

中老年人 学英语

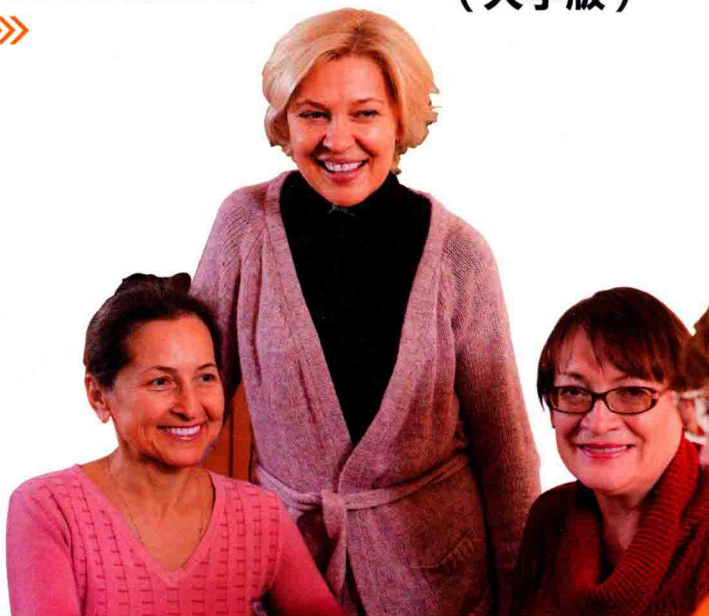
- ◆ 10大主题 ◆ 52个话题
- ◆ 高频词应有尽有
- ◆ 时尚句全部网罗
- ◆ 情景对话再现真实场景

零基础自学入门 与提高

专为中老年朋友编写，简单学习、迅速入门、高效掌握！

(大字版)

优尼创新外语研发中心◎编著 >>>>>



与时俱进学英语，日积月累变潮人！你学你也会！

有声英文书（赠有声MP3音频，换种方式学习），出国口语想说就说

全书由美籍英语专家Rose Allen、Thomas Kyle朗读并审校

出国英语日常生活10堂必修课



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn



扫码在线听，更有
多种学习资源供享

中老年人 学英语

零基础

自学入门与提高

(大字版)

优尼创新外语研发中心◎编著

音频获取方式 1



扫码在线听全书音频
附赠音标小册子(电子版)

更多资源等你享

音频获取方式 2

登录 www.waterpub.com.cn/softdown/ 搜索书名关键字自助下载 MP3 音频



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

·北京·

内 容 提 要

如今,很多中老年朋友开始走出国门,去欣赏一下外国的风景,感受一下外国的风土人情;还有不少中老年朋友的子女在国外,他们渴望可以和子女一起居住生活。因此,很多中老年人开始学习英语。本书正是为这些中老年朋友而编写。书中从字母开始,相继介绍了元音和辅音等音标知识,帮助中老年朋友打下牢固的基础。此外,书中汇集了交往、日常生活、出行、闲暇、接打电话、黄昏恋、生病受伤、意外状况、回国等篇章,将常用的英语悉数奉上。本书主题全面,内容详细,搭配精彩插图,出国英语10堂必修课中老年人零基础学英语用这本就够。

图书在版编目(CIP)数据

中老年人学英语:零基础自学入门与提高:大字版/
优尼创新外语研发中心编著. —北京:中国水利水电出版社, 2016.9

ISBN 978-7-5170-4448-2

I. ①中… II. ①优… 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138910号

责任编辑:陈艳蕊(cyr@waterpub.com.cn 010-68545893)

-
- 书 名 中老年人学英语:零基础自学入门与提高(大字版)
ZHONGLAONIAN REN XUE YINGYU:LING JICHU ZIXUE
RUMEN YU TIGAO(DAZIBAN)
- 作 者 优尼创新外语研发中心 编著
- 出版发行 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: sales@waterpub.com.cn
电 话: (010) 68367658(营销中心)
- 经 售 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
- 排 版 鼎夏文化
- 印 刷 三河市鑫金马印装有限公司
- 规 格 170mm×240mm 16开本 14.75印张 249千字
- 版 次 2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷
- 印 数 0001—5000册
- 定 价 36.00元
-

前言

Introduction

现在，越来越多的中老年朋友选择在退休之后出国旅行，去看看外面的世界，欣赏外国的风景，也有很多中老年朋友选择和身在国外的子女一同居住。于是，越来越多的中老年朋友迫切地想说一口流利的英语口语，渴望迅速地提高自身的英语综合能力。你是不是也有这样的想法呢？如果你的回答是肯定的，就请放心地选择这本书吧。本书专门为广大中老年朋友研究和设计，从中老年朋友的角度来选取素材，采用适合中老年朋友学习的既轻松又高效的方法编写而成。

