

赠送微课程



THE INTERNATIONAL PHONETIC SYMBOLS

刘宏玉 编著

英语新手 国际音标



一学就会

国际音标从零学，标准美语轻松练
贴身美籍外教陪你练发音

学好国际音标三大步：

01

一学（基础篇）：
基础发音逐个攻破 —— 发音要领+例句跟读

二练（提升篇）：
多维朗读特训 ——

从读单词到读句子，
从说会话到讲短文

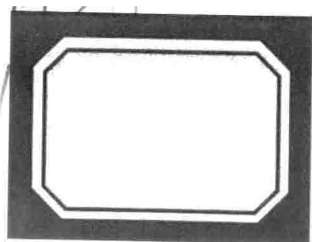
02

03

三提升（飞跃篇）：
字母能当音标用；自然拼读法一览
完美发音看细节：语音语调特训
（省音、连读、不完全爆破等）



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn



THE INTERNATIONAL
PHONETIC SYMBOLS

刘宏玉 编著

英语新手 国际音标

一学就会



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内容提要

说一口标准、地道的美语是很多人的梦想。想说好美语,首先要学好国际音标。本书是一本国际音标入门书,也是你的美语语音语调贴身教练。书中全面、细致地介绍了48个国际音标,不仅清晰易懂地给出了发音要领,还贴心地配有例词跟读模仿;语音语调基础知识部分逐一梳理了省音、连读、不完全爆破等。此外,还提供了大量的实战素材,包括对话和短文的跟读模仿美语录音。相信通过本书,你即使没有老师、没有外教,照样能够练就一口标准、地道的美语。

本书配有光盘跟读录音,主要适用于从零开始学英语的新手和发音不标准、想练好口语的英语爱好者们。

图书在版编目(CIP)数据

英语新手国际音标一学就会 / 刘宏玉编著. -- 北京:
中国水利水电出版社, 2014.5
ISBN 978-7-5170-1885-8

I. ①英… II. ①刘… III. ①英语—国际音标—自学
参考资料 IV. ①H311

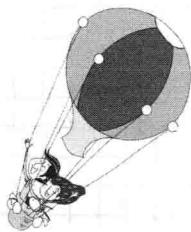
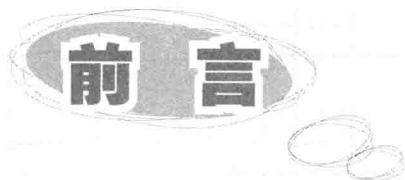
中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第070299号

策划编辑: 陈艳蕊 责任编辑: 陈艳蕊 加工编辑: 邓建梅

书 名	英语新手国际音标一学就会
作 者	刘宏玉 编著
出版发行	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: mchannel@263.net (万水) sales@waterpub.com.cn 电 话: (010) 68367658 (发行部)、82562819 (万水)
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	北京万水电子信息有限公司
印 刷	北京正合鼎业印刷技术有限公司
规 格	148mm×210mm 32开本 10.5印张 333千字
版 次	2014年5月第1版 2014年5月第1次印刷
印 数	0001—5000册
定 价	29.80元(赠MP3光盘)

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



英语口语久攻不克， 都是发音惹得祸！！

著名英语教育学家梅仁毅教授曾说过：学习英语从一开始就要重视语音语调。发音、语调、重音、停顿，不求完美但要基本正确，否则将影响听力和口语的提高，从而使语言失去交流的功能。

英语发音真的有专家说的那么重要吗？

答案是非常重要！学好英语要做的第一件事就是突破发音！如果发音不过关，学习语言将会耗费大量的宝贵时间。学再长时间也是“残疾英语”。因为发音不好，我们对英语语音就不会有切身的体验、细微的感觉能力，也就无法从自己的嘴里准确制造出英语语音，也无法用自己的耳朵清晰判断出英语语音，从而失去了掌握英语口语和听力的基本条件。英语是一种声音，就像歌曲是一种声音，没有声音哪来的歌曲，没有语音哪来的英语？在无声无息的世界里学习英语，那种身心的折磨是难以用言语形容的，即使有人能长期耐得住寂寞，这种违反客观规律的苦行僧似的“假学习”也只会招来自欺欺人的惨败结局，耗费的大量生命时光谁来补偿？毕业后一开口找不到工作，损失的机遇谁来补偿？

