

北美麦唐娜

生存第一 课

海外生存第一课

说得出口 · 听得明白 · 写得到位

加拿大麦唐娜国际
学院英语教学组

编著



中国人民大学出版社

中国人民大学出版社

www.1kao.com.cn

注册享受增值服务

015706

刮开涂层 网站注册

北美麦唐娜生存英语

加拿大麦唐娜国际学院英语教学组 编著

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

北美麦唐娜生存英语 / 加拿大麦唐娜国际学院英语教学组编著. —北京: 中国人民大学出版社, 2016.11

ISBN 978-7-300-23377-2

I. ①北… II. ①加… 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 217979 号

北美麦唐娜生存英语

加拿大麦唐娜国际学院英语教学组 编著

Beimei Maitangna Shengcun Yingyu

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

电 话 010-62511242 (总编室)

010-82501766 (邮购部)

010-62515195 (发行公司)

网 址 [http:// www. crup. com. cn](http://www.crup.com.cn)

[http:// www. 1kao. com. cn](http://www.1kao.com.cn) (中国1考网)

经 销 新华书店

印 刷 北京易丰印捷科技股份有限公司

规 格 185 mm × 260 mm 16开本

印 张 22.75

字 数 506 000

邮政编码 100080

010-62511398 (质管部)

010-62514148 (门市部)

010-62515275 (盗版举报)

版 次 2016 年 11 月第 1 版

印 次 2016 年 11 月第 1 次印刷

定 价 59.99 元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

编委会名单

编 著 加拿大麦唐娜国际学院英语教学组

编 委 Fraser Rose Megan Brull Shabana Husain Cheryl Chiang
Sylvia Wen Michelle Lei J. J. Cui

序言一

加拿大麦唐娜国际学院英语教学组编写的《北美麦唐娜生存英语》即将由中国人民大学出版社出版。麦唐娜国际学院是加拿大官方认证的高级中学，成立已有 22 年，学生来自世界 40 多个国家，有上万名学生从本校毕业。该校拥有优良的教学环境和优质的教学质量，近年来，有大量优秀毕业生顺利进入知名大学，为该校赢得很好的口碑，并获得安大略省教育厅的表扬。这本教材是由该校英语教学小组非常资深且具有实力的教师主持编写的，特别为中国学生量身定做，因此很适合中国人学习英语，值得大力推荐。

做为北京大学的教授，我从事基础英语的听、说、读、写教学和英美文学教学有近半个世纪之久。我见到并使用过从英国的《基础英语》(Essential English)到美国的《新概念英语》(New Concept English)等多种为外国人学习英语而编写的高质量教材，也接触过许多在美国和中国教授生存英语的 TESOL 课程，但总觉得前者对初学者，特别是对非英语专业的初学者来说高不可攀，学生最后大多因为跟不上而放弃；后者则过多强调情景而把课堂变成了游戏或聚会场所，忽视了系统传授英语知识和技能的必要。其结果是，多数中国国内的学习者无功而弃，而不少到美国求发展的人在这类为外国人开办的英语培训班里不断交钱，念上个一年半载还无法通过托福或雅思考试。但是，这本《北美麦唐娜生存英语》就不同了。麦唐娜国际学院把这本教材定位于上述两类英语教学理念之间，兼顾了系统英语知识技能训练的高水平和情景教学的活泼和应用性。除了语言生动、活泼，能拉近与学习者的距离，这本教材还有意识地提倡主动学习。本书推荐和介绍了各种便于学习英语的途径，比如在听力训练部分列出适合观看的影视和剧目，可听的广播公司，可看的网上新闻，甚至很实际地建议大家利用满街的广告学习英文，既通俗易懂，又好记好背。

《北美麦唐娜生存英语》可圈可点之处有很多。特别是，不同于其他教材，它不是一课一课地按课文、词汇、语法和练习死板地进行教学。这本教材在体例上十分新颖。全书分 10 个部分，从第一部分“给你信心的老实话”开始，作者就设置了一个第一人称的教师角色，十分亲切和知心地讲述每一个技能训练的特点和注意事项，以及每一个语言知识的作用和意义。这种以亲切的口吻，缓缓道来，并在讲解中简明扼要地列出知识、方法、小提示和可能出现的偏差的编写方法，不仅拉近了学生与课本的距离，而且在提供了课本的同时，还在课本内部设置了一个教课老师。老师的声音从头至尾引导着学习者前行。

