



零起点

创想外语研发团队 编著

# 英语速成手册

音标 | 单词 | 句子 | 会话



## 一本就够

英语音标、单词、句子、会话四合一  
巩固英语基础，全方位提高英语能力

从零开始  
零起点学发音

独创了5步零起点音标学习法：发音解析、单词代言、短语代言、句子代言、超级绕口令5步。48个音标都配有口腔发音图，更附赠了真人口型图，让读者轻松掌握每个国际音标最核心的发音要领，学一次就牢牢掌握

初有成效  
掌握发音奥妙

深度解析英语的发音诀窍：字母及字母组合发音的7大诀窍，准确朗读单词的6大秘诀，流畅朗读句子的4大要点，帮你轻松掌握正确英语发音

稳步前进  
速学高频句型

精确归纳55种高频句型：举一反三，全景展现，每个句型都扩展出5种用法、2组对话，在实战中提高口语应用技巧

脱口而出  
交流无障碍

再现85个最常用的生活情景：人间自有真情在、绿色出行需引导、屋里屋外忙不停、忙里偷闲享生活、职场新人成功计、背上行囊游世界、商海沉浮看人生……即学即用，口语速成在此一举，真正做到交流无障碍



中国纺织出版社



零起点

# 英语速成手册

音标 | 单词 | 句子 | 会话

## 一本就够

英语音标、单词、句子、会话四合一  
巩固英语基础，全方位提高英语能力

创想外语研发团队 编著



 中国纺织出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

零起点英语速成手册：音标、单词、句子、会话一本  
就够 / 创想外语研发团队编著. —北京：中国纺织出版社，  
2014.1

ISBN 978-7-5064-9976-7

I. ①零… II. ①创… III. ①英语 - 口语 - 自学参考资料  
IV. ① H319.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 198489 号

---

策划编辑：朱健桦 薛原 责任编辑：张璞 薛原  
责任设计：林昕瑶 责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社出版发行

地 址：北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码：100124

邮购电话：010—67004461 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)

北京睿特印刷厂印刷 各地新华书店经销

2014 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开 本：710×1000 1 / 16 印张：20.75

字 数：380 千字 定价：39.80 元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

一点英语都不懂？学过的英语都忘记了？看这本书就对了！

本书简单易学，同时也是能带给你成就感的一本英语口语入门书！

**100%** 从零开始，不论你的英语目前处于什么水平，只要你有信心，随时都可以拿起本书开始从零学起！

长期以来，对于大多数英语初学者，尤其是对于自学者来说，拥有一本好的英语学习书一直是一种奢望。学了十几年老套英语教材的人有成百上千万，但是真正能将英语学以致用的人却是凤毛麟角。因此，一本比较切合中国英语学习者实际需要的英语学习书就显得尤为重要。为此，我们用了两年半时间编写了《零起点英语速成手册：音标、单词、句子、会话一本就够》这本书。《零起点英语速成手册：音标、单词、句子、会话一本就够》从成人学英语的实际情况出发，语言深入浅出，内容简单、实用，融听、说、读为一体，图文并茂，双色印刷。

## 本书包含 4 大学习阶段：

第一部分 从零开始：零起点学发音

第二部分 初有成效：掌握发音奥妙

第三部分 稳步前进：速学高频句型

第四部分 脱口而出：交流无障碍

## 本书特色：

- ◆ 阶梯型学习，循序渐进
- ◆ 精美双色印刷，愉悦视觉
- ◆ 地道美语录音，享受听觉
- ◆ 内容包罗万象，超级实用

最后，再次提醒每一位读者，语言学习是一个循序渐进的过程，学习应该从基础抓起，基础扎实了，以后的学习也就容易了；学习是一个积累的过程，切不可急躁，因急功近利而一下子读写太多太难的东西，会因噎废食，结果适得其反。此外，作者衷心希望每一位读者在学习过程中一定要有信心，祝愿每一位读者最终都能如愿以偿，说出一口流利漂亮的英语！

