

语音、单词、口语三效合一



流利口语 想说就说

从ABC到脱口秀

优尼创新外语研发中心 主编

由浅入深，让你从入门到精通，
实现从ABC到脱口秀的完美蜕变！



情境展示 + 关键

对话 + 风土人情

型渗透情境，知识

语表达就是这么简单！

语教学与研究出版社

IN LANGUAGE TEACHING AND RESEARCH PRESS

语音、单词、口语三效合一

流利口语 想说就说

从ABC到脱口秀

优尼创新外语研发中心 主编

外语教学与研究出版社

FOREIGN LANGUAGE TEACHING AND RESEARCH PRESS

北京 BEIJING

图书在版编目 (CIP) 数据

流利口语想说就说. 从 ABC 到脱口秀 / 优尼创新外语研发中心主编. — 北京 : 外语教学与研究出版社, 2015.8
ISBN 978-7-5135-6619-3

I. ①流… II. ①优… 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 (2015) 第 214805 号

出 版 人 蔡剑峰
责任编辑 王霖霖
执行编辑 朱晓霜
营销编辑 吴凤珍
版式设计 张 煜
封面设计 木木树
出版发行 外语教学与研究出版社
社 址 北京市西三环北路 19 号 (100088)
网 址 <http://www.fltrp.com>
印 刷 大厂回族自治县益利印刷有限公司
开 本 730×980 1/16
印 张 11.5
版 次 2016 年 8 月第 1 版 2016 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5135-6619-3
定 价 29.90 元

购书咨询: (010) 88819926 电子邮箱: club@fltrp.com

外研书店: <https://waiyants.tmall.com>

凡印刷、装订质量问题, 请联系我社印制部

联系电话: (010) 61207896 电子邮箱: zhijian@fltrp.com

凡侵权、盗版书籍线索, 请联系我社法律事务部

举报电话: (010) 88817519 电子邮箱: banquan@fltrp.com

法律顾问: 立方律师事务所 刘旭东律师

中咨律师事务所 殷 斌律师

物料号: 266190001

前言

中国与世界各国的交往日益频繁。这不仅体现在文化上，还体现在国际贸易方面。与此同时，国人与外国友人交流接触的机会也变得越来越。而英语，作为世界性的语言，其国际交往中发挥的重要作用也越来越凸显。因此，能够说一口流利的英语似乎成了许多人的梦想，这也激发了越来越多的人学习英语的热情。但是，对于没有任何英语基础的人来说，学好英语似乎比登天还难。为了帮助更多想要学习英语，想要学好英语，想要练就一口流利英语，但是苦于没有基础的英语爱好者，我们特意编写了这本书。

本书具有以下特点：

1. 循序渐进，从基础 ABC 练到脱口秀水平

本书从最基础的语音和基础单词讲起，在掌握基本知识的基础上过渡到口语练习，循序渐进，逐步练就地道口语。

2. 选材原汁原味，所引素材地道结口

本书所选对话均出自英语国家最真实的现实生活交际，原汁原味，绝对地道，绝对时尚。

3. 提炼常用关键句，迷你对话加强实境运用

本书以主题句为中心构建了多个场景的迷你小对话，帮助读者身临其境般理解体会每一个句子的地道用法。同时，迷你对话中包含回应主题句的多种表达方式，360 度无死角，让读者心里想什么就能说什么。

