

零基础 也不怕!

English
Pronunciation

英语发音速成

我是美国范儿

标准美音版

实用英语工作室 / 主编



扫码即听即下载，全书100%标准美音
MP3全收录，随时跟读模仿，让你轻松
练就纯正美语!

既然可以一次上手， 何必要学十年八年?

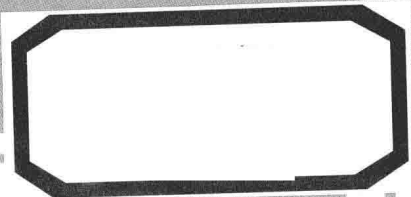
哪些音有美国味儿? 美国人怎么说box?

48个KK音标详解+15个语音语调必备知识

+VOA新闻、总统演讲=获取纯正美语发音的10堂必修课



外语教学与研究出版社
FOREIGN LANGUAGE TEACHING AND RESEARCH PRESS



英语发音速成 我是美国范儿

标准美音版

主编：实用英语工作室

编写：胡秀梅 韩笑 王海涛 郭梅
王悦 徐静 陈丽辉 王娣

外语教学与研究出版社

FOREIGN LANGUAGE TEACHING AND RESEARCH PRESS

北京 BEIJING

图书在版编目 (CIP) 数据

英语发音速成. 我是美国范儿: 标准美音版 / 实用英语工作室主编; 胡秀梅等编写. —
北京: 外语教学与研究出版社, 2015.8
ISBN 978-7-5135-6614-8

I. ①英… II. ①实… ②胡… III. ①英语—发音—美国—自学参考资料 IV. ①H311

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 214808 号

出 版 人 蔡剑峰
项目策划 外研捷径英语工作室 王毓芳
责任编辑 王霖霖
执行编辑 朱晓霜
营销编辑 吴凤珍
版式设计 张 煜
美术统筹 吴静宜
出版发行 外语教学与研究出版社
社 址 北京市西三环北路 19 号 (100089)
网 址 <http://www.fltrp.com>
印 刷 大厂回族自治县益利印刷有限公司
开 本 730×980 1/16
印 张 11.5
版 次 2016 年 5 月第 1 版 2016 年 5 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5135-6614-8
定 价 29.90 元

购书咨询: (010) 88819926 电子邮箱: club@fltrp.com
外研书店: <https://waiyants.tmall.com>
凡印刷、装订质量问题, 请联系我社印制部
联系电话: (010) 61207896 电子邮箱: zhijian@fltrp.com
凡侵权、盗版书籍线索, 请联系我社法律事务部
举报电话: (010) 88817519 电子邮箱: banquan@fltrp.com
法律顾问: 立方律师事务所 刘旭东律师
中咨律师事务所 殷 斌律师
物料号: 266140001

目 录

CONTENTS



▶ 第 1 课	导论.....	001
	学习重点	
	语音为什么重要?	
	什么是好的语音?	
	怎样学好语音?	
	这本书用什么音标?	
	口腔发音部位图	
	26 个英文字母及其发音	
	学唱英文字母歌	
▶ 第 2 课	音标详解 (一)	007
	学习重点	
	元音: /i/; /i:/ /ε/; /e/	
	辅音: /p/ /b/ /t/ /d/ /k/ /g/ /f/ /v/	
	/s/ /z/ /m/ /n/ /l/ /t/ /ŋ/	
▶ 第 3 课	音标详解 (二)	034
	学习重点	
	元音: /ɪ/ /e/; /eɪ/ /aɪ/ /aʊ/; /au/	
	/u/; /u:/ /ʊ/; /u/ /ʌ/ /ɑr/; /ɑ:/	
	辅音: /ʃ/ /ʒ/ /tʃ/ /dʒ/ /r/ /h/ /w/ /j/	
▶ 第 4 课	音标详解 (三)	061
	学习重点	
	元音: /æ/ /ɑ/; /ɒ/ /ɔ/; /ɔ:/ /ɜ:/; /ɜ:/ /ə/ /o/; /əu/	
	/ɔɪ/ /ɪr/; /ɪə/ /εə/; /eə/ /ʊr/; /uə/	
	辅音: /θ/ /ð/ /ts/ /dz/ /tr/ /dr/	
▶ 第 5 课	音标详解 (四)	088
	学习重点	
	元音小结	
	辅音小结	

