



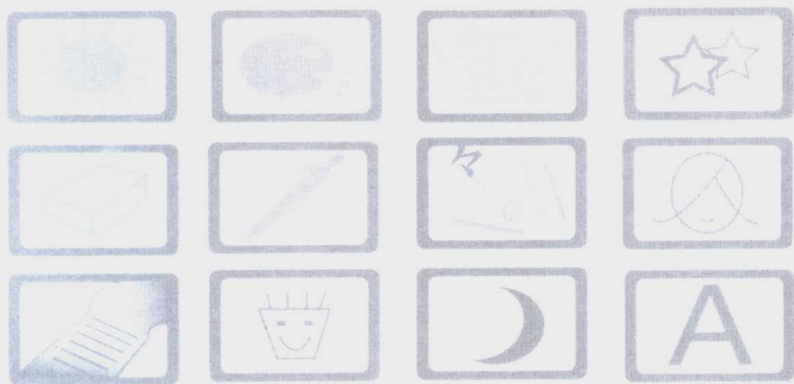
初学者：踏出正确学习英语的第一步
奋进者：最后一次重拾信心的机会
考试者：轻松应对各类英语考试

锻炼

英语 20 天 听力

20 天锻造你的英语

经典传讯编委会 编著



外语教学与研究出版社
FOREIGN LANGUAGE TEACHING AND RESEARCH PRESS



初学者：踏出正确学习英语的第一步

奋进者：最后一次重拾信心的机会

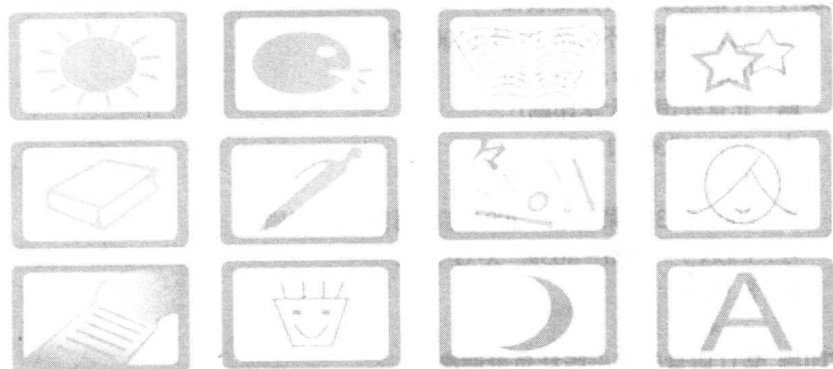
考试者：轻松应对各类英语考试

锻炼

英语 20 天 听力

20 天锻造你的英语

经典传讯编委会 编著



外语教学与研究出版社

FOREIGN LANGUAGE TEACHING AND RESEARCH PRESS

北 京 BEIJING

(京)新登字 155 号

京权图字: 01 - 2003 - 1897

图书在版编目(CIP)数据

锻炼英语 20 天 听力/经典传讯编委会编著. —北京:外语教学与研究出版社, 2004. 4
ISBN 7 - 5600 - 4039 - X

I. 锻… II. 经… III. 英语—听说教学—自学参考资料 IV. H319.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 021791 号

© Classic Communications Co. 2004

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored or transmitted by any means without the prior permission of the publishers.

This edition is published by arrangement with Classic Communications Co. It is for sale in the mainland territory of the People's Republic of China only.

本丛书名在我国台湾地区原名为“再造英语大革命”,由台湾经典传讯文化股份有限公司授权外语教学与研究出版社出版

锻炼英语 20 天 听力

经典传讯编委会 编著

* * *

责任编辑:李维章 李颖

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 (100089)

网 址: <http://www.fltrp.com>

印 刷:北京外国语大学印刷厂

开 本: 880 × 1230 1/32

印 张: 4.75

版 次: 2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7 - 5600 - 4039 - X/G · 2031

定 价: 8.90 元

* * *

如有印刷、装订质量问题出版社负责调换

制售盗版必究 举报查实奖励

版权保护办公室举报电话: (010)68917519

出版说明

“锻炼英语 20 天”丛书包括《听力》、《会话》、《语法》、《阅读》、《单词》、《短语》和《句型》7 个分册，分别从其所注重的方面入手，精心编排了 20 天的学习内容。学习者如能根据每册书中安排的进度进行学习，英语水平在 20 天内即可得到迅速提升，英语应用能力也将大大提高。

本套丛书内容实用精确，讲解精辟幽默，编排清楚明晰，并且每一分册均配有 CD，可使学习者在掌握英语知识的同时，更能听到优美纯正的英语发音，从而进一步提高口语能力。

本丛书由我国台湾经典传讯编委会编写，并由经典传讯文化股份有限公司授权外语教学与研究出版社策划出版。由外研社编辑整理的本套丛书，适合更多不同水平的英语学习者作为入门或巩固提高之用。

锻炼英语，就从“听力”开始

在当今各国交流日益密切的情况下，掌握英语就是掌握优势，而掌握正确的英语发音正是掌握英语的不二法宝。《锻炼英语20天 听力》一书，正是为了帮助广大的英语学习爱好者实现这一目标而编写的。

