



资深作者和外教联合编写，
纯正美式发音，适合模仿历练！

全彩
图解

零基础

从头开始学英语

发音、单词、语法、句子、会话，一本搞定

针对英语初学者，从发音到会话，打造属于你的英语入门宝典！

一书在手，轻松攻克口语难关！

(美) 魏龙兴 主编



从简单的音标入手

无门槛地从零开始学英语。

图解单词、基础
语法、极短句

夯实基础，循序渐进
学英语。



重点解析25个核心
动词、易混词

解开学英语的疑惑，理清
英语思维。



打开话匣子，想聊就聊

构建从零开始的学习体系，
助您马上开口说英语。



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

全彩
图解

零基础

从头开始学英语

发音、单词、语法、句子、会话，一本搞定



主 编：（美）魏龙兴

副主编：姚佳斯 熊华擎



外文出版社

FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

零基础从头开始学英语：发音、单词、语法、句子、会话，一本搞定：全彩图解版 / 魏龙兴主编.

— 北京：外文出版社，2016

ISBN 978-7-119-10120-0

I. ①零… II. ①魏… III. ①英语—自学参考资料IV. ①H31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 068425 号

出版策划：王京强

责任编辑：施化敏

责任校对：张志凡

装帧设计：京珍文化（北京）有限责任公司

印刷监制：冯浩

全彩图解版：零基础从头开始学英语——发音、单词、语法、句子、会话，一本搞定

主 编：（美）魏龙兴

出版发行：外文出版社有限责任公司

地 址：北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码：100037

网 址：<http://www.flp.com.cn>

电 话：010-68320579（总编室） 010-68996179（编辑部）

印 刷：北京飞达印刷有限责任公司

经 销：新华书店 / 外文书店

开 本：787mm×1092mm 1/16 印张：17.25 字数：210 千字

版 次：2016 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-119-10120-0

定 价：59.00 元

学语者图书编委会核心小组

总 策 划 王京强 郝 铭

执案编辑 吴 芬 王中南 刘晓娟

邵燕云 吴桂梅

编 委 学语者教学研究中心

(按姓氏笔画排名,排名不分先后)

王秋实

王翠芬

牛慧霞

牛雪莲

朱红梅

李俊青

李 因

李 扬

李文英

刘荷清

陈海花

宋建威

吴 丹

吴 瑜

苏安梅

张淑芳

张 婉

张 娜

杨 擘

周海岩

姜雪丽

施 波

姚佳斯

祝莉丽

黄 欣

淡晓库

常 波

蒋海文

程俊华

樊 玲

Preface

前言

Speaking Standard English is an innovative, interesting and practical volume for any Chinese learners of English who attempt to improve and strengthen their English pronunciation and natural use of English for successful communication in various conversational exchanges. It introduces the English phonetic features of consonants and vowels and their phonological structure through illustrative pictures. The most commonly used words and expressions at the current level of learning are introduced and practiced in naturally occurring situational contexts. The grammatical constructions are introduced and practiced for their functional purposes in terms of their forms and meanings. All the exercises are provided for learners' interactive practice rather than memorization. In addition, all the texts and exercises are voice-recorded by the native speakers of English specially selected for the volume. Another outstanding feature of the volume is that it provides the Chinese translation wherever necessary for learners' easy access to the equivalent expressions in their native language. The pronunciation, vocabulary, and grammar learning is all situated in meaningful and functional contexts, which makes learning natural, interesting, practical, and productive. Unlike most so-called



standard English textbooks, which are selected by instructors for their personally designed syllabi with no choice or flexibility left for their students, this volume can be used by any individual as a handbook for quick reference and guidance as needed. This outstanding volume should be strongly recommended to those who want to learn essential English skills at their own speed and for the outcomes as they desire.