所以，中国人学英语，多年来一直犯的错误就是忽视发音，不研究发音规律，不解决发音存在的问题，其结果就是无法靠发音去认识英语和掌握英语，而只能

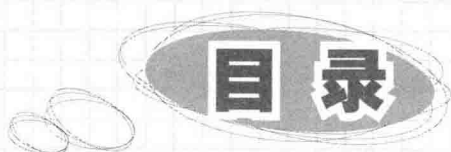
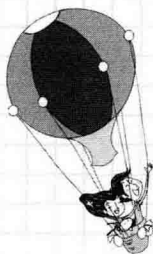
靠死记硬背去记忆众多的英语单词，使学英语的难度翻了百倍千倍，使简单的英语成为中国人难以逾越的巨大困难。

忽视发音的恶果就是“哑巴英语”、“聋子英语”。中国的英语老师看到学生不会讲英语，就告诉大家不要害羞，大胆开口讲话，其实没突破英语发音的中国人会因汉语发音的影响存在极大的英语发音障碍，这个发音障碍会使他开口讲英语时极为别扭和痛苦。即使不要面子地大胆开口，也只能把自己推到白白损失面子且仍然难以学会的两败境地。

本书将彻底改变这些窘境，针对大家英语学习中的主要问题对症下药，有针对性地编排，以轻松的方式帮助大家快速有效地攻破英语语音这个要塞。知行合一是成功的不二法则。希望本书能够帮助读者扎扎实实地解决英语语音问题。

本书的读者对象为想提高英语发音的——

- 零起点的英语学习者
- 小学高年级学生或初中一、二年级学生课外英语提高班学员
- 英语基础差，为提高英语学习兴趣，迅速进入英语学习殿堂者
- 曾经有一定的英语基础但之后多年未接触过英语者
- 欲在短期内掌握英语基础的学习者
- 英语入门级培训班的学员
- 参加 PETS 一级 B 和二级考试的考生
- 即将出国，欲在短期内提高英语发音水平，应付日常生活对话（吃、住、行、看病、购物、谈论他人、学习、约会和问候等）



前言

Chapter 1



从零开始认识英语发音 1

基础篇

Chapter 2



国际音标逐个学【元音篇】 8

Chapter 3



国际音标逐个学【辅音篇】 29

提升篇

Chapter 4



多维朗读特训【从读单词到读句子】 58

Chapter 5



多维朗读特训【会话篇】 147

Chapter 6



多维朗读特训【短文篇】 204

飞跃篇

Chapter 7



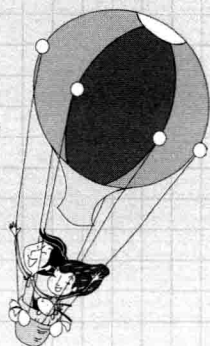
字母能当音标用 [自然拼读法] 268

Chapter 8



完美发音看细节 [语音语调基础知识] 309

Chapter 1



从零开始
认识英语发音





用国际音标准确朗读英文是世界性难题，全世界许多人由于说英语不标准产生了大量笑话。

普通人的笑话

美国《世界日报》26日报道了一位洛杉矶蒙特利公园市华人因英文发音不准，将“我要 sue（告）你”，说成“我要 shoot（射死）你”，惊动邻居慌忙报警的乌龙事件，引起网友广泛热议。大家纷纷贡献自己因发音不标准而闹笑话的趣事。

网友美国客回忆自己刚到美国时，去麦当劳买 Cone（甜筒冰淇淋），结果说成了 Corn（玉米），被店员嘲笑 Are you a chicken（你是小鸡吗）？经人指点，他才明白这位老美的意思：小鸡是吃玉米的。

英语语言班的学生 Vivian 坦言，自己总分不清 Sheet（床单）和 Shit（大便）两个词的区别。最搞笑的一次是告诉同学，她昨夜在家洗床单（Sheet），说成了在家清理大便（Shit）。经人指教后，当她要讲 Sheet 时，就故意把该词拉长一秒钟，当她要讲 Shit 时，则改用另一同义词 Poo-Poo，以防再次被误会。

大明星的笑话

随着华语娱乐圈逐渐与国际接轨，诸多明星开始瞄准国际市场。为提

前适应国际环境，许多明星提前开始在公开场合大秀英语。可惜弄巧成拙闹了笑话。

黄晓明因一句诡异的英语发音 not at all 得名“闹太套”，为此闹下不少笑话。为恶补英语，有记者目击黄晓明与贴身外教一同现身虹桥机场，颈挂耳麦，想必旅途全程一直在听英语，下飞机后又不时与外籍男友讲洋文，看样子誓要摘掉“闹太套”的帽子，用功指数可见一斑。

