

最不一样的英语学习“教材”
绝不枯燥的语言学习方式



奋斗篇
STRIVING

英语小达人

每天10分钟

[美] Meredith Walker 著
陈怡芬 译

小学高年级

初中低年级



YZLI0890116239

含纯正发音MP3



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

Striving

英语小达人 每天10分钟

奋斗篇

[美] Meredith Walker◎著 陈怡芬◎译



YZLI0890116239



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内 容 简 介

每天10分钟,轻松成为英语小达人!学英语贵在持之以恒,其中兴趣最重要,这是一套让你对英语学习感兴趣的轻松、活泼、时尚型双语读物,以生动的故事,带你进入英语学习世界。

本奋斗篇精选了25篇催人奋进的短篇故事,简短的剧情,深刻的感动,在人生的十字路口,为你加油打气。读者对象为小学高年级、初中低年级学生或英语初级学习者。

图书在版编目(CIP)数据

英语小达人 每天10分钟. 奋斗篇 / (美) 沃克 (Walker, M.) 著; 陈怡芬译. —上海: 上海交通大学出版社, 2011

ISBN 978-7-313-07047-0

I. ①英… II. ①沃… ②陈… III. ①英语-阅读教学-自学参考资料 IV. ①H319.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第003481号

本书中文繁体字版本由大吉出版股份有限公司在台湾出版,今授权上海交通大学出版社在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。该出版权受法律保护,未经书面同意,任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。

上海市版权局著作权合同登记号:

图字:09-2010-306

英语小达人 每天10分钟——奋斗篇

[美] Meredith Walker 著

陈怡芬 译

上海交通大学出版社出版发行

(上海市番禺路951号 邮政编码200030)

电话:64071208 出版人:韩建民

上海崇明南海印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本:880 mm × 1230mm 1/32 印张:5.5 字数:111千字

2011年2月第1版 2011年2月第1次印刷

ISBN 978-7-313-07047-0/H 定价(含MP3):19.00元

ISBN 978-7-88844-531-4

版权所有 侵权必究

前 言

激励人生的最佳英语读本

学习英文要能持之以恒,“兴趣”是最重要的,唯有兴趣衍生出的源源不绝动力,才能突破困境,坚持到底。学习语言的乐趣无远弗届,而且更具备了充实自己、开拓眼界的功能。只要能找到合适的方法与自己感兴趣的教材,必能使英语学习成为一件快乐的事。

因此,慎选英文学习书就是一个重要的课题!如果学习内容过于难懂,会造成学习上的障碍,久而久之便会对英语失去信心与学习的动力;但是如果学习内容过于简单,又会让学习者的英语程度停滞不前,永远只能停留在初级的阶段。有鉴于此,我们特别为英语学习者规划了“英语小达人 每天10分钟”系列书籍,以满足英语学习者的需求。

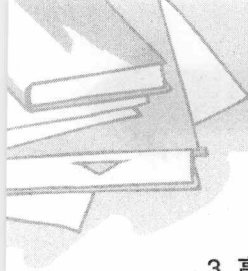
本书三大特点:

1. 中英对照阅读方便

全书以中英对照,让读者可以在阅读英文文章后,对照中译做进一步的理解,最适合英语初学者学习,进阶者加强中译能力。

2. 精选词汇和短语

详尽词汇与短语注解,并附上精彩例句,辅助读者深入了解文章内容,并让你可以灵活运用!



Striving

3. 高品质朗读MP3光盘

全书内容由专业美语老师录制剧情MP3光盘，听美语老师流畅地讲述故事，让你身临其境，有如置身于故事中，并能学到流利地道的美语。

本系列书的设计是要以生动的故事内容，吸引读者进入学习英语的世界，取材广泛、主题丰富、用词简单、即学即用。多面向的英语短篇故事，读者只要每天花十分钟阅读文章并聆听MP3，必使你英语阅读、听力实力大增，学习效果倍增，快速成为英语小达人！

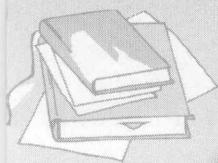
编者 谨识

Contents 目 录

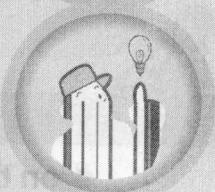
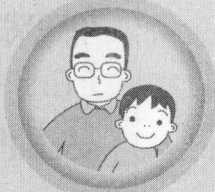
1. I Got on the Wagon 戒酒记	2
2. Creating Your Own Success 创造属于你的成功	8
3. The Rescued Puppy 获救的小狗	15
4. Increasing My Value 提高自我的价值	21
5. Into Ashes 化为灰烬	28
6. Anger Management 愤怒管理	35
7. The Right Girl for the Job 非她莫属	42
8. Optimism 乐观	49
9. Father & Son 父与子	56
10. Just Average 普普通通	62
11. Planting Seeds 埋下种子	69
12. Honesty is the Best Policy 诚实是最好的政策	76
13. Reunited 重逢	82