本书具有以下几个特点：

- 讲解发音采用反传统的方式，不画口腔剖面图，不用KK音标，而使用读者所熟悉的汉语拼音，让即使只买书不买CD的读者一样能抓准发音。
- 大胆触及复杂的轻重音以及语言节奏的问题，深入浅出地将美式英语所有的发音变化，从个别音标、单词节奏到整体句子节奏，做分门别类、提纲挈领的说明。
- 从最简单的听懂3个字母的单词、3个单词的词组，循序渐进地引导读者的听力，进而到能听懂由若干句子组成的整段文章。
- 举例清楚、用词简单，让初中以上程度的读者都能看懂讲解的项目。

- 举出媒体中常听到的错误读法，让读者真正了解英语发音的正确方法。

现在，就让我们从“听力”开始来锻炼英语吧！

《时代杂志》中文解读版 资深主编

EZ talk 杂志 资深主编

梁民康

Contents ·

锻炼英语 20 天 听力 使用方法	1
听力特训 20 天	5
Unit 1 容易混淆的元音 (一)	7
Unit 2 容易混淆的元音 (二)	21
Unit 3 容易混淆的辅音	33
Unit 4 发音的变化	47
Unit 5 连读	57
第 1 次测验	68
Unit 6 辅音的结合	71
Unit 7 重音	85
Unit 8 助动词	95
Unit 9 关系词与连词	105
Unit 10 冠词与介词	115
第 2 次测验	127
如何强化日后的听力	131
测验答案	135
测验原文	137
本书所用音标符号对照表	140

锻炼英语 20 天 听力

使用方法

●会辨音，就能提高听力

说到“听力”，大部分英语学习者都会认为这是提高英语能力最大的障碍。事实上，英语难听懂是因为有些“音”发音近似，容易在听力上造成混淆。因此，我们希望借这本书来帮助读者“加强辨音技巧，重新打造英语听力”。

●20天听力特训，听力脱胎换骨

全书共安排10个单元，以两天一个单元的特训，来强化读者的听力技巧。读者不必一开始就勉强自己非得完全听懂CD上的练习，这样做会使学习效果大打折扣。我们建议读者按照书中安排的进度逐步练习，刚开始听不懂没关系，多听几次，慢慢地就能掌握关键音。在20天的听力特训后，你会发现，原来提高听力是这么简单。

●只准听，不要查词典

做练习的时候，读者可能会碰到一些生难词语，要记住千万别查词典，这样会打断学习进度。如果真的按耐不住，一定要知道这些单词和短语的意思，可以趁学习空当翻看附在每个单元后面的“Dr. 魔法师”，上面已经将单元中的生难词语全部列出。所以，做练习的时候，要记住“只准听，不要查词典”。

●消化吸收，听力大挑战

为了让读者有更多的练习机会，每5个单元之后，我们设计了“单元总复习”。这是融合五个学习单元的综合测验，总共有两次，读者可以借此检验学习效果，并加强自己在听力上较弱的部分。

●多听几次，就能听得懂

所谓“一回生，二回熟”，学习外语最重要的就是不断地听，刚开始可能会因为听不懂而受挫，觉得气馁，但是千万别就此放弃，只要不断地听，突破这层障碍，日后就不会畏惧听力，反而能将“锻造听力”视为提高英语能力的重要步骤。希望各位买了这本书之后，能活用书中所提到的各项技巧，进而享受听懂英语的乐趣。

听力 特训 20 天

UNIT 1

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

20天特训·第1~2天

容易混淆的元音（一）

[æ], [a], [ɛ], [ɪ], [ʊ] 这5个元音是不是都学过了？没错，要锻炼英语听力，就得从最基本的发音开始，现在我们就来复习这5个元音吧！

- 美式英语的元音其实不比中文复杂。这个单元我们要先学几个简单的元音：[æ], [ɑ], [ɛ], [ɪ], [ʊ]。

- [ɛ] 的发音类似汉语拼音 “e”

- [ɑ] 的发音类似汉语拼音 “a”

- [æ] 的发音在两者之间

中国学生对这3个发音都没有什么问题。

- [ʊ] 的发音类似汉语拼音 “u”，但是个短音。

- [ɪ] 的发音类似汉语拼音 “i”，但也是短音。



掌握到这5个元音的发音诀窍了吗？赶快来做下面的练习吧。



只准听，请不要查词典

1. [æ] 的发音

pat	cab	flag	ma'am
rat	bat	fat	van

2. [ɑ] 的发音

pot	mom	clock	bond
top	blob	volley	golly

3. [ɛ] 的发音

pet	deck	rest	desk
beg	guess	mess	

4. [ɪ] 的发音

pit	drift	tin	sick
hid	quill	flick	winter

5. [ʊ] 的发音

put	took	could	book
hoof	full	crook	puss

只准听，请不要查词典

1. [æ] 的发音

- | | |
|-----------------------------------|-------------------------|
| 1. in the cab | 6. a lab coat |
| 2. the fat cat | 7. band together |
| 3. * ¹ an apple | 8. the black bag |
| 4. the black cap | 9. his sharp axe |
| 5. a lack of space | 10. a sad story |

2. [ɑ] 的发音

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 1. a good job | 6. follow the mob |
| 2. turn the knob | 7. try the locks |
| 3. two peas in a pod | 8. hit the spot |
| 4. an odd couple | 9. a can of pop |
| 5. take stock of | 10. right on top |

3. [ɛ] 的发音

- | | |
|----------------------------------|----------------------------|
| 1. on your head | 6. a fleck of dust |
| 2. stretch the net | 7. to turn deaf |
| 3. sweat a lot | 8. sketch the scene |
| 4. pet the hen | 9. beg your pardon |
| 5. step on it | 10. a keg of beer |