Longxing Wei

这是一本标新立异、趣味性及实用性极强的英语读本，适合于任何致力于提高和加强英语发音和成功应对任何形式对话交流的英语学习者。本书介绍了英语辅音和元音的语音特征，并用生动形象的图片展示了音位结构图、在日常情景中自然地练习词汇及短语。为学习结构形式和意义等功能目的，本书增加了练习学习语法结构的内容。

书中所有的练习都用于学习者的互动实践而非单纯的识记。此外，所有文章和练习都配有英文录音及中文翻译，便于学习者中英文互译的需要。将发音、单词和语法学习全部置于有意义的功能性很强的语境当中，使学习更加自然、有趣、实用且富有创造性。不像其他大多数所谓标准英语的辅导书，只单纯地挑选了指导者个人设计的大纲，让学生没有选择的余地和灵活性。本书可以被任何人视为个人手册及必要时实用的指导书。要将这样一本好书强烈推荐给那些希望按照自己的进度和预期的结果来学英语基本技能的学习者。

魏龙兴

Contents 目录

Chapter 1 说一口标准的英语

Unit 1 发音要准确	2
Unit 2 重音	26
Unit 3 句子的重音和节奏	30
Unit 4 连读与缩写	38
Unit 5 语调	50

Chapter 2 用最简单的词说出漂亮的英文

Unit 1 图解单词	56
Unit 2 正确的句子结构	92
Unit 3 极短句回答常用问话	152
Unit 4 25个核心动词	167
Unit 5 单词的含义与易混淆单词	180

Chapter 3 用最常见的句子精彩开场

Unit 1 打开话匣子	188
Unit 2 沟通有技巧	206
Unit 3 表达情绪和感受	224
Unit 4 说出自己的想法	248

Chapter

1

说一口标准的英语



UNIT 1

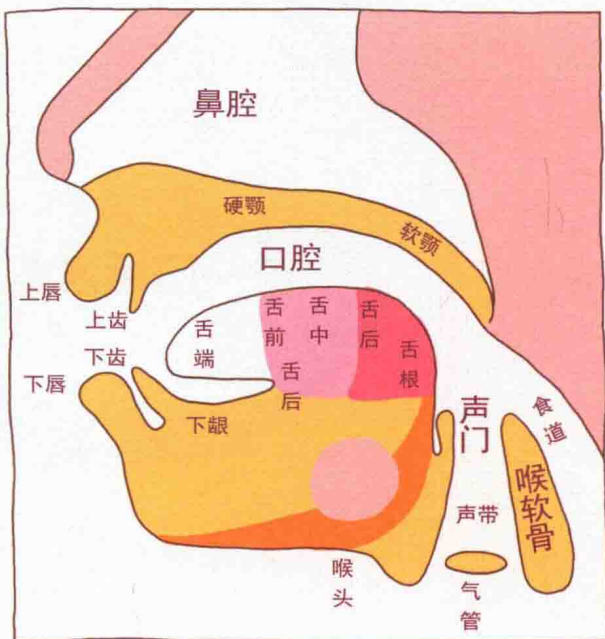
发音要准确



★★ 你对自己的发音有信心吗？有些人把英文的语法记得很熟，整本整本的字典单词都背下来了，阅读的时候也是速度飞快，但是，碰上老外，依然是哑口无言。为什么呢？因为发音不准，你说的，对方不懂；对方说的，你也不懂。可见，准确的发音是多么重要。

本书介绍的是现在通行的国际音标，包含20个元音和28个辅音。我们从了解口腔部位开始，对照每个音标的口型图以及准确的发音方法，练习发音，奠定英语学习的坚实基础。

右图就是有关口腔的各部位的介绍。



1-1. 元音的发音图

舌位 高低	舌位 前后		舌位 前后		舌位 前后		舌位 前后	
	前部	中部	后部	前部	后部	前部	后部	
提高	i: ɪ		u: ʊ					
持平	e eɪ	ɜ: ʌ ə	ɔ: ɒ				eə	
压低	æ		ɑ: ɒ	ʊə ɪə				
平-高					ɔɪ			
低-高						aɪ	aʊ	

易混淆的元音的比较

[i:]



[ɪ]



- ① 从汉语拼音“i”出发，舌尖轻抵下齿龈，舌部放平。
- ② 嘴角向后缩，使双唇呈扁平状（或呈微笑的口型）。
- ③ 气流从口腔中流出，振动声带发 [i:] 音。
- ④ [i:] 是长音，发音长度是短音的两倍。

