



外教视频 · 置身外教课堂，直观学习发音
谐音汉字 · 会中文就会说英文，马上开口

零基础

轻松快学 英语口语

发音 单词 句子 会话 一学就会

主 编 李 然 韩晓洁 吴莹莹
副主编 宋卫国 牛诚义



随书附赠
英文书写
学习手册

简单+易学 **5** 大特色

精准发音 声图结合，巧学巧记，对比辨析，教你快速学会拼读单词

实用单词和短句 鲜活实用，交流必备，场景式分类记忆，印象更加深刻

模拟会话 培养语感，熟悉交谈氛围，即使置身英美国家，也能自如应对

基础语法 浓缩精炼，帮你夯实语法功底，让你的口语表达更加有规可循

外教录音 发音纯正，说英语从练听力和模仿外教发音开始，越说越地道



扫码看视频
学发音



中国宇航出版社

零基础

轻松快学 英语口语

发音 单词 句子 会话 一学就会

主 编 季 然 韩晓洁 吴莹莹
副 主 编 宋卫国 牛诚义



中国民航出版社

·北京·

版权所有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

零基础轻松快学英语口语:发音 单词 句子 会话 一学就会 / 李然, 韩晓洁, 吴莹莹主编. — 北京: 中国宇航出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5159-1353-7

I. ①零… II. ①李… ②韩… ③吴… III. ①英语—口语—自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第 153111 号

策划编辑 刘 杰
责任编辑 刘 杰

装帧设计 曾仲宇
责任校对 李 莹

出 版 社 中国宇航出版社

社 址 北京市阜成路8号
(010)60286808

邮 编 100830
(010)68768548

网 址 www.caphbook.com

经 销 新华书店

发行部 (010)60286888
(010)60286887

(010)68371900
(010)60286804 (传真)

零售店 读者服务部
(010)68371105

承 印 北京中新伟业印刷有限公司

版 次 2017年8月第1版

2017年8月第1次印刷

规 格 880 × 1230

开 本 1/32

印 张 12.5

字 数 290千字

书 号 ISBN 978-7-5159-1353-7

定 价 36.80元

本书如有印装质量问题, 可与发行部联系调换

英语在我们的日常生活中变得越来越重要，无论是学习还是工作，无论是考试还是晋升，无论是出国旅游观光还是宅在家里看欧美影视剧，都会接触英语，都需要具备一定的英语表达能力。因此，越来越多的学习者踏上了英语口语学习之路。初学者说英语往往有许多困扰，例如看得懂却不能开口表达，或者发音不过关，说出的英语让别人听起来一头雾水。在用英语与别人交流时，往往只能用手比画，遇到紧急情况则无计可施。这类读者急需一本针对性强、覆盖面广、能解燃眉之急，且能应对日常基本交际的口语学习书。

本书专门为口语初学者或者有一定基础的学习者量身打造，旨在帮助他们学好基础口语，并达到能够用英语进行流畅交流的水平。本书知识架构合理，从发音讲起，逐步过渡到单词、句子和会话，循序渐进，符合读者的口语学习习惯。

本书主要内容如下。

知识准备篇：简短介绍了英语语言，英语的拼写和发音，英式英语和美式英语的差异，详细阐述了说好口语的四大法则，这对于读者了解英语，树立自信心和掌握正确的学习方法是非常必要的。

精准发音篇：详细介绍48个英语国际音标的精准发音要领，归纳常见发音字母和组合，辨析近似音，纠正发音误区，介绍单词重音、不完全爆破、辅音连缀、连读等语音现象，帮助读者全方位学会标准发音，打好语音基础。

基础语法篇：按照传统的“词法+句法”体系构架，深入浅出地讲解10大词类和句子结构，配以大量例词或例句辅助理解和学习，旨在使读者掌握基础语法点，并将其转化为自己的语言技能。

