



“10天”即可搞定“生存美语”！



创想外语研发团队◎编著

情景口语小逆袭

10天美语集训

SOS！美语情景口语应急手册

- ✦ 10天多米诺式集训，从发音到高频场景口语学这本就够。
- ✦ 真正的“生存口语”，深入到美国社会生活的每一细微处，
- ✦ 情景口语特训营，简简单单快学鲜活美语！



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn



创想外语研发团队◎编著

情景口语小逆袭

10天美语集训



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

学英语 10 年多, 简单“激活”一下所学就能马上“用”起来! 10 天集训课程, 让你 10 年的英文快速激活, 成功小逆袭!

本书共设有 10 天的课程, 包括: 从零开始学发音, 从零开始说英语简单句, 日常生活高频场景会话(日常交际、休闲、交通、美食、旅游、工作等)。你只需几秒钟, 找到相应的场景, 各种表达马上被激活, 即刻满足你的应急所需。10 天搞定“生存英语”, 一次解决“发音、口语”两大难题! 真正狠狠学一次, 够用一辈子。

本书配外教 MP3 录音, 请登录 <http://www.waterpub.com.cn/softdown/> 搜索书名关键字下载, 或扫书中所附二维码即扫即听。

图书在版编目(CIP)数据

情景口语小逆袭: 10天英语集训 / 创想外语研发团队编著. — 北京: 中国水利水电出版社, 2015.5
ISBN 978-7-5170-3121-5

I. ①情… II. ①创… III. ①英语—口语—美国—自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第087253号

责任编辑: 陈艳蕊 刘宗涛 (cyr@waterpub.com.cn)

书 名	情景口语小逆袭: 10 天英语集训
作 者	创想外语研发团队 编著
出 版 行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路 1 号 D 座 100038) 网址: www.waterpub.com.cn E-mail: sales@waterpub.com.cn 电话: (010) 68367658 (发行部)
经 售	北京科水图书销售中心(零售) 电话: (010) 88383994、63202643、68545874 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	中国水利水电出版社微机排版中心
印 刷	北京博图彩色印刷有限公司
规 格	145mm×210mm 32 开本 10.5 印张 368 千字
版 次	2015 年 5 月第 1 版 2015 年 5 月第 1 次印刷
印 数	0001—5000 册
定 价	29.80 元

凡购买我社图书, 如有缺页、倒页、脱页的, 本社发行部负责调换

版权所有·侵权必究

前言

想自学英语，从零开始，无从下手？
茫茫书海，找不到一本合适的英语书？
想学英语，工作繁忙，
抽不出时间学？
准备去美国，想提前了解美国生活？



全书音频码

这本《情景口语小逆袭：10天美语集训》，轻轻松松让你真正从零开始，10天之内，攻下音标、单词、句子、会话大关，说一口地道流畅美语，就这么 Easy！如果你是一个零起点的英语学习者，或者是一个苦学十几年英语还只是能听懂一点，读一点，会说一点，那么只要你愿意抽出 10 天时间，翻开这本书学习，英语实力 100% 提升！

学口语有什么好方法？学好英语口语，无非两个途径可供选择：要么每天抽出零碎时间，持续不断学习，一步一个脚印，稳扎稳打。要么集中一段时间，高强度集中系统学习，学精学透。然而不管你选择哪种途径，本书都可以让你 10 天之内快速储备高频口语素材。拿起这本书，国际音标，系统详细，想说就说！词汇注释，信手拈来，即学即用！美语简单句，轻松上口，句句经典！情景会话，灵活多样，脱口而出！美剧欣赏，边听边说，美语纯正！只需 10 天踏踏实实学习，音标、单词、句子、对话一本就够，英语口语完全由你掌控！

本书内容力求以“美国本土原汁原味”的原则编著，由外教专家团队倾力打造，分为发音和美式口语两个不同的学习版块，共 10 天集训课程。

Day01 从零开始练美音·元音

Day02 从零开始练美音·辅音

Day03 从零开始说美语简单句

Day04 日常交际，美国人这样说

Day05 日常生活，美国人这样说

Day06 休闲活动，美国人这样说

Day07 交通出行，美国人这样说

Day08 观光旅游，美国人这样说

Day09 享受美食，美国人这样说

Day10 职场打拼，美国人这样说

其中，Day01 到 Day02 为从零开始练美音，48 个国际音标从发音技巧、单词代言、字母组合音型，典型例句等方面来组合对比学习。Day03 的美语简单句，由一字句、二字句、三字句、四字句、五字句等常用句型组成，让你最快、最地道、最流畅表达美语。其余 Day04 到 Day10 的会话学习版块，囊括 54 个话题，每个话题又包括导语、需听懂 10 句、需会说 10 句、朋友圈微口语、欧美影视场景对话等 5 个不同的学习步骤，主要从高频句、情景对话、语法解读等方面统筹学习步骤，使读者提纲挈领，保证以最少的的时间，迅速攻克美语口语难关。