- ① 从汉语拼音“i”出发，舌尖轻抵下齿龈，舌部放平。
- ② 嘴角向后缩，使双唇略扁。
- ③ 极为短促的气流从口腔冲出，微振声带发 [ɪ] 音。

🔊 eat [i:t] 吃

🔊 heat [hi:t] 热

🔊 seat [si:t] 座位

🔊 leave [li:v] 离开

🔊 feel [fi:l] 觉得

🔊 it [ɪt] 它

🔊 hit [hɪt] 打

🔊 sit [sɪt] 坐

🔊 live [lɪv] 住

🔊 fill [fɪl] 充满



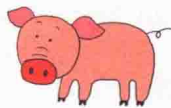
★ **发音重点：**发 [i:] 音时，嘴角要往两旁拉开，嘴形压扁。而在发 [ɪ] 音时，嘴巴较为放松。

Look, Listen and Say

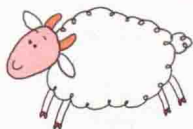
🔊 a key
[ki:]
一把钥匙



🔊 a pink pig
[pɪŋk]
一头粉红的猪



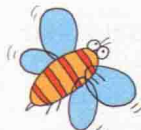
🔊 a sheep
[ʃi:p]
一只羊



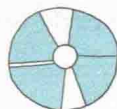
🔊 a chick
[tʃɪk]
一只小鸡



🔊 a bee
[bi:]
一只蜜蜂



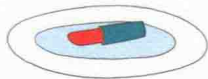
🔊 a disc
[dɪsk]
一张光碟



🔊 a flea on a maple leaf
[fli:] [li:f]
一片枫叶上有一只跳蚤



🔊 a lipstick on a dish
['lɪpstɪk] [dɪʃ]
盘子上的一支口红



[ɜ:]



[ə]



- ① 从汉语拼音“e”出发，以获得正确的舌高、舌位。
- ② 双唇略扁，舌尖靠近下齿，但不紧贴。
- ③ 一股气流从口腔中流出，振动声带，去掉声调，发 [ɜ:] 音。
- ④ [ɜ:] 是长音，发音长度是短音的两倍。

🔊 **word** [wɜ:d] 单词

🔊 **worm** [wɜ:m] 虫子

🔊 **bird** [bɜ:d] 鸟

🔊 **learn** [lɜ:n] 学习

🔊 **nurse** [nɜ:s] 护士

- ① 从汉语拼音“e”出发，以获得正确的舌高、舌位。

- ② 双唇略扁，使嘴微张，舌尖靠近下齿龈，但不紧贴。

- ③ 一股气流从口腔中冲出，微振声带，发 [ə] 音。

🔊 **China** [ˈtʃaɪnə] 中国

🔊 **paper** [ˈpeɪpə] 纸

🔊 **soldier** [ˈsəʊldʒə] 士兵

🔊 **doctor** [ˈdɒktə] 医生

🔊 **dollar** [ˈdɒlə] 美元



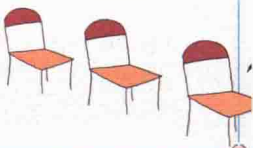
★ **发音重点：**这两个音发音时的舌高和舌位都很相似，但是发 [ɜ:] 音时，长度比 [ə] 音长，而且，发 [ə] 音时嘴唇微张、声带微振即可。

Look, Listen and Say

the first weight place

[fɜ:st] [weɪt]

第一的位置



along the river

[rɪvə]

沿着河流



a cute girl

[gɜ:l]

一个可爱的女孩



a lump of sugar

[ˈfʊgə]

一块方糖



the early bird

[bɜ:d]

早起的人



a popular star

[ˈpɒpjulə]

一个流行歌星



in perfect condition

[pɜ:fɪkt]

处于理想状态



in the center of the plaza

[ˈsentə]

在广场中央



[e]



[eɪ]



