

每日 [ 朗读式 ] + [ 跟述式 ] 学习法, 28天练就漂亮发音、语调、口才!

A<sup>+</sup>

Talk  
Like  
Star A

# 15分钟英文早操

## 听电影学演说



配有CD

best before 9 a.m.

上海交通大学出版社

总编审◎王复国

作者·Jeff Hammons

每日 [ 朗读式 ] + [ 跟述式 ] 学习法, 28天练就漂亮发音、语调、口才!

A<sup>+</sup>

H319.9  
594

Talk  
Like  
Star A

# 15分钟英文早操

## 听电影学演说



上海交通大学出版社

总编审◎王复国

作者·Jeff Hammons

简体中文版由贝塔出版有限公司(Taiwan)授权出版发行  
十五分钟英文早操——听电影学演说,王复国总编审,  
Jeff Hammons 著,2004 年,第一版,ISBN:957-729-440-5

### 图书在版编目(CIP)数据

15 分钟英文早操. 听电影学演说/王复国编著. —上海:  
上海交通大学出版社, 2005

ISBN 7-313-03892-5

I. 11… II. 王… III. 英语—口语 IV. H319.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 012053 号

### 15 分钟英文早操

——听电影学演说

王复国 总编审

上海交通大学出版社出版发行

(上海市番禺路 877 号 邮政编码 200030)

电话:64071208 出版人:张天蔚

上海交大印务有限公司印刷 全国新华书店经销

开本:890mm×1240mm 1/32 印张:6.25 字数:171 千字

2005 年 2 月第 1 版 2005 年 2 月第 1 次印刷

印数:1~10050

ISBN 7-313-03892-5/H·791 定价(含 CD):20.00 元

---

版权所有 侵权必究





## 前言 Preface

说到学习英文,一般人可能只会想到单词、短语、句型、语法等,或许还有些人会想到发音、音标之类的问题,而市场上也不乏针对这些重点的图书,不过,一般人可能较少想到如何才能让自己的英文说得地道的问题。本书即是针对有心想把英文不仅说得“字正”,还说得“腔圆”的读者而设计的。本书每个单元有八个步骤,简明易学,用意为使读者能按部就班,每天利用约十五分钟的时间,来增强口语能力。另外,插图的主角一为公鸡,一为鹦鹉,各取其啼叫(教学者)及模仿(学习者)的特点,配合相关电影场景,做幽默的表现,来帮助读者增加学习兴趣。以下便简介本书的学习重点:

### 当英语“念”上您的唇 ▶▶▶

在口译的基础技巧中,有一种练习叫做“跟述练习”,亦即一面听着外文,一面跟着念。此技巧透过即时复诵的动作,来增进口语表达的语感和流利度。本书每一章的范文皆依此学习理念而设计。

### 当英语“练”上您的唇 ▶▶▶

本书另一个学习设计,就是透过短语、翻译、发音重点的解说,来帮助读者更深入地明白个中诀窍。在通篇文章及朗读技巧都掌握之后,读者再利用所习得的资讯,模仿范文中的重音、语调、表情、速度、停顿等细节。也就是说,透过这个不断练习的过程,读者可不断地将技巧内化,逐渐加强口说能力、培养英语语感。

### 当英语“恋”上您的唇 ▶▶▶

英语学习的过程像什么?像砍柴挑水般地辛苦一肩挑?还是也可以像恋人相爱一样,软语呢喃不嫌多?学英语可以不必是件苦差事,您不妨每天跟英语约个会,用短短十五分钟的时间练习说情话,让英语“恋”上您的唇,好好经营彼此之间的感情。

本书的内容皆选自相关电影对白,经发挥改写而成,除了可增加学习兴趣外,亦有实用的价值。希望读者在学习后,能够活用本书的内容,在公开说话的场合中,说一口地道的英文口语。谨将此书献给有心学习英语的您。



