

升级版日常英语口语

★  
零基础  
英语口语  
入门必备  
★

每天10分钟

# 日常英语口语

金利◎主编

【美】Matthew Trueman Charis Anderson ◎审校

英语口语 一本搞定

附赠全书  
外教朗读光盘

- 海量实用生活场景，马上开口说英语
- 必备日常英语关键词，掌握核心词汇
- 地道日常情景高频句，一句顶一万句
- 真实日常情景对话，轻松跟老外聊天
- 精选电影美剧对白，原汁原味用英语

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

升级版日常英语口语

每天10分钟  
日常英语口语

金利◎主编

· 【美】Matthew Trueman Charis Anderson ◎审校



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

每天10分钟日常英语口语/金利主编. —北京:  
化学工业出版社, 2015.8  
ISBN 978-7-122-24503-8

I. ①每… II. ①金… III. ①英语-口语  
IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第149840号

---

责任编辑: 马 骄 梁郁菲  
责任校对: 程晓彤

装帧设计: 尹琳琳

---

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)  
印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司  
710mm×1000mm 1/16 印张20 字数412千字 2016年1月北京第1版第1次印刷

---

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899  
网 址: <http://www.cip.com.cn>  
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

---

定 价: 42.80元

版权所有 违者必究

本书以时下更实用、更热门的话题为切入点，针对英语学习中出现频率最高的场景，为大家示范更地道的英文表达，让大家开口就会说简单、地道的日常英语，从此彻底告别“开不了口”的困态！

本书在细数真实场景关键句的同时，更加注重从场景词汇和场景小对话的角度夯实读者最基本的英语基础知识，在同一个主题下发散式地为大家奉上极具辐射性的相关表达，丰富大家的句库和口语词汇，达到举一反三的学习效果，为读者打造一口准确地道的流利美语。

本套丛书共有日常、商务、旅游三个分册，供读者有目的地选择学习。《每天10分钟日常英语口语》专为对日常口语有需求的学习者量身定制，特色如下。

● 超过1000句日常无死角场景句！统统在这里！

本书包含了74个美国人生活中更常见、更实用的高频场景话题，从居家会话、日常打招呼、接打电话到表达自己的情感、逛街购物、外出就餐，甚至到医院看病都应有尽有。所选句子精准、地道，总能找到你最需要的那一句，如：

- ✓ 我要去遛狗。I'm going to walk the dog.
- ✓ 天下起了瓢泼大雨。It rains cats and dogs.
- ✓ 我想做一个新指甲。I want a new manicure.
- ✓ 我很挑食。I'm choosy.
- ✓ 我要挂号。I'd like to make an appointment.

● 450组地道美语小对话！彻底摆脱NG尴尬！

为你全面搜罗地道的实用场景小对话和1000个场景词。无论是谈论日常热点话题还是日常表达，都是出自美国人日常生活中使用的高频率口语。更有流行美剧和英语大片的精彩对白，为你还原真实使用语境，让你学到更实用、更地道的日常口语。

## ● 渐进式学习，每阶段都学有所获！

每个小节的内容安排由点及面、循序渐进，读者可以按照章节栏目安排的顺序慢慢学习，也可以根据实际的需求跳跃式查阅，无论哪种学习方式，都会让你学有所获。具体栏目设置如下。

### 【OOPS! NG 场景！】

更地道、更好用的日常英语场景必备句让你一句话告别哑巴英语。

### 【不NG必备词】

给出每个主题相关的日常英语必备词，海量日常英语词汇尽在掌握。

### 【不NG必备句】

给出每个主题下细分场景的经典必备句，有了这些句子，从此不再无话可说。

### 【不NG实景对话】

将主题下使用的高频句置入实用日常英语场景，通过经典对话助你提升英语口语水平。

### 【像老外一样张口即来】

有针对性地从影视剧中甄选出地道的日常英语实景长对话，让读者体味最原汁原味的地道英语。

小伙伴们马上开口说日常口语的机会来了！轻松有趣，又接地气的地道场景英语在这里！一起学起来吧！

编者

## Chapter 1 从早到晚 .....001

- Unit 1 起床喽, 太阳晒屁股了——睡醒起床 ..... 001
- Unit 2 把自己收拾一下, 让世界多看你一眼——早晨洗漱 ..... 006
- Unit 3 你好, 全世界——出门离家 ..... 010
- Unit 4 小问候里有大学问——日常问候 ..... 014
- Unit 5 家务大作战——整理家务 ..... 018
- Unit 6 热水器又坏了——家庭故障和维修 ..... 022
- Unit 7 终于到家了——晚上到家和吃晚餐 ..... 026
- Unit 8 睡前准备很重要——睡觉前 ..... 030