编者

2013 年 10 月

# 目录 Contents

## 第一部分 从零开始：零起点学发音

### 元音家族

#### 单元音

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 1.前元音 /e/ /æ/ /ɪ/ /ɪ:/       | 2  |
| 2.中元音 /ə/ /ɜ:/ /ʌ/           | 10 |
| 3.后元音 /ɒ/ /ɔ:/ /ʊ/ /u:/ /ɑ:/ | 16 |

#### 双元音

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 4.集中双元音 /eə/ /ɪə/ /ʊə/           | 26 |
| 5.合口双元音 /aɪ/ /eɪ/ /ɔɪ/ /aʊ/ /əʊ/ | 32 |

### 辅音家族

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| 1.爆破辅音 /b/ /p/ /d/ /t/ /k/ /g/             | 42 |
| 2.摩擦辅音 /f/ /v/ /s/ /z/ /ʃ/ /ð/ /θ/ /h/ /r/ | 54 |
| 3.破擦辅音 /tr/ /dr/ /ts/ /dz/ /tʃ/ /dʒ/       | 74 |
| 4.鼻辅音 /m/ /n/ /ŋ/                          | 86 |
| 5.舌侧音 /l/                                  | 92 |
| 6.半元音 /j/ /w/                              | 94 |



## 第二部分 初有成效：掌握发音奥妙

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 字母及字母组合的发音奥秘..... | 100 |
| 准确朗读单词的6大秘诀.....  | 107 |
| 流畅朗读句子的4大要点.....  | 117 |

## 第三部分 稳步前进：速学高频句型

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| 1.Are you going to...? 你打算……? .....    | 126 |
| 2.Can you...? 你能……? .....              | 127 |
| 3.Do you mind...? 你介意……? .....         | 128 |
| 4.How...! / What...! 真……! /多么……! ..... | 129 |
| 5.Have you ever...? 你曾经……? .....       | 131 |
| 6.I am (not) sure... 我(不)确信…… .....    | 132 |
| 7.I am used to... 我习惯于…… .....         | 133 |
| 8.I am calling to... 我打电话是为了…… .....   | 134 |
| 9.I am crazy about... 我对……很着迷/喜欢 ..... | 136 |

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| 10. I can't stand... 我不能忍受.....              | 137 |
| 11. I need... 我需要.....                       | 138 |
| 12. I can't believe... 我不能相信.....            | 139 |
| 13. I bet... 我打赌.....                        | 141 |
| 14. I didn't know... 我不知道.....               | 142 |
| 15. I can't afford... 我承担不起.....             | 143 |
| 16. I feel like... 我想.....                   | 145 |
| 17. I enjoy... 我喜欢.....                      | 146 |
| 18. I have... 我有.....                        | 147 |
| 19. I suspect... 我怀疑....., 我猜想.....          | 148 |
| 20. I hope... 我希望.....                       | 150 |
| 21. I suppose / I think... 我想....., 我认为..... | 151 |
| 22. I've never thought (of)... 我从未想到过.....   | 152 |
| 23. I'm looking for... 我正在寻找.....            | 154 |
| 24. I'm afraid... 我恐怕.....                   | 155 |
| 25. I work for... 我在.....工作.....             | 156 |
| 26. I wonder... 我想知道.....                    | 157 |
| 27. I would like to... 我想.....               | 159 |
| 28. I'm looking forward to... 我期待着.....      | 161 |
| 29. If I were you, ... 如果我是你的话, .....        | 162 |
| 30. It might be a good idea... 是个好主意.....    | 163 |
| 31. It's a good thing... 还好.....             | 164 |
| 32. It reminds me ... 我想到了.....              | 166 |
| 33. It seems to me... 我觉得好像.....             | 167 |



