



小马外语

国际
音标

主题
单词

实用
口语

地道
美音

每天10分钟

金利 / 主编

英语口语入门

零基础 英语入门到流利口语 一次搞定

循序渐进

生活场景全覆盖

应急查找

即学即用



全国百佳图书出版单位
化学工业出版社



全书外教
朗读音频

每天10分钟 英语口语入门

金利 / 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

每天 10 分钟英语口语入门 / 金利主编. — 北京 :
化学工业出版社, 2019.3
ISBN 978-7-122-33793-1

I. ①每… II. ①金… III. ①英语 - 口语 IV.
① H319.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 011939 号

责任编辑: 马 骄 梁郁菲
责任校对: 边 涛

装帧设计: 张 辉

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)
印 装: 高教社 (天津) 印务有限公司
710mm×1000mm 1/16 印张 21½ 字数 381 千字 2019 年 3 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 49.90 元

版权所有 违者必究

前言 PREFACE

本书针对零基础英语学习者，从音标到基础词汇再到口语，层层突破，通过科学的编排，层层递进，让零基础的学习者通过自学一次搞懂“发音”、掌握“基础词汇”、开口“说英语”，从零基础摇身变成口语达人。

本书分为三部分，第一部分为音标入门，第二部分为基础词汇，第三部分为各个场景下的常用口语表达。具体特色如下：

1. 循序渐进，零基础从发音开始

流利的口语首先要从准确发音开始。本书对48个国际音标详尽讲解，配以典型例词、发音要诀、趣味拟音以及发音组合。用通俗易懂的方式让大家能够更加轻松有效地学习英语发音。另外，本书结合自然拼读法将字母组合的发音规则融入音标学习中，既方便大家学习国际音标，又提高大家见词就能读的能力，真正让你突破开口障碍，拥有完美英语基础。

2. 千余个必备基础词，词汇量刚刚好

俗话说“巧妇难为无米之炊”。没有一定基础的词汇量，要如何实现开口说？本书精选24个常见主题的基础词，简单实用，涉及日常生活的多个方面，满足日常口语的表达所需。此外，每个口语场景主题下都有相关主题词汇，帮你建立系统的英语口语词库，将你打造成口语高手。

3. 口语内容全面，实用场景全覆盖

本书流利口语部分共分为10大主题，78小节，每个小节下又包括若干个实用场景，囊括日常交际、家庭生活、出行、饮食、购物、娱乐、旅游等日常生活的方方面面。每个实用场景下都精选简单、实用、高频、地道的口语必会句，并根据场景匹配短对话。生动鲜活，有目的有针对性地进行实景操练。你可以根据自己的需要，进行查找和学习。

4. 更地道更常说的口语经典

本书所选句子均是当今英语国家更简单、更常用、更好用的英文句子。语言轻松诙谐，贴近生活，好似一个老朋友在你耳边娓娓道来。学会了这些句子，想让外国人不称赞你都不行。

从音标、基础词汇，到场景必备句，多管齐下帮你突破口语障碍，满足你英语口语所需，让你即使身处异国，也能应付自如！零基础快速开口说英语，这一本就够！

编者

使用说明 USER'S GUIDE

48个国际音标， 零基础从发音开始

详解48个国际音标，配以“典型例词——发音要诀——趣味拟音——发音组合”4大步骤，用通俗易懂的方式让你轻松有效地学习英语发音，为流利口语打下完美发音基础。拥有完美英语基础。

Chapter 1

短元音

Unit 1 [ɪ]