4. 高频句型大总结，套公式轻松说口语

本书在相应主题下均备有各种常用句型大整合，不管何时何地，都能让读者套着公式轻松说。

5. 文化背景大放送，了解英语国家风土人情

每章结尾备有相关文化背景介绍，谈吐礼仪面面俱到，让读者不仅会说，更易真正融入英语国家日常生活。

目 录

Part 1 Basic Knowledge 基础入门知识

The Alphabet 字母表 // 002

IPA and Manners of Articulation 国际音标及发音方法 // 003

Syllables 音节 // 005

Tones 语调 // 006

Part 2 Basic Words 基础词汇

Human Body 人体 // 008

Food 食物 // 009

Shopping 购物 // 010

Traffic 交通 // 011

Sports 体育活动 // 012

Part 3 Practical Training 实践操作训练

Chapter 1 Interpersonal Communication 人际交往

Greetings 问候 // 016

Introducing 介绍 // 018

Saying Goodbye 告别 // 021

Inviting 邀请 // 024

Helping 帮助 // 028

Running into an Old Friend 遇到老朋友 // 031

Congratulating 祝贺 // 034

Culture and Customs 风土人情 // 036

Chapter 2 Daily Life 家庭生活

Cooking 做饭 // 038

Reading 阅读 // 041

Watching TV 看电视 // 044

Listening to Music 听音乐 // 047

Making and Answering the Phone 接打电话 // 050

Hairdressing 美发 // 053

Facial Caring 美容 // 056

Festival Greetings 节日祝福 // 059

Culture and Customs 风土人情 // 061

Chapter 3 Service 生活服务

In the Hospital 在医院 // 064

At the Bank 在银行 // 067

At the Post Office 在邮局 // 070

At the Police Station 在警察局 // 073

Culture and Customs 风土人情 // 075

Chapter 4 School Life 学校生活

Studying Abroad 出国留学 // 077

Going to College 正式入学 // 080

Specialized Courses 专业课程 // 083

In the Library 在图书馆 // 085

In the Lab 在实验室 // 088

Taking an Examination 参加考试 // 091

Culture and Customs 风土人情 // 093

Chapter 5 Working Career 职业生涯

Interview 面试 // 096

Hiring 录用 // 099

Working Overtime 加班 // 102

Asking for Leave 请假 // 105

Promotion and Salary Raise 升职加薪 // 108

Dismissal and Resignation 解雇辞职 // 111

Culture and Customs 风土人情 // 113

Chapter 6 Amusement 娱乐生活

In the Restaurant 在餐厅 // 116

At the Bar 在酒吧 // 119

In the Cinema 在电影院 // 122

In the Coffee Shop 在咖啡馆 // 125

Culture and Customs 风土人情 // 127

Chapter 7 Traveling 旅行天下

Booking a Flight Ticket 预订机票 // 129

Checking In at the Airport 办理登机 // 133

Security Check 安全检查 // 135

Hotel Reservation 预订酒店 // 138

Checking In at a Hotel 酒店入住 // 140

Sightseeing 观光游览 // 143

Checking Out 办理退房 // 146

Culture and Customs 风土人情 // 147

Chapter 8 Shopping 购买物品

Buying Clothes 购买衣服 // 150

Looking Around a Store 逛商店 // 153

At a Fast-Food Restaurant 在快餐店 // 155

Grocery Shopping 买食品杂货 // 158

Buying Shoes 买鞋 // 161

Buying Household Appliances 买家电 // 164

Paying 付款 // 167

Refunding & Exchanging 退换货 // 170

Shopping Online 网上购物 // 172

Buying Second-Hand Goods 购买二手货 // 175

Culture and Customs 风土人情 // 177

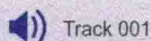
Part 1

Basic Knowledge

基础入门知识

The Alphabet

字母表



就像学习汉语要先学拼音一样，学习英语时，我们要从 26 个英文字母学起。下面列出的是 26 个英文字母及其音标，其中包括 5 个元音字母 (a, e, i, o, u) 和 21 个辅音字母。

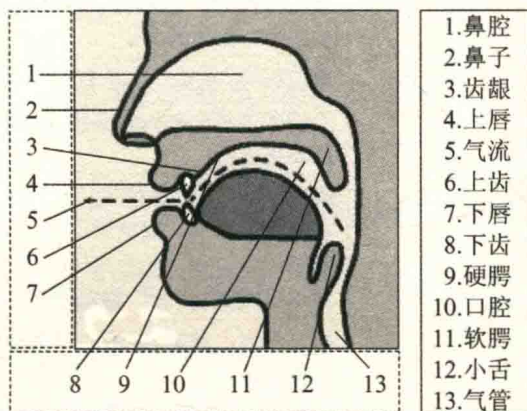
大写	小写	音标
A	a	[eɪ]
B	b	[bi:]
C	c	[si:]
D	d	[di:]
E	e	[i:]
F	f	[ef]
G	g	[dʒi:]
H	h	[eɪtʃ]
I	i	[aɪ]
J	j	[dʒeɪ]
K	k	[keɪ]
L	l	[el]
M	m	[em]
N	n	[en]
O	o	[əʊ]
P	p	[pi:]
Q	q	[kju:]
R	r	[a:]
S	s	[es]
T	t	[ti:]
U	u	[ju:]
V	v	[vi:]
W	w	[ˈdʌblju:]
X	x	[eks]
Y	y	[waɪ]
Z	z	[zi:]

