

李娜 王道平 编著

零起点

英语

分级背诵范文



Reset (彻底归零)
你的英语学习系统, 从零开始新的旅程吧!

提高篇

背会了, 就是你自己的!

让你的英语水平在背诵中

(语感) 提升!

彻底征服哑巴英语的

大声朗读 + 模仿背诵 + 听写

在大声熟读的基础上背诵和听写优美的英文范文,
是提升英语语感、增强听说读写综合实力的最有效途径!

沪江网校

www.hjclass.com

PC 苹果 安卓 平板

内含20元学习卡

秘诀1 大声朗读

学习英语, 千万不要忽视大声朗读! 大声朗读是唤醒英文语感的第一步!

秘诀2 模仿背诵

英语到底怎样才能学好? 就是反复地、拼命地模仿! 跟读! 背诵!

秘诀3 听写

听写优秀的学生几乎都是全优生! 听写过程是积极的、创造性的。

无论何种语言,
大声朗读和背诵都是最好的学习法!



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

零起点

英语

分级背诵范文

提高篇

李娜 王道平 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内容提要

彻底征服哑巴英语的三大秘诀：大声朗读 + 模仿背诵 + 听写！在
大声熟读的基础上背诵和听写优美的英文范文，是提升英语语感、增
强听说读写综合实力的最有效途径！本书以“大声朗读”和“模仿背诵”
为学习理念，精选了适合学习者朗读和背诵的各类短小精悍的妙语短
篇，内容包括幽默故事、哲理小文、名人演讲和各种文字优美的记叙文、
说明文和散文等。学习者通过大量的朗读和背诵，一定可以在英语发音、
听力理解力、词汇量和口语表达等方面获得实质性的提升。

本书精选 50 篇精彩小文配有外教朗读和听写模式的录音，读者可
以登录 www.no-teacher.com 免费下载。

图书在版编目 (CIP) 数据

零起点英语分级背诵范文. 提高篇 / 李娜, 王道平
编著. — 北京: 中国水利水电出版社, 2013. 5
ISBN 978-7-5170-0827-9

I. ①零… II. ①李… ②王… III. ①英语—自学参
考资料 IV. ①H31

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第081823号

策划编辑: 陈艳蕊 责任编辑: 陈艳蕊 加工编辑: 邓建梅

书 名 作 者 出版发行	零起点英语分级背诵范文: 提高篇 李娜 王道平 编著 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) 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
经 售	
排 版 刷 格 次 版 数 印 定 价	北京万水电子信息有限公司 北京蓝空印刷厂 148mm×210mm 32开本 13.25印张 432千字 2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷 0001—5000册 28.00元

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

读者速速


本书适合的读者对象:

- ⇒ 已经学完《新概念英语 2》或任何一本中级以下水平综合英语教材的学习者
- ⇒ 已经具备了一定英语基础的高中二、三年级学生或大学一、二年级学生
- ⇒ 不满足于只是应付水平考试,想全面提高自己英语的学习者
- ⇒ 在校的大、中学生,打算在学习课业的同时想提高听说和写作的表达力
- ⇒ 迫切需提高英语听说能力的职场白领
- ⇒ 具有中级水平的各类英语自学者
- ⇒ 参加 PETS 三级 / 四级考试的考生

本书句型 / 词汇学习目标:

- ⇒ 听说读写熟练掌握: 3000 句
3000 词

温馨提示:

带有此标识  的小范文,配有既可模仿跟读、又可做听写特训的外教录音,音频可登录 www.no-teacher.com 免费下载。

The word "The" in a large, bold, black serif font, positioned at the top left of the page. A decorative dotted line starts from the top left, curves around the word "The", and then continues to curve around the word "Introduction".

