đầu.)
Cut corners	Đi tắt đón đầu, làm ẩu để tiết kiệm thời gian/tiền bạc	Don't cut corners when building a house. (Đừng làm ẩu hoặc bớt xén vật liệu khi xây nhà.)
Let the cat out of the bag	Vô tình tiết lộ bí mật	We planned a surprise party, but my brother let the cat out of the bag . (Chúng tôi lên kế hoạch tổ chức tiệc bất ngờ, nhưng em trai tôi đã vô tình nói ra.)
Miss the boat	Bỏ lỡ cơ hội	If you don't apply now, you will miss the boat . (Nếu không nộp đơn ngay bây giờ, bạn sẽ bỏ lỡ cơ hội.)
See eye to eye	Hoàn toàn đồng tình với ai đó	My parents and I don't always see eye to eye . (Bố mẹ và tôi không phải lúc nào cũng đồng quan điểm.)
Take with a grain of salt	Không hoàn toàn tin tưởng, nghe có chọn lọc	You should take his advice with a grain of salt . (Bạn nên tiếp nhận lời khuyên của anh ta một cách có chọn lọc.)
A drop in the ocean	Hạt muối bỏ bể (quá ít)	My donation is just a drop in the ocean compared to what is needed. (Khoản tiền góp của tôi chỉ như hạt muối bỏ bể so với những gì cần thiết.)
Barking up the wrong tree	Tìm sai chỗ, trách lầm người	If you think I took your money, you are barking up the wrong tree . (Nếu bạn nghĩ tôi lấy tiền, bạn đã nghi ngờ nhầm người rồi.)

Don't judge a book by its cover	Đừng trông mặt mà bắt hình dong	The restaurant looks shabby, but the food is great. Don't judge a book by its cover. (Nhà hàng trông tồi tàn nhưng đồ ăn rất ngon. Đừng đánh giá mọi thứ qua vẻ bề ngoài.)
Add insult to injury	Thêm dầu vào lửa	To add insult to injury , my car broke down on the way home. (Càng xui xẻo hơn, xe ô tô của tôi bị hỏng trên đường về nhà.)
The best of both worlds	Tận hưởng lợi ích từ cả hai phía	Working from home offers the best of both worlds . (Làm việc tại nhà mang lại lợi thế từ nhiều khía cạnh.)
Steal someone's thunder	Giành sự chú ý của ai đó, nẫng tay trên	I kept quiet about my pregnancy so as not to steal her thunder at the wedding. (Tôi giữ kín chuyện mang thai để không chiếm mất sự chú ý của cô ấy trong lễ cưới.)
Throw caution to the wind	Liều lĩnh, làm việc bất chấp rủi ro	He threw caution to the wind and invested all his money in stocks. (Anh ta đánh liều đầu tư toàn bộ số tiền vào chứng khoán.)
Sit on the fence	Lưỡng lự, trung lập, không nghiêng về bên nào	You can't sit on the fence forever, you must make a decision. (Bạn không thể cứ lưỡng lự mãi, bạn phải đưa ra quyết định.)
The elephant in the room	Vấn đề rõ ràng nhưng mọi người đều né tránh	We need to discuss the elephant in the room : our budget deficit. (Chúng ta cần đối mặt với vấn đề nan giải hiện tại: sự thâm hụt ngân sách.)

A piece of the pie	Một phần lợi nhuận/thành quả	Everyone wants a piece of the pie when the business becomes successful. (Khi doanh nghiệp thành công, ai cũng muốn chia sẻ phần lợi nhuận.)
Go with the flow	Tùy cơ ứng biến, thuận theo tự nhiên	When traveling, I prefer to just go with the flow rather than planning everything. (Khi đi du lịch, tôi thích trải nghiệm tự nhiên hơn là lên kế hoạch chi tiết cho mọi thứ.)

Chủ đề học tập

Nhằm giúp người học tự tin chinh phục các nhóm câu hỏi thuộc chủ đề giáo dục và môi trường học thuật, hãy lưu ngay danh sách các cụm từ đắt giá sau đây để đa dạng hóa từ vựng bài nói.

Idioms	Nghĩa	Ví dụ
Hit the books	Bắt tay vào việc học, cắm đầu vào học	The exam is next week, I need to hit the books . (Kỳ thi sẽ diễn ra vào tuần tới, tôi cần phải tập trung học thôi.)
Pass with flying colors	Đạt điểm cao, đỗ xuất sắc	She passed the final exam with flying colors . (Cô ấy vượt qua bài thi cuối kỳ với số điểm xuất sắc.)
Learn by heart	Học thuộc lòng	We had to learn the poem by heart . (Chúng tôi phải học thuộc lòng bài thơ.)
Bookworm	Mọt sách (người rất thích đọc sách)	My sister is a real bookworm ; she reads every day. (Em gái tôi đúng là một con mọt sách; em ấy đọc sách mỗi ngày.)