辅音连缀
读音规则

▶ 第 6 课	强读和弱读	107
	学习重点	
	音节和词重音	
	强读和弱读	
	/ə/ 音的重要性	
	失去爆破和不完全爆破	
	综合练习	
▶ 第 7 课	重音和节奏 (一)	122
	学习重点	
	重音、节奏和语调的关系	
	单词重音	
	复合词读音规则	
	语句重音	
	综合练习	
▶ 第 8 课	重音和节奏 (二)	134
	学习重点	
	重音模式	
	连读	
	综合练习	
▶ 第 9 课	语调	147
	学习重点	
	语调的作用	
	基本语调	
	降调	
	升调	
	意群停顿	
	综合练习	
▶ 第 10 课	原汁原味的美音欣赏	160
	学习重点	
	模仿 VOA 新闻主播	
	模仿美国总统演讲 (节选)	

第 1 课

导 论

学习重点

语音为什么重要？

怎样学好语音？

口腔发音部位图

学唱英文字母歌

什么是好的语音？

这本书用什么音标？

26 个英文字母及其发音



1 语音为什么重要？

学习语言的目的是为了交际（书面的和口头的），而交际能否顺利进行取决于众多的因素。毫无疑问，一口漂亮纯正的语音就像男士们大方得体的西装和女士们美丽高雅的衣裙，能给人留下一个美好的第一印象。而第一印象往往是难以磨灭的。

漂亮的发音会给人以感官上的享受，给人的听觉乃至心灵以舒服、自然、愉快的感觉。好的发音更容易让别人接近你，愿意和你交流；好的发音会让你更加自信，更愿意主动用英语与人交流。你的语音水平和会话能力也会随之不断得到提高。

2 什么是好的语音？

中国人学英语，语音的最高标准当然是能和英语国家的人说得一样或基本上接近。然而，这样的要求是很高的，达到这种要求也是很困难的。实际上需要十分标准语音的人只是少数，如中国出生的英语播音员、专业英语教师等。对于我们大多数人来说，能做到以下几点就应该算是好的语音：

- 元音、辅音音素基本正确，发音清晰；
- 语调（包括升调和降调）基本正确；
- 语速适中；
- 语流无太多断句和停顿；
- 交际时对方听得明白，无需多次请你重复；
- 会话基本能自然顺利进行。

3 怎样学好语音？

要掌握每一个国际音标的准确发音，见到一个音标符号就能准确认读发声，必须加强训练，加强实践练习。加强国际音标的读音训练，具体来说包括以下几个方面：

- 1、听音训练：学习音标需要多听，通过反反复复的听力练习，达到强化记

忆。如果有条件，可以多听老师朗读音标，也可以反复听录音，本书中的每个音素，都可以循环倾听，强化记忆。

2、模仿练习：学习音标的发音，要注意模仿口型，体会发音部位的变化，主动模仿发音。初学可以对着镜子模仿练习，特别是元音发音的舌位高低。口腔开口度大小与音色关系十分密切，可以通过镜子观察口型上的区别，掌握准确口腔开口度，对于准确发音具有非常重要的意义。

3、多动口：动口是加强实践的关键和核心，听音也好，模仿也好，比较也好，最终要归结到自己发音这一目标上来，所以勤动口是掌握国际音标发音的关键。俗话说，“三天不写手生，三天不念口生”，说的就是要加强动手动口能力的培养。因此学习国际音标，要时时加强语音训练，勤动口，反复实践练习，在实践中比较，在实践中体会差别，做到熟能生巧，这样自然就掌握国际音标的发音了。