- ① 从汉语的“挨”出发，呈发“挨”音的趋势，但不出声。
- ② 确保舌尖轻抵下齿龈，舌中的两侧碰到后面的大牙。
- ③ 一股极为短促的气流从口腔中冲出，振动声带，发 [e] 音。

- ① 从汉语的“黑”的韵母“ei”出发，以获得正确的舌高、舌位。
- ② 将双唇稍微张大，呈微笑趋势。
- ③ 从口腔中冲出一股气流，振动声带，发 [eɪ] 音。

🔊 net [net] 网

🔊 forget [fə'get] 忘记

🔊 pleasure ['pleɪʒə] 高兴

🔊 head [hed] 头

🔊 breakfast ['breɪkfəst] 早餐

🔊 shake [ʃeɪk] 摇

🔊 way [weɪ] 道路

🔊 eight [eɪt] 八

🔊 they [ðeɪ] 他们

🔊 weight [weɪt] 重量



★ **发音重点：** [e] 和 [eɪ] 两个发音的区别较大，发 [e] 音时口型略扁，发音短促有力；发 [eɪ] 音时口型从 [e] 音向 [ɪ] 快速滑动，中间没有任何停顿。

Look, Listen and Say

Are you **ready?**

[redi]

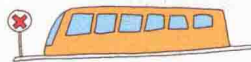
你准备好了吗?



a **late train**

[treɪn]

晚点的列车



a **serious headache**

['hedek]

严重头痛



gain experience

[geɪn]

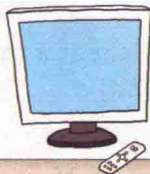
获得经验



a **TV set**

[set]

一台电视机



a **birthday cake**

[keɪk]

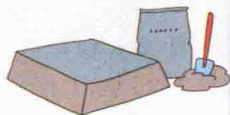
一个生日蛋糕



a **bed of concrete**

[bed]

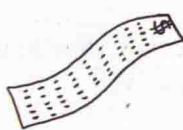
一座水泥混凝土基座



pay the bill

[peɪ]

付账单



[æ]



[aɪ]



- ① 从汉语的“安”(去掉后面的韵母)出发,呈发该音的趋势,但不出声,确保舌部放平,舌尖轻抵下齿龈。
- ② 将双唇尽量向两边张开,使嘴角肌肉感到紧张。
- ③ 一股极为短促的气流从口腔中冲出,振动声带,发 [æ] 音。

back [bæk] 背

hat [hæt] 帽子

stamp [stæmp] 邮票

catch [kætʃ] 抓住

fat [fæt] 肥的

- ① 从汉语拼音“ai”出发,以获得正确的舌高、舌位。
- ② 确保舌尖抵下齿,将双唇张大,但不紧张,自然放松。
- ③ 从口腔中流出一股气流,振动声带,发 [aɪ] 音。

try [traɪ] 尝试

fly [flaɪ] 飞行

tie [taɪ] 领带

pie [paɪ] 馅饼

night [naɪt] 夜晚

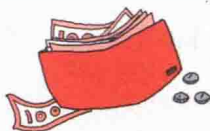
★ **发音重点:** [æ] 和 [aɪ] 发音上有很大的区别,发 [æ] 时口型较大,并有向两侧咧嘴的动作。而发 [aɪ] 音时,口型首先从 [a] 的大开口音出发,再滑动到 [ɪ] 的小开口音,口型有从大到小的变化。另外,发 [æ] 音时音长而有力;发 [aɪ] 时 [a] 音部分长而响亮, [ɪ] 音部分短而含糊。

Look, Listen and Say

a fat purse

[fæt]

一个装满钱的钱夹



have a try

[traɪ]

尝试一下



a narrow track

['nærəʊ]

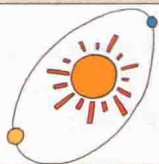
一条狭窄的小道



move in a cycle

['saɪkl]

循环运动



a happy cat

['hæpi]

一只高兴的猫



the light of a candle

[laɪt]

烛光



carry your hand-bag

['kæri]

带上你的手提包



fly a kite

[flaɪ][kaɪt]