场景会话篇：这是本书的主体部分，分为4章，58个话题，主要涉及常用话题、生活场景、工作场景和出国场景。每个话题的学习内容包括“认识

必备词、牢记惯用句、实景开口说”，按照单词、句子、会话的顺序介绍相关的学习内容，帮助初学者掌握基础口语表达。

本书的特色主要包括以下几个方面。

内容全面，精编精选：本书分类清晰，内容丰富，涵盖日常生活方方面面需要的英语口语表达，并秉承“从零开始”和“轻松开口”两大理念，特别注重所选学习语料的实用性和易学性，相信一定能帮助读者轻松学会基础口语。

注重效果，即学即会：本书为单词、句子和会话都贴心标注了国际音标和谐音汉字。国际音标可以辅助练习拼读，谐音汉字则主要为方便读者应急使用，但需要特别说明的是，广大读者切不可完全依照谐音而摒弃系统的发音学习。

外教配音，发音纯正：本书专门聘请外教录制发音教学视频和全书内容的朗读音频，直观的视频可以令读者置身外教课堂学习英语发音；标准纯正的录音，有助于加深读者的记忆，也为读者反复听说和进行模仿提供了有利条件。

本书由天津农学院的三位老师李然、韩晓洁、吴莹莹主编。编者力求为广大读者提供正确、快捷的学习方法，但深知本书存在难以避免的局限性，仍需要不断提升与完善，对此我们期待并感谢每位读者的宝贵意见。

祝学习愉快！

编者

2017年7月

1

外教视频，直观学习

特约外籍播音员录制发音教学视频，真正置身外教课堂



外教发音示范

看外教口型，练标准发音

2

扫二维码，随时听音频

可以用手机扫描篇章页的二维码直接进入播放页面在线收听音频



随时扫随时听

还可以缓存到手机中备用

3

知识准备篇

整体认识英语语言，
从而对英语产生兴趣

英语基础知识 ▶

宏观了解英语语言

Chapter

1

英语语言简介

Chapter

2

英语的拼写和发音

Chapter

3

英式英语和美式英语的差异

Chapter

4

说好口语的四大法则

归纳出四大法则 ▶

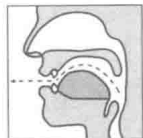
找对方法，树立信心

4

精准发音篇

声图结合，详细阐述，
48 个国际音标逐一突破

发音口型 ▶
了解发音部位



音标大师：微笑音

发音要领

- 舌尖轻轻抵住下齿，舌前向上抬起；
- 口型是左右方向运动，双唇微扁（扁平形）；
- 嘴角放松，舌部肌肉放松；
- 须振动声带；此音为短音，发音要干脆利索。
- “跑步音”，上体育课时，全班一起跑步时大声喊的“一二一”就类似这个音。

◀ 发音要领
阐述发音原理

单词拼读

字母 / 组合	单词	音标	词义	谐音
i	kid	[kɪd]	小孩	尅的
e	jacket	['dʒækɪt]	夹克	摘尅特
ui	build	[bɪld]	建立	必欧的
y	windy	['wɪndi]	有风的	文弟
ey	donkey	['dɒŋki]	驴	当尅

◀ 拼读练习
归纳发音字母和组合

近似音辨析

对比项	音标 [ɪ]	音标 [i]
音标大师	微笑音	跑步音
舌位	舌尖抵下齿，舌位在前	舌尖抵下齿，舌位在前
口型	微笑	比 [ɪ] 大
精准发音特点	发音有一定长度，嘴角保持微笑	发音干脆利索，像体育老师点名一样的急促感

◀ 易混淆音辨析
直指根本区分点

发音纠错

city['sɪtɪ], Cindy['sɪndi], sleepy['sli:pɪ] 这三个词，如果单纯从音标来看，尾音都是 [ɪ]。但实际读时，通常都把这种情况的尾音作为 [i:] 处理。