4、练习语音越早效果越好，越早练越容易纠正，越早练越可以赢得时间。但是，一句英语成语说得好：Never too late to learn.（学习永远不会太晚，任何时候开始学习都来得及。）千里之行，始于足下，请你今天就开始吧！

4 这本书用什么音标？

本书采用美式 K.K. 音标。K.K. 音标是由美国两位语言学家 John S. Kenyon 和 Thomas A. Knott 共同研究出来的，故取二人姓氏的第一个字母而简称为 K.K. 音标。其特点是按照一般的美国读法注音。下表的 IPA 音标是英国 Jones 音标的最新修订形式。

为了提供对比，本书也同时给出了英式国际音标（IPA）。K.K. 音标在前面，国际音标列在后面。

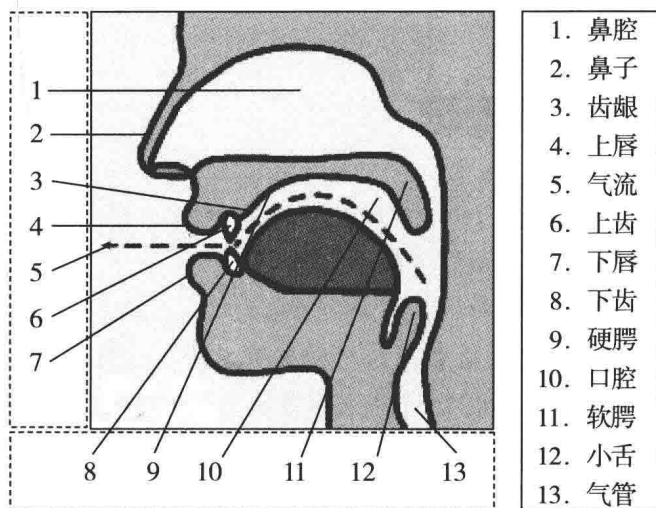
分 类	美式 K.K. 音标	IPA 国际音标	例 词
长元音	ɑr	ɑ:	car
	ɔ	ɔ:	wall
	ɜ	ɜ:	her
	i	i:	see
	u	u:	cool
短元音	ʌ	ʌ	love
	ɑ	ɒ	dog
	ə/ɜ	ə	teacher

分 类	美式 K.K. 音标	IPA 国际音标	例 词
短元音	ɪ	ɪ	it
	ʊ	u	book
	ɛ	e	bed
	æ	æ	cat
双元音	eɪ	eɪ	cake
	əʊ	əʊ	joke
	aɪ	aɪ	like
	aʊ	aʊ	cow
	ɔɪ	ɔɪ	boy
	ɪə	ɪə	here
	eə	eə	there
	ʊə	ʊə	tour
鼻音	m	m	mum
	n	n	not
	ŋ	ŋ	English
清辅音	p	p	pipe
	t	t	take
	k	k	kite
	f	f	five
	s	s	size
	θ	θ	thank
	ʃ	ʃ	fish
	tʃ	tʃ	each
	h	h	hat
	tr	tr	tree
	ts	ts	hats
浊辅音	b	b	bike
	d	d	dad
	g	g	go
	v	v	vote
	z	z	zoo
	ð	ð	this
	ʒ	ʒ	pleasure
	dʒ	dʒ	judge
	r	r	rice
	dr	dr	drink
	dz	dz	words
半元音	j	j	year
	w	w	we
舌边音	l	l	look
	ɫ	ɫ	cool

5 口腔发音部位图

本书在讲解音标发音要领的时候，涉及口腔中的一些具体的发音部位。请参照下图。

口腔及发声器官图如下：



6 26 个英文字母及其发音

Track 000

英语属于拼音文字，它的文字由 26 个字母组合而成。

Aa /e/	Bb /bi/	Cc /si/	Dd /di/	Ee /i/	Ff /ɛf/	Gg /dʒi/
Hh /etʃ/	Ii /ai/	Jj /dʒe/	Kk /ke/	Ll /ɛl/	Mm /ɛm/	Nn /ɛn/
Oo /o/	Pp /pi/	Qq /kju/	Rr /ɑr/	Ss /ɛs/	Tt /ti/	Uu /ju/
Vv /vi/	Ww /dʌblju/	Xx /ɛks/	Yy /wai/	Zz /zi/		