本书首先从字母表开始学习，详细讲解了元音与辅音，为中老年朋友学习英语打下基础。全书精选了使用频率最高的日常口语，分为交往篇、日常生活篇、出行篇、闲暇篇、电话篇、黄昏恋篇、生病受伤篇、意外状况篇、回国篇9个主题，每个主题又细分为多种情况，内容全面、实用、精炼。

每一节都经过精心编写，重点单词汇总模块可以帮助中老年朋友快速、轻松地熟悉并记住大量高频词汇；句子大集锦与对话练一练模块可以让中老年朋友畅所欲言，想说什么就说什么；每一篇的最后都设有复习模块，可以帮助中老年朋友加深记忆，巩固学习效果。此外，精彩的插图不仅增加了学习的趣味，也能够帮助中老年朋友快速地理解并掌握知识。

此书还配有外籍专家献声朗读的纯正 MP3 音频，使用二维码扫描就可收听，方便中老年朋友随时随地轻松学外语。

相信在本书的帮助下，中老年读者朋友可以顺利实现自己流利说英语的梦想。

编委：周 峰 杨 栋 王裕娟 陈计华 汪 欣 吕聪娜
沈 娟 崔荣光 李 哲 李 晶 施 玲 王洪光
严 莉 张桂兵 胡晓燕 沈 莹 张 波 李会玲
刘 桃 张 猛 张方方 张淑环 王 婷 张春燕



特色速览

1. 内容丰富，主题全面，分类详细。超实用话题全囊括，各类场景应有尽有，想开口就开口！

Lesson
7

Twilight Love 黄昏恋篇

Unit 36. Expressing Love 表明心意 / 144
Unit 37. Falling in Love 坠入爱河 / 148
Unit 38. Dating 约会 / 152
Unit 39. Proposal 求婚 / 156
Unit 40. Getting Married 结婚 / 159
Review 复习 / 163

Lesson
8

Illness & Being Injured 生病受伤篇

Unit 41. Going to the Hospital 到医院就诊 / 166
Unit 42. At a Drugstore 在药店 / 171
Unit 43. Getting Hurt 受伤 / 175
Unit 44. Seeing a Dentist 看牙医 / 179
Review 复习 / 184
名言精选 / 186

Lesson
9

Accident 意外状况篇

Unit 45. Losing Things 丢失物品 / 188
Unit 46. Traffic Accident 交通事故 / 192
Unit 47. Asking for Directions 询问方向 / 196
Unit 48. Fire 火灾 / 200
Review 复习 / 206

单元音		
音标	谐音	发音方法
a:	啊明	首先，将嘴巴张大，然后舌尖离开下齿，舌身放平，舌头往后缩，双唇呈圆形。
ʌ	啊	嘴巴张开，舌尖和舌两侧轻轻抵住下齿，口形需要呈扁平状。
i:	衣	拉伸嘴角向两边伸开，舌尖轻轻地抵住下齿，舌头的前面部分需要抬起，口腔肌肉保持紧张，口形需要呈扁平状。
i	一	嘴巴微张，拉伸嘴角向两边伸开，舌尖轻轻地抵住下齿，舌头的前面部分抬起来，发音比较短促。
u:	呜	上齿和下齿要稍微分开，舌尖不能抵住下齿，舌头的后部抬起来，舌身向后缩，双唇呈圆形，并且向外突出一些。
ʊ	乌	抬起舌头后部，把舌身向后缩，与此同时，双唇收圆，发音短促。
æ	爱	张大嘴巴，舌尖轻抵下齿，舌前部抬起，上下齿张开，直到可以放下食指和中指。
e	埃	张大嘴巴，舌尖轻抵下齿，舌前部抬起，上下齿张开，直到可以放下食指。
ɔ:	啊哦	抬起舌后部，双唇收圆，并向外突出一些，需保持紧张状态。
ɒ	凹	双唇收圆，舌后部抬起，嘴巴张开得稍微大一些，发音短促。