## 学习设计 *About This Book*

本书着重“口语表达能力”的训练,因此在设计上强调听和说的练习。本书每一章节有八个步骤,穿插着听、说、读等不同的学习活动,希望能帮助读者循序渐进地培养口语表达能力。不过,由于每个人感兴趣的范围不同,所以读者在使用时,或许就会照自己的需求来决定阅读的顺序,而不会按照本书固有的设计;但我们还是建议读者,尽量采取本书所规划的学习步骤及每日十五分钟的时间安排,并从中获益。以下便将一章当中,学习步骤的设计理念说明如下:

|         | 步骤     | 单元                                                                                        | 学习目标                                                                   |
|---------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 开始      | STEP 1 |  开场      | 精选知名电影之对白,为短文暖身,营造主题情境。                                                |
| 第 1 分钟  | STEP 2 |  本片开始    | <b>跟述 阶段</b><br>“跟述”乃口译基本技巧,简单来说就是一面听一面跟着念。这里用来刺激耳朵敏感度,并以达到训练舌头灵活度为目的。 |
| 第 4 分钟  | STEP 3 |  妙语如珠    | 阅读主题短语,立即套用。                                                           |
| 第 5 分钟  | STEP 4 |  中文字幕    | 阅读范文翻译,了解通篇文章。                                                         |
| 第 6 分钟  | STEP 5 |  吊嗓时间  | <b>朗读 阶段</b><br>此乃口语训练技巧之一,由聆听短文的停顿和重音细节,掌握英语抑扬顿挫,模仿感情语气,以精准表达感动人心。    |
| 第 9 分钟  | STEP 6 |  焦点对白  | <b>发音强化 阶段</b><br>详述发音诀窍,加强发音重点例句练习,提升口说语感。                            |
| 第 11 分钟 | STEP 7 |  精彩重播  | <b>内化 阶段</b><br>根据提示回想短文,化为长期记忆。                                       |
| 第 14 分钟 | STEP 8 |  快闪答题客 | 做个简单小测验,评量学习成效,完整学习。                                                   |
| 第 15 分钟 |        |                                                                                           |                                                                        |

在 STEP2 的时候将该轨录音听两遍;STEP5 和 STEP7 的时候再将 STEP2 的音轨各听一遍。

1

15 分钟英文早操 Public Talks

4

STEP 3

录音时间

5

CD-03 听第三遍

听的时候,特别注意停顿和强调的地方。  
听完后,模仿 CD 语气,多朗读几遍。

Good afternoon. // Allow me / to introduce myself. /  
My name / is Fred Barnes. // You can call me / Mr.  
Barnes. // I'm your new manager. // I'm looking  
forward / to getting to know / all of you better. // But  
for now, / what you need to know about me / is this:  
// I / am / passionate / about fried chicken. // Be-  
coming your leader here at Captain Crispy / is a  
dream come true for me. My goal is simple / but  
ambitious. // I want Captain Crispy chicken / to be  
the best chicken on the planet.

2

3

1 打招呼—自我介绍

STEP 4

重点对白

读完发音重点说明后,听 CD 并练习例句。

I am passionate about fried chicken.

请注意听,巴恩斯先生表达对炸鸡有多么热爱的时候,重音是放在“passionate”的第一音节上:“I am passionate about fried chicken.”偶尔加重某些词的发音(但不要过头),对加强英文颇有用。

Practice: 模仿李洁昕 CD 示范,重读能习以下例句。

CD-04

I am passionate about fried chicken.  
(我热爱炸鸡。)

I said “here”, not “dear”.  
(我说“here”,不是“dear”。)

He was the only one who knew the answer.  
(他是“唯一”知道答案的人。)

① 书名

② 部名

③ 章名

④ 单元名称

⑤ 步骤说明

⑥ CD 音轨

⑦ 粗体为加重音的地方

⑧ 斜线表停顿的地方,斜线愈多表示停顿时间越久。

⑨ 粗体为发音重点





## 强档精选集

### I *Saying Hello*

#### 打招呼

- |   |                                     |               |    |
|---|-------------------------------------|---------------|----|
| 1 | Introducing Yourself                | 自我介绍.....     | 3  |
| 2 | Introducing Yourself in a New Class | 在新班级自我介绍..... | 9  |
| 3 | Introducing a New Colleague         | 介绍新同事.....    | 15 |
| 4 | Introducing Your Fiancée            | 介绍未婚妻.....    | 21 |

### II *Expressing Anger*

#### 表达愤怒

- |   |                                   |                |    |
|---|-----------------------------------|----------------|----|
| 5 | Laying down the Law               | 立下规矩.....      | 29 |
| 6 | Frustrated with Faulty Technology | 受挫于有问题的科技产品... | 35 |
| 7 | Chewing Someone out               | 痛骂某人.....      | 41 |
| 8 | Expressing Exasperation           | 表达愤怒.....      | 47 |