◀ 纠正常见发音误区
帮你改掉错误的发音习惯

◀ 阐述特殊语音现象
说口语更加流利和地道

5

基础语法篇

系统讲解基础语法知识，令口语表达有规可循

代词是代替名词以及起名词作用的短语、分句和句子的词。大多数代词具有名词和形容词的功能，分别起名词短语的作用（即名词的用法）和作名词的定语（即形容词的用法）。

代词按其意义、特征以及在句中的作用可分为八类：人称代词、物主代词、反身代词、指示代词、疑问代词、相互代词、关系代词和不定代词。

概述语法知识点

明确基本概念

搭配例句讲解用法 ▶
真正将语法转化为语言技能

① 人称代词作主语时用主格，作宾语时用宾格，作表语时用宾格较多。例如：

He is a doctor. 他是一名医生。（主格 he）

It's me. 是我。（宾格 me）

② 当句中同时有几个人称代词出现时，一般先说别人，后说自己。例如：

He and I are deskmates. 他和我同桌。

列表总结要点 ▶
实用易记，更加系统

人称	单数		复数	
	主格	宾格	主格	宾格
第一人称	I (我)	me (我)	we (我们)	us (我们)
第二人称	you (你)	you (你)	you (你们)	you (你们)
	he (他)	him (他)		
第三人称	she (她)	her (她)	they (他们/她们/它们)	them (他们/她们/它们)
	it (它)	it (它)		

6

场景会话篇

营造交流环境，培养语感，真正沟通时自信满满

列举必备单词和短语 ▶
增加词汇储备量

列举高频表达 ▶
会话短句脱口而出

简短实景对话 ▶
全面实用，贴近生活

How are you doing?
=How have you been?

列举同义表达
相同类型一并学习

认识必备词

单词	音标	词性
glad	[glæd]	adj.
nice	[naɪs]	adj.
well	[wel]	adj.
happy	['hæpi]	adj.
get along	[get][ə'lon]	进展 盖特 额浪
as usual	[æz]['ju:ʒuəl]	和往常一 艾兹 由肉

牢记惯用句

1 Glad to see you again.

音标: [glæd][tu:][si:][ju:][ə'gen]

谐音: 哥来的 兔 斯诶 由 额根

中文: 很高兴又见到你。

实景开口说

Greetings 打招呼

A: How are you doing?

音标: [haʊ][ɑ:][ju:][f'du:ɪŋ]

谐音: 号 阿 由 度英

中文: 你最近怎么样?

B: Fine, thanks. And you?

音标: [faɪn][θæŋks][ænd][ju:]

谐音: 夫艾因 桑克斯 安的 由

中文: 还不错, 谢谢, 你呢?

Part 1 知识准备篇——了解英语

- | | | | |
|------------------------|-----|---------------------|------|
| Chapter 1 英语语言简介 | / 2 | 2. 英式英语和美式英语的拼写差异 | / 7 |
| Chapter 2 英语的拼写和发音 | / 3 | Chapter 4 说好口语的四大法则 | / 10 |
| Chapter 3 英式英语和美式英语的差异 | / 5 | 1. 说好口语的必由之路 | / 10 |
| 1. 英式英语和美式英语的发音差异 | / 5 | 2. 四大法则介绍 | / 14 |