|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| 34.It looks... 这看起来.....                            | 168 |
| 35.It depends on... 这取决于.....                       | 170 |
| 36.It sounds... 听起来.....                            | 171 |
| 37.Let's... 咱们.....                                 | 172 |
| 38.Let me... 让我.....                                | 174 |
| 39.May I...? / can I...? 我可以.....? /我能够.....?       | 175 |
| 40.Not... until... 直到.....才.....                    | 177 |
| 41.On second thought,... 再三考虑之后, .....              | 178 |
| 42.Shall we...? 我们可以.....?                          | 179 |
| 43.The reason (why)... 原因是.....                     | 181 |
| 44.There is no reason...没有理由.....                   | 182 |
| 45.There is... /There are... 有.....                 | 183 |
| 46.Thank you for... 谢谢你.....                        | 185 |
| 47.To tell you the truth, ... 说实话, .....            | 187 |
| 48.What do you think of...? 你觉得.....怎么样?            | 188 |
| 49.What...? 什么.....?                                | 189 |
| 50.What kind of...? 哪种.....?                        | 191 |
| 51.Which do you like better, A or B? 你最喜欢哪个, A还是B?  | 192 |
| 52.Would you like to...? 你想.....?                   | 194 |
| 53. Would you...? 你要.....?                          | 195 |
| 54.What I'm trying to say is, ... 我想说的是, .....      | 196 |
| 55.Why hadn't I thought about/of...? 我怎么就没有想到.....? | 197 |

## 第四部分 脱口而出：交流无障碍

### 第一章 人间自有真情在

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| 1. 家人团聚 Family Reunion .....        | 200 |
| 2. 择友需慎重 Choosing Friends .....     | 200 |
| 3. 期待爱情 Expecting Love .....        | 202 |
| 4. 享受单身 Enjoying Single .....       | 203 |
| 5. 鼠标爱情 Cyber Love .....            | 204 |
| 6. 爱情没有国界 Mixed Marriage .....      | 205 |
| 7. 花前月下 Being in Love .....         | 207 |
| 8. 单膝跪地 Marriage Proposal .....     | 208 |
| 9. 分手的痛 Breaking up .....           | 209 |
| 10. 浪漫婚礼 Romantic Wedding .....     | 211 |
| 11. 丁克家庭 Childless Couples .....    | 212 |
| 12. 结婚纪念日 Wedding Anniversary ..... | 214 |
| 13. 办公室恋情 Office Romance .....      | 215 |
| 14. 裸婚时代 Naked Wedding .....        | 217 |
| 15. 闪婚当道 Flash Marriage .....       | 218 |



## 第二章 绿色出行需引导

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 1. 地铁出行 Taking a Subway          | 220 |
| 2. 人在囧途之迷路 Losing the way        | 221 |
| 3. 公交出行 Taking a Bus             | 222 |
| 4. 交通事故 Traffic Accident         | 223 |
| 5. 交通堵塞 Traffic Jam              | 224 |
| 6. 问路 Asking the Way             | 225 |
| 7. 预订机票 Booking a Ticket         | 227 |
| 8. 办理登机 Checking in              | 228 |
| 9. 领取行李 Luggage Claiming         | 230 |
| 10. 海关申报 Declarations at Customs | 231 |
| 11. 乘出租车 Taking a Taxi           | 232 |
| 12. 自驾车 Driving a Car            | 233 |
| 13. 绿色出行 Green Trip              | 234 |

## 第三章 屋里屋外忙不停

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| 1. 享受烹饪 Enjoying Cooking            | 236 |
| 2. 超市购物 Shopping in the Supermarket | 237 |
| 3. 洗衣服务 Laundry Service             | 238 |
| 4. 做家务 Doing Housework              | 240 |
| 5. 在外用餐 Eating out                  | 241 |
| 6. 烫发 Perming                       | 243 |
| 7. 买衣服 Buying Clothes               | 244 |

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 8.搬家 Moving House.....                | 245 |
| 9.看医生 Seeing a Doctor.....            | 247 |
| 10.体育锻炼 Physical Exercise.....        | 248 |
| 11.邮寄包裹 Sending a Parcel.....         | 250 |
| 12.在美容院 In the Beauty Salon.....      | 251 |
| 13.在加油站 At the Gas Station.....       | 253 |
| 14.租房子 Renting a House.....           | 254 |
| 15.办理银行业务 Banking Service.....        | 255 |
| 16.在快餐店 At the Fast Food Service..... | 257 |
| 17.吃自助餐 Having Buffet.....            | 258 |
| 18.依依惜别 Saying Goodbye.....           | 260 |
| 19.友人相聚 Getting together.....         | 261 |
| 20.邻里之间 Neighborhood.....             | 262 |