典型例词

big [bɪg] 大的

发音要诀

1. 发音时，口形扁平；
2. 嘴唇稍松开，上齿和下齿之间约5毫米距离；
3. 舌尖抵下齿，舌前部抬高，舌两侧抵上齿两侧；
4. 发好这个音一定要收小腹。

趣味拟音

类似于中文中“衣”的发音。

发音组合

字母组合	例词	发音	词义
		[hɪt]	打击

典型例词

big [bɪg] 大的

发音要诀

1. 发音时，口形扁平；
2. 嘴唇稍松开，上齿和下齿之间约5毫米距离；
3. 舌尖抵下齿，舌前部抬高，舌两侧抵上齿两侧；
4. 发好这个音一定要收小腹。

趣味拟音

类似于中文中“衣”的发音。

发音组合

字母组合	例词	发音	词义
	ht	[hɪt]	打击
i	ill	[ɪl]	生病的

Describing Your Home 描述你的家

dining-room [ˈdɪnɪŋ ru:m] 餐厅	sofa [ˈsəʊfə] 沙发	chair [tʃeə(r)] 椅子	armchair [ˈɑ:m(tʃeə)r] 扶手椅
conditioning [kənˈdɪʃənɪŋ] 空调	television [ˈtelɪvɪʒn] 电视机	vase [va:z] 花瓶	carpet [ˈkɑ:pət] 地毯
bed [bed] 床	pillow [ˈpɪləʊ] 枕头	sheet [ʃi:t] 床单	lamp [læmp] 灯
hanger [ˈhæŋɡə(r)] 衣架	curtain [ˈkɜ:tən] 窗帘	dining room [ˈdɪnɪŋ ru:m] 餐厅	dining chair [ˈdɪnɪŋ tʃeə(r)] 餐椅
kitchen [ˈkɪtʃɪn] 厨房	fridge [ˈfrɪdʒ] 冰箱	microwave [ˈmaɪkrəweɪv] 微波炉	oven [ˈʌvən] 烤箱
sink [sɪŋk] 水槽	bathroom [ˈbɑ:θru:m] 浴室	restroom [ˈrestru:m] 洗手间	toilet [ˈtɔɪlət] 厕所
			furniture [ˈfɜ:nɪtʃə(r)] 家具

24大主题基础单词， 词汇量刚刚好

精选24大常见主题的基础词，简单实用，涉及日常生活的方方面面，满足日常口语的基本表达所需。

Chapter 5 People 人物

family [ˈfæməli] 家人	father [ˈfɑ:ðə(r)] 父亲	mother [ˈmʌðə(r)] 母亲	parent [ˈpeərənt] 父母	son [sʌn] 儿子
daughter [ˈdɔ:tə(r)] 女儿	grandfather [ˈgrændfɑ:ðə(r)] 外祖父	grandmother [ˈgrændmʌðə(r)] 外祖母	granddaughter [ˈgrændsɔ:t(r)] 外孙女	grandson [ˈgrændsʌn] 外孙子
grandchild [ˈgrændtʃɪld] 外(外)孙子(女)	aunt [aʊnt] 伯母	uncle [ˈʌŋkl] 叔叔	brother [ˈbrʌðə(r)] 兄弟	sister [ˈsɪstə(r)] 姐妹

10大口语实用主题， 78个详细分类

日常生活你要会说的都在这里。
每个主题拆解成“主题词汇清单——场景必备句——短对话流利说”3部分，循序渐进，生动鲜活，流利口语马上开口说。

Unit 5 谈谈爱好

一句话开启话题

如果想要结识新朋友，那么共同的爱好会拉近彼此的距离。所以聊聊自己的爱好是一个不错的话题，说不定就能碰到“同道中人”呢！

主题词汇清单

英文	发音	中文
hobby	[ˈhɒbi]	爱好
spend	[spend]	花(时间)
spare time	[speɪ(r) taɪm]	闲暇时间
play volleyball	[pleɪ ˈvɒlibɔ:l]	打排球
singing	[ˈsɪŋɪŋ]	唱歌
	[ˈswɪmɪŋ]	游泳
	[ˈɡɒldən]	美好的
	[ˈəʊldɪ]	老电影，怀旧老歌
	[ˈfʊtʃaʊkɪŋ]	免费搭便车
	[ki:n]	热衷的
	[ri:d]	阅读
	[bʊk]	书
	[dɪˈtektɪv]	侦探故事/小说
	[kənˈsteɪnd]	受不了……
	[nɔɪz]	噪音
	[het]	讨厌
	[ˈtrævəl]	旅行
	[əˈlsəʊn]	独自