Part 2 精准发音篇——学会发音

- | | | | |
|----------------------|------|-------------------------|------|
| Chapter 1 音标基础知识 | / 20 | 10. 双元音 [ɪə][eə] 和 [ʊə] | / 44 |
| 1. 英语字母与发音 | / 20 | Chapter 3 辅音 | / 47 |
| 2. 发音器官各司其职 | / 21 | 1. 爆破音 [b] 和 [p] | / 47 |
| 3. 英语国际音标总览 | / 22 | 2. 爆破音 [d] 和 [t] | / 49 |
| Chapter 2 元音 | / 27 | 3. 爆破音 [g] 和 [k] | / 51 |
| 1. 前元音 [i:] 和 [ɪ] | / 27 | 4. 摩擦音 [f] 和 [v] | / 53 |
| 2. 前元音 [e] 和 [æ] | / 29 | 5. 摩擦音 [ʃ] 和 [ʒ] | / 55 |
| 3. 中元音 [ɜ:] 和 [ə] | / 31 | 6. 摩擦音 [s] 和 [z] | / 57 |
| 4. 中元音 [ʌ] 和后元音 [ɑ:] | / 33 | 7. 摩擦音 [θ] 和 [ð] | / 59 |
| 5. 后元音 [ʊ] 和 [u:] | / 35 | 8. 摩擦音 [h] 和 [r] | / 61 |
| 6. 后元音 [ɒ] 和 [ɔ:] | / 37 | 9. 破擦音 [tʃ] 和 [dʒ] | / 63 |
| 7. 双元音 [aɪ] 和 [eɪ] | / 39 | 10. 破擦音 [ts] 和 [dz] | / 65 |
| 8. 双元音 [ɔɪ] | / 41 | 11. 破擦音 [tr] 和 [dr] | / 67 |
| 9. 双元音 [aʊ] 和 [əʊ] | / 42 | 12. 舌侧音 [l] | / 69 |

13. 鼻音 [m][n] 和 [ŋ]	/ 70	3. 动词过去式的读法	/ 77
14. 半元音 [j] 和 [w]	/ 73	4. 不完全爆破	/ 78
Chapter 4 发音技巧和语调	/ 75	5. 辅音连缀	/ 79
1. 单词重音	/ 75	6. 浊化	/ 80
2. 名词复数的读法	/ 76	7. 连读	/ 81
		8. 升调和降调	/ 83

Part 3 基础语法篇——掌握规则

Chapter 1 名词	/ 86	2. 数词的用法	/ 101
1. 名词分类	/ 86	3. 数学相关词的表示方法或读法	/ 102
2. 名词的数	/ 87	Chapter 5 形容词和副词	/ 103
3. 名词的格	/ 89	1. 形容词	/ 103
4. 名词的句法功能	/ 91	2. 副词	/ 104
Chapter 2 冠词	/ 92	3. 形容词和副词的级	/ 105
1. 不定冠词的用法	/ 92	4. 形容词和副词的用法	/ 107
2. 定冠词的用法	/ 93	5. 形容词和副词比较级的用法	/ 107
3. 不用冠词の場合	/ 94	Chapter 6 介词	/ 109
Chapter 3 代词	/ 96	1. 常用介词的用法	/ 109
1. 人称代词	/ 96	2. 介词的搭配	/ 112
2. 物主代词	/ 97	3. 介词短语的句法功能	/ 114
3. 反身代词	/ 97	Chapter 7 连词	/ 115
4. 指示代词	/ 98	1. 并列连词	/ 115
5. 疑问代词	/ 99	2. 从属连词	/ 116
6. 相互代词	/ 99	Chapter 8 感叹词	/ 118
7. 关系代词	/ 100	常见感叹词的基本用法	/ 118
8. 不定代词	/ 100	Chapter 9 动词	/ 119
Chapter 4 数词	/ 101	1. 动词分类	/ 119
1. 数词的句法功能	/ 101	2. 动词的基本形式	/ 122

Chapter 10 动词时态	/ 124	2. 被动语态	/ 134
1. 一般现在时	/ 124	Chapter 12 非谓语动词	/ 136
2. 一般过去时	/ 126	1. 动词不定式	/ 136
3. 一般将来时	/ 127	2. 分词	/ 138
4. 现在进行时	/ 127	3. 动名词	/ 139
5. 现在完成时	/ 128	Chapter 13 句子的种类和成分	/ 141
6. 过去进行时	/ 130	1. 按句子用途分类	/ 141
7. 过去完成时	/ 130	2. 句子的成分	/ 142
8. 过去将来时	/ 131	3. 按句子的结构分类	/ 143
9. 其他时态	/ 132	4. 基本句型	/ 144
Chapter 11 动词语态	/ 134		
1. 主动语态	/ 134		