层次深入式学习轨迹

1 高频词汇，常用简单句，每个话题 20 个常用句子，每个话题 10 个简短情景对话，美剧欣赏和美句语法规读，循序渐进，意趣盎然，保证迅速秀出地道美语口语！

高频情景超实用

3 精选的高频情景话题涵盖美国本土日常交际、生活、休闲活动、交通出行、观光旅游、享受美食、职场打拼等广泛的生活工作场合，保证与本土美国沟通“零”障碍。

10 天快储备

2 按照本书各大学习版块，各大主题，稳扎稳打，踏踏实实学习，边学边说，现学现用，语言“输入”的同时也“输出”。10 天学习时间，英语水平提升立竿见影！

兴趣引领

4 每个话题最后部分都“欧美影视场景对话”欣赏，读者边听边模仿，边学边说，学习英语不再只靠背，多看几部经典美剧，脱口就说道地道美语！

注重学习视觉体验

5 本书排版简约精致，图文匹配，用图片学习音标、单词、对话，学习效果更明显。采用双色印刷，清晰美观，让读者赏心悦目，有的放矢！

大特点

编委：

李霞 刘涛 唐富杰 古成显 赵锦 任关强 左凤娟 王芳 靳红芬 覃启征
边静 曾国华 陈丹 崔亚娟 贾振威 李少凯 李宗发 秦晓 孙小红 王笑
张兵 张楠 赵创洲 朱鹏飞 刘瑶

目录

前言



Day01 从零开始练美音·元音 001

01 /i:/ VS /ɪ/	003
02 /æ/ VS /e/	004
03 /ɜ:/ VS /ə/	005
04 /ɑ:/ VS /ʌ/	006
05 /u:/ VS /ʊ/	007
06 /ɔ:/ VS /ɒ/	008
07 /aɪ/ VS /eɪ/	009
08 /aʊ/ VS /əʊ/	010
09 /eə/ VS /ʊə/	011
10 /ɔɪ/ VS /ɪə/	012



Day02 从零开始练美音·辅音 013

01 /p/ VS /b/	015
02 /t/ VS /d/	016
03 /k/ VS /g/	017
04 /s/ VS /z/	018
05 /f/ VS /v/	019
06 /ʃ/ VS /ʒ/	020

07 /θ/VS /ð/	021
08 /r/VS /h/	022
09 /m/VS /n/	023
10 /ŋ/VS /l/	024
11 /w/VS /j/	025
12 /tʃ/VS /dʒ/	026
13 /tr/VS /dr/	027
14 /ts/VS /dz/	028



Day03 从零开始说美语简单句 029

01 一字句	031
02 二字句	037
03 三字句	042
04 四字句	047
05 五字句	052



Day04 日常交际，美国人这样说 057

01 你好! Hello!	059
02 这是我的朋友吉姆。This is My Friend Jim.	064
03 对不起! Sorry!	068
04 谢谢! Thank You!	072
05 今天天气真好啊! What Nice Weather It Is!	076
06 电话响了! The Phone Rings!	081
07 今天是几月几日啊? What is the Date Today?	086
08 来参加我们的家庭派对吧! Come to Join Our Family Party!	090
09 你会与他结婚吗? Will You Marry Him?	095
10 再见, 朋友! Farewell, Friend!	100
11 你真是一个好邻居! You're Such a Good Neighbor!	104
12 你是什么星座? What's Your Sign?	109



Day05 日常生活, 美国人这样说 115

- 01 怎么还不起床? Why Don't You Get Up? 117
- 02 我在家经常干家务。I Used to Do Housework at Home. 121
- 03 有房子出租吗? Is There Any House for Rent? 126
- 04 去超市买日用品。Buying Groceries in Supermarket. 131
- 05 你想烫什么样的头发? What Kind of Perms Would You Like? 136
- 06 预约了医生。I Have an Appointment with My Doctor. 141
- 07 在健身房锻炼。Doing Exercise at the Gym. 146
- 08 拜访亲朋。Visiting Relatives and Friends. 151