IPA and Manners of Articulation

国际音标及发音方法

要想全面掌握英文的发音方法，只学前面这 26 个英文字母还不行，我们还需要学习一下国际音标。国际音标总共有 48 个，按照气流是否受阻可以分为两大类：元音和辅音，共有 20 个元音音素，28 个辅音音素。

在学习之前，我们先来看看旁边这张切面图。只要清楚了各个发音器官的名称，发音就会变得简单了。



元音的发音方法

Track 002

下面我们来学习一下元音的发音方法。

元音是发音时声带振动、气流不受发音器官阻碍而形成的，包括 12 个单元音和 8 个双元音。具体如下表：

元音分类	音标	发音方法
单元音	[i:]	舌轻触下齿，双唇伸平，做出微笑表情，声音稍稍拉长，用声带发出声音。
	[ɪ]	舌轻触下齿，口形扁平，比 [i:] 略大，发音短促轻快，用声带发出声音。
	[æ]	舌尖顶住下齿，口形张大至可容纳食指和中指，振动声带，发出声音。
	[e]	嘴角向两侧张开，舌尖顶住下齿，唇形稍扁平，舌前部抬向硬腭，上下齿之间可容纳一食指，振动声带，发出声音。
	[a:]	口要张大，舌身向后收缩，舌后部略微抬起，振动声带，发出声音。发出的声音类似于“啊”字。
	[ʌ]	嘴巴张开，舌尖轻触下齿，舌后部抬向硬腭，振动声带，发出声音。
	[ɔ:]	嘴巴半张开，双唇收圆，稍微向前突，舌头向后缩，声音稍稍拉长。
	[ɔ][ɒ]	张大嘴巴，双唇稍收圆，比 [ɔ:] 略大，舌身向后收缩，声带振动，发出声音。
	[ɜ:]	嘴巴张开，唇形扁平，舌中部稍微抬起，口腔肌肉紧张起来，声音稍稍拉长。
	[ə]	嘴唇自然张开，呈扁平状，舌中部稍微抬起，与 [ɜ:] 相比，[ə] 发音较短促。

元音分类	音标	发音方法	 Track 003
	[u:]	双唇收圆并向前突, 使口腔肌肉紧张, 舌身向后缩, 舌后部抬高, 声音稍稍拉长。	
	[ʊ]	双唇呈圆形, 口形比 [u:] 略大, 舌身向后缩动, 向上抬起舌后部, 放松口腔肌肉, 发音短促。	
双元音	[aɪ]	嘴巴张大, 先发出 [a] 音, 口形变小, 舌位抬高, 滑向 [ɪ] 音, 舌尖抵住下齿。	
	[eɪ]	上齿和下齿分开, 先发出 [e] 音, 由单元音 [e] 滑向 [ɪ] 音, 唇形扁平, 中间自然过渡。	
	[ɔɪ]	嘴巴张大, 上下唇收缩, 先发 /ɔ/ 音(音长而清晰), 口形由圆形变为扁平状, 舌位由低变高, 自然滑向 /ɪ/, 振动声带发音。	
	[əʊ]	双唇作扁平状, 发出 /ə/ 音, 口形由扁平收成圆形(向前突出), 抬高舌位, 自然过渡至 /ʊ/ 音, 振动声带发音。	
	[aʊ]	嘴巴张大, 先发 /a/ 音, 口形逐渐变小, 舌位由低到高, 滑向 /ʊ/ 音, 振动声带发音。	
	[ɪə]	首先发 /ɪ/ 音, 嘴巴略微变大, 舌位由高降低, 自然滑向 /ə/ 音, 振动声带发音。	
	[ʊə]	双唇呈圆形突出, 先发出 /ʊ/ 音, 双唇变为扁平状, 舌位降低, 自然过渡到 /ə/ 音, 振动声带发音。	
	[eə]	嘴巴张开, 舌前部抬高, 发 /e/ 音滑向 /ə/, 舌身稍向后缩, 口形由半开变为扁平。	

辅音的发音方法

 Track 004

气流经过口腔或者鼻腔时受到阻碍形成的音叫做辅音。辅音一共有 28 个, 根据发音时声带是否振动, 可分为两类: 清辅音和浊辅音。发音时声带不振动, 只送气的为清辅音; 声带振动, 不送气的为浊辅音。下面我们就来学习一下这些辅音音标。

