

Wow!

我是零基础口语入门书!

——7天说出流利好英文

Everyday English for Real Life

(韩)金明虎 (美)克里斯·刘易斯 /著
朱丽彬 江 姗 马永利 /译



附赠超值 ★

手机扫一扫获得音频
资深外教朗读、随时随地听
自由自在学、开口就能说

令人爱不释手的最新日常英语表达大全集

真正形象生动的英语尽在此书

零起点 零压力 零障碍 即学即用 沟通无忧

 中国宇航出版社





Wow! 我是零基础口语入门书!

——7天说出流利好英文

(韩)金明虎 (美)克里斯·刘易斯 /著

朱丽彬 江 珊 马永利 /译



中国宇航出版社

· 北京 ·

트위터+페이스북, 내 영어를 부탁해

Copyright © 2013 by Daniel Myungho Kim & Chris Lewis

All rights reserved.

Simplified Chinese copyright © 2015 by China Astronautic Publishing House Co., Ltd

This Simplified Chinese edition was published by arrangement with Darakwon
through Agency Liang

本书中文简体字版通过韩国梁版权代理公司代理,由韩国多乐园出版社授权中国宇航出版社独家出版发行,未经出版者书面许可,不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

著作权合同登记号:图字:01-2014-4628

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

Wow! 我是零基础口语入门书!: 7天说出流利好英文/

(韩)金明虎,(美)刘易斯(Lewis,C.)著;朱丽彬,

江姗,马永利译.——北京:中国宇航出版社,2015.7

ISBN 978-7-5159-0962-2

I. ①W… II. ①金… ②刘… ③朱… ④江… ⑤马…

III. ①英语—口语—自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 151800 号

策划编辑 李莹

装帧设计 文道思

责任编辑 李莹

责任校对 战颖

出版
发行

中国宇航出版社

社址 北京市阜成路8号

邮编 100830

(010)60286808

(010)68768548

网址 www.caphbook.com

经销 新华书店

发行部 (010)60286888

(010)68371900

(010)60286887

(010)60286804(传真)

零售店 读者服务部

(010)68371105

承印 北京天顺鸿彩印有限公司

版次 2015年7月第1版

2015年7月第1次印刷

规格 880×1230

开本 1/32

印张 16

字数 415千字

书号 ISBN 978-7-5159-0962-2

定价 39.80元

本书如有印装质量问题,可与发行部联系调换

前言

如今,我们每天都能感受到世界日新月异的变化。随着全球化时代的到来,各国之间的交流越来越多,而作为世界通用语的英语也越来越多地被人们使用。地道标准的口语表达成为非英语语言国家人们的最大需求之一。本书的编者充分查找各种资料,运用其多年在实用英语方面的经验,积极听取周围朋友的建议,筛选出日常生活中常涉及的领域,并将这些领域中常用的表达和单词尽数收入书中。

此外,编者以多年来自身积累的、在实用英语方面的经验为基础,整理了语法、句法、相关单词、一词多义,以及其他相关注意事项,希望可以有助于提高读者的英语水平;同时,本书最大限度地去除那些只出现在教科书上的死板表达,补充俚语、惯用表达,将美式英语(Natural American English)原汁原味地呈现给大家。本书并不是简单地罗列相关领域的表达,还补充了实用的上下文,让读者在具体语境中学习单词和

句子，直到可以完全熟练运用。

目前，在国内，人们使用英语时存在很多不通顺，甚至是不正确的表达。为了让读者说出一口流利地道的英语，编者在方方面面下足了功夫。虽然耗时很长，但书中的英语表达更丰富，读者能从中获得更大的帮助，对于本书的内容编者感到自信，也感到自豪。虽然本书以时下常用的表达为基础，但希望大家不要局限于此，活用此书，全面提高自身的英语水平。