放风筝



[ʌ]



[ɑ:]



- ① 从汉语拼音“a”出发，并保持正确的舌高、舌位和口型。
- ② 舌部略抬，同时将口型缩小（比微笑时的口型略大一点）。
- ③ 使极为短促的气流从口腔中冲出，微振声带，发 [ʌ] 音。

切断	cut [kʌt]
公车	bus [bʌs]
花蕾	bud [bʌd]
泥	mud [mʌd]
乐趣	fun [fʌn]

- ① 从汉语拼音“a”出发，并保持正确的舌高、舌位和口型。
- ② 舌部略抬，气流从口腔流出，振动声带，同时发声部位靠后，发 [ɑ:] 音。
- ③ [ɑ:] 是长音，发音长度是短音的两倍。

party ['pɑ:ti]	派对
master ['mɑ:stə]	大师，能手
half [hɑ:f]	一半
hard [hɑ:d]	困难的
art [ɑ:t]	艺术



★ **发音重点：** [ɑ:] 和 [ʌ] 音在发音规则上有很大的区别。发 [ɑ:] 音时的口型要比发 [ʌ] 音时的大。从气流的长短来看，发 [ɑ:] 时气流畅通，发音较长；而发 [ʌ] 时气流受阻，极为短促。

Look, Listen and Say

a bus
[bʌs]
一辆公交车



the last dinner
[lɑ:st]
最后的晚餐



a glass cup
[kʌp]
一个玻璃杯



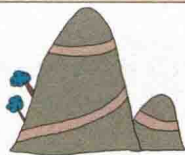
Master of Arts
[ˈmɑ:stə] [ɑ:ts]
文学硕士



a flower bud
[bʌd]
一个花蕾



the Long March
[lɒŋ mɑ:tʃ]
长征



a good buddy of mine
[ˈbʌdi]
我的一个好伙伴



a fish farm
[fɪ:fɑ:m]
养鱼场



[əʊ]



[u:]



- ① 口略开，稍稍扁唇，用舌尖轻抵下齿。
- ② 微抬舌后的两侧，使其接触到上面的两个大牙。
- ③ 从汉语的“饿”出发，要让舌中逐渐向上抬起，使其慢慢碰到大牙旁边的牙齿，与此同时使舌尖向后微缩，下嘴唇向外侧微突。振动声带，发 [əʊ] 音。

hope [həʊp] 希望

clothe [kləʊð] 穿衣

coat [kəʊt] 外套

low [ləʊ] 低的

yellow [ˈjeləʊ] 黄色

- ① 从汉语拼音“u”出发，保持正确的舌高、舌位。
- ② 使双唇趋于圆形，并向后略缩（与汉语拼音的“u”音相比较而言）。
- ③ 气流从口腔冲出，振动声带发 [u:] 音。
- ④ [u:] 是长音，发音长度是短音的两倍。

ruler [ˈru:lə] 直尺

fruit [fru:t] 水果

juice [dʒu:s] 果汁

root [ru:t] 根

boot [bu:t] 靴子



★ **发音重点：**发 [əʊ] 音时，随着发音从 [ə] 音迅速滑动到 [ʊ] 音，口型从扁平变为圆唇，发声部位从后向前移动。而发 [u:] 音时，双唇收得很圆，开口较小，口腔肌肉紧张，舌后部抬得较高。

Look, Listen and Say

a road to Rome

[rəʊd]

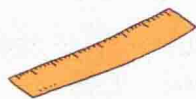
一条通往罗马的道路



a ruler

[ˈru:lə]

一把直尺



a famous talk show

[ˈtɔ:ʃ]

一场著名的脱口秀



a pair of riding boots

[bɑ:ts]

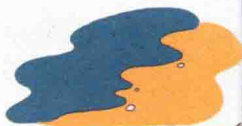
一双马靴



on the west coast

[kəʊst]

在西海岸



a cup of juice

[dʒu:s]

一杯果汁



a cold drink

[kəʊld]

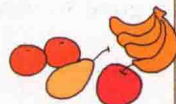
一杯冷饮



several kinds of fruits

[fru:ts]