Day06 休闲活动, 美国人这样说 155

- 01 周末有什么计划? What's the Plan for the Weekend? 157
- 02 这是一部热门电影。This Movie is a Big Hit. 162
- 03 去酒吧喝一杯吧。Going to the Bar and Get a Drink. 166
- 04 我要美甲。I'd like a Manicure. 171
- 05 你在学摄影呀! You're Learning Photography! 175
- 06 我想去参加舞会。I Want to Attend the Ball. 180
- 07 去剧院。Going to the Theatre. 185



Day07 交通出行, 美国人这样说 191

- 01 你的出租车有预约了吗? Is Your Taxi Engaged? 193
- 02 坐地铁更方便些。It's More Convenient to Take the Subway. 198
- 03 我喜欢骑车出行。I Like to Go by Bike. 203
- 04 公交车太挤了! The Bus is Crowded. 208
- 05 你违章了! You Have Committed a Violation. 213
- 06 那里发生了一起交通事故。There was a Traffic Accident. 218



Day08 观光旅游，美国人这样说 223

- 01 旅游计划怎样了？ How's the Tour Plan? 225
- 02 我们去办理旅游签证吧。Let's Go and Get the Tourist Visa. 230
- 03 我想预订一个房间。I Like to Reserve a Room. 234
- 04 请打开行李进行安检。Please Open Your Luggage for
Security Check. 238
- 05 登机门在哪里？ Where's My Boarding Gate? 243
- 06 旅行中的意外。An Emergency on Tour. 249
- 07 购买纪念品。Buying Souvenirs. 254
- 08 旅游归来。Coming Back Home. 259



Day09 享受美食，美国人这样说 265

- 01 在家吃饭。Eating at Home. 267
- 02 我想订外卖。I Want to Order a Takeout. 272
- 03 我们开始点菜吧。Let's Order. 276
- 04 我们要结账。We Want to Pay the Bill. 280
- 05 这是一家新开的餐馆。Here's a New Restaurant. 285
- 06 我们吃自助餐吧。Let's Eat Buffet. 290



Day10 职场打拼，美国人这样说 295

- 01 我最近忙着找工作。I'm Busy with Job-hunting. 297
- 02 我明天有一个面试。I Have an Interview Tomorrow. 301
- 03 我今天去公司报到。Today Will be My First Day. 306
- 04 对不起，上班迟到了。Sorry for being Late for Work. 311
- 05 工作“鸭梨”真是大。Working under Pressure. 315
- 06 我在申请升职加薪。I'm Applying for Promotion. 320
- 07 我已经辞职了。I Have Resigned. 325

Day 01

★ 从零开始练美音 · 元音



本章音频码





从零开始练美音·元音

01 /i:/ VS /ɪ/

/i:/

/i:/ 是高位前元音、长元音。

发元音 /i:/ 时，嘴巴张开，嘴唇向两旁伸开，成扁平形。上下齿略微分开，可见部分下齿，舌前部可接触所有下齿。声带振动。

/ɪ/

/ɪ/ 是高位前元音、短元音。

发元音 /ɪ/ 时，嘴巴微张，上下齿稍微分开，可见部分上齿，舌尖可接触所有下齿，发音时舌头后缩。声带振动。

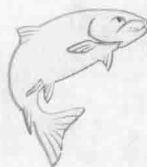
发音技巧

单词代言

bee /bi:/ 蜜蜂



fish /fɪ/ 鱼



字母组合音型

tea /ti:/ 茶叶

read /ri:d/ 读，阅读

sea /si:/ 大海

leave /li:v/ 离开

each /i:t/ 每一

easy /'i:zi/ 容易的

need /ni:d/ 需要

meet /mi:t/ 见面

ill /ɪl/ 有病的

mist /mist/ 薄雾

busy /'bɪzi/ 忙的

hit /hɪt/ 打；击中

history /'hɪstəri/ 历史

pretty /'prɪti/ 标致的

sister /'sɪstə/ 姐、妹

honey /'hʌni/ 蜂蜜

典型例句

Chinese people like tea.

中国人喜欢茶。

Do you feed these dogs with meat?

你用肉来喂这些狗了吗？

Don't eat the meat.

别吃肉。

English is taught in this country.