## 第四章 忙里偷闲享受生活

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| 1.享受天籁之音 Enjoying Music.....             | 264 |
| 2.逛酒吧 At Pubs.....                       | 265 |
| 3.在KTV At KTV.....                       | 266 |
| 4.我的博客我做主 Blogs.....                     | 267 |
| 5.摄影 Taking Photographs.....             | 269 |
| 6.体验网购 Experiencing Shopping online..... | 270 |
| 7.“宅男宅女” Couch Potato.....               | 271 |
| 8.爬山 Climbing Mountains.....             | 273 |



## 第五章 职场新人成功计

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 1.求职前的迷茫 Seeking a Job            | 275 |
| 2.求职面试 Having an Interview        | 276 |
| 3.初试锋芒 The New Day                | 278 |
| 4.新人培训 The Training for Newcomers | 279 |
| 5.上班迟到 Being Late for Work        | 280 |
| 6.办公琐事 The Jobs                   | 281 |
| 7.加班事宜 Working overtime           | 283 |
| 8.工作压力 Working Pressure           | 284 |
| 9.请病假 Asking for a Sick Leave     | 285 |
| 10.跳槽 Job Hopping                 | 286 |
| 11.升职加薪 Raise and Promotion       | 288 |
| 12.职场充电 Job Training              | 290 |
| 13.辞职 Resignation                 | 291 |
| 14.自己创业 Starting a Business       | 293 |

## 第六章 背上行囊游世界

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 1.计划出游 Planning the Trip           | 295 |
| 2.选择旅行社 Choosing the Travel Agency | 296 |
| 3.旅馆住宿 Hotel Accommodation         | 298 |
| 4.游在欧洲 Traveling in Europe         | 299 |
| 5.郊外野餐 Having a Picnic             | 301 |
| 6.照相留念 Taking Photos               | 303 |

## 第七章 商海沉浮看人生百态

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 1. 产品介绍 Presenting Products ..... | 305 |
| 2. 商品展览 Trade Fair .....          | 306 |
| 3. 商品询价 Price Inquiring .....     | 308 |
| 4. 订购产品 Ordering the Goods .....  | 310 |
| 5. 付款 Paying the Bill .....       | 312 |
| 6. 保险 Insurance .....             | 313 |
| 7. 包装 Packaging .....             | 314 |
| 8. 投诉 Complaints .....            | 316 |

# 第一部分

## 整装待发：零起点学发音





## 元音家族

### 单元音

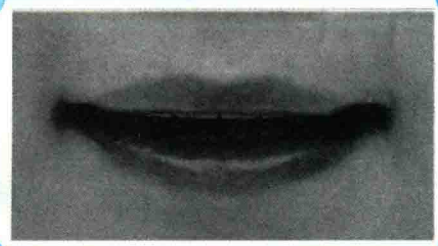
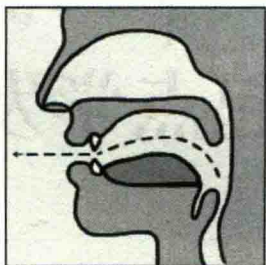
#### 1 前元音 /e/ /æ/ /ɪ/ /i:/

#### 前元音 /e/



#### 发音解析

/e/为短元音。发音时舌尖抵下齿，舌前部稍抬起，开口较/ɪ/大一些，口形稍扁，上下齿间的距离约能容下一个食指。声带要振动，音要发得急促点。



- ① 发/e/时，嘴唇略微张开，但不要张得过大，上下唇之间有一指宽的距离即可。
- ② 美国英语中/e/比英国英语中的/e/开口要大一些。

#### 单词代言

|          |            |          |
|----------|------------|----------|
| end      | /end/      | n. 末尾    |
| red      | /red/      | a. 红色的   |
| lend     | /lend/     | v. 把……借给 |
| well     | /wel/      | a. 好的    |
| elephant | /'elɪfənt/ | n. 大象    |
| tell     | /tel/      | v. 告诉    |
| step     | /step/     | n. 步伐    |
| extra    | /'ekstrə/  | a. 额外的   |