音标	发音方法
[p]	闭紧双唇, 憋住气, 然后突然张开, 让气流爆破而出, 声带不振动。
[b]	与 [p] 音类似, 只是声带要振动。
[t]	舌尖抵住上齿龈, 憋住气, 然后松开, 让气流从口腔爆破而出, 声带不振动。
[d]	与 [t] 音类似, 只是声带要振动。
[k]	将舌后部抬起紧贴软腭, 憋住气, 然后松开, 让气流爆破而出, 声带不振动。
[g]	与 [k] 音类似, 只是声带要振动。
[f]	下唇轻触上齿, 让气流从唇齿间缝隙通过, 摩擦成音, 声带不振动。
[v]	与 [f] 音类似, 只是声带要振动。

音标	发音方法
[θ]	舌尖轻抵上齿背，让气流从舌齿间通过，形成摩擦，声带要振动。
[ð]	上下齿轻轻咬住舌尖，让气流从牙齿缝隙中通过，声带要振动。
[s]	舌前端靠近上齿龈，但不接触，气流从舌前端和上齿龈间通过，声带不振动。
[z]	与 [s] 音类似，只是声带要振动。
[ʃ]	抬起舌前端靠近上齿龈后部，但不接触，舌身两侧紧贴于上腭，中间形成狭长的缝隙，让气流从缝隙而出，形成摩擦，声带不振动。
[ʒ]	与 [ʃ] 音类似，只是声带要振动。
[h]	嘴微微张开，让气流不受阻碍从口腔通过，只在通过声门时发生轻轻摩擦，声带不振动。
[r]	舌尖卷起靠近上齿龈后部，舌两侧轻抵上齿龈，气流从舌面和软腭间缝隙通过，发生摩擦，双唇微突，声带振动。
[ts]	舌尖抵住上齿龈形成阻碍，气流冲破阻碍而出，声带不振动。
[dz]	舌尖抵住上齿龈形成阻碍，气流冲破阻碍而出，声带振动。
[tʃ]	舌端抵住上齿龈后部形成阻碍，让气流冲破阻碍而出，声带不振动。
[dʒ]	与 [tʃ] 音类似，只是声带要振动。
[tr]	舌尖向上卷起，抵住上齿龈形成阻碍，双唇收圆略向前突，气流冲破阻碍而出，声带不振动。
[dr]	向上卷起舌尖贴住上齿龈，形成阻碍，双唇收圆微向前突，气流冲破阻碍而出，声带振动。
[m]	双唇紧闭，软腭下垂，让气流从鼻腔通过，声带振动。
[n]	舌尖抵住上齿龈形成阻碍，软腭下垂，让气流从鼻腔流出，声带振动。
[ŋ]	软腭下垂，将舌根抬起抵住软腭，气流从鼻腔流出，声带振动。
[w]	舌后部向软腭抬起，双唇收圆收小并向前突，声带振动。
[j]	舌前端向硬腭抬起，双唇伸平，舌尖轻触上齿，声带振动。
[l]	舌前端紧贴上齿龈，让气流从舌两侧通过，声带振动。

Syllables

音节

英语音节

几个拼起来发音的字母叫做音节，是读音的基本单位。任何单词都可以分为一个个音节来读，有一个音节的，也有两个音节和多个音节的。元音构成音节的主体，如

如果一个单词中有一个元音音素，那么这个单词就是单音节词，如 make（制造），hit（打击）；有两个元音音素就是双音节词，如 stu-dent（学生），ta-ble（桌子）；有三个或三个以上元音音素就是多音节词，如 to-ma-to（番茄），con-gra-tu-la-tion（祝贺）。

音节的划分方法

我们知道无论是单音节、双音节还是多音节词，都是由元音音素的个数决定的，所以在给单词划分音节时，不能只依据该词的拼写形式，而是要根据其语音形式来划分。以 seat 为例，从拼写上来看，seat 有两个元音字母，但这两个元音字母 ea 组合在一起发一个音 [i:]，所以 seat 只能算一个音节，即 seat 为单音节词。