教材第二部分也很特别，它并没有进入语法和词汇教学，而是首先建议学习者建立小笔记本，并告诉学习者如何使用笔记本这一助学工具。接着介绍的就是如何利用手机软件和其他网上提供的英语学习渠道。因此，第二部分实际上是在进入正文前先教的学习方法。这是此教材与时代接轨又提倡主动学习的一个亮点。第三、四、五、六、七部分进入了传

统教材的听、说、读、写四个技能训练和相应的英语学习，然而其做法仍然不是传统的四会训练。这几部分的内容是将讲解与实例结合，综合归纳学生训练和获取这四种技能的最佳方法以及学习时要防止的偏差。其中许多建议都非常实际可行，是很到位的经验之谈。比如如何看待发音不完美，怎样区分死背和带有情景的记忆，阅读不宜片面追求难度，写英语日记对提高写作能力很有帮助等。这些经验对徘徊在英语习得路上，苦于找不到门路的学子们十分重要，也是这本教材鹤立鸡群的另一大特点。

第八、第九部分是本教材提供的 3 000 个最基本的英语单词和 900 个日常用语。这种安排也很新颖，因为它不是把词汇分到每一课课文里教授，那样的课本会因课文内容的限制而无法包括学习者该掌握的大部分基本词语。另外，编写者还设计了让学员自己用“*”“√”和“？”三种符号来标识自己认为必须掌握的或比较陌生的词汇。这种做法加强了词汇与每个人对号入座的特点，同时也又一次提倡了学习者要发挥主观能动性。实际上，美国著名的语言学家理查兹曾经编写过一部英语教材，叫做《通过图片学习英语》(English Through Pictures)，并于 20 世纪 30 年代在他来中国清华大学任教时提出过只需要 800 个单词和基本的英语语法，就可以自由地用英语交流。他所说的这 800 个单词大多为原来盎格鲁-撒克逊词语，即古英语词源的词语，比如 fire, bed, water, make, take, get, go, come 这些词。它们是英语里最活泼、最多能的语汇，可以通过不同搭配表示丰富的语意。《北美麦唐娜生存英语》的词汇也像著名的语言学者理查兹所提倡的一样，强调简单、实用的英语习得途径。可以说，该教材的编写者继承了理查兹的未竟事业，正在努力帮助中国学子用最正确的理念和最简便、最活泼也最有效的方法学习英语。

综上所述，《北美麦唐娜生存英语》在中国的出版将促使我国的英语教学更实用，更情景化，更能对症下药地满足广大英语学习者的工作、生活、就业、海外访学和旅行的需求。在书中，麦唐娜学院的编写者们提供给了本教材的使用者与他们进行后续联系的网络平台。这种为学习者服务的态度也深深感动了我们。他们的教材编写理念、创新和服务读者的态度，都为我国英语教学和教材编写树立了榜样。我衷心希望这本教材在中国受到学子们的欢迎，成为学生英语学习和人生道路的良师益友。

刘意青

美国芝加哥大学英语系英国文学博士

北京大学外国语学院英语系教授

2016 年 10 月 25 日，于北京

序言二

阅读加拿大麦唐娜国际学院英语教学组编写的《北美麦唐娜生存英语》一书的校样后，我的切身感受是：这是一次大胆的创新、成功的实践，开国内外这类教材英语教与学的先河，可以肯定地说：这是一部非常适合具有初级英语基础的广大英语学习者，尤其是中国学生学习英语的好书。本书从教学理念到学习方法、从内容到形式、从词语和日常用句选择到版式设计等都非常新颖、独特，更加实用和便于学习与操作。本书有如下特点：