The

Introduction

致学习者

英语学习的成功，不仅在于掌握基本知识，更在于能熟练地将所学语言实际应用到生活中去，知道如何融会贯通，并能够用它来进行日常会话。然而我们的英语课堂大多还是着眼于基础知识的灌输，是大量的语法及词汇的“填鸭式”教学，让学习者在英语课堂上显得十分被动，也造成了“哑巴英语”的局面。

彻底征服

“哑巴英语” 的三大秘诀

大声朗读 + 模仿背诵 + 听写

在大声熟读的基础上背诵和听写优美的英文范文，
是提升英语语感、增强听说读写综合能力的最有效途径！

秘诀 1

大声朗读

学习英语，千万不要忽视大声朗读！
大声朗读是唤醒英文语感的第一步！

无论何种语言，大声朗读都是最好的学习法！

发掘特洛伊城遗迹的德国人希泊来，是一位语言学习天才。他在短时间内，学会了许多国家的语言，用的便是朗读的方法。即使阅读相同的文章，他也一遍一遍地大声朗读，一直念到深夜。因为读书声扰民，希泊来还数次被房东赶出门。结果，每一种外语，他都仅用了三到六个月的时间就学会了。

大声朗读对于语言学习的神奇功效！

一、有利于开发右脑

因为大声朗读实质是朗读者在欣赏自己的声音和情感，久而久之，有利于学习者形象思维能力的自我培养。

二、有助于理解和记忆

因为脑神经处于极度兴奋状态，这本身就能刺激学习者深入理解文章、书籍。并且，大声朗读需要集中注意力，大脑处于排空状态，更加有利于朗读材料的记忆。

三、大声朗读文章是语感形成的必由之路

可以这么说，如果没有真正地大声读文章，就不会有什么真正的语感。语感是指人们在朗读、言语交流中对词语的感知能力。如果想在语言如何搭配方面建立可靠的语感，就必须对成千上万的词反复念，反复听，除此之外没有别的方法。通过大量的朗读，听到诸如 *I think he isn't right.* 之类的句子就能知道其错误所在。

四、大声朗读可纠正错误的发音

正确的朗读，当然最好快而准——流利又清楚，意群恰到好处。有些同学想读一个句子或一篇课文时，结结巴巴，连贯不起来，费了很大的劲，还是音不正，调不准，场面尴尬。要改变这种现象，就要经常进行大声朗读的训练。只有通过朗读你才能体会英语的美妙之处，也只有通过朗读你才会知道英语的语音、语调、重读、弱读、连读和失去爆破等是怎么回事。通过练习，你会发现自己的不足，一段时间后，你会发现你的节奏感越来越强，读得越来越流利，自信心就会增强，而且会乐“读”不疲。

五、大声朗读可帮助记忆单词、短语和句子

作为知识的积累，当然离不开单词——短语——句子。怎样能够将它们记牢？经常朗读能唤起记忆，多读一次就少遗忘一次，实际上就起到了多看多记多运用的效果。记单词和短语的过程是沉闷的，但当用朗读课文来处理它们的时候，就变得有生气，有动感，其活力使它们被紧锁在人的脑海里。

六、大声朗读有益于语法的理解

一篇课文里包含了多个语法点，同时也包含了重点、难点和疑点。通过朗读课文，从而达到对知识经常的接触，反复理解、消化，久而久之就会悟出“书读百遍，其义自见”的道理。

七、朗读更有助于提高听说能力

在听的方面：做听力试题时，有的学习者反应慢，辨音差。试想，连读都读不出、读不准的东西，在脑海中本来就没有留下多少精确的印记，又如何能在极短时间内与外国人原声发音内容对号入座呢？因此，想要听力好，先考虑积累及攻克朗读这一关。