2. 字母、音标发音，表格讲解，一目了然。为中老年朋友们打下坚实的基础，迈好关键的第一步！

Unit 4

Greetings 问候

重点词汇汇总



hello [hə'ləu]
int. 你好，您好



morning ['mɔ:niŋ]
n. 早晨；上午



evening ['i:vnɪŋ]
n. 傍晚；晚上



- * **hi** [haɪ] int. (用作问候语) 嘿，喂
- * **see** [si:] v. 看见；领会
- * **nice** [naɪs] adj. 美好的，愉快的
- * **fine** [faɪn] adj. 好的
- * **good** [gʊd] adj. 好的；优秀的
- * **bad** [bæd] adj. 坏的，不好的
- * **afternoon** [ˌɑ:ftə'nu:n] n. 下午；后期
- * **goodbye** [gʊd'baɪ] n. 再见
- * **night** [naɪt] n. 夜；晚上

3. 重点词汇，精彩配图，巧记单词。精彩的插图有助于提高中老年朋友们的学习兴趣，更有利于他们理解记忆常用重点单词！

4. 金句集锦，对话精炼，原汁原味。精选既实用又地道的表达，并附有小贴士作为解释和巩固，让中老年朋友们瞬间变口语达人！

句子大集锦

- Hello!
你好！
 - Good morning!
早上好！
 - Good afternoon!
下午好！
 - Nice to meet you.
认识你很高兴。
 - How are you?
你怎么样？
 - How are you doing?
你过得怎么样？
 - I'm fine.
我很好。
 - What's up?
近来怎么样？
 - Nothing new.
还是老样子。
- "What's up?" 通常用于熟人之间，最好不要用它来问候不熟的人。

对话练一练

Kate:
Hi, Jim.
凯特：嗨，吉姆。

Jim:
Hi, Kate.
吉姆：嗨，凯特。

Kate:
How are you?
凯特：你怎么样？

Jim:
I'm fine. Thank you. And you?
吉姆：我很好。谢谢。你呢？

5. 知识扩展, 开拓视野。每一节最后都设有生活文化小常识, 帮助中老年朋友了解中西方文化差异, 也为中老年朋友提供有益的建议!

Kate: I'm fine, too.
凯特: 我也很好。

I have to go now. See you.
吉姆: 我现在得走了, 再见。

OK, see you later.
凯特: 好的, 以后再见。

生活文化小常识

中西方的问候语有很大的差异。在日常打招呼时, 大多数中国人都习惯问: “要去哪儿?” “最近忙什么呢?” 等等, 体现了人与人之间浓浓的亲切感。但是在西方人看来, 这种打招呼的方式会令对方感觉是在受盘问, 令人感到尴尬突然, 不知如何回答, 显得有些尴尬, 甚至会觉得这是在询问对方的隐私。所以, 一定要区分开中西方文化的差异, 以免闹出笑话。

那么, 西方人都是如何打招呼的呢? 西方人打招呼的方式通常只是一句“Hello”, 或者根据时间的不同, 说一声“Good morning” “Good afternoon” “Good evening” 就可以了。英国人也常打招呼但是常涉及的话题大多可以分为两类: 一类是天气, 因为英国的大气受海洋影响变化无常, 这就为人们的日常交流提供了素材; 另一类是谈近况, 但都只是客套话, 并不涉及隐私。

Review 复习

1 看中文写单词

- | | |
|-------|-------|
| 1. 感谢 | 2. 告别 |
| 3. 祝贺 | 4. 道歉 |
| 5. 介绍 | 6. 邀请 |
| 7. 感激 | 8. 超市 |

2 用英语写出这些句子

- 你愿意明天晚上和我一起吃晚餐吗?

- 我真的很感谢。

- 一切都是我的错。

3 看下面的问题, 进行回答

- Would you like to come to my school with me?
- Can you do me a favor, please?
- Could you spell your name for me, please?

6. 复习练习, 巩固知识。每一章后都有对本章所学内容的回顾与练习, 帮助中老年朋友巩固所学内容, 举一反三!