这个国家教授英语。

Give mum a kiss.

给妈妈一个吻。

He is busy.

他很忙。



从零开始练美音·元音

02 /æ/ VS /e/

/æ/

发音技巧

/æ/ 是低位前元音、短元音。

发元音 /æ/ 时，嘴巴张大，上下齿分开，且上下齿前端部分露出。舌尖接触到下齿龈后部，双唇向两旁伸成扁平形。振动声带发音。

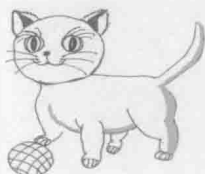
/e/

/e/ 是中位前元音、短元音。

发元音 /e/ 时，嘴唇略微张开，上下齿稍稍分开，上下门牙部分露出。舌头轻轻接触下齿龈。振动声带发音。

单词代言

cat /kæt/ 猫



bread /bred/ 面包



字母组合音型

hat /hæt/ 帽子

apple /'æpl/ 苹果

egg /eg/ 蛋

friend /frend/ 朋友

chat /tʃæt/ 聊天

mad /mæd/ 疯的

get /get/ 获得

every /'evri/ 每一的

pack /pæk/ 包裹

marry /'mæri/ 结婚

end /end/ 末尾

extra /'ekstra/ 额外的

plan /plæn/ 计划

happy /'hæpi/ 高兴的

dead /ded/ 死的

west /west/ 西部，西方

典型例句

I catch a bad cold.

我患重感冒了。

Stand up, please!

请起立！

Don't let the cat out of the bag.

天机不可泄露。

East or west, home is best.

金窝银窝，不如自己的草窝。

Better late than never.

迟总比不到好。

Better to do well than to say well.

说得不如做得好。



从零开始练美音·元音

03 /ɜ:/ VS /ə/

/ɜ:/

发音技巧

/ɜ:/ 是中位中元音、长元音。

发元音 /ɜ:/ 时，嘴巴半张，双唇略向两边拉开，舌身平放，舌端靠近下齿，舌中部稍微抬起，牙床半合，声带振动发音。

/ə/

/ə/ 是中位中元音、短元音。

发元音 /ə/ 时，嘴巴微张，双唇略扁平而放松，舌端靠近下齿，舌身平放，舌中部略隆起，声带振动发音。

单词代言

nurse /nɜ:s/ 护士



teacher /'ti:tʃə(r)/ 老师



字母组合音型

earn /ɜ:n/ 挣钱

work /wɜ:k/ 工作

shirt /ʃɜ:t/ 衬衫

first /fɜ:st/ 第一

girl /gɜ:l/ 女孩

burn /bɜ:n/ 燃烧

learn /lɜ:n/ 学习

early /'ɜ:li/ 早的

father /'fa:ðə(r)/ 爸爸

sister /'sɪstə/ 姐妹

order /'ɔ:də(r)/ 预定

doctor /'dɒktə(r)/ 医生

picture /'pɪktʃə(r)/ 图画

second /'sek(ə)nd/ 第二

sofa /səʊfə/ 沙发

about /ə'baʊt/ 关于, 大约

典型例句

The early bird catches the worm.

早起的鸟儿有虫吃。

Please have a word with him.

请跟他谈谈。

I have to wear a shirt and tie to work.

我得穿衬衫戴领带上班。

Give me some butter and sugar.

给我些黄油和糖吧。

Tomorrow is another day.

明天又是新的一天。

My younger brother is a doctor.

我弟弟是医生。



从零开始练美音·元音

04 /ɑ:/ VS /ʌ/

/ɑ:/

发音技巧

/ɑ:/ 是低位后元音、长元音。

发元音 /ɑ:/ 时，嘴张大，双唇张开成自然状。舌端离开下齿，舌身低平后缩，舌后部稍抬高。声带振动，发出长音。

/ʌ/

/ʌ/ 是中位中元音、短元音。

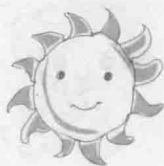
发元音 /ʌ/ 时，双唇及上下齿微张，脸部肌肉放松。舌端轻轻抵住下齿，舌中部稍微抬起，声带略微振动发短音。

单词代言

heart /hɑ:t/ 心



sun /sʌn/ 太阳



字母组合音型

last /lɑ:st/ 最后

march /mɑ:tʃ/ 前进

money /ˈmʌni/ 钱

run /rʌn/ 跑

garden /ˈgɑ:d(ə)n/ 花园

pass /pɑ:s/ 通过

nut /nʌt/ 坚果

love /lʌv/ 爱

father /ˈfɑ:ðə/ 父亲

aunt /ɑ:nt/ 阿姨

jump /dʒʌmp/ 跳

sun /sʌn/ 太阳

half /hɑ:f/ 一半

large /lɑ:dʒ/ 大的

blood /blʌd/ 血液

country /ˈkʌntri/ 国家

典型例句

Where can we park the car?