Teacher's pet	Học trò cưng của giáo viên	He is the teacher's pet because he always answers correctly. (Cậu ấy là học trò cưng vì luôn trả lời đúng câu hỏi.)
Cram for an exam	Học nhồi nhét trước kỳ thi	It's not a good idea to cram for an exam at the last minute. (Học nhồi nhét vào phút chót không phải là ý kiến hay.)
Skip class	Cúp học, trốn tiết	Some students skip class to play video games. (Một vài học sinh trốn tiết để chơi trò chơi điện tử.)
Drop out of school	Bỏ học giữa chừng	He dropped out of school to start his own business. (Anh ấy bỏ học để tự kinh doanh.)
Sail through an exam	Vượt qua bài kiểm tra một cách dễ dàng	Thanks to his hard work, he sailed through the exam . (Nhờ chăm chỉ, anh ấy vượt qua bài kiểm tra vô cùng dễ dàng.)
Brainstorm	Động não, suy nghĩ ý tưởng	We need to brainstorm ideas for the new project. (Chúng ta cần động não suy nghĩ ý tưởng cho dự án mới.)
Put one's thinking cap on	Tập trung suy nghĩ để giải quyết vấn đề	Let me put my thinking cap on and figure this out. (Để tôi tập trung suy nghĩ và giải quyết vấn đề này.)
Brush up on	Ôn tập lại kiến thức	I need to brush up on my French before traveling to Paris. (Tôi cần ôn lại tiếng Pháp trước khi đi du lịch Paris.)

Pick someone's brain	Đặt câu hỏi để tham khảo ý kiến chuyên gia	Can I pick your brain about this math problem? (Tôi có thể nhờ bạn hướng dẫn giải bài toán này không?)
Draw a blank	Trống rỗng, không nhớ ra điều gì	I tried to remember his name, but I drew a blank . (Tôi cố nhớ tên anh ấy nhưng trong đầu lại trống rỗng.)
Make the grade	Đạt đủ tiêu chuẩn, đủ điểm yêu cầu	If you want to enter university, you have to make the grade . (Nếu muốn vào đại học, bạn phải đạt đủ điểm chuẩn.)
Pull an all-nighter	Thức trắng đêm để học/làm việc	I had to pull an all-nighter to finish my essay. (Tôi phải thức trắng đêm để viết xong bài luận.)
Catch up on	Bắt kịp, học bù phần kiến thức bị thiếu	I missed three lessons, so I have a lot to catch up on . (Tôi đã nghỉ ba buổi học nên có rất nhiều kiến thức cần học bù.)
Fall behind	Tụt hậu, học kém đi so với bạn bè	He was sick for a week and fell behind in his studies. (Cậu bé bị ốm một tuần và đã tụt hậu trong học tập.)
Figure out	Tìm ra câu trả lời, hiểu ra vấn đề	It took me hours to figure out the solution. (Tôi mất nhiều giờ đồng hồ mới tìm ra cách giải quyết.)
Hand in	Nộp bài tập	Don't forget to hand in your assignments tomorrow. (Đừng quên nộp bài tập vào ngày mai nhé.)

Copycat	Người hay sao chép bài của người khác	Nobody likes a copycat in exams. (Không ai thích những kẻ chép bài trong phòng thi.)
Know something inside out	Hiểu rất tường tận, biết rõ ngọn ngành	After reading the book three times, I know it inside out . (Sau khi đọc quyển sách ba lần, tôi đã nắm rõ từng chi tiết trong đó.)
Read between the lines	Hiểu được ẩn ý, hàm ý sâu xa	You have to read between the lines to understand the poem's true meaning. (Bạn phải tìm hiểu hàm ý sâu xa mới thấu hiểu được ý nghĩa thực sự của bài thơ.)
Rack one's brain	Vất óc suy nghĩ	I've been racking my brain trying to remember the password. (Tôi đã vất óc suy nghĩ để cố nhớ ra mật khẩu.)
Sum up	Tóm lược, tổng kết lại	To sum up , the main cause of the problem is pollution. (Tóm lại, nguyên nhân chính của vấn đề là sự ô nhiễm.)