## Chapter 2 居家消费 .....034

- Unit 1 不买贵的, 只买对的——日常购物 ..... 034
- Unit 2 讲价也是一种本事——讨价还价和付款 ..... 038
- Unit 3 东西不满意, 退了吧——售后和退换货 ..... 042
- Unit 4 房子那些事儿——买房和租房 ..... 046
- Unit 5 家庭财政大事——日常花销和理财 ..... 050
- Unit 6 我要挂失——在银行 ..... 054

## Chapter 3 休闲娱乐 .....058

- Unit 1 爱我就陪我——看电影 ..... 058
- Unit 2 萌妹子变身气场麦霸——疯狂K歌 ..... 063
- Unit 3 土豆沙发一族——看电视 ..... 067
- Unit 4 不眠狂欢夜——看体育比赛 ..... 072
- Unit 5 全民大狂欢——疯狂派对 ..... 076
- Unit 6 那些特别的日子——节日和纪念日 ..... 080
- Unit 7 此时, 放空自己——周末和假期 ..... 084

## Chapter 4 社交生活 .....088

- Unit 1 嗨, 又见面了——见面打招呼 ..... 088
- Unit 2 你太厉害了——社交客套话 ..... 092

Unit 3	你来和我往——邀请和拜访	096
Unit 4	有空常来——道别辞行	100
Unit 5	喂！你是——接打电话	103
Unit 6	沉鱼落雁，闭月羞花——描述外貌	107
Unit 7	大脾气遇上好性子——描述性格	112

## Chapter 5 饕餮美食 ..... 116

Unit 1	厨房欢乐多——烹饪大餐	116
Unit 2	洗洗刷刷——收拾厨房	121
Unit 3	嗜甜还是喜辣——饮食喜好	125
Unit 4	下馆子喽——外出就餐	129
Unit 5	美食鉴赏中——用餐中、餐厅服务	134
Unit 6	餐后有话说——用餐后	138
Unit 7	煎饼果子或KFC——快餐英语	142
Unit 8	畅饮的欢乐——酒吧狂欢	146
Unit 9	文艺青年扎堆儿地——咖啡馆	150

## Chapter 6 闲聊时刻 ..... 154

Unit 1	嘴边的娱乐——聊八卦	154
Unit 2	最流行——聊时尚	159
Unit 3	有一种蓝叫APEC蓝——谈论天气和环境	163
Unit 4	你喜欢什么歌——聊音乐	167
Unit 5	一缕书香伴——谈阅读	171
Unit 6	不是玩具，是家人——晒萌宠	175
Unit 7	将瞬间变永恒！——时尚美拍	179

## Chapter 7 美丽秘笈 ..... 183

Unit 1	面子问题很重要！——护肤保养	183
Unit 2	“妆”出来的美丽——美妆英语	188
Unit 3	美在举手投足间——美发和美甲	192
Unit 4	悄然无息变美人——微整形	196
Unit 5	网络，我无法独活——网络达人	200

Unit 6	人鱼线、马甲线，你有吗——健身达人	204
Unit 7	我要瘦瘦瘦——减肥瘦身	208

## ▶ Chapter 8 观点情绪 ..... 212

Unit 1	幸福就是泪点很高，笑点很低——开心和难过	212
Unit 2	找点乐子吧——无聊和厌恶	217
Unit 3	被吓破胆儿啦——惊吓和恐惧	221
Unit 4	我怒啦！离我远点儿——生气、愤怒	225
Unit 5	你好，我叫不紧张——紧张、焦虑	230
Unit 6	帮我这么大忙，感激不尽啊——感激、感谢	234
Unit 7	信还是不信，这是一个问题——相信和怀疑	238
Unit 8	同意还是反对，太纠结——同意和反对	242
Unit 9	元芳，此事你怎么看——建议意见	247
Unit 10	道歉怎么说出口？——道歉和解	252

## ▶ Chapter 9 爱情婚姻 ..... 256

Unit 1	单身亦是一种生活方式——单身和约会	256
Unit 2	可以请你喝一杯吗——暗恋和搭讪	260
Unit 3	甜蜜热恋中——火热恋爱	264
Unit 4	愿意和我共度余生吗——求爱和求婚	269
Unit 5	许下爱的承诺——订婚和结婚	273
Unit 6	爱的见证——怀孕生子	277
Unit 7	恋爱中的谎言——撒谎和被骗	281
Unit 8	当爱情走到尽头——吵架、分手	285