主题词汇清单

英文	发音	中文
hobby	[ˈhɒbi]	爱好
spend	[spend]	花(时间)
spare time	[speɪ(r) taɪm]	闲暇时间
play volleyball	[pleɪ ˈvɒlibɔ:l]	打排球

listen	[ˈlɪsn]
garbage	[ˈɡɑːbɪdʒ]
sound like	[saʊnd laɪk]

场景必备句学会这些就够了

场景必备句学会这些就够了

爱好

和朋友聊天，询问对方爱好时就可以说：

- **What's your hobby?** 你的爱好是什么?
- **How do you spend your spare time?** 你闲暇时做什么?
- **What do you like?** 你最喜欢什么?
- **Do you have any hobbies?** 你有什么爱好吗?

爱好

和朋友聊天，询问对方爱好时就可以说：

- **What's your hobby?** 你的爱好是什么?
- **How do you spend your spare time?** 你闲暇时间都做些什么?

短对话流利说

A: What's your hobby? 你的爱好是什么?
B: I have many hobbies, such as playing volleyball, singing, swimming and so on.
我有许多爱好，比如打排球、唱歌、游泳等。

喜欢

告诉别人自己的爱好时，就可以这么说：

- **I love these golden oldies.** 我喜欢听这些老歌。
- **I like hitchhiking.** 我喜欢搭便车旅行。
- **I'm keen on reading books.** 我热衷于读书。
- **My favorite books are detective stories.** 我最喜欢的书是侦探故事。

短对话流利说

短对话流利说

A: What kind of books are you interested in? 你对哪类书感兴趣?
B: My favorite books are detective stories. 我最喜欢的书是侦探故事。

A: **What's your hobby?** 你的爱好是什么?

B: I have many hobbies, such as playing volleyball, singing, swimming and so on.
我有许多爱好，比如打排球、唱歌、游泳等。

目录 CONTENTS

PART 1

从零开始学48个国际音标

Chapter 1 短元音 2

Unit 1	[ɪ]	2
Unit 2	[e]	3
Unit 3	[æ]	4
Unit 4	[ʌ]	5
Unit 5	[ɒ]	6
Unit 6	[ʊ]	7
Unit 7	[ə]	8

Chapter 2 长元音 9

Unit 1	[i:]	9
Unit 2	[ɑ:]	10
Unit 3	[ɔ:]	11
Unit 4	[u:]	12
Unit 5	[ɜ:]	13

Chapter 3 双元音 14

Unit 1	[eɪ]	14
Unit 2	[aɪ]	15

Unit 3	[ɔɪ]	16
Unit 4	[ɪə]	17
Unit 5	[eə]	18
Unit 6	[ʊə]	19
Unit 7	[əʊ]	20
Unit 8	[aʊ]	21

Chapter 4 清辅音 22

Unit 1	[p]	22
Unit 2	[t]	23
Unit 3	[k]	24
Unit 4	[f]	25
Unit 5	[θ]	26
Unit 6	[s]	27
Unit 7	[ʃ]	28
Unit 8	[h]	29
Unit 9	[tʃ]	30
Unit 10	[tr]	31
Unit 11	[ts]	32

Chapter 5 浊辅音 33

Unit 1	[b]	33
Unit 2	[d]	34
Unit 3	[g]	35
Unit 4	[v]	36
Unit 5	[ð]	37
Unit 6	[z]	38
Unit 7	[ʒ]	39
Unit 8	[m]	40

Unit 9	[n]	41
Unit 10	[ŋ]	42
Unit 11	[l]	43
Unit 12	[r]	44
Unit 13	[j]	45
Unit 14	[w]	46
Unit 15	[dʒ]	47
Unit 16	[dr]	48
Unit 17	[dz]	49