目录

Contents

前言
特色速览

Lesson

1

Foundation 基础

中老年人学英语到底难不难? / 2

Unit 1. Alphabet 字母表 / 5

Unit 2. Vowels 元音 / 6

Unit 3. Consonants 辅音 / 9

Lesson

2

Communication 交往篇

Unit 4. Greetings 问候 / 14

Unit 5. Introduction 介绍 / 17

Unit 6. Farewell 告别 / 20

Unit 7. Inviting 邀请 / 23

Unit 8. Helping 帮忙 / 26

Unit 9. Congratulating 祝贺 / 30

Unit 10. Thanking 致谢 / 33

Unit 11. Apologizing 致歉 / 37

Review 复习 / 40

趣记高频口语 (谐音版) / 42

Lesson

3

Daily Life 日常生活篇

Unit 12. Cooking 做饭 / 44

Unit 13. Waking up Grandchildren 叫孙辈起床 / 47

Unit 14. Eating 吃饭 / 50

Unit 15. Clearing 收拾餐具 / 53

Unit 16. Cleaning 打扫 / 56

Unit 17. Washing 洗衣 / 59

Unit 18. Buying Vegetables 买菜 / 62

Review 复习 / 66

美文欣赏 / 68

Lesson

4

Transportation 出行篇

- Unit 19. By Taxi 坐出租车 / 70
- Unit 20. By Bus 坐公交车 / 73
- Unit 21. By Subway 坐地铁 / 76
- Unit 22. By Train 坐火车 / 80
- Unit 23. By Air 坐飞机 / 84
- Review 复习 / 88
- 趣记高频口语 (谐音版) / 90

Lesson

5

Leisure 闲暇篇

- Unit 24. Watching TV 看电视 / 92
- Unit 25. Listening to the Radio 听收音机 / 96
- Unit 26. Reading 阅读 / 99
- Unit 27. Going to the Park 去公园 / 102
- Unit 28. Going to a Zoo 去动物园 / 106
- Review 复习 / 110
- 美文欣赏 / 112

Lesson

6

Telephone 电话篇

- Unit 29. Receiving and Giving Calls 接打电话 / 114
- Unit 30. Dialing the Wrong Number 打错电话 / 118
- Unit 31. Leaving a Message 电话留言 / 122
- Unit 32. Busy Line 电话占线 / 126
- Unit 33. Disconnected Line 通话故障 / 129
- Unit 34. Hanging Up 挂电话 / 133
- Unit 35. Answering Machine and Operator 答录机和接线员 / 137
- Review 复习 / 141

Lesson

7

Twilight Love 黄昏恋篇

Unit 36. Expressing Love 表明心意 / 144

Unit 37. Falling in Love 坠入爱河 / 148

Unit 38. Dating 约会 / 152

Unit 39. Proposal 求婚 / 156

Unit 40. Getting Married 结婚 / 159

Review 复习 / 163

Lesson

8

Illness & Being Injured

生病受伤篇

Unit 41. Going to the Hospital 到医院就诊 / 166

Unit 42. At a Drugstore 在药店 / 171

Unit 43. Getting Hurt 受伤 / 175

Unit 44. Seeing a Dentist 看牙医 / 179

Review 复习 / 184

名言精选 / 186

Lesson

9

Accident 意外状况篇

Unit 45. Losing Things 丢失物品 / 188

Unit 46. Traffic Accident 交通事故 / 192

Unit 47. Asking for Directions 询问方向 / 196

Unit 48. Fire 火灾 / 200

Review 复习 / 205

Lesson

10

Return 回国篇

Unit 49. Reconfirming Flight 确认班机 / 208

Unit 50. Changing Flight 更改班机 / 212

Unit 51. Checking in 办理登机手续 / 216

Unit 52. Customs Declaration 申报关税 / 220

Review 复习 / 224

Lesson 1

Foundation

基础



中老年人学英语到底难不难？

当看到《中老年人学英语：零基础自学入门与提高（大字版）》这个书名时，可能有人会问，中老年人学习英语会不会很难？也有很多人不相信中老年人可以学好英语，因为在他们看来，人上了年纪之后记忆力会明显减退。

其实，这种担心大可不必。中老年人学习英语并不难。曾经有美国的科学家研究发现正常中老年人的脑细胞突数、分枝和长度都明显胜过年轻人，而且，当中老年人把在一生中学到的知识能力运用到对理解概念、解决实际问题上时，是颇有用途的。我们要知道，中老年人学习新鲜事物的能力仍然很强，经过训练和锻炼之后，他们取得的成绩往往可以超过年轻人。

下面我们就详细地解答一下与中老年人学习英语相关的问题。

● 中老年人为什么要学英语？

近几年来，中老年人学习英语的热情越来越高。退休对于中老年人来说，是人生道路上的一个新起点，很多中老年人在退休之后又开始了学习生涯。在他们学习的众多课程中，英语无疑是最热门、最受欢迎的课程之一。这是因为，有很多中老年人依旧出国做学术交流；有很多中老年人的子女生活在国外，他们常常出国走亲访友；也有中老年人退休之后利用大把的空余时间出国旅行；还有的中老年人移居国外；甚至有的中老年人只是兴趣使然，为了圆年轻时学习英语的梦想等。

