

新东方学校口语、语音指定教材

• 主编 李 莘 赵东坡
• 副主编 杨小元 杨 李

爱语音 美语发音 精讲精练

数十万学员验证速成效果 用正确的方法塑造完美美音
新东方语音组老师十年教学经验结晶

LOVE SPEECH
American English
Pronunciation



中国人民大学出版社



爱语音 · 美语发音 精讲精练

主 编 李 莘 赵东坡

副主编 杨小元 杨 李

中国人民大学出版社
· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

爱语音·美语发音精讲精练 / 李莘, 赵东坡主编

北京: 中国人民大学出版社, 2010

ISBN 978-7-300-12344-8

I. ①爱…

II. ①李…②赵…

III. ①英语 - 发音 - 美国 - 教材

IV. ①H311

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 118866 号

爱语音·美语发音精讲精练

主 编 李 莘 赵东坡

副主编 杨小元 杨 李

Aiyuyin · Meiyu Fayin Jingjiang Jinglian

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.lkao.com.cn> (中国 1 考网)

经 销 新华书店

印 刷 北京易丰印刷有限责任公司

规 格 185 mm × 260 mm 16 开本

版 次 2010 年 7 月第 1 版

印 张 9.25

印 次 2010 年 7 月第 1 次印刷

字 数 181 000

定 价 30.00 元 (含光盘一张)

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

编委会

主 编 李 莘 赵东坡

副主编 杨小元 杨 李

编者(按字母顺序排列)

丁天杨 李 元 苏 巍

王进杰 王京竹 张松梅

主编序

还在学习口语的同学们，你们有没有过这样的痛苦：想学口语，但就是学不会口语。口语真烦，看不见也摸不着，和应试相比，真痛苦。有这样痛苦经历的同学是 100% 的，但能够越过痛苦、享受口语的人就不一定有 50% 了，你能否越过痛苦，享受口语的快乐，那就要看你怎么学了。

学口语最难的是选口语教材，既要与时俱进，又要保持权威，是一件极其不容易做到的事情。国外的权威出版机构很多，出版了数不胜数的图书，但你要是真的教起来，会发现还真没有一本特适合我们中国同学学口语的。中国同学的口语学习有以下特点：

1. 句型、词汇背诵量大，但开口讲话胆量小。
2. 视觉语法特别好，但抽象运用语法的能力差。
3. 英语阅读内容多，但口语实践活动少。
4. 所获取的信息量大，但思维分析能力差。

Language Is Fluent and Fluid. 语言既要流利，又要流畅。就像你自己的语言一样，对话式的英语都有一个非常顺滑和流畅的声音。想象一下，你正在一个干涸的河床上闭着眼睛行走。每次你遇到一块岩石，都会被它绊倒，于是你停下来，然后又继续走，又会被下一块岩石绊倒。这就是一个普通的外国人说英语的方式。它会非常缓慢、非常笨拙甚至非常痛苦。现在想象一下，你是一道激流，通过同样的河床——岩石不是问题，对吗？你只要在它们周围冲过去，而且还不用减缓你顺滑的水流。这就是我想让你在英语中抓住的感觉。

改变你过去的说话习惯和从手动挡改为自动挡十分相似。是的，你会继续去找一会儿挡的位置，你的脚还试着去找离合器踏板，但是这种情况不久就会逐渐停止。你现在也必须要考虑你的话语多于你的行动。同样，当你第一次学习开车时，你会非常有意识和敏感。你最终将放松下来，并能同时应付不同的成分。

学习新的语音就是一次冒险。勇敢些！野生地夸张！你也许会担心由于加上了中式口音，美国人会笑话你，但我向你保证，他们甚至都不会注意到。他们只会想你终于学会正确地谈话了。祝你的语音好运！

针对中国同学学习口语的特点，《爱语音》制定的教学目标是：让每个中国学生都能拥有一口漂亮的美式发音，让你从自己的发音练习中找到语感，找到自信。在同学们学习口语的初期，特别是开口阶段，我们鼓励同学放开胆量，不要太过在乎语法和发音，只要能大胆开口发出声音就好。《爱语音》就好像在青少年牙齿不齐时及时戴上牙套矫正一样，及时矫正语音，让你的未来能够“说得漂亮”！

前言

早想把语音知识整理出一些简单、直接、有效的内容来，然而由于工作的忙碌，加上惯常的懒惰和对大量琐碎工作的恐惧，一直未能实现。这次有幸在李莘老师的带领下，新东方听力口语部语音项目组的各位兄弟姐妹们倾力合作，我们从繁复的语音知识体系中精选了对学生最为实用、有效的内容，把荟萃了多年教学经验的材料整理成书，希望能够帮助广大英语爱好者切实地提高语音水平和应用能力。