Striving

14. The Accident 意外	88
15. Shining a Light on Edison 爱迪生的灵光一现	94
16. A New Fashion Designer 新诞生的服装设计师	101
17. Re-Finding Faith 重新找回信仰	108
18. SOS 求救讯号	114
19. The Stay-at-Home Mom 全职妈妈	121
20. The Open Door 敞开的门	128
21. On the Edge 岌岌可危	135
22. Blizzard of '95 一九九五年的暴风雪	142
23. Forever in Jeans 牛仔裤的不死传说	148
24. A Wish for Baby 为宝宝祈福	154
25. Michael Jordan 迈克尔·乔丹	161



Striving



奋斗篇

Unit 1

MP3

Striving

I Got on the Wagon^①

If I didn't get help I may have lost my daughters **forever**^②. That was the reason I **sought**^③ **treatment**^④. I first began drinking at parties, dinners and other **social**^⑤ **gatherings**^⑥. Then I began drinking **on my own**^⑦ at home and work. I was **fired**^⑧ from my job because I had **lack**^⑨ of **focus**^⑩. I went on social **assistance**^⑪ from the **government**^⑫.

My daughters saw the **worst**^⑬ of me and began not to trust me. They would come home from school **unsure**^⑭ of what they would find. They didn't know



KEYWORDS 关键词

① on the wagon 戒酒

William has been on the wagon for five months.
威廉戒酒已有五个月了。

② forever /fə'revə/ adv. 永远

Nobody lives forever.
没有人会永远活着。

戒酒记

如果我不求助, 我将永远失去我的女儿, 这就是我寻求治疗的原因。我一开始是在宴会、晚餐和社交聚会上喝酒, 后来我开始在家中和工作场合喝酒。我因为注意力涣散, 而被炒鱿鱼, 之后便过着向政府领取社会补助的日子。

我女儿看到我最糟的一面, 变得不信任我。她们从学校回家, 不确定自己会看到什么景象, 她们不知道我是酒醉还是清醒, 生气还

- ③ **seek** /si:k/ v. 寻找
We are seeking employment.
我们在招聘。

- ④ **treatment** /'tri:tment/ n. 治疗
Her cold didn't respond to treatment.
她的感冒对这个治疗没有反应。



Striving

if I would be **drunk**¹⁵ or **sober**¹⁶, angry or happy. The day my little girl **pulled away**¹⁷ from me when I went to **hug**¹⁸ her was the day I realized I had to get help for my problem.

I went to a **center**¹⁹ for **alcoholics**²⁰. Through the help of **social workers**²¹, my children and I **received**²² living assistance and **guidance**²³. Now two years later, I am sober. If I ever **feel like**²⁴ a drink, I just **think of**²⁵ my girls and remember how good it feels to hug them again.



KEYWORDS 关键词

- ⑤ **social** /'səʊəl/ *adj.* 社交的

Tom stayed out of the social life of the office.

汤姆不和办公室的人打交道。

- ⑥ **gathering** /'gæðərɪŋ/ *n.* 聚会

Ruby never joined any political gathering.

露比从不参加政治聚会。

- ⑦ **on one's own** 独自

Ray is capable of finishing this work on his own.

雷能够独立完成这份工作。

是高兴。有天当我想抱小女儿时，她却挣脱，我才发现我需要求助，解决问题。

我到一家戒酒中心，通过社工的协助，孩子和我获得生活的协助和指引。两年后，我戒了酒。现在如果我想喝酒，我就会想到我的女儿，以及能够再度拥抱她们是多棒的感觉。

8 **fire** /'faɪə/ *v.* 解雇

Jim was fired on the spot.

吉姆当场就被解雇。

9 **lack** /læk/ *n.* 欠缺

They can't swim because of lack of water.

他们没办法游泳，因为没水。

10 **focus** /'fəʊkəs/ *n.* 注意力

Movie stars always are the focus of attention.

影星总是众人瞩目的焦点。

11 **assistance** /ə'sɪstəns/ *n.* 协助

Your technical assistance in this program was necessary.