（一）讲练结合，注重实用

全书通篇用亲切、精辟的语言讲述了在加拿大生存的真实语言环境中，广大的英语学习者如何在特定的情景中轻松愉快地学会与外国友人交流、沟通的四项（听、说、读、写）语言技能，方法活泼、新颖。比如，记忆单词不提倡死记硬背，而是通过在实际生存的情景中连同句子一起来学，要在日常生活中自然而然地记忆单词。又如，练习听力建议尽量选择自己喜欢的内容来听，选择趣味性和会话性的内容来听，这会使学习者身临其境、亲闻其声，寓学于乐，自然会学得快、记得牢。书中有很多关于英语学习的建议和方法，都是麦唐娜国际学院有丰富教学经验的资深专家和教师们在多年教学实践中探索总结出来的宝贵经验和卓有成效的教与学的方法。西方英语国家的初级英语教学多以趣味性、情感性和对话性教材为主，教学生们听、说、读、写四项技能并进。培养好的阅读习惯可以从兴趣开始。国内有专家也认为“低年级的英语学习，应该听、说、读、写四会并进，打好基础。高年级以读、写为学习重点”。《北美麦唐娜生存英语》的出版将为广大的英语学习者尤其是中国学子“对症下药”“排忧解难”，帮助他们在短期内成功攻克语言关，顺利升入理想大学；同时，也将有益于不同英语程度的学习者能够达到与外国友人正常、顺畅交流的目的，为他们在海外的学习、工作、就业、旅行和度假提供实实在在的帮助和便利。

（二）集中强化训练，快速掌握，事半功倍

麦唐娜国际学院英语教学专家小组充分了解并考虑到本书不同程度英语水平的广大读者，尤其是中国青少年学生的实际境况和需要，用心良苦，在多年教学实践中，经过无数次的科学统计、归纳，总结出在英语国家特别是北美国家生存、发展所需要的3 000多个单词，其中包括很多21世纪最新潮的词汇。这些词汇中的近一半是掌握英语最低限度的常用词，也是英语中最活跃、用途最广、与其他词类搭配能力最强，同时也是最难掌握的词，把它们学会了，也就能够应对实际生存中的各种问题，就能自我表达和完成交流任务了。因此，在学习英语过程中，特别是在初级阶段，对于常用词的正确使用和熟练掌握具有重要的实践意义的。同样，本书编写组的专家和教师把在北美实际生活中使用频率最

高、最实用的 900 多个日常用句总结出来供广大学习者在各种不同情景中使用,便于他们用纯正、地道的英语进行交谈。在本书的 10 个部分中,都是在听、说、读、写四项技能的习得中实施集中强化训练,以求熟能生巧、快速掌握,使学习者在较短时期内尽快适应、融入北美的英语生存环境,以达到无论是在学习上、工作上还是在生活消闲中都能轻松地与人交流与沟通的目标。

(三) 倡导主动学习,合理利用手机软件,有学校做后盾

本书自始至终鼓励广大学习者主动学习、见缝插针。如:乘地铁、坐公交车时随身携带笔记本、小卡片。只要勤奋一点点,每天进步一点点,很快就能见证到自己的进步。切记不能求快,要有耐性和毅力,要巩固复习。学而不用等于没学,坚持反复练习,相信三个月内成为一个很不错的 English Speaker 不是问题。现代科技日新月异,合理利用手机软件做辅助手段来提高英语水平也是很好的选择。本书给大家推荐了常见的网络平台,学习者可根据自己的学习情况选择使用。如:想学最准确的语法,可下载 Learn English Grammar (US Edition);想多练习口语,可用 Omegle。最后,本书的学习者还有学校做后盾,这对初学者和有一定基础的学习者尤其重要。如大家在学习过程中对词汇、短语用法或句子不明白,都可随时与学校通过邮件、APPs、Wechat 或其他网络平台沟通解决。本书语音部分的 APPs 支持离线使用,不受时间、地点限制,随时随地边听边读,简单易行,方便大家说出一口纯正地道的英语。

《北美麦唐娜生存英语》的编写者不仅资深且教学经验丰富,而更加令人尊敬和感动的是他(她)们的崇高教育思想,热爱学生的高尚师德,这也是麦唐娜国际学院获得政府表扬、赢得广大学习者信赖的重要原因。我深信,本书的出版必将受到广大学习者的欢迎与青睐。

司树森

英语教授

《英语世界》顾问

(自 20 世纪 80 年代末至 2013 年先后担任《大学英语》“疑难问题解答”栏目、《英语世界》“释疑解惑”栏目、《英语周报》大学综合版“名家在线”栏目特约撰稿人)