本书内容相对紧凑，知识体系比较全，练习内容精练，适合想通过一定练习掌握基础美语发音的同学。

在口语教学越来越受重视的今天，语音的学习也变得日益重要起来。语音基础的好坏，直接关系到听说练习的各个层面。然而，大多数听力、口语刚刚入门的朋友并没有掌握迅速有效的语音学习方法，结果在听说练习过程中走了不少弯路。笔者在多年语音教学的基础上，结合了大量的教学经验，把一些实用、有效的语音知识总结出来，去除了一些没必要掌握的理论性知识，努力使大家在练习过程中能够直接、迅速、有效地提高发音水平，克服听力障碍。

语音的掌握，实际上需要学习的知识量并不大，对词汇量更没有什么特殊要求，只要有初中，甚至初一的英语基础，就可以对发音知识进行比较系统全面的总结。听说能力提高的过程中，语音是首当其冲要掌握的，也是最简单、最基础的。但要认识到，我们学语音，可不是学几个国际音标就行的，语音知识体系中包括的内容有：音素的发音（包括元音和辅音）、重音（包括单词、短语和句子）、语调、连读、缩读和弱读等等。这些部分所涉及的内容既相对独立又有一定的关联，因此必须系统掌握、综合运用才行。其中，音素发音要领的掌握主要涉及听力分辨能力的培养，发音感觉的熟悉及相关必要的技巧解析；重音涉及对英语语言节奏由浅入深的理解，从单词慢慢过渡到短语和句子，重音技巧和规则的掌握，直接涉及对英语语言节奏感的培养和对英语语调的最终熟练掌握和运用；连读、缩读和弱读是听力中最让人头痛的问题，这些知识的理解、感觉、积累和运用，是需要较长时间的练习和琢磨的。练习中不要只停留在音的变化现象的表层，一定要深入到精确的听力分辨能力的培养和加快听力反应速度的练习中去，才能最终吃透、理解并运用。

如果不去实践的话，任何好方法都是没用的方法。如果踏踏实实认真地学习并实践，最笨的方法也能练出高手来。希望大家能用好这本书，尽量多地解决基础发音所带来的问题，尽早实现说出流利英语的梦想。

感谢中国人民大学出版社的何冬梅、谢晓春等编辑老师，我们把后期编辑和校对的工作完全交给了她们。是她们辛勤的劳动，使这本小书最终得以顺利出版。

赵东坡

2010年6月北京

[CONTENTS]

目 录

Lesson 1	I Can Say My ABC.....	1
Lesson 2	元音 [i].....	11
Lesson 3	元音 [i:].....	13
Lesson 4	比较 [i] 和 [i:].....	15
Lesson 5	元音 [e].....	17
Lesson 6	比较 [i] 和 [e].....	19
Lesson 7	元音 [ei].....	21
Lesson 8	比较 [e] 和 [ei].....	23
Lesson 9	元音 [æ].....	25
Lesson 10	比较 [æ] 和 [e].....	27
Lesson 11	元音 [ə].....	29
Lesson 12	元音 [a].....	31
Lesson 13	元音 [ɔa].....	33
Lesson 14	比较 [a] 和 [ɔa].....	35
Lesson 15	元音 [ai].....	37
Lesson 16	元音 [u].....	39
Lesson 17	元音 [u:].....	41
Lesson 18	比较 [u] 和 [u:].....	43
Lesson 19	元音 [əu].....	45
Lesson 20	元音 [au].....	47
Lesson 21	元音 [ɔi].....	49
Lesson 22	比较 [ai], [au] 和 [ɔi].....	51
Lesson 23	元音 [ər].....	53