无论是出于什么目的，中老年人学习英语已经是时代的新需求、新时尚和新潮流。无论是出于什么原因，这些中老年人的学习精神是值得令人称赞和敬佩的。

• 中老年人学英语有哪些优势？

首先，相较于年轻人来说，中老年人更能沉下心来学习英语。大家知道学习的时候如果心能静下来，学习效果才会更显著。其次，年轻人忙于工作、生活琐事等，往往不如中老年朋友们有更充裕的时间去好好学习英语。再次，中老年人的学习经验丰富，理解能力远超过年轻人。此外，中老年人的自控能力很强，学习态度也更为认真和严谨，独立学习的能力也非常强。总之，尽管中老年人的记忆力减退，但是时间给予了他们深厚的定力和宝贵的经验，加上他们在学习的过程中更为踏实，更懂得温故知新，所以中老年人完全具备学习英语的能力和优势。

• 中老年人学英语有哪些好处？

现如今，学习英语不仅可以使中老年朋友增长知识，还能促进他们的身心健康发展，为他们的生活增添乐趣。那么，中老年人学习英语具体都有哪些好处呢？

第一，与时俱进。现代科学技术日新月异，中老年朋友们学习英语可以帮助自己更好地掌握电脑技能，利用网络学习知识，更及时、更迅速、更便捷地掌握各种信息。另外，英语已经成为当今世界上十分重要的一门语言，学习英语符合时代的发展要求，可以令中老年朋友们跟上时代步伐，与时俱进。

第二，增智益体。中老年朋友们通过对英语的听说读写等各方面的学习，可以锻炼动脑动口能力。此外，听唱英文歌曲与看英文电影也可以为中老年朋友们的生活增添情趣。这些都对中老年朋友们的身心健康有很大的益处，起到增智益体的效果。

第三，做好榜样。中老年朋友们学习英语后，不仅可以在家中与自己的孙辈交流学习心得和经验，还可以激发孙辈对英语学习的兴趣，同时也为儿

孙树立了好榜样。

• 如何才能学好英语？

第一，不要怕出错。很多中老年人，在刚开始学习英语的时候，难免会遇到困难，经常出错。有一部分中老年朋友的自信心和学习英语的决心往往在这个时候就会被减弱。其实，大可不必为自己的错误担心，错误是不可避免的。同时，中老年朋友应该勇敢地直面自己的错误，并努力分析这种错误是如何发生的，从中吸取教训，积累经验。

第二，打好坚实的基础。想要打好基础，就要对英语中最基本的词汇、短语、句型等熟练掌握，尤其是日常生活中最常用的那些内容。

第三，听力不可忽视。语言本质上是声音，文字不过是记录声音的符号。中老年朋友不仅要能读懂英语，更要能听懂。

听力在英语的学习过程中是很重要的，是不可忽视的一个方面。有的人认为，努力学习说一口流利的英语就可以了，听力可以放到不重要的位置，其实不然，听与说应该齐头并进，双管齐下。二者是互相影响、互相促进的关系。

看到这里，中老年朋友们是不是觉得学习英语并没有想象中那么困难呢？相信通过对本书的学习，可以帮助中老年朋友们快速、高效地学习英语，流利英语脱口而出。学好英语不是梦！

Alphabet 字母表

大写	小写	音标
A	a	[eɪ]
B	b	[bi:]
C	c	[si:]
D	d	[di:]
E	e	[i:]
F	f	[ef]
G	g	[dʒi:]
H	h	[eɪtʃ]
I	i	[aɪ]
J	j	[dʒeɪ]
K	k	[keɪ]
L	l	[el]
M	m	[em]
N	n	[en]
O	o	[əʊ]
P	p	[pi:]
Q	q	[kju:]
R	r	[ɑ:]
S	s	[es]
T	t	[ti:]

U	u	[ju:]
V	v	[vi:]
W	w	['dʌblju:]
X	x	[eks]
Y	y	[waɪ]
Z	z	[zed]/[zi:]

Unit

2

Vowels 元音

有人说，听懂的英语才是真正学会的英语。

那么如何让自己说的英语流利地道，其他人一听就懂？无疑要做到发音标准。要做到这点，我们需要学习一下国际音标。

国际音标中总共有48个音标，按照气流是否受阻又可以将这48个音标分为两大类：元音和辅音。

发音时声带振动、气流不受发音器官阻碍而形成的音叫作元音。

国际音标中的元音一共有20个，可以分为单元音和双元音。下面我们就详细看一下它们的发音方法，见下表。

*附赠：国际音标拓展学习小册子（电子打印版）——您可扫封面二维码下载后打印学习。