在说的方面：要培养过硬的口语能力，最好有一个良好的语言环境；但对于缺乏良好的语言环境的大多数人来说，大声朗读不失为一个非常好的方法。

秘诀 2

模仿背诵

发音怎么练？就是拼命地听录音，反复地模仿！

句子的语调怎么练？就是拼命地听录音，跟读一两个小时的标准录音！

文章怎么背诵？也一样，反复地听，然后再反复地模仿，直到自己的音调和录音一样好听！

英语到底怎样才能学好？就是反复地、拼命地模仿，跟读，背诵！

也就是说，几本书和相应的录音，再加一个随身听，别的什么都不要，就可以讲一口漂亮的英语！

一切其实就这么简单，只要你会模仿，你就能讲好英文！

反复地模仿可以改善英语发音、增强语感，形成顺畅流利的语调，还可以为背诵和复述打下坚实的基础。



背诵是最古老，也是最有效的学习方法。

背诵可以帮助你练习发音，增加词汇，提高口语表达的流利程度！

背诵可以帮助你培养语感，强化写作，全面拓展自己的知识范围！

俗话说“熟读唐诗三百首，不会作诗也会吟”。

英语作为一种交际性很强的语言学习科目，如果能达到“不会作诗也会吟”的境界，那何愁英语学不好呢？既然“会吟”，那么，困扰中国教育学家多年的“哑巴英语”不就迎刃而解了吗？把“会

吟”的内容背诵下来，这不就在无形中解决了有些学习者为之头痛的写作需求嘛！真可谓“一举三得”。

背诵可以帮助学习者加深对课文的理解，提高阅读能力，锻炼记忆力；还可以帮助学生学习课文中用词造句、布局谋篇的方法，培养和提高作文能力。有则外国谚语说：“能背诵多少书籍，就能获得多少知识。”可见，背诵是英语学习能力提升中一个重要的方面。



秘诀 3

听写

听写优秀的学生几乎都是全优生！

听写是一种综合技能，涉及语音、语法、词汇、篇章结构、听力、口语、阅读、背景知识、心理、短时记忆等元素。

听写练习方法，已经被很多人证实是最高效地提高英语听力的方法。此法的运用在我国，尤其是在英语专业考生中有很长的历史。近年流行的钟道隆先生的“逆向式英语学习法”和畅销书《千万别学英语》即主要以此法为特色。据在互联网英语论坛上的了解，采用此法学习听力成功的例子比比皆是。最近有个说法是，如果你坚持做听写，将 50 张 A4 纸都写得满满的，你的听力绝对有飞速的提高。那么，除了提高听力，听写还能给我们带来什么好处呢？

美国著名教育和测试专家 John Oller (1979) 指出，听写过程是积极的、创造性的。它涉及到语音、词汇、语法等多种成分，需要听者运用对篇章理解及分析等能力，综合听和写的能力，能全方位地衡量听者的语言水平，从而提高听者英语的总体能力。听写是一种重要的教学方法，它可以教授语言的诸多方面。John Oller 教授对语言掌握程度的综合测定与听写的关系做了研究，他分析了

100 名洛杉矶加州大学留学生考生的以英语作为第二语言的分班考试成绩，考试包括 5 部分：听写、45 分钟的作文、同义词配对、语音测验和语法正误测验。John Oller 发现在赴美前进行过听写训练的考生的听写成绩和其他部分的成绩，均比未进行过这项训练的考生的听写成绩和其他部分的成绩高得多。另外他和其他专家在伊朗研究“听写与托福考试成绩的关联”时，他们发现听写与听力理解、托福考试成绩相关情况最佳，结论为听写是听力理解和全面语言水平提高的好方法。

无论是单词、句子或者短文（新闻片段），当听写的内容超过一定的量，语言水平就会在不知不觉中获得提升。实践证明，这是一项培养和测试学生语言能力的重要方法。专家证实：在短时间内要测验出一个人的英语水平，听写和做综合填空题就是最佳的手段。

编 委：

邵雪梅	冯 旭	孟 红	高 巍	尹洪燕	冯 薇	王 丹
安 鑫	田 苏	张艳虹	王欣欣	张庆山	谢 利	李可义
鲍 倩	陈海庆	陈丽辉	郭 梅	侯晓莉	祁 娜	




Contents

目录

- Chapter 1** / 心理小文收纳阁 /1
- Chapter 2** / 小故事大驿站 /48
- Chapter 3** / 科普范文一二三 /95
- Chapter 4** / 文化范文一箩筐 /150
- Chapter 5** / 史地小文大搜索 /214
- Chapter 6** / 人物范文整理箱 /284
- Chapter 7** / 社会生活一点通 /348