前言

“生活中的英语其实很简单，”一位在麦唐娜国际学院修读半年语言课程并成功就职于某家国际银行的中国学生这样说。她是如何在这么短的时间内适应加拿大的语言环境的呢？原因就是她应用了麦唐娜国际学院英语小组经过十几年的教学研究总结出来的一套轻松、有效又适合中国人的学习英文的方法。不管你的英文多么烂、多么支离破碎，只要你已经有了初中以上的英语水平，并掌握本书中的学习方法，至少都可以达到与外国人沟通交流的水平。如果你已经有了相对较好的英语基础，这本书则可以帮你更进一步提高英语水平，并且将其灵活应用于生活之中。

不同于一般的英语教科书，这本书是本院英语专家们通过上万例教学实践得出来的精华心得。它更加实用，更加接近学习者的角度，更加适合中国人学习英语。在阅读本书时不需要死记硬背，只要用心去体会，用心学习，保证你会被这本书中新颖、前卫又符合中国人的思维方法所吸引。

你一定会问，加拿大麦唐娜国际学院是一所什么样的学校？

麦唐娜国际学院（M.I.A）成立于1994年，是一所经加拿大安大略省教育厅注册认可的高中学校，教育厅注册号码为876674。学校坐落于加拿大经济文化中心多伦多市的黄金地段，是迄今为止极少数获安大略省教育厅督查员点名表扬的加拿大高中学校之一。学校的学生来自全世界40多个国家，共1万多名，他们全部成功毕业并且顺利进入世界著名大学，其中70%的海外学生拿到高额的入学奖学金。本院的老师以高学历、教学经验丰富等优点赢得学生及学生家长的信赖，多年来已经帮助上万名海外学生成功突破英语难关顺利升入理想的大学。同时，也帮助很多来自中国的新移民家庭在很短的时间内适应了加拿大的英语环境。

为什么我们觉得这本书的教学内容足够帮助大家学好英文？

2013年，我们收到当地最大的华人周刊《星星生活》的致电，他们很诚恳地邀请我们每个星期在周刊上面刊登至少一篇英语教学文章，原因是很多华人读者希望可以利用闲暇时间获得更好的学习。出于对读者的负责，《星星生活》经过仔细调查找到了华人圈中在英语教学上较有声誉的麦唐娜国际学院。而我们也秉持着一定要帮助更多人学好英语的原则，把每一篇英语教学文章都经过仔细研究探讨后再刊登出去。

这个专栏开办几个月后就得到了相当不错的回应，很多读者专门致电表示我们的英语教学方法才是真正地做到了“对症下药”，并且希望向我们购买全部的相关资料。于是，经过专家们的探讨决定将所有的周刊内容总结成今天的这本书发行。诚心地希望可以帮助

到无论是工作上或者生活上需要英语的人们，做到“听、说、读、写都没问题”。

这本书的与众不同之处在哪里？

这本书的编辑完成于加拿大，编辑小组的成员是由本院建校以来最资深、最有实力的英语教师组成，其中不仅包括了国外的持牌英语专家，还包括了曾经在国内有多年英语教学经验的资深教师。在编辑这本书的过程中，他们将中西文化完美地结合在一起，除了从外国人的角度教大家英语外，他们还很认真地将中国人的思维方式融入到英语教学当中。同时由于这些专家们生活在英语国家，所以本书所选的词或者句子更加准确、地道和实用，更加适合中国人学习。

音标、单词、日常用语如何搞定？

语言只是一个交流的手段，它不是艺术品，也不是竞赛。所以，不要讲到学习英语就犯憊。俗话说：好的开始是成功的一半。首先，我们要掌握 48 个音标，音标可以为我们搭起学习英语的桥梁。

单词如同人的骨骼，人体只有骨骼而没有血肉也是不行的，所以学习英文不但要学习单词，还要掌握各种句子。鉴于此，我们的英语专家小组将日常生活中经常接触到的语句进行提炼，总结出了 900 多个最新鲜、最贴切生活、最实用的句子。希望大家可以将它们灵活应用到日常交流之中，从而达到顺畅、愉快的交流目的。

如果你觉得自己实在没有太多的语言天分，那么就只需把我们书中的 3 000 多个单词跟 900 个句子记牢，保证你可以变成一个很棒的 English Speaker，因为这本书中的内容全部都是当今外国人在生活跟工作中必须用到的词和句子。