Lesson 24	[r] 前面的元音	55
Lesson 25	辅音 [p] 和 [b]	58
Lesson 26	辅音 [t] 和 [d]	60
Lesson 27	辅音 [k] 和 [g]	62
Lesson 28	辅音 [ts] 和 [dz]	64
Lesson 29	辅音 [tr] 和 [dr]	66
Lesson 30	辅音 [tʃ] 和 [dʒ]	68
Lesson 31	辅音 [f] 和 [v]	70
Lesson 32	辅音 [θ] 和 [ð]	72
Lesson 33	辅音 [s] 和 [z]	74
Lesson 34	辅音 [ʃ] 和 [ʒ]	76
Lesson 35	辅音 [h]	78
Lesson 36	辅音 [r]	80
Lesson 37	辅音 [m]	82
Lesson 38	辅音 [n]	84
Lesson 39	辅音 [ŋ]	86
Lesson 40	辅音 [l]	88
Lesson 41	辅音 [j]	90
Lesson 42	辅音 [w]	92
Lesson 43	冠词的读法	94
Lesson 44	名词复数与动词第三人称单数	96
Lesson 45	动词 +ed	97
Lesson 46	重读	98
Lesson 47	连读	106
Lesson 48	基本语调	110
Lesson 49	弱读与缩读	115
Lesson 50	VOA 慢速英语文章选读	122

Lesson

1

I Can Say My ABC

Part I 字母表

大写	小写	国际音标
A	a	[ei]
B	b	[bi:]
C	c	[si:]
D	d	[di:]
E	e	[i:]
F	f	[ef]
G	g	[dʒi:]
H	h	[eitʃ]
I	i	[ai]
J	j	[dʒei]
K	k	[kei]
L	l	[el]
M	m	[em]
N	n	[en]
O	o	[əu]
P	p	[pi:]
Q	q	[kju:]
R	r	[ɑ:(r)]
S	s	[es]
T	t	[ti:]
U	u	[ju:]
V	v	[vi:]
W	w	[ˈdʌblju:]
X	x	[eks]
Y	y	[wai]
Z	z	[zi:]

具有相同元音的字母分组

[ei]	[i:]	[ai]	[e]	[u:]	[ɑ:(r)]	[əu]
A, H, J, K	B, C, D, E, G, P, T, V, Z	I, Y	F, L, M, N, S, X	Q, U, W	R	O

Part II 常用首字母缩写

请大声朗读以下常用首字母缩写，注意每个字母的发音。

A

ABC (American Broadcasting Corporation) 全美广播公司

AD (Anno Domini) 公元

ADSL (Asymmetric Digital Subscriber Line) 非对称数字用户线路；宽频

ASAP (As Soon As Possible) 尽快

ATC (Air Traffic Control) 航空管制

ATM (Automatic Teller Machine) 自动取款机

B

BA (Bachelor of Arts) 文学学士

BC (Before Christ) 公元前

BFA (Bachelor of Fine Arts) 美术学士

BM (Bachelor of Medicine) 医学学士

BMDS (Ballistic Missile Defense System) 弹道导弹防御系统

BMW (Bavarian Motor Works) 德国宝马汽车公司

BS (Bachelor of Science) 理学学士

BTW (By The Way) 顺便 (说一句)

BW (Band Width) 频带宽度

C

CBD (Central Business District) 中央商务区

CBS (Columbia Broadcasting System) 哥伦比亚广播公司

CC (Carbon Copy) 抄送

CCB (China Construction Bank) 中国建设银行

CEO (Chief Executive Officer) 首席执行官

CIA (Central Intelligence Agency) 中央情报局

CNN (Cable News Network) 美国有线电视新闻网

CPU (Central Processing Unit) 中央处理器



D

- DB** (Daily Bulletin) 每日公报
DBS (Direct-broadcast Satellite) 直播卫星
DC (Direct Current) 直流电
DIY (Do It Yourself) 自己动手
DJ (Disc Jockey) 现场播放音乐的人
DNA (Deoxyribonucleic Acid) 脱氧核糖核酸
DNS (Domain Name Server) 域名服务器

E

- EC** (European Community) 欧共体
ECG (Electrocardiogram) 心电图
EHV (Extra High Voltage) 超高压
EMS (Express Mail Service) 邮政特快专递
EO (Easter Orthodox) 东正教
EQ (Emotional Quotient) 情商
ESL (English as a Second Language) 非母语英语课程
EU (European Union) 欧洲联盟

F

- FB** (Feed Back) 反馈
FBI (Federal Bureau of Investigation) 美国联邦调查局
FCFS (First Come, First Served) 先来先服务
FDA (Food and Drug Administration) (美国) 食品及药物管理局
FE (Further Education) 成人教育, 继续教育
FM (Frequency Modulation) 调频
FY (Fiscal Year) 财政年度, 会计年度

G

- GE** (General Electric) (美国) 通用电气
GHG (Green House Gas) 温室气体
GMT (Greenwich Mean Time) 格林尼治标准时间
GO (General Office) 总部, 总局
GPA (Grade Point Average) (美) 平均成绩
GPS (Global Positioning System) 全球定位系统
GW (Gross Weight) 毛重