### III *Inspiration and Motivation*

#### 鼓舞士气

- |    |                               |             |    |
|----|-------------------------------|-------------|----|
| 9  | A Crazy Plan                  | 疯狂之事.....   | 55 |
| 10 | The Coach Motivates the Team  | 教练鼓舞球队..... | 61 |
| 11 | The Boss Inspires the Workers | 老板鼓励员工..... | 67 |
| 12 | The Sales Pitch               | 推销叫卖.....   | 73 |

## IV *Announcements*

### 公布声明

- |    |                                      |             |    |
|----|--------------------------------------|-------------|----|
| 13 | Do not Panic                         | 别慌张·····    | 81 |
| 14 | The Principal Announces<br>the Rules | 校长宣布规则····· | 87 |
| 15 | A Public Apology                     | 公开道歉·····   | 93 |
| 16 | An Amazing Discovery                 | 惊奇的发现·····  | 99 |

## V *Taking a Stand*

### 采取立场

- |    |                           |              |     |
|----|---------------------------|--------------|-----|
| 17 | Plotting a Mutiny         | 预谋叛变·····    | 107 |
| 18 | Opposing Unethical Action | 反对不道德行为····· | 113 |
| 19 | Protesting                | 抗议·····      | 119 |
| 20 | Quitting a Job            | 辞职·····      | 125 |

## VI *At the Party*

### 在派对上

- |    |                                  |              |     |
|----|----------------------------------|--------------|-----|
| 21 | A Speech at the Company<br>Party | 公司酒会的演说····· | 133 |
| 22 | The Baby Shower                  | 新生儿庆贺会·····  | 139 |
| 23 | Making a Wedding Toast           | 婚礼敬酒·····    | 145 |
| 24 | The Birthday                     | 生日·····      | 151 |

## VII *Saying Goodbye*

### 道别离

- |    |                            |           |     |
|----|----------------------------|-----------|-----|
| 25 | Giving a Eulogy            | 颂词·····   | 159 |
| 26 | Giving a Retirement Speech | 退休感言····· | 165 |
| 27 | Giving a Graduation Speech | 毕业致词····· | 171 |
| 28 | Saying Goodbye             | 再见·····   | 177 |

## 附录

183





*Saying Hello*

---

打招呼



# 1 自我介绍

## *Introducing Yourself*



CD-02

STEP 1



开 场

请看导言,帮你营造学习情境。

第一印象至关重要。向一群新同事自我介绍时,你得小心措词。你可以 *The Great American Chase* (暂译:美国追追追) 中 Wile E. Coyote 的台词为范本: Allow me to introduce myself. My name is Wile E. Coyote ... Genius. 你大概不是天才,不过就算是,也可能想拿掉那一句,改用比较谦逊的说法,就像 *UHF* (暂译:电视台风云) 中 George Newman (艾尔·扬科维克饰) 所说的: Hi, I'm George Newman. I'm the new station manager.

## STEP 2



## 本片开始—Action!

听完一遍后,再跟述一遍。  
当然,你能多听几遍更好。

*Fred Barnes is the new manager of Captain Crispy, a small restaurant specializing in fried chicken. On his first day in charge of the restaurant, he addresses the three staff members who will be working under him.*

Good afternoon. Allow me to introduce myself. My name is Fred Barnes. You can call me Mr. Barnes. I'm your new manager. I'm looking forward to getting to know all of you better. But for now, what you need to know about me is this: I am passionate about fried chicken. Becoming your leader here at Captain Crispy is a dream come true for me. My goal is simple but ambitious. I want Captain Crispy chicken to be the best chicken on the planet.



## STEP 3



## 妙语如珠

与主题相关的短语解释,都在这里!