田亮在杭州出席某活动时闹出大笑话，压轴的田亮以一身白马王子打扮出场，骑着白马的他英姿飒爽，心情兴奋，一时兴起，高举双臂，之后他带领全体活动宣读誓词，竟把 I have a dream 错读成 I have a “猪”，为数达三次之多，令台下观众笑得半死。

领导人的笑话

2000 年，八国首脑会议在日本冲绳召开，日本首相森喜郎在会上见到美国总统克林顿，便主动用英语向克林顿问候到：How are you?（你好吗？）由于森喜郎发音不标准，把双元音 /au/ 说成了单元音 /u/，即把 How are you?（你好吗？）说成 Who are you?（你是谁？）。克林顿感到很惊奇，心想森喜郎怎么这样问我呢，就幽默地回答到 I am Hillary's husband.（我是希拉里的丈夫。）

上述这些笑话都说明：要想用英语进行交流，首先必须掌握标准的发音，分清英语音素的本质区别。否则单词记得再多，口语再熟练，外国人也听不懂，没法进行沟通。为了夯实英语学习的基础，少闹笑话，一定要掌握好各个音素。在本章，我们就先来介绍一下发音的一些基础知识。只要大胆多开口，轻松地把每一次犯错都看成进步的台阶，就能很快进步。

元音、辅音介绍

英语国际音标共 48 个音素，分为元音音素和辅音音素两大类。其中元音音素 20 个，辅音音素 28 个。

发音时声带振动，呼出的气流通过口腔时不受阻碍，这样形成的语音

称作元音。元音发音响亮，口腔中气流不受阻碍，是构成音节的主要音。不论声带振动与否，发声时呼出的气流通过口腔或鼻腔时受到一定阻碍，这样形成的语音称为辅音。辅音发音不响亮，口腔中气流受到阻碍，不是构成音节的主要音。英语中的辅音按发音时声带是否振动可以分为 11 个清辅音和 17 个浊辅音。清辅音发音时声带不振动，浊辅音发音时声带振动。元音和辅音的区别可以用下表来表示。

	元音	辅音
气流有无阻碍	无	有
发音器官紧张情况	均衡紧张	阻碍部位紧张
气流的强弱	弱	强
响度大小	大	小

为了便于大家更清楚的记忆，下面我们分类列出了英语中的 48 个音标。

A. 元音

前元音 /i:/ /ɪ/ /æ/ /e/

中元音 /ɜ:/ /ə/ /ʌ/

后元音 /u:/ /ʊ/ /ɔ:/ /ɒ/ /ɑ:/

集中双元音 /ɪə/ /eə/ /ʊə/

合口双元音 /aɪ/ /eɪ/ /ɔɪ/ /aʊ/ /əʊ/

B. 辅音

爆破辅音 /p/ /b/ /t/ /d/ /k/ /g/

摩擦辅音 /f/ /v/ /s/ /z/ /ʃ/ /ʒ/ /θ/ /ð/ /r/ /h/

破擦辅音 /tʃ/ /dʒ/

鼻辅音 /m/ /n/ /ŋ/

舌侧音和半元音 /l/ /w/ /j/

辅音连缀 /tr/ /dr/ /ts/ /dz/

26 个英文字母及音标

英语中总共有 26 个字母，其中有 5 个元音字母：a, e, i, o, u，一定要把

它们和 20 个元音音素区分开。其余 21 个字母叫作辅音字母。辅音字母在单词中发音比较单一，不随音节变化而变化。所以，读音规则的重点是元音字母的发音规律。掌握好每个字母的发音对音标发音和拼读单词非常重要，所以一定要读准它们的发音。下面我们把这些字母和它们的发音都列出来了，请大家一定要多加练习。

Aa /eɪ/	Bb /bi:/	Cc /si:/	Dd /di:/	Ee /i:/	Ff /ef/	Gg /dʒi:/
Hh /etʃ/	Ii /aɪ/	Jj /dʒeɪ/	Kk /keɪ/	Ll /el/	Mm /em/	Nn /en/
Oo /əʊ/	Pp /pɪ/	Qq /kju:/	Rr /ɑ:/	Ss /es/	Tt /ti:/	Uu /ju:/
Vv /vi:/	Ww /dʌblju:/	Xx /eks/	Yy /waɪ/	Zz /zed, zi:/		