|          |              |        |
|----------|--------------|--------|
| letter   | /'letə/      | n. 信件  |
| essay    | /'eseɪ/      | n. 散文  |
| head     | /hed/        | n. 头   |
| engineer | /,endʒɪ'nɪə/ | n. 工程师 |
| internet | /'ɪntənət/   | n. 因特网 |
| egg      | /eg/         | n. 蛋   |
| edge     | /edʒ/        | n. 边缘  |
| men      | /men/        | n. 男人  |

## 短语代言

|                       |             |                       |            |
|-----------------------|-------------|-----------------------|------------|
| when and where        | 何时何地        | have a rest           | 休息         |
| surf the internet     | 上网          | a bad egg             | 坏蛋         |
| the head of gangsters | 匪徒的头目       | get wet in the rain   | 淋雨         |
| in red                | 穿着红色的<br>衣服 | give someone a lesson | 教训某<br>人一顿 |

## 句子代言

- ★ Better late than never. 亡羊补牢，犹未为晚。
- ★ Ted has got everything ready. 泰德一切都准备好了。
- ★ Please don't forget to get ready for the lecture. 别忘了为讲座做准备。
- ★ Every morning Emily eats one egg. 艾米丽每天早晨都会吃一个鸡蛋。

## 超级绕口令

Whether the weather be fine or whether the weather be not.  
Whether the weather be cold or whether the weather be hot. We'll  
weather the weather whether we like it or not.

无论是晴天或是阴天。无论是冷或是暖。不管喜欢与否，我们都要经受风霜雨露。

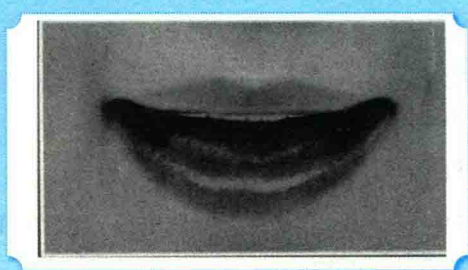
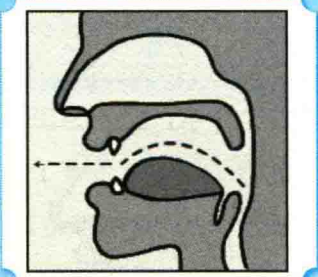


## 前元音 /æ/



### 发音解析

/æ/为短元音，发音时口形要比/e/更开，舌尖抵下齿，舌前部稍抬起，嘴角尽量向脸颊两侧拉伸绷紧，上下齿间可容纳一个食指指尖，口形自然放松，双唇稍扁，声带振动。



- ① /æ/与/e/的区别很大，发/e/时，两唇向两边咧开，发/æ/时，两唇上下张开。
- ② 发/æ/时，注意口要张开得很大。北方人在发这个音时不要使上下唇上下活动，以致将/æ/发成双元音/aɪ/。

### 单词代言

|       |        |          |
|-------|--------|----------|
| ash   | /æʃ/   | n. 灰烬    |
| cat   | /kæt/  | n. 猫     |
| bad   | /bæd/  | a. 坏的，恶的 |
| ax    | /æks/  | n. 斧子    |
| apple | /æpl/  | n. 苹果    |
| fat   | /fæt/  | a. 胖的    |
| back  | /bæk/  | ad. 后面   |
| plait | /plæt/ | n. 辫子    |

|         |           |         |
|---------|-----------|---------|
| mad     | /mæd/     | a. 疯的   |
| cap     | /kæp/     | n. 帽子   |
| marry   | /ˈmæri/   | v. 结婚   |
| cabbage | /ˈkæbɪdʒ/ | n. 洋白菜  |
| than    | /ðæn/     | prep. 比 |
| habit   | /ˈhæbit/  | n. 习惯   |
| flag    | /flæg/    | n. 旗子   |
| family  | /ˈfæmɪli/ | n. 家，家庭 |