PART 2

快速掌握日常基础词汇

Chapter 1 食物和饮料 52

Chapter 2 服饰和鞋子 53

Chapter 3 休闲运动 53

Chapter 4 描述你的家 54

Chapter 5 人物 54

Chapter 6 身体部位 55

Chapter 7 生活用品 56

Chapter 8 学习和文具 56

Chapter 9 交通工具 57

Chapter 10 天气与季节 58

Chapter 11 颜色 58

Chapter 12 数字与时间 59

Chapter 13 月份和星期 60

Chapter 14 方位 60

Chapter 15 国家和语言 61

Chapter 16 自然景观 62

Chapter 17 植物 62

Chapter 18 动物 63

Chapter 19 地点 64

Chapter 20 感觉 64

Chapter 21 动作 65

Chapter 22 情感 66

Chapter 23 疾病 66

Chapter 24 职业 67

PART 3

马上开口说日常流利口语

Chapter 1 日常交际 70

Unit 1 招呼问候	70	Unit 5 谈谈爱好	86
Unit 2 介绍自己	74	Unit 6 接打电话	88
Unit 3 说说家人	78	Unit 7 邀请和拜访	94
Unit 4 聊聊天气	82	Unit 8 告别辞行	100

Chapter 2 家庭生活 103

Unit 1 日常起居	103	Unit 6 邻里社区	121
Unit 2 生活习惯	106	Unit 7 家庭财务	124
Unit 3 家务能手	108	Unit 8 家有爱宠	128
Unit 4 住房装修	114	Unit 9 在手机营业厅	132
Unit 5 家电故障和维修	119	Unit 10 在加油站	135

Chapter 3 美食盛宴 139

Unit 1	烹饪大餐	139	Unit 6	餐厅服务	152
Unit 2	饮食习惯	142	Unit 7	结账打包	155
Unit 3	外出就餐	145	Unit 8	在酒吧	158
Unit 4	预订餐厅	147	Unit 9	在咖啡馆	162
Unit 5	点餐	149	Unit 10	在快餐店	164

Chapter 4 购物 167

Unit 1	日常购物	167	Unit 5	化妆品和保养品	179
Unit 2	讨价还价	169	Unit 6	服装时尚	182
Unit 3	结账付款	173	Unit 7	鞋子和包包	187
Unit 4	售后服务	176	Unit 8	帽子和珠宝等配饰	190

Chapter 5 旅行攻略 194

Unit 1	打包行李	194	Unit 6	人文景观	207
Unit 2	出境和入境	196	Unit 7	拍照留念	209
Unit 3	游客咨询中心	198	Unit 8	购买纪念品	212
Unit 4	兑换外币	201	Unit 9	物品丢失	215
Unit 5	自然风光	204	Unit 10	紧急事故	217

Chapter 6 酒店住宿 220

Unit 1	酒店入住	220	Unit 3	退房离店	226
Unit 2	酒店服务	222			

Chapter 7 出行交通 229

Unit 1	问路和迷路	229	Unit 5	乘公交车	244
Unit 2	坐火车	232	Unit 6	打车	247
Unit 3	乘飞机	236	Unit 7	租车自驾	250
Unit 4	乘地铁	241			

Chapter 8 休闲娱乐 254

Unit 1	电影和电视	254	Unit 6	去动物园	272
Unit 2	音乐和乐器	259	Unit 7	去博物馆和美术馆	275
Unit 3	体育运动	263	Unit 8	观看演出	278
Unit 4	参加聚会	267	Unit 9	节假日和纪念日	281
Unit 5	去游乐园	269			

Chapter 9 美容和健康 285

Unit 1	美妆护肤	285	Unit 5	身体不适	300
Unit 2	美发美甲	290	Unit 6	挂号诊断	303
Unit 3	健身达人	293	Unit 7	看望病人	307
Unit 4	减肥瘦身	297	Unit 8	药店买药	309