元音字母和辅音字母分类表

元音字母	a e i o u
辅音字母	b c d f g h j k l m n p q r s t v w x y z

元音字母与辅音字母的区别：

元音字母：发音时声带振动并且不受气流阻碍的字母叫元音字母。元音的音色是由舌位的前后、舌位的高低、嘴唇的圆展决定的。这三个方面任何一个发生变化，都将改变元音的音色，从而发出不同的音素来。

辅音字母：发音时声带可以振动也可以不振动，但是必须受到气流阻碍的字母。

7 学唱英文字母歌

Track 000

ABCDEFGH...XYZ, now you see, I can say my ABC. 很多人学英语认 26 个英文字母时，最先接触的就是这首《ABC 字母歌》。

这首《ABC 字母歌》，对于八九十年代生人而言，是十分熟悉的。它曾经出现在人教版初中英语（也就是李雷 & 韩美美版）初一上册 Lesson 8 中。这首歌对于我们这一代人认识、熟记 26 个英文字母是功不可没的。

细心的朋友也许会注意到，《ABC 字母歌》和儿歌《一闪一闪小星星》的调是一模一样的。这并不是巧合。小星星这首儿歌大家都会唱，《ABC 字母歌》使用这首歌的曲子，就是为了易学。这首字母歌其实就是为了中国人学英文字母而特地重新写的词。



《ABC 字母歌》

A	B	C	D	E	F	G
H	I	J	K	L	M	N
O	P	Q	R	S	T	
U	V	W	X	Y	Z	
X	Y	Z				
<i>now you see</i>						
<i>I can say my ABC</i>						

第 2 课

音标详解（一）

学习重点

元音：/i:/ /i:/ /ε:/ /e/

辅音：/p/ /b/ /t/ /d/ /k/ /g/ /f/ /v/ /s/ /z/
/m/ /n/ /l/ /t/ /ŋ/

1 元音 /i/; /i:/

Track 001

美式 K.K. 音标

/i/

IPA 国际音标

/i:/

发音要领:

舌位: 舌身前部尽量抬向硬腭, 在舌面和硬腭之间留一定的空隙, 舌尖抵住前下齿, 下颚略向下伸, 使牙齿分开。

唇形: 两唇展开, 拉向两侧的嘴角, 和微笑时的口型相似。

声带: 振动。

注意

① /i/ 同汉语里的“衣”字音易混。“衣”发音时, 舌前部与硬腭之间的距离更窄些, 而且有轻微摩擦。/i/ 发音时没有摩擦。

② /i/ 是长元音, 比汉字“衣”要长一些。

③ 美音 /i/ 和英音 /i:/ 的发音基本相同。美音 /i/ 不加长音符号(:) 是因为所有元音的音长都不是绝对的。因此在美音语音系统中没有采用长音符号。

练习

模仿录音朗读音标:

/i/	/i/	/i/	/i/
-----	-----	-----	-----

模仿录音朗读单词:

believe	feed	cheap	feel
/bɪ'liv/ vt. 相信; 认为	/fid/ vt. 喂(养) vi. 吃饲料	/tʃip/ adj. 廉价的, 便宜的	/fil/ vi. 有知觉 vi. 触, 摸
sweet	sleep	free	field
/swit/ adj. 甜的	/slip/ v.&n. 睡; 睡眠	/fri/ adj. 自由的; 空闲的	/fild/ n. 地, 田地

模仿录音朗读句子:

Chinese people like tea.

中国人喜欢茶。

Do you feed these dogs with meat?

你用肉来喂这些狗吗?

Don't eat the meat.