## ▶ Chapter 10 健康医疗 ..... 290

Unit 1	我浑身无力——身体不适	290
Unit 2	要看病先挂号——挂号诊治	294
Unit 3	哪里不舒服——描述病情	298
Unit 4	好点儿了吗——看望病人	302
Unit 5	寻医后要问药——药店拿药	306





# Chapter 1

## 从早到晚

### Unit 1

## 起床喽，太阳晒屁股了——睡醒起床

### OOPS! NG 场景!

总算熬到周末，不用再早早上班或上学了，这简直是人生最幸福的时光了！赖在被窝不想起床，不知不觉都快中午了，还能睡得下去吗？

### 一句话告别 NG

常常立志要做一个早睡早起的人，不止一次跟自己说“我要做个早起的人”，可是为啥每次都办不到呢？用英语说这句话就是：

**I want to be a morning person.**

### 不 NG 必备词

wake up 醒来

hit the deck 起床

sleepyhead 懒虫

alarm clock 闹钟

drowsy 昏昏欲睡的

sleepy 困倦的

brunch 早午餐

get up 起床

out of bed 起床

snooze button (闹钟的)贪睡按钮

nightmare 噩梦

yawn 哈欠

snore 打呼噜

living room 起居室



## 不NG必备句

### 起床进行时

叫别人起床也有多样的表达！你可以这样说。

- It's time to get up! / It's time to wake up!  
该起床了！
- Get your butt out of bed now.  
马上给我起来。
- Stop laying around in your bed, sleepyhead!  
快起来，懒虫！
- Wakey, wakey, children.  
起床了，孩子们。
- Rise and shine; hit the deck. We're burning daylight.  
该起床啦。快起床啦。不要浪费时间啦。

### 起床磨蹭中

没睡醒，是不是特别不想起床呢？虽然被人叫醒，但还是磨蹭半天，给出各种“神一般”的理由。

- Can I sleep more?  
我能多睡一会儿吗？
- I'm still sleepy. / I'm still drowsy.  
我还困着呢。
- I'm still yawning.  
我还打哈欠呢。
- I am not an early bird.  
我不是一个早起的人。
- I hate getting up early in the morning.  
我讨厌早起。

### 起床问候

好不容易早起了，问候一下家人睡得如何吧！这时你可以说。

- Did you sleep well?  
睡得好吗？
- How did you sleep last night?  
昨晚睡得怎么样？
- You're a sound sleeper, aren't you?  
你是不是睡得很好啊？

- I slept like a baby last night.

昨晚我睡得很好。

### 埋怨睡得不好

整个晚上都辗转反侧，难以入睡，实在是太痛苦了，起床后就想吐槽了吧！

- I was dreaming all night.  
我一晚上都在做梦。
- I had a nightmare.  
我做了个噩梦。
- Well, another sleepless night thanks to your snoring.  
拜你打呼噜所赐，我一晚上又没睡好。

### 不同睡眠习惯的人

a morning person	习惯早起的人
a night person	习惯晚睡的人
a night owl	夜猫子
heavy sleeper	睡得很沉的人
light sleeper	睡得很浅的人



### 不NG实景对话

- Did the alarm go off?

闹钟响了吗？

A: Oh no! It's 8:30 am. Did the alarm go off?

噢，不！已经8:30了！闹钟响了吗？

B: Yes, you must have hit the snooze button.

是的，你肯定是把闹铃的贪睡按钮给摁下去了。

**还可以说** Did you hear the alarm?

听到闹钟了吗？

Was the alarm set?

你设置闹钟了吗？

- You're finally out of bed.

你终于起床了。

A: Oh, you're finally out of bed.

噢，你终于起床了。

B: I know, I slept in.

我知道，我睡过头了。

**还可以说** You're finally up. 你终于醒了。  
You finally got up. 你终于起床了。

● **Can you shut off the alarm clock?**

**你能关掉闹钟吗?**

A: Can you shut off the alarm clock? I'm trying to sleep.  
能关掉闹钟吗? 我想睡会儿。

B: Sorry, just five more minutes.  
抱歉, 只能再睡5分钟。

**还可以说** Would you turn off the alarm clock?  
Can you hit the snooze?

● **I overslept!**

**我睡过头儿了。**

A: What time is it?  
几点了?