Chapter 10 观点情绪 313

Unit 1	心情很好	313	Unit 4	相信和怀疑	324
Unit 2	情绪低落	317	Unit 5	同意和反对	326
Unit 3	感激和感谢	322			

PART 1

从零开始学48个 国际音标



分钟

英语口语入门

Unit 1 [ɪ]

典型例词

big

[bɪg]

大的

发音要诀

1. 发音时，口形扁平；
2. 嘴唇稍松开，上齿和下齿之间约5毫米距离；
3. 舌尖抵下齿，舌前部抬高，舌两侧抵上齿两侧；
4. 发好这个音一定要收小腹。

趣味拟音

类似于中文中衣的发音。

发音组合

字母组合	例词	发音	词义
i	hit	[hɪt]	打击
	ill	[ɪl]	生病的
e	decide	[dɪ'saɪd]	决定
	edition	[ɪ'dɪʃn]	版本
u	business	['bɪznəs]	生意
ui	guitar	[gɪ'ta:(r)]	吉他
	quick	[kwɪk]	快速的
a	village	['vɪlɪdʒ]	村庄
	language	['læŋɡwɪdʒ]	语言

Unit 2 [e]

典型例词

egg

[eg]

蛋

发音要诀

1. 发音时，舌尖抵下齿，舌前部抬起至大约口腔中部的的位置，舌两端接触上部牙齿；
2. 嘴角自然向两边延伸，呈微笑状，口形比[r]更为分开；
3. 振动声带，快速使气流流出。

趣味拟音

类似于中文中挨的发音。

发音组合

字母组合	例词	发音	词义
e	red	[red]	红色
	beg	[beg]	恳求
	pen	[pen]	笔
	get	[get]	得到
	well	[wel]	良好的
	member	['membə(r)]	成员
	next	[nekst]	下一次
ea	head	[hed]	头
	bread	[bred]	面包
ie	friend	[frend]	朋友
a	Thames	[teɪmz]	泰晤士河

Unit 3 [æ]

典型例词

cap

[kæp]

帽子

发音要诀

1. 发音时，舌尖抵住下齿，稍稍将舌位抬高，但抬起的位置应比[e]稍低；
2. 将嘴唇自然平伸，成扁平口形，迅速振动声带，进行发音；
3. 发[æ]音时，开口的程度要比[e]大。

趣味拟音

类似于中文中哀的发音。

发音组合

字母组合	例词	发音	词义
a	apple	['æpl]	苹果
	sad	[sæd]	难过的
	fat	[fæt]	肥的
	mad	[mæd]	疯狂的
	habit	['hæbit]	习惯
	hand	[hænd]	手
	bag	[bæg]	包，袋子
	lack	[læk]	缺乏
	map	[mæp]	地图
	have	[hæv]	有

Unit 4 [ʌ]

典型例词

cup

[kʌp]

杯子

发音要诀

1. 发音时，舌位处于自然状态，既不需要上升也不需要下压；
2. 将舌尖抵住下齿，舌后靠前部分微微升起，双唇自然分开；
3. 振动声带，使气流瞬间流出，就可以发出[ʌ]了。

趣味拟音

类似于中文中啊的发音。

发音组合

字母组合	例词	发音	词义
u	cut	[kʌt]	伤口
	bus	[bʌs]	公共汽车
	sun	[sʌn]	太阳
	hug	[hʌg]	拥抱
	duck	[dʌk]	鸭子
	lunch	[lʌntʃ]	午餐
	run	[rʌn]	奔跑
o	color	[ˈkʌlə(r)]	颜色
	mother	[ˈmʌðə(r)]	母亲
	above	[əˈbʌv]	在上面
	some	[sʌm]	一些
ou	tough	[tʌf]	困难的
	enough	[ɪˈnʌf]	足够地