H

HDTV (High Definition Television) 高清电视
HHS (Department of Health and Human Services) (美国) 卫生和福利部
HIV (Human Immunodeficiency Virus) 艾滋病病毒
HO (Head Office) 总公司, 总店, (银行) 总行
HR (Human Resources) 人力资源
HSLN (High Speed Local Network) 高速局部网
HTML (Hypertext Markup Language) 超文本链接标示语言
HTTP (Hypertext Transfer Protocol) 万维网服务程序所用的协议

I

ICU (Intensive Care Unit) 加护病房
i.e. (id est) 即, 就是
IMF (International Monetary Fund) 国际货币基金组织
IOC (International Olympic Committee) 国际奥林匹克委员会
IP (Internet Protocol) 网际协议
IQ (Intelligence Quotient) 智商
ISO (International Organization for Standardization) 国际标准化组织
IT (Information Technology) 信息技术

J

JAA (Japan Asia Airways) 日本亚细亚航空
JAB (Japan Accreditation Board for Conformity Assessment) 日本合格评定认可协会
JAF (Joint Armed Forces) 联合武装部队
JFK (John Fitzgerald Kennedy) 肯尼迪 (美国第 35 任总统)
JST (Japan Standard Time) 日本标准时间
JV (Joint Venture) 合资企业
JVC (Japan Victory Company) 日本胜利公司

K

K (Karat) 克拉
KB (Kilobytes) 千字节
KCC (Kennedy Cultural Center) (美) 肯尼迪文化中心
KFC (Kentucky Fried Chicken) 肯德基
KG (Kilogram) 千克, 公斤
KKK (Ku Klux Klan) 三 K 党
KMPS (Kilometers Per Second) 千米 / 秒, 公里 / 秒
KMT (Kuo Min Tang) 中国国民党



L

LA (Los Angeles) 洛杉矶
LAAS (Local Area Augmentation System) 局域增强系统
LCD (Liquid Crystal Display) 液晶显示器
LDC (Less Developed Country) 不发达国家
LNG (Liquefied Natural Gas) 液化天然气
LOA (Letter of Agreement) 协议书
LPG (Liquefied Petroleum Gas) 液化石油气
LRCS (League of Red Cross Societies) 红十字会协会
LSE (London Stock Exchange) 伦敦证券交易所
LV (Laser Vision) 激光视盘
LZ (Landing Zone) 登陆区

M

MA (Master of Arts) 文学硕士
MBA (Master of Business Administration) 工商管理硕士
MDS (Master of Dental Surgery) 牙科硕士
MFN (Most Favored Nation) 最惠国
MPA (Master of Public Administration) 公共管理硕士
MS (Master of Science) 理学硕士
MSG (Monosodium Glutamate) 味精

N

NBA (National Basketball Association) (美国) 全国篮球协会
NBC (National Broadcasting Corporation) (美国) 全国广播公司
NGO (Non-Government Organization) 非政府组织
NOS (New Oriental School) 新东方学校
NPC (National People's Congress) 全国人民代表大会
NSA (National Security Agency) 国家安全局
NYPD (New York City Police Department) 纽约市警察局

O

OA (Office Automation) 办公自动化
OJT (On the Job Training) 在职培训
OOS (Out Of Stock) 缺货, 无库存
OR (Operating Room) 手术室
OS (Operating System) 操作系统
OTC (Office of Technical Cooperation) (联合国) 技术合作处

P

PBC (People's Bank of China) 中国人民银行
PBS (Public Broadcasting Service) (美国) 公共广播公司
PCG (Phonocardiogram) 心音图
PhD (Doctor of Philosophy) 博士学位
PPS (Precise Positioning Service) 精密定位服务
PPC (Pay Per Click) 点击付费竞价广告
P.S. (Postscript) 附言

Q

Q&A (Questions and Answers) 常见问题问答集
QAAS (Quality Assurance Acceptance Standards) 质量保证验收标准
QC (Quality Control) 质量控制
QI (Quality Index) 质量指标
QRC (Quick Reaction Capability) 快速反应能力

R

R&B (Rhythm and Blues) 蓝调音乐
RBC (Royal Bank of Canada) 加拿大皇家银行
R&D (Research and Development) 研究开发
RF (Radio Frequency) 射频
RPG (Role Play Game) 角色扮演游戏
R&R (Rest and Recuperation) 休养与恢复