B: Uh, 9:00.  
呃, 9点。

A: Oh my God! I overslept!  
天啊, 我睡过头了!

**还可以说** I slept in!  
I slept late!

● **If I had gotten up ten minutes earlier, I wouldn't miss the breakfast.**

**要是早起10分钟, 我就不会错过早餐了。**

A: Did you eat breakfast?  
你吃早餐了吗?

B: If I had gotten up ten minutes earlier, I wouldn't miss the breakfast.  
要是早起10分钟, 我就不会错过早餐了。

● **I'm a night owl.**

**我是个夜猫子。**

A: Wow, are you still up?  
哇, 你还没睡呢?

B: Yeah, I'm a night owl.  
是啊, 我是个夜猫子。



## 像老外一样张口即来

### 情景对话

Fred: **Wake up!**

Jane: I just had the strangest dream.

Fred: It wasn't a dream... Sweetie.

Jane: Fred? Why do I feel bloated? My God. You sent me to hell?

Fred: Relax. Your soul entered a recently vacated vessel. Your old body...

Jane: No, No, no. I'm going back to sleep, and when I wake up...

Fred: Her name... now your name is Jane.

Jane: This doesn't work for me. I've never been more than a size 2, and that's only 'cause of the freshman, which is why I quit community college. So, who do I have to talk to?

Fred: Look on the bright side... You're alive. And not only do you get Jane's body, but you get her brains, too. Her I.Q. is off the charts.

佛瑞德：**醒醒!**

简：我刚刚做了个超怪的梦。

佛瑞德：那不是梦……亲爱的。

简：佛瑞德？我怎么觉得肿肿的。我的天！你送我下地狱了吗？

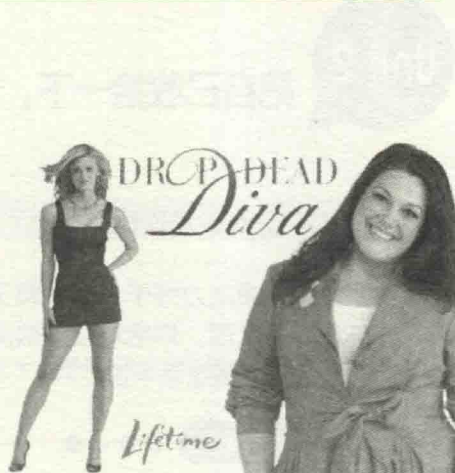
佛瑞德：放轻松！你的灵魂进入了一个刚空出来的躯壳。你原本的身体……

简：不不不！我要继续睡，等我醒来之后……

佛瑞德：她的名字……，现在也是你的名字，叫作简。

简：这样不行！我身材从来没有超过2号，最重的时候，是因为大学压力大。所以我才休学。我应该找谁申诉？

佛瑞德：往好的方面想……你还活着，而且你不只有简的身体，还有她的脑子，她的智商出奇的好。



——《美女上错身》(Drop Dead Diva)



## Unit 2

### 把自己收拾一下，让世界多看你一眼——早晨洗漱



#### OOPS! NG 场景!

费了九牛二虎之力终于从床上爬了起来，是不是还没睡醒呢？赶紧去洗脸刷牙吧，一阵洗刷刷之后，你绝对会头脑清醒了。你是那种一起床就会立刻洗脸刷牙的人吗？还是会磨磨蹭蹭慢半拍呢？

#### 一句话告别 NG

如果你有一起床就立刻洗漱的习惯就要保持啦！“我一起床就刷牙”用英语说就是：

**As soon as I get up, I brush my teeth.**



#### 不 NG 必备词

toothpaste 牙膏

wash one's face 洗脸

put on the soap 抹香皂

shower gel 沐浴露

shampoo 洗发露

foaming cleanser 泡沫洗面奶

shower nozzle 喷头

soap 香皂

take a shower 洗澡

electric toothbrush 电动牙刷

brush teeth 刷牙

comb one's hair 梳头发

bathtub 浴缸

conditioner 护发素

body lotion 润肤露

water heater 热水器

have a bath 洗澡

bathroom 浴室



#### 不 NG 必备句

##### 洗漱必备用句

早上起床的第一件事情就是要刷牙、洗脸了，相关的表达有。

- I barely had time to wash my face.

我几乎没有时间洗脸。

- I wash my face with mild cleanser.