温馨提示:

带有此标识  的小范文，配有既可模仿跟读、又可做听写特训的外教录音，音频可登录 www.no-teacher.com 免费下载。

Chapter 1

| 心理小文收纳阁 |

01 Recite

01.mp3



精彩背诵

When life is good, gratitude is easy. It becomes more challenging to be grateful when we are experiencing hard times. Financial hardship, long-term illness, the death of a loved one and marital strife can all be trying and difficult. It is hard to find a reason to be grateful for. Although pain is inevitable, suffering is optional. We have a choice in how to face our circumstances. We can turn our hearts to God and trust that he has made a plan for us. We can be thankful for the lessons we have learned and the opportunities for personal growth and transformation. Look at all the people in this world who share the gifts they received during difficult times of their life. It is the painful times of my life that have made me stronger, wiser and to cherish today.



生活安稳的时候，表达感激就会很简单。但是，当我们面对艰辛的生活时，表达感激就很难了。经济困难，长期疾病，亲人过世和婚姻纠纷这些都可能让人心烦，给生活带来困难。这时候，甚至连找一个感激的理由都很难。虽然痛苦无法避免，但我们有权选择是否接受痛苦，有权选择我们该如何看待我们周围的环境。我们可以相信上帝，相信上帝会给我们做好安排。我们感激经验教训，感激给个人成长和变化的机遇。看看大千世界中的芸芸众生，他们在生活的艰难中获得了礼物。正是生活中的那些痛苦时期让我变得更加坚强，更加聪明，更加热爱今天！

02 Recite

02.mp3



精彩背诵

Whatever obstacles I found made me fight harder. But it would have been impossible for me to fight at all, except that I was sustained by the personal and deep-rooted belief

that my fight had a chance. It had a chance because it took place in a free society. Not once was I forced to face and fight an immovable obstacle. Not once was the situation so cast-iron rigid. Free minds and human hearts were all around me; and so there was the probability of improvement. I look at my children now, and know that I must still prepare them to meet obstacles and prejudices.

我一路上遇到的阻碍促使我更加努力地抗争。然而，如果不是在内心深处坚信我的奋斗是有希望的，我就根本无法坚持。我的奋斗是有希望的，因为这是一个自由的社会。在这里，我不止一次遇到过无法逾越的障碍，也不止一次经历过令人绝望的境况。但那时，自由的思想与心灵让我摆脱困境。如今我看着自己的孩子们，我知道我仍需要让他们准备面对困难与歧视。

03 Recite

精彩背诵

What is it that I have always believed? First, that imperfections are human. But that wherever human beings were given room to breathe and time to think, those imperfections would disappear, no matter how slowly. I do not believe that we have achieved or even approached perfection. That is not necessarily in the scheme of human events. Handicaps, stumbling blocks, prejudices — all of these are imperfect. Yet, people have to be reckoned with because they are in the scheme of human events.

我一直坚守的信念是什么呢？首先，我知道人类是不可避免会有缺陷的。但只要人类有一息尚存，只要人类还能思考，这些缺陷一定会逐渐消失，无论过程会多么漫长。我并不认为我们已经到达或正在接近完美无缺的境界。完美

无缺的境界并非是人类社会必须存在的。有些缺陷，例如残疾、障碍和偏见，在人类社会中都存在，也就需要我们勇敢地去面对。

04 Recite

精彩背诵



I believe that we are not real social workers. We may be doing social work in the eyes of the people, but we are really contemplative in the heart of the world. For we are touching the body of Christ twenty-four hours...And I think that in our family we don't need bombs and guns to destroy or bring peace. We just get together, love each other, bring that peace, that joy, that strength of presence of each other in the home. And we will be able to overcome all the evil that now is in the world.