音节的分类

根据单词的读音，音节可分为开音节和闭音节。

一、开音节

开音节是以元音字母结尾的音节，又可分为绝对开音节和相对开音节。

绝对开音节：以发音的元音字母结尾的音节，如 he, hi。

相对开音节：元音字母 + 辅音字母 + 不发音的字母 e，如 nice, take。

二、闭音节

辅音字母 + 元音字母 + 辅音字母构成的音节，如 big, cross。

Tones

语调

人们说话时声音的高低起伏、抑扬顿挫的停顿与语句重音结合在一起就构成了英语语调。声音的高低升降是语调的主干，其中最常用的有两种：升调 ↗ 和降调 ↘。一般情况下，疑问句要用升调，陈述句要用降调。但为突出强调某个或某些词，用以表达不同的含义时，也可以使用不同的语调，以表现人们怀疑、激动、感叹、强调等众多态度或情感的变化。

 Track 005

Are you hungry? ↗

The movie was very interesting. ↘

↘ Jenny likes flowers very much. （喜欢花的是珍妮）

Jenny likes ↘ flowers very much. （珍妮喜欢的是花）

I beg your ↗ pardon. （表示没听清楚对方的话，希望对方再重复一遍）

Part 2

Basic Words

基础词汇

Human Body

人体



Track 006

英语	汉语	音标
hair	头发	[heə]
head	头部	[hed]
face	脸	[feɪs]
eyebrow	眉毛	['aɪbrəʊ]
eye	眼睛	[aɪ]
nose	鼻子	[nəʊz]
ear	耳朵	[ɪə]
mouth	嘴	[maʊθ]
jaw	下巴	[dʒɔ:]
neck	脖子	[nek]
arm	胳膊	[a:m]
tummy	肚子	['tʌmɪ]
back	背	[bæk]
waist	腰	[weɪst]
hand	手	[hænd]
finger	手指	['fɪŋɡə]
palm	手掌	[pɑ:m]
nail	指甲	[neɪl]
bottom	臀部	['bɒtəm]
leg	腿	[leg]
thigh	大腿	[θaɪ]
calf	小腿	[ka: f]
foot	脚	[fʊt]
toe	脚趾	[təʊ]
toenail	脚趾甲	['təʊneɪl]
liver	肝脏	['lɪvə]
spleen	脾脏	[spli:n]
large intestine	大肠	[la:dʒ] [ɪn'testɪn]
small intestine	小肠	[smɔ:l] [ɪn'testɪn]

英语	汉语	音标
kidney	肾	['kɪdnɪ]
stomach	胃; 腹部	['stʌmək]
chest	胸口	[tʃest]
heart	心脏	[ha:t]
bone	骨头	[bəʊn]

Food

食物

 Track 007

英语	汉语	音标
pumpkin	南瓜	['pʌmpkɪn]
cabbage	卷心菜	['kæbɪdʒ]
onion	洋葱	['ʌnjən]
ginger	姜	['dʒɪndʒə]
eggplant	茄子	['egplɑ:nt]
carrot	萝卜	['kærət]
potato	马铃薯	[pə'tetəʊ]
mushroom	蘑菇	['mʌʃrʊm]
banana	香蕉	[bə'na:nə]
apple	苹果	['æpl]
orange	橘子	['ɒrɪndʒ]
pear	梨	[peə]
mango	芒果	['mæŋgəʊ]
pineapple	菠萝	['paɪnæpl]
strawberry	草莓	['strɔ:bəri]
grape	葡萄	[greɪp]
leechee	荔枝	['li:tʃi:]
cherry	樱桃	['tʃeri]



英语	汉语	音标
grapefruit	葡萄柚	['greɪpfɹu:t]
lemon	柠檬	['lemən]
kiwi fruit	猕猴桃	['ki:wi:] [fɹu:t]
peach	桃	[pi:tʃ]
watermelon	西瓜	['wɔ:təmelən]
pomegranate	石榴	['pɒmɪgrænit]
bread	面包	[bred]
cake	蛋糕	[keɪk]
chocolate	巧克力	['tʃɒklət]
sandwich	三明治	['sænwɪdʒ]
cola	可乐	['kəʊlə]
yoghourt	酸奶	['jəʊgət]
milk	牛奶	[mɪlk]

Shopping

购物



Track 008

英语	汉语	音标
trousers	裤子	['traʊzəz]
skirt	裙子	[skɜ:t]
shirt	衬衫	[ʃɜ:t]
suit	西服	[su:t]
tie	领带	[taɪ]
belt	腰带	[belt]
coat	外套	[kəʊt]
jacket	夹克	['dʒækɪt]
sneaker	帆布鞋	['sni:kə]
lotion	乳液	['ləʊʃn]
cleanser	洗面奶	['klenzə]
eyeliner	眼线笔	['aɪ,laɪnə]