在此感谢以下麦唐娜国际学院同仁及朋友的鼎力支持：

Fraser Rose, Kate Maclean, Megan Brull, Bill Baggaley, Shabana Husain, Ken Chiang, Kevin Chu, Cheryl Chiang, Sylvia Wen, Jacob Pei, Joelian Zhou, Michelle Lei, Jason Zhang, Yan Liang, Lane Si, Elaine Zhang, J.J. Cui. 感谢他们在编辑此书过程中给予宝贵意见，才使本书得以成行，与广大读者见面。

我们也在真诚感谢多伦多大学语言系的 Monica Alexandria 教授的大力协助，帮助我们使用多伦多大学的语音实验室进行专业录音制作。

如果你在学英文方面和留学方面，或对这本书有问题，请发信到：mia@mcdonaldacademy.com，或到我们学院官网留言，我们会及时答复你。如果你想了解本院更多的相关信息请登录我们的网站：www.mcdonaldacademy.com 进行查询或留言。

“每个人都可以学会英语，你的故事就由这里开始吧”

——麦唐娜国际院校长 Fraser Rose。

目录

content

第一部分：给你信心的一篇老实话..... 1

“简单的生存英语同样成就您的梦想，奥巴马可以，你也可以。”

第二部分：小笔记，学习英语的好帮手..... 3

“巧妙运用小卡片，英语能力加倍提高。”

第三部分：21 世纪最适合你的听力练习法 9

“练习听力不等于疲劳轰炸，听得多不等于一定会有效果，一定会有进步。
在当今什么都讲究效率的时代，不妨从兴趣出发，找到最适合自己的听力方法。”

第四部分：说的真的可以比唱的好听..... 15

“不会说英语的原因有很多：语音语调不正确，词穷，害羞，没有练习的对象等等。
如何开口？如何克服心理障碍大声说出来？如何知道要从何说起？如何会说？如何说的正确？一切从这一章开始。”

第五部分：学好阅读就在今天..... 19

“不能做文盲，要会阅读方可知天下事。阅读是个漫长的过程，因为它只有文字而画面偏少。好的阅读方法能够帮助人们热爱阅读，懂得阅读。积累词汇、句子的方法和阅读息息相关。培养好的阅读习惯可以从兴趣开始。”

第六部分：如何克服英语写作障碍..... 23

“写作是综合运用英语知识的一种能力。不写永远不会写，开始写就一定会每天都进步。练习写作不是无迹可寻的，方法用对了一切都迎刃而解。最快、最简单的方法是什么？900 多个句子、3 000 多个单词满足你生活和工作上的写作需要。”

第七部分：快速学会 48 个音标 33

“在英语最底层水平的人，现在同样可以在没有老师的情况下学会发音。汉语拼音的辅助，帮助你快速掌握英语 48 个音标。”

第八部分：3 000 多个英语最常用单词 37

“麦唐娜英语专家小组经过多年的研究，总结出英语国家日常最常用的 3 000 多个单词。其中 2 000 多个单词就可以帮助你应对各种生活中的问题。剩下的 1 000 多个单词帮助你向更高级别的英语迈进。”

第九部分：900 多个日常用句搞定“听、说、读、写” 245

“900 多个日常用句产生的原因：同样的词按照不同的方式组合即会产生不同的意思。为了帮助大家可以更直接表达出自己的意思，我们的专家把他们在北美生活中出现频率较高的 900 多个日常用语、用句分成了两个部分呈现给大家。第一部分根据读者的切身需要，以常用中文口语短句的形式，学习了解相对应的英文翻译，并配有中英文语音对照，帮助读者矫正发音。第二部分，我们按照在生活中出现频率的高低排序，从第一部分精选出日常用句并加以解释，帮助读者在不同场景中正确使用。”

第十部分：生活英语对话及词汇 325

“从生活基本方面入手，掌握必要的专业句型和专用术语及词汇，帮助你不用翻译的协助轻松应对复杂的交流，如订餐、点菜、看医生、过海关、处理银行业务等。”

第一部分：给你信心的一篇老实话

“简单的生存英语同样成就您的梦想，奥巴马可以，你也可以。”

“你的英语真的好吗？”，“你真的打算放弃英语了吗？”，不论你的回答是哪一种，相信看完下面的内容你的答案一定会和现在有所不同。英语过了四级或六级不代表一定比小学生强。英语学不好不代表你笨。为什么这样说？看完以下这篇演说（2008年11月4日奥巴马总统在他的老家芝加哥胜选演说节选）就告诉你。

“America, we have come so far. We have seen so much. But there is so much more to do. So tonight, let us ask ourselves—if our children should live to see the next century; if my daughters should be so lucky to live as long as Ann Nixon Cooper, what change will they see? What progress will we have made?