S

SDTV (Standard Definition Television) 标清电视
SEM (Search Engine Marketing) 搜索引擎营销
SJ (Society of Jesus) 耶稣会
SOS 国际通用求救信号
SP (Service Provider) 服务提供商
SPCA (Society for the Prevention of Cruelty to Animals) (英国) 动物保护协会
SPF (Sun Protection Factor) 防晒系数
SSA (Social Security Administration) (美国) 社会保障总署
STB (Set-Top Box) 机顶盒

T

TA (Teaching Assistant) 助教
TB (Tuberculosis) 肺结核



TBA (To Be Announced) 应予宣布, 应予发表

TBC (The Boeing Company) 波音 (飞机) 公司

TBD (To Be Determined) 待决定

TDB (Trade and Development Board) (联合国) 贸易和发展委员会

U

UAE (United Arab Emirates) 阿拉伯联合酋长国

UAL (United Air Lines) (美国) 联合航空公司

UCG (Ultrasonic Cardiogram) 超声心电图

UCLA (University of California at Los Angeles) (美国) 加利福尼亚大学洛杉矶分校

UFO (Unidentified Flying Object) 不明飞行物

UK (United Kingdom) 英国, (大不列颠) 联合王国

UN (United Nations) 联合国

USA (United States of America) 美国

V

VC (Vitamin C) 维生素 C

VCR (Video Cassette Recorder) 录像机

VIP (Very Important Person) 贵宾

VR (Virtual Reality) 虚拟现实

W

WADA (World Anti-Doping Agency) 世界反兴奋剂机构

WHO (World Health Organization) 世界卫生组织

WIPO (World Intellectual Property Organization) 世界知识产权组织

WTO (World Trade Organization) 世界贸易组织

WWW (World Wide Web) 万维网

X

XD (Ex-dividend) 无股息, 无红利

XL (Extra Large) 特大号

XQ (Cross Question) 交叉问题, 相互提问

XRT (X-Ray Technique) X 射线技术

XS (Extra Small) 特小号

XTE (Cross Track Error) 偏航距

Y

YF (Yellow Fever) 黄热病

YHA (Youth Hostel Association) 青年旅舍协会

YMCA (Young Men's Christian Association) 基督教青年会

YOB (Year of Birth) 出生年

YWCA (Young Women's Christian Association) 基督教女青年会

Z

ZEG (Zero Economic Growth) 经济零增长

ZI (Zone of Interior) 后方地带，美国本土

Zn (Zinc) 锌

ZPG (Zero Population Growth) 人口零增长

ZT (Zone Time) 区时

Part III 字母歌

A B C D E F G, H I J K L M N, O P Q, R S T, U V W, X Y Z, X Y Z, now you see, I can say my ABC.

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U and V W X Y and Z. Now I've learned my ABCs. Tell me what you think of me!

Part IV 缩写和美国州名

缩写	美国州名
AL	Alabama 亚拉巴马
AK	Alaska 阿拉斯加
AZ	Arizona 亚利桑那
AR	Arkansas 阿肯色
CA	California 加利福尼亚
CO	Colorado 科罗拉多
CT	Connecticut 康涅狄格
DE	Delaware 特拉华
DC	District of Columbia 哥伦比亚特区
FL	Florida 佛罗里达
GA	Georgia 佐治亚



HI	Hawaii 夏威夷
ID	Idaho 爱达荷
IL	Illinois 伊利诺伊
IN	Indiana 印第安纳
IA	Iowa 艾奥瓦
KS	Kansas 堪萨斯
KY	Kentucky 肯塔基
LA	Louisiana 路易斯安那
ME	Maine 缅因
MD	Maryland 马里兰
MA	Massachusetts 马萨诸塞
MI	Michigan 密歇根
MN	Minnesota 明尼苏达
MS	Mississippi 密西西比
MO	Missouri 密苏里
MT	Montana 蒙大拿
NE	Nebraska 内布拉斯加
NV	Nevada 内华达
NH	New Hampshire 新罕布什尔
NJ	New Jersey 新泽西
NM	New Mexico 新墨西哥
NY	New York 纽约
NC	North Carolina 北卡罗来纳
ND	North Dakota 北达科他
OH	Ohio 俄亥俄
OK	Oklahoma 俄克拉何马
OR	Oregon 俄勒冈
PA	Pennsylvania 宾夕法尼亚
RI	Rhode Island 罗德岛
SC	South Carolina 南卡罗来纳
SD	South Dakota 南达科他
TN	Tennessee 田纳西
TX	Texas 得克萨斯
UT	Utah 犹他