最后，希望大家不要仅仅学习英语，而是要“用”英语来学习。要知道学习英语、精通英语这件事，就算是以英语为母语的英语系教授穷其一生研究也永无止境，更何况是我们呢。因此，一方面我们要一生不懈地学习英语；另一方面，更重要的是将英语看成是一种工具而不是目的，用英语去学习自己在日常生活、关注领域以及专业领域的知识。在“用英语去生活”的道路上，希望这本书可以给广大的读者朋友们带来一点帮助。

这本书，要这样用

随便打开一页开始读

- 这本书是没有顺序的，随便打开哪一页都可以进行阅读、学习。

TIP：不要试图急于求成，有空的时候翻开书读一读。随便打开某一页，以轻松的心情来阅读。不要强迫自己全部背下来，日积月累，反复阅读，最后记在脑子里的也会更多。

学会之后试着用一用

- 模仿是最好的学习方法。特别是对于初学者来说，更是如此。那么现在大家也积极地运用一下学过的东西吧。

TIP：希望大家不要错过每一次运用所学的英语表达的机会，就算是自己设置场景，也要多多活用英语表达。长此以往，英语口语水平会大幅提高，记忆也会更深刻。

边看边学随时作标记

●阅读时，用不同的符号来做标记，是一种很好的学习、记忆方法。

标记方法	标记含义
✓	已经知道，或是读过几遍后知道的内容
ABC	确定已经知道，非常简单的内容
☆	很重要，或以前想知道的表达（可以依据重要的程度使用多个星星标记）
!	与自己知道的不一樣或很特别的内容
○	出现不认识的单词或重要的单词时圈出来
	思考着为什么会介绍这个表达，用记号笔标出核心单词/表达

坚持不懈最终全掌握

●重复上述方法后，无论翻开书的哪一页，都有一种很多知识全部装进脑子里的神奇感觉。

TIP：这时候就到了要从头到尾，以一种学习的心态，一口气读下去的时候了！但与刚买书的时候不同，其中很多内容已经装进脑子里，且由于做了很多标记，一本书完整地读下来所花的时间也大幅缩短。吸收了之前没有掌握的、遗漏的部分，顿时有种所有事都完成了的满足感。这样反复两三次后，整本书的内容几乎都记下来了，也不会轻易忘记。