以上字母中，大家尤其要注意 C、G、J、N 的发音。熟能生巧。只要大家勤加练习，相信一定能说出一口标准的英语。

学会英语的发音方法

学好英语发音，第一件要做到的事是“发准”和“听清”英语音，这就要知道英语的“口腔后部发声方法”，口腔后部发声方法是英语发音的入场券，不知道这个发声方法，就没法发好英语音。

地球上的每一种语言，都有自己的发音特征，比如中国人讲汉语的时候，用的是口腔的“前部发声”方法，说话时嘴巴的前半部分动作较大，发出的声音偏高、短促、大用力，大爆破，是一种粗犷式发音。而英美和欧洲人说话时，用的是口腔的“后部发声”方法，说话时嘴巴的前半部分动作较轻较小，而后半部分动作较大，发出的声音低沉、粘长、爆破轻，是一种细腻式发音。

口腔前部发声和后部发声是不能混用的，用口腔后部是发不准口腔前部音的，反过来，用口腔前部也发不准口腔后部音。若用错发声方法，不仅会造成发音不准确，而且还会造成发音难听、发音障碍和听力障碍，给英语学习造成很大困难。

学习一种外语的发音，主要目标就是克服母语的发音习惯，学会外语的发音特征。汉语和英语是发音特征截然相反的两种语言，中国人要想学会英语发音，就需要系统地学习英语发音知识，克服汉语发音的习惯，学会发低沉、粘长、爆破轻的英语音。

英语之所以要用口腔后部来发音，是因为英语句子的发音数量远远大于汉语，并且有音多、音相近、辅音相连的特点，这造成英语发音难度大于汉语，须采用“小动作发音”和“压抑爆破音”来解决发音难题。口腔后部发声法，就实现了这两个目的。

例如下面的句子：

Before I eat dinner, I read newspaper for a while. (18 个音)

吃饭前我看会报纸 (8 个音)。

那么我们应该怎样学习英语的口腔后部发声呢？

首先，要学会“超慢速”的英语发音，谁的发音能最慢，谁的发音就能最好。就好像骑自行车一样，谁骑得最慢，谁的技术就最高。语言的发音具有“慢学快用”的特点，超慢速发音把发音的细节全部暴露出来，进而一一学会。快速发音把一切发音细节全糊弄过去了，表面上看是流利，其实是假流利，很多人的流利英语发音外国人根本听不懂，一放慢就千疮百孔，要不得了。请记住：一快遮百丑，一慢解千愁。其次，在“超慢速”发音的前提下，学会后部发声的 7 字要领，这 7 字要领也是后部发声的 7 个方面。英语发音在这 7 个方面与汉语发音截然相反，它们是：声、型、气、力、音、节、调。

声：声音偏低、粘长。英语是用低嗓音来发声的。

型：口腔前部的嘴唇收拢。要想口腔后部发声，就得收住口腔前部，收住嘴唇和牙齿的过大开合运动。

气：轻柔用气，压抑住爆破音，学会轻发辅音。汉语发音用力重、用气冲，英语发音用力轻、用气柔，并有“美声吐字”特征。说英语时要改“吹气”发音为“吸气”发音，对蜡烛说英语时火苗要不动，对手掌说英语时要无太重的吹气感。

力：轻柔用力，压抑住爆破音，学会轻发费力费气的辅音，控发头辅音，轻发尾辅音，减弱用力过猛的舌尖强挤压音，拉长并饱满元音的发音，压抑爆破音，美声吐字发音。

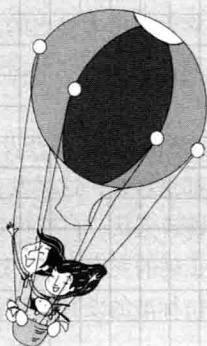
音：学会发偏低、粘长、以元音为主的舌根音。英语是一种舌根音语言，很多音是靠舌根用力发出的，说英语时就好像是在用舌根跟别人讲话，不会舌根运动，就发不准英语音。请大家用下一节的语音大表学会发英语的舌根音。