你对这个计划的技术协助是必要的。



Striving

KEYWORDS 关键词

- ⑫ **government** /'gʌvənmənt/ *n.* 政府

The state government is discussing the proposal.
州政府正在讨论这项提案。

- ⑬ **worst** /wɜːst/ *n.* 最坏的一面

If worse comes to worst, we should deal with it.
如果事情越来越糟,我们应该想办法解决。

- ⑭ **unsure** /'ʌn'ʃʊə/ *adj.* 不确定

The baby's situation remains unsure.
这个婴儿的情况尚未明朗。

- ⑮ **drunk** /drʌŋk/ *adj.* 酒醉的

He got drunk after only one can of beer.
他只喝了一罐啤酒就醉了。

- ⑯ **sober** /'səʊbə/ *adj.* 清醒的

Jim seldom goes to bed sober.
吉姆很少清醒上床。

- ⑰ **pull away** 挣脱

Jane struggled to pull away from the stranger.
珍挣扎着想挣脱那个陌生人。

- ⑱ **hug** /hʌg/ *v.* 拥抱

Alice always gives her child a big hug when picking her up.

爱丽丝总是在接孩子时给她一个大拥抱。

19 **center** /'sentə/ *n.* 中心

Irene is waiting in the center of the lobby.
爱琳在大厅中央等候。

20 **alcoholic** /ælkə'hɒlɪk/ *n.* 酗酒人士

Bill used to be an alcoholic, but he quit drinking six months ago.
比尔以前酗酒,不过六个月前他已经戒了酒。

21 **social worker** *n.* 社工

Social workers visit poor families and provide help routinely.
社工固定地造访贫困家庭并提供协助。

22 **receive** /rɪ'si:v/ *v.* 得到

They received the support of the investors.
他们获得投资者的支援。

23 **guidance** /'gɑ:dəns/ *n.* 指引

We would appreciate guidance from experts in this field.
我们很感激来自这方面的专家指导。

24 **feel like** 想要

I feel like a cup of tea.
我想喝杯茶。

25 **think of** 想到

I thought of you immediately when I needed someone who could speak Italian.
当我需要会说意大利语的人,我马上就想到你。



Unit 2

MP3

Striving

Creating Your Own Success

The year was 1993 and **due to**^① the **recession**^② people were losing their jobs and their homes. Katy Stiles was one of these people. She had to find a cheaper apartment and **figure out**^③ a way to get **back on her feet**^④. Katy was a **talented**^⑤ **graphic**^⑥ **designer**^⑦ and should have had no problem finding work, but no one was **hiring**^⑧.

She decided to start her own business. She sent a **proposal**^⑨ to Focus, an **agency**^⑩ that helps people **start up**^⑪ small businesses. The agency is **funded**^⑫ by the government and doesn't **require**^⑬ its **clients**^⑭ to



KEYWORDS 关键词

① due to 由于

Her absence was due to the blizzard.

由于暴风雪,所以她没出席。

创造属于你的成功

一九九三年时，因为经济衰退，许多人丢了饭碗、妻离子散，凯蒂·史提尔就是其中一人。她得找间便宜的公寓，想办法重新振作。凯蒂是个有天分的平面设计师，本来找工作应该是不成问题的，可是却没人肯雇用她。

她决定自己创业，她向一家专门在帮人开创小型企业的机构“焦点”提案，“焦点”是一个政府基金会，因此他们的服务并不需要客户

② recession /rɪ'seɪʃən/ n. 经济衰退

Many factories closed down during the period of economic recession.

经济衰退期间，许多工厂倒闭。

③ figure out 想出

I will figure out a gift for my mother-in-law.

我得想出要送给婆婆的礼物。



Striving

pay any **fees**¹⁵ for their **services**¹⁶. This was great news for Katy.

She had 15 **sessions**¹⁷ with a **counselor**¹⁸ who gave her information on **finance**¹⁹ **planning**²¹, writing a strong **business plan**²³ and **instructed**²² her on good business **practices**²⁴.

Now Katy has a successful graphic design company that gives its client's **fantastic**²⁴ **results**²⁵. Katy had the talent but not the skills to make her own business. With a little help from the right people, Katy has been successful in meeting her goal!



KEYWORDS 关键词

④ **back on one's feet** 好转

How nice to see you back on your feet so soon.

我们很高兴看到你康复得这么快。

⑤ **talented** /'tæləntɪd/ *adj.* 有天分的

She's a talented musician.

她是个有天分的音乐家。