- Allow me to introduce myself. 请容我自我介绍。
- My name is [ ]. 我叫( )。
- You can call me [ ]. 你们可以叫我( )。
- I'm your new [ ]. 我是你们新的( )。
- I'm looking forward to getting to know all of you better. 我很期待进一步认识各位。
- What you need to know about me is this. 你们只需知道这件事。

## STEP 4



## 中文字幕

要看字幕吗? 来这儿就对了。

福莱德·巴恩斯是一家小餐厅新的经理,这家餐厅名叫 Captain Crispy, 专卖炸鸡。第一天走马上任负责管理餐厅,福莱德向三名即将成为他属下的员工发表谈话。

下午好,请容我自我介绍。我叫福莱德·巴恩斯,你们就叫我巴恩斯先生。我是你们的新经理,很期待进一步认识各位,不过目前,关于我本人,你们只需知道一件事:我热爱炸鸡。到 Captain Crispy 来带领各位,对我而言就像梦想成真。我的目标很简单,但很远大。我希望 Captain Crispy 的炸鸡成为全球首屈一指的炸鸡。

## STEP 5



## 吊嗓时间

听的时候,特别注意停顿和强调的地方。  
听完后,模仿 CD 语气,多朗读几遍。

Good afternoon. // Allow me / to introduce myself. /  
My name / is Fred Barnes. // You can call me / Mr.  
Barnes. // I'm your new manager. // I'm looking  
forward / to getting to know / **all** of you better. // But  
for now, / what you need to know about **me** / is **this**:  
// I / am / **passionate** / about fried chicken. // Be-  
coming your leader here at Captain Crispy / is a  
dream come true for me. // My **goal** is simple / but  
ambitious. // I want Captain Crispy chicken / to be  
the **best** chicken on the planet.



## STEP 6



## 焦点对白

读完发音重点说明后,听 CD 并练习例句。

## I am passionate about fried chicken.

请注意听,巴恩斯先生表达对炸鸡有多么热爱的时候,重音是放在“passionate”的第一音节上:“I am **passionate** about fried chicken.”偶尔加重某些词的发音(但不要过头),对加强英文颇有用。

**Practice:** 接下来请听 CD 示范,重复练习以下例句。

CD-04

I am **passionate** about fried chicken.

(我热爱炸鸡。)

I said “**here**”, not “**dear**”.

(我说“here”,不是“dear”。)

He was the **only** one who knew the answer.

(他是“唯一”知道答案的人。)

## STEP 7



## 精彩重播

这一次听和念的时候，在脑袋里把空格都填好。  
不用写，也尽量不看书本。还不会的话，再听一次！

Good afternoon. \_\_\_\_\_. \_\_\_\_\_ Fred Barnes. \_\_\_\_\_ Mr. Barnes. \_\_\_\_\_ manager. \_\_\_\_\_ . But for now, \_\_\_\_\_ : I am passionate about fried chicken. Becoming your leader here at Captain Crispy is a dream come true for me. My goal is simple but ambitious. I want Captain Crispy chicken to be the best chicken on the planet.

## STEP 8



## 快闪答题客

做个简单小测验，评量学习成效。

请按照正确的逻辑顺序，重组以下句子。

You can call me Mr. Barnes. I'm your new manager.

My name is Fred Barnes. Allow me to introduce myself.

- ① \_\_\_\_\_ . ② \_\_\_\_\_ .  
③ \_\_\_\_\_ . ④ \_\_\_\_\_ .



答案  
揭晓

- ① Allow me to introduce myself. ② My name is Fred Barnes.  
③ You can call me Mr. Barnes. ④ I'm your new manager.



## 2

## 在新班级自我介绍

*Introducing Yourself in a New Class*

CD-05

## STEP 1



## 开 场

请看导言,帮你营造学习情境。

当老师请班上每一位同学上台自我介绍时,你是否会觉得头皮发麻? 如果你个性害羞,向一群陌生人作自我介绍,便可能让你感到不小的压力。你可以藉一点幽默来放松心情,就像 Tuxedo (燕尾服) 中 James Tong (成龙饰) 套用 Jame Bond 自我介绍的台词: The name's Tong. James Tong. 不然你也可从简,学 Finding Nemo (海底总动员) 中 Dory 所说的: Hello. My name is Dory.

## STEP 2



## 本片开始—Action!

听完一遍后,再跟述一遍。  
当然,你能多听几遍更好。

*Jill Howard is attending the first day of a creative writing class at the University of Iowa. Her teacher has asked each student to introduce themselves and to say something about why they enrolled in the class.*

Hi, everyone. I'm Jill. Jill Howard. I'm originally from Memphis, Tennessee, But I've lived everywhere. I've been in Germany and Korea and the Philippines and all over the U.S. My dad is in the military. I'm taking this class because I want to write about some of the experiences I've had while living abroad. I'd like to be a travel writer. I love words and I'm interested in all kinds of writing. I'm hoping to meet some people here who are also enthusiastic about writing.