This is our chance to answer that call. This is our moment. This is our time—to put our people back to work and open doors of opportunity for our kids; to restore prosperity and promote the cause of peace; to reclaim the American Dream and reaffirm that fundamental truth—that out of many, we are one; that while we breathe, we hope, and where we are met with cynicism, and doubt, and those who tell us that we can't, we will respond with that timeless creed that sums up the spirit of a people: Yes we can. Thank you, God bless you, and may God bless the United States of America.”

“美国，我们经历了这么多。我们见证了这么多。但仍然有很多事情等待我们去做。今晚，让我们扪心自问，如果我们的子女可以见证下一个世纪；如果我的两个女儿可以像安·尼克松·库珀一样幸运活得那么久，他们将会见到什么样的变化？我们又将会取得怎样的进步？

这是我们对这疑问给出回答的机会。这是我们的时刻。这是我们帮助人民找回工作，为我们的孩子敞开机会大门的时刻；也是恢复我们的繁荣，倡导和平事业的时刻；也是我们重新找回美国人的梦想，再次明确基本价值观的时刻。虽然我们来自不同的环境，但我们都是美国人，永远是一家人。当我们呼吸，我们希望的时候，当我们遭遇怀疑和不信任的时候，当他们告诉我们说我们做不到的时候，我们将凝聚一心以人类精神的永恒信念作出回答：是的，我们可以！谢谢！愿上帝保佑你们。愿上帝保佑美国。”

奥巴马的这段演说相信很多人一定都不陌生，当时各国媒体都争相报道这一全球瞩目的美国大选，奥巴马胜选当天的视频演讲更是充斥着电视和网络。可是多少人看懂了其中真正的意思？经过网络调查发现，很多国内已经过了英语四级或六级的大学毕业生、博士生甚至是英语教授也有一些人完全没看懂。虽然他们很骄傲地回答说90%以上的单词都

会，可是要翻译出来真的很有难度。这就是很多人一直不明白又特别容易忽视的问题。

英语难道真的非要达到某种程度才有可能与其他人交流，才能在国外舒适地生活吗？以上的事实证明这种观点是错误的。其实，在英语国家中，人们只用简单的字和句子就能写出一篇感人的文章，甚至是成就一篇伟大的演说。因此，本书与其他的语言教材不同，强调的是从生存出发，通过生活上的必备用句用词来完成“听、说、读、写”。

本书中介绍的3 000多个单词不是随意选取的，而是经过无数次的统计总结出的必备生存用词。另外，大家还要明白一点：只会单词是没用的，在英语中很多时候字跟字放在一起就失去了它原本的意思。所以，一定要有很多的句子帮助了解其中的规律，培养语感等综合能力。本书中的900多句话包罗生活万象，不敢说百分百帮你学会全部日常用句，但是绝对是你生活中必不可少，且都是用得到的。

总之，我们希望大家可以摒弃错误的学习观念，不要为了考试而学，不要为了学习而学，不要因为怕难而不学。跟随这本书学习英语，你一定可以迈向成功的殿堂。它会让学习英语变得简单，变得更贴近生活需要，变得更适合你的生存需要。

第二部分：小笔记，学习英语的好帮手

“巧妙运用小卡片，英语能力加倍提高。”

小笔记在手，学英语不用愁

我们建议学习者准备一个随身可以携带的小笔记本，笔记本的主要内容可以根据自己喜欢的情景分类，比如说乘车篇、学校篇、购物篇、工作篇及生活篇。然后将书中的3 000多个单词和900多个句子一一填写到不同的场景下面。如此一来，当你处在以上某个场景中时，就可以很快查找到对应的词或者句子，从而达到现学现用的效果。这样既帮助你提高了使用这本书的效率，又可以通过分类的过程加强对单词和句子的记忆，同时还会增加英语学习的乐趣。