我用温和的洗面奶洗脸。

- I usually brush teeth twice a day.  
我一般每天刷2次牙。
- I have to clean my face.  
我得去洗洗脸。
- I have to brush my hair.  
我得梳梳头发。
- I forgot to brush my teeth.  
我忘记刷牙了。

### 使用洗手间

洗手间绝对是早上起床时必用的，使用洗手间时都有哪些相关的表达呢？一起来看吧。

- Is this occupied?  
有人吗？
- I want to go to the wash room.  
我要去洗手间。
- Someone's in here.  
里面有人。
- Just a minute, please.  
请等一下。

### 冲澡

早晨起来，如果你的时间充裕的话冲个澡也是不错的选择，它能让你一整天都精神焕发！

- It takes less than 5 minutes for me to take a shower.  
我不到5分钟就可以冲个澡。
- I want to take a warm shower.  
我想冲个热水澡。
- I was too late to take a shower this morning.  
今天早上我没有时间冲澡了。
- I'd rather sleep more if I have time for taking a shower.  
如果我有时间冲澡，我宁愿多睡一会儿。

### 各种各样的口腔异味

- |               |             |
|---------------|-------------|
| bad breath    | 口臭          |
| garlic breath | 口中的蒜味       |
| onion breath  | 口中的洋葱味      |
| coffee breath | 喝咖啡后口中留下的味道 |



不NG实景对话

- **Did you brush your teeth? 你刷牙了吗?**

A: I'm leaving for work.  
我去上班了。

B: Did you brush your teeth?  
你刷牙了吗?

还可以说 Are your teeth brushed?

- **I have to go wash my face. 我得洗脸了。**

A: You finally got up.  
你终于起来了。

B: Yeah, I have to go wash my face.  
是啊，我得洗脸了。

- **You have a bad breath. 你的口气不好闻。**

A: You have a bad breath.  
你的口气不好闻。

B: Yes, I will eat a breath mint.  
是的，我要吃个薄荷口香糖。

单词点睛 mint 薄荷糖

- **Make your bed. 把床收拾好。**

A: OK, honey, I'm ready to go.  
好了，亲爱的，我准备走了。

B: Not quite. Make your bed.  
先别走，把床收拾好。

还可以说 Make up the bed.

- **Hurry up and get dressed. 快把衣服穿好。**

A: When are we leaving?  
我们什么时候出发?

B: In ten minutes. Hurry up and get dressed.  
10分钟以后。快把衣服穿好。

还可以说 Hurry up and change your clothes.

You need to get dressed in a hurry.

- **I have to comb my hair. 我得梳梳头发。**

A: Are you ready to go?  
你准备好走了吗?



B: I have to comb my hair.

我得梳梳头发。

单词点睛 comb 梳头发



### 像老外一样张口即来

#### 情景对话

Dexter: Where are you going?

EmmA: **I'm just gonna go brush my teeth.**

You know, booze and fags and...

Dexter: I don't mind.

EmmA: I do. Listen, won't be a minute. No playing with yourself while I'm gone.

Dexter: What?

EmmA: All right, concentrate. Concentrate. Do not cock this up! Oh, you're going?

Dexter: Well, it's getting light out, so I thought I could just...

EmmA: You should go if you want to go. It's very poignant.

Dexter: Really I just thought you might wanna get some sleep. I don't have to go.

EmmA: No, no, go. I'm not bothered. Sneak off.

德克斯特: 你上哪儿去?

艾玛: **我就是去刷个牙。**你知道,烈酒、香烟那些味道……

德克斯特: 我不介意的。

艾玛: 我介意。听着,一下就好,我不在的时候可不许自个儿玩哦。

德克斯特: 什么鬼东西?

艾玛: 没事的,集中注意力,冷静别搞砸了!噢,你这就要走了?

德克斯特: 那个,天快亮了,所以我想我应该……

艾玛: 你想走就走吧,只是有点伤人罢了。

德克斯特: 我只是觉得你可能会想好好睡一觉,我不是非走不可。

艾玛: 不,不,你走吧。别顾虑我,赶紧溜吧。



——《一天》(One Day)

Chapter 1  
从早到晚

Chapter 2  
居家消费

Chapter 3  
休闲娱乐

Chapter 4  
社交生活

Chapter 5  
餐餐美食

Chapter 6  
闲聊时刻

Chapter 7  
美丽秘笈

Chapter 8  
观点情绪

Chapter 9  
爱情婚姻

Chapter 10  
健康医疗