我想，我们算不上真正的社会工作者。在人们的眼中，或许我们是在做社会工作，但实际上，我们只是在世界中心沉思。因为，一天 24 小时，我们都在触摸基督的圣体。我想，在我们的大家庭里，我们不需要用枪支和炮弹来破坏和平，或带来和平，我们只需要团结起来，彼此相爱，将和平、欢乐以及每一个成员的灵魂的活力带给世界。这样，我们就能战胜世界上现存的一切邪恶。

05 Recite

精彩背诵

There once was a king who offered a prize to the artist who would paint the best picture of peace. Many artists tried. The king looked at all the pictures. But there were only two he really liked, and he had to choose between them. One picture was of a calm lake. The lake was a perfect mirror for peaceful towering mountains all

around it. Overhead was a blue sky with fluffy white clouds. All who saw this picture thought that it was a perfect picture of peace.

The other picture had mountains, too. But these were rugged and bare. Above was an angry sky, from which rain fell and in which lightning played. Down the side of the mountain tumbled a foaming waterfall. This did not look peaceful at all.

But when the king looked closely, he saw behind the waterfall a tiny bush growing in a crack in the rock. In the bush a mother bird had built her nest. There, in the midst of the rush of angry water, sat the mother bird on her nest — in perfect peace.

Which picture do you think won the prize? The king chose the second picture. Do you know why?

"Because," explained the king, "peace does not mean to be in a place where there is no noise, trouble, or hard work. Peace means to be in the midst of all those things and still be calm in your heart. That is the real meaning of peace."



从前有个国王，悬赏能画出最好的宁静的画的画家。很多画家都试过了。国王看了所有的作品，但他真正喜欢的只有两幅，他必须从这两幅中做出选择。一幅画的是一片宁静的湖泊，四周群山环绕，而湖泊就是一面完美的镜子。蓝色的天空中白云飘飘，每个看到这幅画的人都认为这真是一幅表现宁静的完美作品。

另一幅画也有山脉，但却崎岖不平，而且光秃秃的。上面是乌云密布的天空，而且狂风骤雨、电闪雷鸣，一条白色的瀑布从山的一侧倾泻下来。这看起来一点都不宁静。

然而当国王仔细地看了看画，他看到在岩石的裂隙中长着一颗小小的灌木。在汹涌的水流中间，鸟妈妈安坐在她的巢穴中——如此平和。

你认为哪幅画能得到国王的奖赏呢？国王选择了第二幅。你知道为什么吗？

国王说：“这是因为，宁静并不是指在这个地方没有噪音，没有烦扰，没有艰难的劳动。宁静意味着所有这些因素都存在于你的周围，而你的心中依然

能保持安宁。这才是宁静的真谛。”

06 Recite

03.mp3



精彩背诵



Without question, many of us have mastered the neurotic art of spending much of our lives worrying about a variety of things—all at once. We allow past problems and future concerns to dominate our present moments, so much so that we end up anxious, frustrated, depressed, and hopeless. On the flip side, we also postpone our gratification, our stated priorities, and our happiness, often convincing ourselves that "someday" will be better than today. Unfortunately, the same mental dynamics that tell us to look forward the future will only repeat themselves so that "someday" never actually arrives. John Lennon once said, "Life is what's happening while we're busy making other plans." When we're busy making "other plans", our children are busy growing up, the people we love are moving away and dying, our bodies are getting out of shape, and our dreams are slipping away. In short, we miss out on life.



毫无疑问，我们很多人掌握了一种神经兮兮的艺术，即把生活中的大部分时间花在为种种事情担心忧虑上——而且常常是同时忧虑许多事情。我们任凭过去的麻烦和对未来的担心来控制我们此时此刻的生活，以致我们整日焦虑不安，萎靡不振，甚至沮丧绝望。而另一方面我们又推迟我们的满足感，推迟我们应优先考虑的事情，推迟我们的幸福感，常常说服自己“有朝一日”会比今天更好。不幸的是，如此告诫我们朝前看的大脑动力只能重复来重复去，以致“有朝一日”永远不会真正来临。约翰·列侬曾经说过：“生活就是当我们忙于制定别的计划时发生的事。”当我们忙于制定种种“别的计划”时，我们的孩子在忙于长大，我们挚爱的人离去了甚至快去世了，我们的体型变样了，而