别吃这肉。

I need your help.

我需要你的帮助。

I'm glad to see you.

我很高兴见到你。

Peter reached the ceiling.

彼得碰到了棚顶。

Please drink some tea.

请喝茶。

Please keep the street clean.

请保持街道整洁。

She is reading a book.

她正在读一本书。

2 元音 /ɛ/; /e/

Track 002

美式 K.K. 音标

/ɛ/

IPA 国际音标

/e/

发音要领:

舌位: 舌尖抵住下齿, 舌前部向硬腭上抬, 舌侧缘轻贴上白齿。舌位略低于发 /i/ 音时的舌位。

唇形: 口腔接近半开, 舌稍扁。

声带: 振动。

注意

① 发 /ɛ/ 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 /ɛ/ 比英国英语中的 /e/ 开口要大一些。

③ 凡英国英语中念 /e/ 的单词，美国英语都念 /ɛ/，如 bed, leg, lend 等。

练习

模仿录音朗读音标：

/ɛ/	/ɛ/	/ɛ/	/ɛ/
-----	-----	-----	-----

模仿录音朗读单词：

chest	ready	everything	never
/tʃɛst/ n. 胸部	/ˈrɛdi/ adj. 准备好的	/ˈɛvrɪθɪŋ/ pron. 每件事	/ˈnevə/ adv. 从来没有；决不
tell	except	ten	exercise
/tɛl/ v. 告诉；讲述	/ɪkˈsɛpt/ prep. 除……之外	/tɛn/ num. 十	/ˈɛksəsaɪz/ n. 练习

模仿录音朗读句子：

His shirt is red. 他的衬衫是红色的。
I like bread and eggs. 我喜欢面包和鸡蛋。
It is my pleasure to help you. 帮助你我的荣幸。
Let us go. 让我们走吧。
Ted slept on a red bed. 泰德睡在一张红床上。

• They are selling pens and pencils.

他们正在出售钢笔和铅笔。

• This is my pen.

这是我的笔。

• We have no eggs.

我们没有鸡蛋了。

• You should go to bed.

你该睡觉了。

3 辅音 /p/

🔊 Track 003

美式 K.K. 音标

/p/

IPA 国际音标

/p/

🔊 发音要领:

舌位: 舌身自然放平于口腔中。

唇形: 双唇紧闭, 气流挡在口腔内, 在形成一定气流压力之后猛张双唇, 气流爆发而出。

声带: 不振动。

⚠️ 注意

① /p/ 这个音不同于汉语拼音 p 的发音, 不要受汉语母语的影响在其后加上元音, 发出类似 /po/ (坡) 的音来。

② /p/ 出现在词末时为弱读音节, 送气较其在词首和重读音节时弱些。

📖 练习

模仿录音朗读音标:

/p/

/p/

/p/

/p/

模仿录音朗读单词：

camp	plan	open	cap
/kæmp/ <i>n.</i> 野营, 营地, 兵营	/plæn/ <i>n.&vt.</i> 计划, 打算	/'opən/ <i>adj.</i> 开的; 开放的	/kæp/ <i>n.</i> 帽子
step	rapid	sheep	point
/stɛp/ <i>n.</i> (脚) 步; 步骤	/'ræpid/ <i>adj.</i> 快的, 迅速的	/ʃip/ <i>n.</i> 羊, 绵羊	/pɔɪnt/ <i>n.</i> 观点; 论点; 要点

模仿录音朗读句子：

Did you have your supper?

你吃晚饭了吗?

He often has a nap after lunch.

午饭后他经常小睡一会儿。

I like to eat potato chips.

我喜欢吃薯条。

Pass me the water, please.

请把水递过来。

Peter bought me a purse as a present.

彼得给我买了个钱包做礼物。

Peter is playing the piano.

彼得正在弹钢琴。

Put the paper on the desk.

把纸放在桌子上。

There is a power plant.

那里有一个发电厂。

We need a map of the USA.

我们需要一张美国地图。