Part 4 场景会话篇——脱口而出

Chapter 1 18 个常用话题说出流利口语	/ 146	14. 探望病人	/ 198
1. 寒暄问候	/ 146	15. 赠送礼物	/ 202
2. 接打电话	/ 150	16. 表示感谢	/ 206
3. 谈论天气	/ 154	17. 表达愤怒	/ 210
4. 身体状况	/ 158	18. 表达开心	/ 214
5. 相貌特征	/ 162	Chapter 2 14 个生活场景交流	
6. 兴趣爱好	/ 166	无忧无虑	/ 218
7. 日常学习	/ 170	1. 日常起居	/ 218
8. 季节变化	/ 174	2. 穿衣打扮	/ 222
9. 生活环境	/ 178	3. 一日三餐	/ 226
10. 减肥计划	/ 182	4. 租住房屋	/ 230
11. 个人情感	/ 186	5. 公交出行	/ 234
12. 谈论朋友	/ 190	6. 超市购物	/ 238
13. 参加婚礼	/ 194	7. 健身运动	/ 242
		8. 银行事务	/ 246

9. 邮寄业务	/ 250	11. 汇报工作	/ 314
10. 医院看病	/ 254	12. 申请离职	/ 318
11. 报警求助	/ 258	Chapter 4 14 个出国场景潇洒	
12. 参加派对	/ 262	应对自如	/ 322
13. 观看演出	/ 266	1. 办理签证	/ 322
14. 见面约会	/ 270	2. 旅游咨询	/ 326
Chapter 3 12 个工作场景交流		3. 留学准备	/ 330
脱口而出	/ 274	4. 订购机票	/ 334
1. 求职面试	/ 274	5. 机场乘机	/ 338
2. 职场新人	/ 278	6. 行李托运	/ 342
3. 工作要求	/ 282	7. 调整时差	/ 346
4. 应对上司	/ 286	8. 乘出租车	/ 350
5. 同事相处	/ 290	9. 外币兑换	/ 354
6. 接待客户	/ 294	10. 入住酒店	/ 358
7. 出勤请假	/ 298	11. 结账退房	/ 362
8. 加班加点	/ 302	12. 免税商店	/ 366
9. 升职加薪	/ 306	13. 餐馆用餐	/ 370
10. 财务报销	/ 310	14. 参观景点	/ 374

附录

附录 A 常用数字	/ 378	附录 C 季节与天气	/ 382
附录 B 月份与星期	/ 381	附录 D 100 个常用不规则动词 变化表	/ 384

Part 1

知识准备篇 ——了解英语



Chapter ① 英语语言简介

Chapter ② 英语的拼写和发音

Chapter ③ 英式英语和美式英语的差异

Chapter ④ 说好口语的四大法则



英语语言源远流长，早在公元 449 年就有了最早的口语雏形，此后经过不断地发展变化，从默默无闻，到最终被全世界认可。就大体而言，英语的发展主要经历了三个阶段：产生阶段、传播阶段、称雄阶段。目前学术界普遍认为英语属于印欧语系的日耳曼语族。公元 5 世纪左右，日耳曼部落的盎格鲁人、撒克逊人和朱特人入侵不列颠地区，他们使用不同的日耳曼方言，这些日耳曼方言与当地的凯尔特语相互影响与融合，最终形成了英语。公元 16 世纪，伊丽莎白一世倡导开明宽容的政策，使文学艺术得到空前发展，莎士比亚戏剧以其扣人心弦的情节和对现实的揭露为世人所推崇。与此同时，作为使用早期现代英语的代表，莎士比亚在传承中古英语，促进早期现代英语的形成方面同样也做出了重大贡献，使得英语逐渐走向世界。到了 18 世纪 60 年代，英国率先发起了工业革命，蒸汽机、纺纱机等技术相继由英国传遍整个欧洲，从而促进了英语在欧洲的普及，至此英语已经成为能够和拉丁语、法语相提并论的世界性语言了。