几种水果



[aʊ]



[ɔ:]



- ① 从汉语“傲”出发，以获得正确的舌高、舌位。
- ② 口型由 [a] 向 [ʊ] 滑动，在此基础上发 [aʊ] 音。

- ① 从汉语拼音“ao”出发，以获得正确的舌高、舌位。
- ② 将上下唇略为张大，保持这一口型不变。
- ③ 气流从口腔中流出，振动声带，发 [ɔ:] 音。
- ④ [ɔ:] 是长音，发音长度是短音的两倍。

our [aʊə] 我们的

mouth [maʊθ] 嘴

tower [ˈtaʊə] 塔

down [daʊn] 下面的

brown [braʊn] 棕色

warm [wɔ:m] 温暖的

hall [hɔ:l] 大厅

ball [bɔ:l] 球

paw [pɔ:] 爪子

horse [hɔ:s] 马



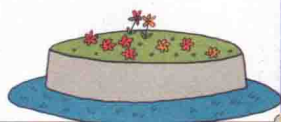
★ **发音重点:** [aʊ] 音常常被称为“鬼哭狼嚎音”，这说明它的发音要求口腔器官动作要极其夸张，开口较大，发音洪亮而有力，尤其要注意口型的变化幅度很大。而发 [ɔ:] 音时双唇收得很圆很小，口腔肌肉紧张，舌后部抬得较高，同时发音时口型没有变化。

Look, Listen and Say

a flower garden

[ˈflaʊə]

一个花园



a field of corn

[kɔ:n]

一地玉米



cow's milk

[kaʊ]

牛奶



my favorite author

[ˈɔ:θə]

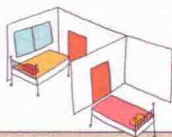
我最喜欢的作家



a two-bedroom house

[haʊs]

一套两居室的房子



a tennis lawn

[lɔ:n]

一个草地网球场



play the clown

[klaʊn]

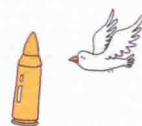
扮小丑



war and peace

[wɔ:]

战争与和平



[p]



[ɔɪ]



- ① 从汉语拼音“ao”出发，以获得正确的舌高、舌位。
- ② 将上下唇张大，使嘴角有绷紧的感觉，并保持这一口型不变。
- ③ 一股极为短促的气流从口腔中冲出，振动声带，发 [ɔ] 音。

- ① 发单元音 [ɔ]。
- ② 在 [ɔ] 的基础上将口型略为收缩。
- ③ 由单元音 [ɔ] 很自然地过渡到单元音 [ɪ]。

lock [lɒk] 锁

pot [pɒt] 罐子

boss [bɒs] 老板

body ['bɒdi] 身体

fox [fɒks] 狐狸

voice [vɔɪs] 声音

toy [tɔɪ] 玩具

spoil [spɔɪl] 糟蹋，破坏 / 溺爱

oil [ɔɪl] 油

boy [bɔɪ] 男孩



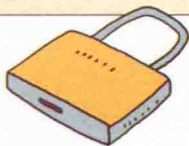
★ **发音重点：**发 [ɔ] 音时，口型成圆形，而且开口较大，发声部位比较靠后。而 [ɔɪ] 则是通过 [ɔ] 音向 [ɪ] 音滑动发出，发 [ɔɪ] 音时口型有从大到小的变化，双唇也逐渐变圆。

Look, Listen and Say

a lock

[lɒk]

一把锁



a toy gun

[tɔɪ]

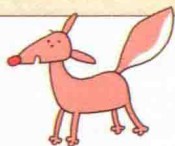
一把玩具手枪



a pink fox

[fɒks]

一只粉红的狐狸



make a choice

[tʃɔɪs]

做出选择



human body

['bɒdi]

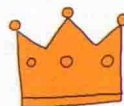
人体



a royal family

['rɔɪəl]

皇室家庭



a handsome cop

[kɒp]

一位英俊的警察



a small-town boy

[bɔɪ]

一个来自小城镇的男孩