节：即节奏，或叫弹性发音，指一组一组地发音，每组音里有一个重音，其他的音都是轻音，这样发音减小了发音的工作量。

调：婉转起伏，自然优美，不拐弯的英语是难听的。

知道正确的发音方法，这只是学好英语的第一步。更重要的是要多听、多练。模仿标准的发音是练就一口地道英语的重要一步。

Chapter 2



国际音标逐个学 【元音篇】

前元音

1. /i:/
2. /ɪ/
3. /æ/
4. /e/

中元音

1. /ɜ:/
2. /ə/
3. /ʌ/

后元音

1. /u:/
2. /ʊ/
3. /ɔ:/
4. /ɒ/
5. /ɑ:/

集中双元音

1. /ɪə/
2. /eə/
3. /ʊə/

合口双元音

1. /aɪ/
2. /eɪ/
3. /ɔɪ/
4. /aʊ/
5. /əʊ/

基础篇

/i:/

发音要领

001.mp3

音标 /i:/ 俗称长音 /i:/, 它的发音口形和英文字母“E”相似——两唇展开, 拉向两侧的嘴角, 声带振动。/:/ 是长音符号, 因此 /i:/ 的发音要长一些。

例词跟读模仿

1. **agree** /ə-'gri:/ → /ə'gri:/ v. 同意
2. **dream** /dri:-m/ → /dri:m/ n. 梦想
3. **each** /i:-tʃ/ → /i:tʃ/ a. 每一
4. **eager** /'i:-gə/ → /'i:gə/ a. 渴望的
5. **east** /i:-st/ → /i:st/ n. 东方
6. **easy** /'i:-zɪ/ → /'i:zɪ/ a. 容易的
7. **eave** /'i:-v/ → /'i:v/ n. 屋檐
8. **even** /'i:-vən/ → /'i:vən/ ad. 甚至, 即使
9. **evening** /'i:-nɪŋ/ → /'i:vniŋ/ n. 晚上
10. **fee** /fi:/ → /fi:/ n. 费, 酬金; 赏金
11. **field** /fi:l-d/ → /fi:ld/ n. 领域
12. **free** /f-ri:/ → /fri:/ a. 自由的
13. **green** /g-ri:n/ → /gri:n/ a. 绿色的
14. **heat** /hi:-t/ → /hi:t/ n. 热, 炎热
15. **knee** /ni:/ → /ni:/ n. 膝盖
16. **leave** /li:-v/ → /li:v/ v. 离开; 剩下

/ɪ/

发音要领



音标 /ɪ/ 俗称短音 /ɪ/，它的发音口形与音标 /i:/ 相似，但其发音短促，舌身抬起的高度略低于长元音 /i:/，舌尖抵住前下齿，舌尖用力略小于发 /i:/ 时的力度，两齿分开。

例词跟读模仿

1. **big** /bɪɡ/ → /bɪɡ/ *a.* 大的
2. **bill** /bɪl/ → /bɪl/ *n.* 账单
3. **busy** /ˈbɪ-zɪ/ → /ˈbɪzɪ/ *a.* 忙的
4. **history** /ˈhɪs-təri/ → /ˈhɪstəri/ *n.* 历史
5. **hit** /hɪt/ → /hɪt/ *v.* 打；击中；撞
6. **honey** /ˈhʌ-nɪ/ → /ˈhʌnɪ/ *n.* 蜂蜜；蜜
7. **icy** /ˈaɪ-sɪ/ → /ˈaɪsɪ/ *a.* 冰的
8. **idiot** /ˈɪ-dɪət/ → /ˈɪdɪət/ *n.* 白痴；傻子
9. **ignore** /ɪɡ-ˈnɔ:/ → /ɪɡˈnɔ:/ *v.* 不顾，不理，忽视
10. **ill** /ɪl/ → /ɪl/ *a.* 有病的
11. **image** /ˈɪ-mɪ-dʒ/ → /ˈɪmɪdʒ/ *n.* 像；形象；映象
12. **inch** /ɪn-tʃ/ → /ɪntʃ/ *n.* 英寸
13. **income** /ˈɪn-kəm/ → /ˈɪnkəm/ *n.* 收入
14. **indoor** /ˈɪn-ˈdɔ:/ → /ˈɪnˈdɔ:/ *ad.* 在户内
15. **many** /ˈme-nɪ/ → /ˈmeni/ *a.* 许多的
16. **mist** /mɪs-t/ → /mɪst/ *n.* 薄雾