需要提醒大家的是，千万不要硬背单词，不要为学习而学习英语。不是每天把某个单词写上个几十遍就会有所进步的，那样只会让你觉得英语好难。专家们的调查结果表明，当天背下来的单词到第二天可能就只记得80%，到第四天只记得50%，一个星期后可能只记得20%。这是为什么？这是因为你没有将所记忆的单词真正地印在脑子里，你只是在学习而已，并没有真正地学懂、学会。对于死记硬背的学生来说，一个单词就是几个字母拼凑起来的东西，记一个的时候还好，等记到第50个的时候，脑袋里的字母就开始打架，字母的排列顺序开始颠倒、混乱，继而全部崩溃。因此连带着句子，或者是连带着情景学习单词，要比硬背更加有成效。

下面我们将用几个例子说明笔记本的具体用法。比方说，你到加拿大旅游，众所周知加拿大的出租车并不是像国内那样招手即停，并且随处可见的，所以，想要好好地观光，融入西方人的生活，当然还是坐地铁既实惠经济又轻松自在。这个时候你就要问“Excuse me, could you tell me where is the closest subway station?”找地铁站最好说“subway station”不要只说“subway”，因为有一家速食店的名字就叫“Subway”（“赛百味”），所以不要搞混。搭乘地铁时，你会看到“smoking prohibited.”这是什么意思？翻开笔记本中的搭乘车篇你就会看到这是“禁烟”的意思。加拿大所有的公共场合都是禁止吸烟的，只有在规定的区域内才可以吸烟。所以，如果你想告诉某些人不要吸烟，你就可以说：Excuse me, smoking prohibited.

当你需要存钱或者兑换加币时，银行将是你的首选，在那里你一定会经常看到“interest”（利率）这个词，它是吸引更多储户的关键。相信没有人会拒绝高利息的诱惑，所以这么有用的词当然要赶快记在你的笔记本上。出了银行如果口渴想喝水怎么办？你可以去便利店，“Convenience Store”，“Variety Store”，“Dollar Store”，这些都是“便利店”

的意思。当然,如果你想去买咖啡,在多伦多最常见到的两家店就是“Starbucks”和“Tim Hortons”,这里面还有很多的糕点,如“Donut(甜甜圈)”,“Muffin(甜饼)”,“Croissant(牛角包)”等等。这些在我们这本书中都会详细地罗列出来。

最后一个例子,大家出门在外打拼,难免会感到孤独寂寞,这时不妨去图书馆借本书充实下自己,顺便也打发下时间。加拿大的 Public Library(图书馆)借书是免费的,只需要提供一张有效的“Identification”(身份证件)就可以办理借书卡。之后要怎样借书,与图书馆的工作人员沟通时需要用到的句子,我们的教材中也都有让你学起来轻松又快速的相关内容。

短语也是英语中不可或缺的组成部分,讲话总不能永远都一个词一个词往外蹦。很多时候是需要短语才能把谈话的内容表达得简单明了。比如: give up(放弃), do the best(做到最好), good for you(很好,你做得不错,表示赞赏), I am with you(我同意你,我支持你)。如此简单的短语既实用又好记,学好了短语对于理解西方的文化也有很大的帮助。任何情况下如果你听了新的单词或者短语都要尽快记在笔记本上,这是积累单词的过程,也是帮助记忆的时刻。

当然,词汇跟短语是不足以应付基本交流对话的,日常用语才是王道。在学习日常用语时,大家也可以了解到一些中西文化的差异。比如,见面时的第一句问候语是很重要的,因为这是与人沟通的基本礼貌。交朋友也好,做生意也好,这是建立友谊的基础。中国人见面都问: Have you eaten yet?(你吃过了吗?);而西方人见面则会问: How are you?(你好吗?)诸如此类的日常用语,我们的英语专家已经总结出了共 900 多个日常实用句,保证你跟外国人交流起来更加流畅无国界。