目录

做个好梦★睡觉

睡前 Before Sleeping 2

午觉和睡眠习惯 Napping & Sleeping Habits 9

睡醒后 After Waking Up 12

生活中不可或缺的 ★ 电话和网络

电脑和网络 Computers & Internet 20

手机 Phone 28

永远也做不完的 ★ 家务活

做饭 Cooking 34

打扫 Cleaning 38

洗衣服 Laundry 44

变化多端 ★ 天气和季节

晴朗、温暖的天气 Clear & Warm Weather 50

下雨、寒冷的天气 Rainy & Cold Weather 54

四季 The Four Seasons 61

我是这样的人 ★ 情绪与性格

积极的情绪 Positive Emotions 66

消极的情绪 Negative Emotions 72

积极的性格 Positive Personalities 86

消极的性格 Negative Personalities 93

甜蜜和苦涩 ★ 相爱与分手

好感与男女关系 Favor & Relationships 114

约会 Dating 124

分手与战胜失恋 Breaking Up & Getting Over It 134

结婚与怀孕 Marriage & Pregnancy 143

祝贺你 ★ 节日和纪念日

生日 Birthdays 152

各种纪念日 Holidays 157

令人兴奋的日常外出 ★ 休假和旅行

休假与闲暇 Vacation & Leisure Time 166

旅行准备 Preparing for Traveling 173

在机场 At the Airport 177

旅行目的地 Travel Destinations 185

一起出发吧 ★ 交通工具

公共交通 Public Transportation 192

驾驶 Driving 198

辛苦而努力地挣钱 ★ 职场生活

上班 Going to Work 208

工作 Work 212

出差 Business Trip 218

上司与同事 Boss & Coworkers 222

工资与福利 Salary & Benefits 227

辞职与解雇 Quitting & Firing 231

下班时间 Getting Off Work 237

知识就是力量 ★ 校园生活

入学与校园生活 School Admission & School Life 242

作业与考试 Assignments & Exams 252

光彩四射 ★ 外貌

外貌 Outward Appearance 272

整容手术 Plastic Surgery 286

有钱就是这么任性 ★ 时尚与购物

时尚 Fashion 290

购物 Shopping & Spending 299

日常的快乐 ★ 吃吃喝喝

吃 Eating 310

餐厅评价和推荐 Restaurant Reviews & Recommendations 318

喝 Drinking 330

不眠之夜 ★ 玩耍与聚会

出去玩耍 Hanging-Out 344

聚会 Partying 348

陶冶情操 ★ 音乐

歌曲与歌手 Songs & Artists 358

专辑 Albums 366

音乐 Music 372

全民娱乐 ★ 电影和电视节目

电影 Movies 388

电视节目 TV Programs 399

电影评价 Movie Reviews & Comments 405

身体是一切的本钱 ★ 健康和养生

疼痛与疾病 Pain & Sickness 422

受伤 Getting Hurt 429

锻炼 Exercise 439

减肥 Losing Weight 449

汗水与激情 ★ 比赛

观看与喝彩 Watching & Cheering 460

比赛正在进行 Game in Session 464

很大的胜利 Major Victory 469

逆转 Comeback 474

连续纪录 Streaks 477

失败 Defeat 479

比赛种类 Games & Game Types 483

个人赛与团体赛 Player/Team Descriptions & Performance 485

受伤 Injuries 499

做个好梦 ★

睡觉

睡前 ★ Before Sleeping

午觉和睡眠习惯 ★ Napping & Sleeping Habits

睡醒后 ★ After Waking Up



★ Before Sleeping

睡前

如今，智能手机和平板电脑已走进千家万户，成为人们日常生活中不可或缺的一部分，甚至有很多人沉迷于其中不能自拔。睡前躺在床上也总是喜欢玩手机，经常因此耽误了睡觉的时间。这时候用下面介绍给大家的睡前表达，向朋友们道一声晚安，也督促晚睡的朋友早点休息吧。



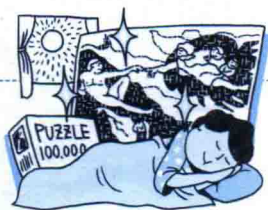
该睡觉了

真是漫长的一天。冲个热水澡，来杯冰啤酒，然后美美地睡一觉。
It's been a long day. Hot shower, a cold beer, then bed time.

好了，孩子们，该睡觉了。
Alright, kids, time to sleep.

现在该睡觉了。
Time to catch some z's now.

● z's: 睡觉。漫画中常在睡觉的人的头部上方画“zzz”。



现在想睡觉了

正打算睡觉了。
About to crash out.

● crash (out): 睡觉。与 sleep 意思相同，但属于口语表达。

我要睡了。各位晚安好梦。
About to hit the sack. Sweet dreams everybody.

● hit the sack: 上床睡觉。也可以说 hit the hay.

这么久以来第一次在 12 点之前睡觉。

Going to bed before midnight for the first time in a long time.

躺在床上，酝酿睡意。

Laying in bed, waiting to fall asleep.

为了明天，晚安！

准备睡觉了。明天有考试，今晚要好好休息。

Getting ready to hit the hay. I have a test tomorrow and need some rest.

我要睡了。希望明天的工作面试能取得好成绩。祝我好运吧！

Going to bed and keeping my fingers crossed for tomorrow's job interview. Wish me luck!

晚安

晚安！

Good night!

晚安。

Nighty night.

• nighty night: 晚安。和 good night 意思相近。

我要睡了。晚安，朋友们。

Time to get some shut-eye. Sleep tight, friends.

• shut-eye: 睡觉。与 sleep 意思相同，也可以合写为 shuteye。

我 3 个小时后就得起床。晚安！

I have to get up in three hours. Night!