目前，英语是英国、加拿大、澳大利亚、新西兰、美国、新加坡、印度、南非、以色列、牙买加、菲律宾、斯里兰卡等四十个国家和地区的第一语言；而尼泊尔、尼日利亚、乌干达、巴基斯坦、卢旺达、汤加、斐济、喀麦隆、加纳、肯尼亚、毛里求斯等西亚北非地区多将英语作为第二语言。在中国，各地中小学将英语列为必修课，英语在中考、高考及研究生入学考试中占有相当大的比重。如今英语已成为仅次于汉语的世界第二大语言。

英语是一种兼具开放性和融合性的语言，据统计，英语主要来源于法语、拉丁语、希腊语、意大利语、德语和凯尔特语，其中法语占英语词汇的 35%；拉丁语（包括拉丁语词汇和古代法语词汇）占 28%，古英语和中古英语、古丹麦语、古挪威语和荷兰语占 25%，希腊语占 5%。随着世界经济一体化进程的不断加快，英语也在不断吸收世界各国语言的精华，并得到世界各个国家和地区的人们的认可。



对于英语初学者来说，随着词汇量的增加，记忆的加强，会慢慢发现，其实单词的拼写和发音之间是有一定的规律的，虽然在很多情况下，英语的拼写和发音不相吻合，但存在规律的一部分仍然会对单词记忆有所帮助。

发音的第一种情况，即字母发音与字母相吻合。例如，以 demonstration 一词为例，会发现需要注意的地方基本都是元音的部分，例如 [e][ə] 和 [er] 这三个音所对应的字母 e, o 和 a。而辅音部分基本上是什么音，就对应什么字母，例如其中的字母 d 和 s。辅音字母主要有：p, b, t, d, g, h, v, m, n, w, l 等，举例来说，发出 [p] 音的单词中，一定会有字母 p，例如 pit, passion 等；发出 [m] 音的单词中，一定有字母 m，例如 mission, comprehend 等。

第二种情况，虽然发音和字母不对应，但是此音对应固定的字母或者字母组合，例如发 [θ] 和 [ð] 这两个音对应的是固定的字母组合 th。类似用法的字母或者字母组合有 tr, dr, ts, ds, wh 等。

第三种情况，音是固定的，但对应的是几个特定的字母，最明显的就是 [k] 这个音，比较常见的是对应字母 c 或 k，例如 coat, keep 等。少数对应的是 ck, ch 以及 q。类似的音有：[ʃ][ʒ][tʃ][dʒ][s][z] 和 [f] 等。以 [f] 音为例，对应的字母是 f, ph 和 gh。

相对于辅音而言，元音的发音对应的组合就比较多变一些，也是导致英语学习者在记忆单词时容易出现问题的地方。但是这部分的音，也是有规律可循的。例如发 [æ] 的音，对应的是字母 a，例如 astronaut, pat 等；发 [ʌ] 的音，对应的是字母 u，例如 understand, utter 等等。这两种都是通过音来锁定唯一的一个字母，但反之并不成立，即字母 a 和 u 不一定只发这两个音。例如，长元音 [i:]，对应的是字母组合 ee 或者 ea；短元音 [ɪ] 对应的是字母 i 或者 y；而 [e] 对应的字母是 e 等等。稍微复杂一点的音如 [er][ar] 和 [au] 等，对应的字母组合就多一些。以 [er] 为例，对应的可能

是字母或字母组合 a, ai, ay 等。

影响单词记忆的地方还在于有很多字母是不发音的，例如 comb[kəʊm], debt[det] 以及 honor['ɒnə] 等等，这些特殊情况需要单独记忆。

还有一种情况是基本没有什么规律可循的单词。这种单词多为外来语，例如从法语而来的，restaurant['restrɒnt], cafe['kæfeɪ], Czech[tʃek] 等。

除了元音和辅音的发音规律，英语还存在重读、不完全爆破、浊化等语音现象。本书将会对发音进行详细讲解，希望能够帮助广大读者掌握英语的基本拼读规律。