总而言之,随身携带笔记本或者卡片绝对是有帮助的,刚开始可能会有些不习惯,可是当你发现它的好处后可能就离不开它了。学好英语从好的习惯开始吧。

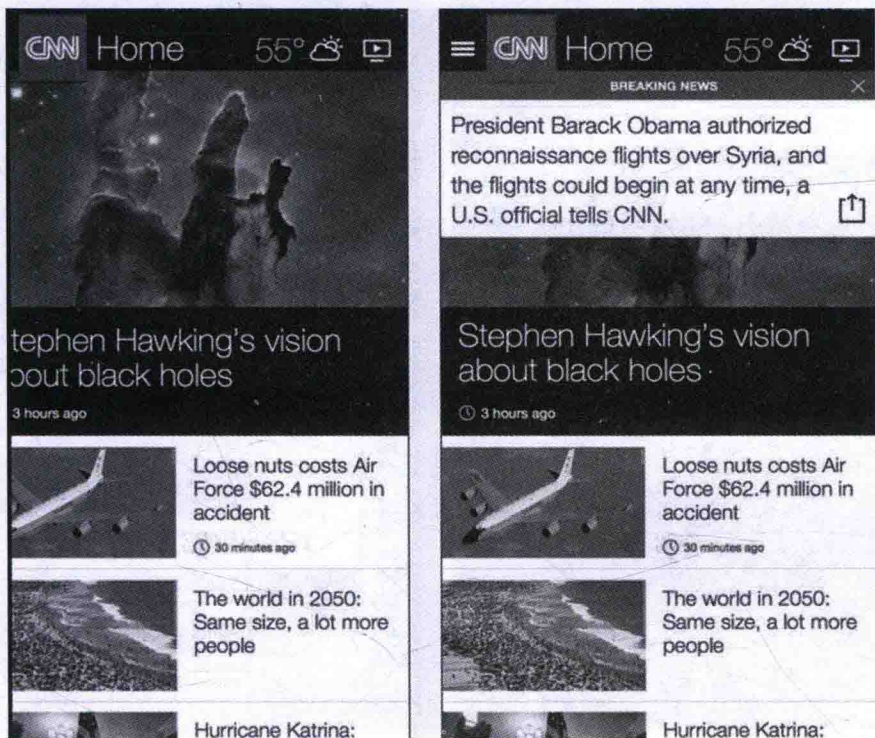
手机软件, 让学习更方便

“合理利用手机软件, 学习成效看得见。”

随着时代的发展,科技也在飞速进步。如今,不仅仅看书能学到知识,很多电子产品比如手机、平板电脑同样也能帮助我们学习。在这个智能机的时代,利用手机上的应用软件来提高自己的英文,也是一个不错的选择。手机软件打破了时间空间的限制,让你随心所欲,想什么时候学就什么时候学。比如说,你可以利用在地铁里或者公交车上的时间来学习英文,这样一来不仅时间得到了充分的利用,英文也得到了很大的提高,两全其美,何乐而不为呢?下面,我们将为大家推荐一些学习英文的热门手机软件,并教会大家怎样合理的利用手机软件来提高自己的英文水平。

这是一个大家所熟知的新闻频道,它收录了来自世界各地的大小报道。在这里,你可

以阅读以及观看最新的最热的突发新闻和直播视频。你可以根据你自己的喜好，选择不同的分类。它里面包含了各种政治、科技、娱乐、运动、健康等不同类别的新闻故事。你只要每天花一点点时间，不仅可以了解新闻时事，而且你的英文也会随之得到很大的提升。



BBC News

这也是一个新闻频道，跟 CNN 不同的是 BBC News 是由英国广播公司所创建的。它带给大家很多个性化的功能。比如你可以在这里根据不同的主题或者时间订购自己想要看的新闻故事。另外，这个频道还为大家提供了一个很人性化的功能，它根据最新的、点击率最高的提供了不同的新闻排行榜，方便大家随时关注新闻时事。除了这些，BBC News 还有一个很大的特点就是提供了多种语言的选择。这样一来，你可以中英文对照学习，也省去了很多查生词的时间。

Learn English Grammar (US Edition)

这个软件是由英国文化协会创建的，是一个交互式应用程序，目的在于帮助练习和提高你的英语语法技巧。它适用于所有的学习者，从初级到高级一共分为四个级别，每个级别包含了大约 12 个语法，每个语法涵盖了超过 20 个情景话题。这个软件还提供了超过 1 000 道练习题，除了传统的选择题，它还包含了填空题、匹配题等 10 种独特的题型。如果你想学到最准确的语法，那么就请下载 Learn English Grammar 吧。