我们在哪儿可以停车啊?

A real artist must love art.

真正的艺术家肯定热爱艺术。

He has a kind heart.

他有一副好心肠。

It's fun to run and jump in the sun.

在太阳底下跑跑跳跳很好玩。

She loves her mother very much.

她很爱她的妈妈。

Some people love summer.

有些人喜欢夏天。



从零开始练美音·元音

05 /u:/ VS /ʊ/

/u:/

发音技巧

/u:/ 是高位后元音、长元音。

发元音 /u:/ 时，双唇收圆，向前突出，嘴巴成一个圆形小孔，舌尖离开下齿，舌后部向软腭抬起，向外呼气，声带振动。

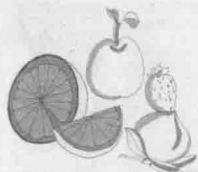
/ʊ/

/ʊ/ 是高位后元音、短元音。

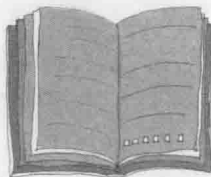
发元音 /ʊ/ 时，双唇呈圆形，舌尖离开下齿，舌后部向软腭抬起，声带振动。

单词代言

fruit /fru:t/ 水果



book /bʊk/ 书



字母组合音型

food /fu:d/ 食物 crew /kru:/ 工作人员

lose /lu:z/ 失去 school /sku:l/ 学校

soup /su:p/ 汤 bedroom /'bedru:m/ 卧室

juice /dʒu:s/ 果汁 truth /tru:θ/ 事实

cook /kʊk/ 烹调；厨师 cookie /'kʊki/ 饼干

wood /wʊd/ 树林 put /pʊt/ 放

bush /bʊʃ/ 丛林 could /kʊd/ 能

good /gʊd/ 好的 sugar /'ʃʊgə/ 糖

典型例句

They saw a movie at noon.
他们中午看了一场电影。

The goose is in the coop.
鹅在笼子里。

He has a loose tooth.
他有一颗松动的牙齿。

A good book is a good friend.
一本好书就是一个好朋友。

The cook put some sugar into the soup.
厨师往汤里放了一些糖。

His left foot was hurt by a hook.
他的左脚被一个钩子刮伤了。



从零开始练美音·元音

06 /ɔ:/ VS /ɒ/

/ɔ:/

发音技巧

/ɔ:/ 是中位后元音、长元音。

发元音 /ɔ:/ 时，双唇呈圆形而突出，舌尖在下齿后面，舌后部软腭抬起，舌后身肌肉稍微紧张，声带振动，出长音。

/ɒ/

/ɒ/ 是高位后元音、短元音。

发元音 /ɒ/ 时，双唇自然张开，双唇略圆但不突出，舌尖离开下齿，舌后软腭微微抬起，舌后身和喉头较紧张，声带振动。

单词代言

horse /hɔ:s/ 马



fox /fɒks/ 狐狸



字母组合音型

board /bɔ:d/ 长条木板

hall /hɔ:l/ 大厅

long /lɒŋ/ 长的

doctor /'dɒktə/ 医生

lord /lɔ:d/ 统治者

door /dɔ:/ 门

top /tɒp/ 顶，上部

soft /sɒft/ 柔软的

more /mɔ:/ 更多

author /'ɔ:θə/ 作者

dog /dɒg/ 狗

cough /kɒf/ 咳嗽

walk /wɔ:k/ 走

law /lɔ:/ 法律

pot /pɒt/ 壶，罐

offer /'ɒfə/ 提供

典型例句

He was born four years ago.
他于四年前出生。

There are more and more horses.
马匹越来越多。

We walked slowly home.
我们慢慢走回家。

Bob robbed his boss' office.
鲍勃抢劫了他老板的办公室。

A little pot is soon getting hot.
壶小易热，肚小易怒。

The scholar is on a holiday.
那个学者正在休假。