• night: 晚安。可以代替 good night 直接使用。

很抱歉不能继续我们的聊天，我5个小时后就得起床。和你聊得很开心！
晚安！

Sorry to cut our conversation short, but I need to be up in 5 hours. It was nice catching up with you! Good night!

劳累的一天

好累啊。今天要早点睡。

Tired. Crashing early tonight.

真是漫长而疲惫的一天。我准备睡觉了。

Been a long and tiring day. I am so ready for some shuteye.

• 疲惫既可以用 tired，也可以用 tiring，tiring 的意思是“让人感到疲惫”。

忙碌而又充实的一天。现在准备睡觉了。

Been a busy day but a good one. Ready for some sleep now.

一整天都在忙着毕业作品。今天就到这儿，该睡觉了。

(I've) Been working on my senior project all day. Time to call it a night and get some sleep.

• call it a night: 包含“睡觉”和“停下（晚上）手中正在做的事”两层意思。

今天忙得晕头转向。简直太累了。刚9点就已经累趴下了。

What a crazy day today, I'm so spent. It's only 9 and I'm so ready to pass out.

• spent: 身体疲惫、劳累、精疲力竭的状态。

需要充足的睡眠

这个女孩需要充足的睡眠。

This girl here needs some beauty sleep.

• beauty sleep: 充足的睡眠，美容觉。该表达多为女性使用，指的是为了保持好皮肤，11点之前睡觉。



该好好睡一觉了。

Time to get some much needed beauty sleep.

• much needed: 非常需要的。

昨晚简直太疯狂了。这是我这辈子醉得最厉害的一次，到现在还没有缓过来。今天晚上不出门，要在家好好休息。

Crazy night last night. Still recovering from the worst hangover of my life, so I guess I'll be staying in tonight and getting some rest.

get some rest / sleep : 休息，睡觉。也可作 take a rest，但没有 take a / some sleep 这样的表达。

不早了。快睡吧！

怎么到现在还没有睡？快睡吧！不早了。

Why are you still up? Go to sleep! It's late.

up: 保持醒着、没有睡觉的状态。

写完作业发现已经凌晨2点了。都过了睡觉的点儿了。

Finishing up my homework and just noticed it was already 2 a.m.. Way past my bedtime.

还不睡觉在干什么呢？你那边不是已经凌晨4点了吗？

What are you still doing up? Isn't it 4 a.m. over there?

这么困怎么行……

打算写作业来着，却困得睁不开眼。

Trying to do my homework, but I can barely stay awake.

这是要变老的节奏啊。每次看电影一过晚上10点就犯困。

Signs I'm getting old: I doze off everytime I watch a movie past 10 p.m..

doze off: 犯困，打瞌睡。



一看书就想睡觉。

Reading a book always puts me to sleep.

put... to sleep: 使……睡着。

为什么睡不着?

都凌晨2点了,明明很累但现在还没有睡着。为什么!

It's 2 a.m., but I still can't fall asleep even though I am so tired. Why!

早上6点就醒了,到现在还没有睡着。

Been up since 6 a.m. and I still can't manage to fall asleep.

5点就要起床,现在本该已经睡着了。要是能稍微睡着一会儿就好了。

I'm supposed to be asleep cuz I gotta get up at 5. A little bit of sleep would be nice.

该上床睡觉了,却完全没有睡意。

Almost time to go to bed, but not feeling sleepy yet.

睡不着的原因……

“有些人因为失眠而睡不着觉,我却因为上网而睡不着。”说的就是我。
“Some people can't sleep because they have insomnia. I can't sleep because I have the Internet.” Haha story of my life.

● story of my life: 用于说常发生在自己身上的事,且多带有消极、否定的意味。

刚刚睡了4个小时的午觉,希望晚上不要失眠。

Took a 4-hour nap earlier. Let's hope I can fall asleep at a reasonable hour.

睡不着觉。明天第一天上班有些紧张。

Can't fall asleep. Nervous and antsy for my first day of work tomorrow.

● antsy: 紧张,坐立不安。