



最标准的发音，最精练的表达，
最高频的句型，最丰富的语境，最实用的对话，
让你实现从ABC到流利口语脱口而出的华丽转身！

1

1分钟英语口语 从入门到脱口秀

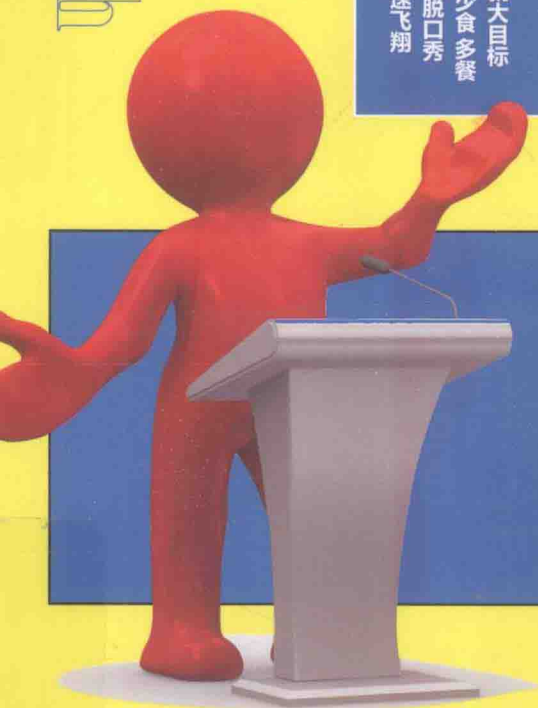
ABC起步，脱口秀终结！

谭晓燕 吕毅 编著

每天投资1分钟——犹如滴水穿石，小的努力也能成就大目标
快餐式学习模式——灵活方便安排进度，学口语也要少食多餐
5大学习阶段——让你的英语华丽转身，轻松表演口语脱口秀
携每一分钟的智慧，翻越5大阶段——让你的口语极速飞翔

1 Minute

English



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

1分钟英语口语 从入门到脱口秀



谭晓燕 吕毅 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内容提要

学英语要动用一切感官,你必须听、说全方位地触摸英语。本书的口语学习从零基础开始,将整个学习周期分成五大阶段:英语发音、口语短句、万用句型、情景句替换及1分钟迷你会话,方便学习者逐一攻克。每个阶段的学习内容又分成若干个小模块,学习者可灵活安排学习进度,“少食多餐”健康学口语,1分钟击破一个知识点,1分钟攻克一个外教音频文件,从语音到方法,从素材到语调,自由切换,轻松实现日常口语交流无障碍。

本书馈赠超值 MP3 光盘,内含近 400 分钟录音,录音由美籍外教录制。

图书在版编目(CIP)数据

1分钟英语口语从入门到脱口秀 / 谭晓燕, 吕毅编著

— 北京: 中国水利水电出版社, 2014. 2

ISBN 978-7-5170-1594-9

I. ①1… II. ①谭… ②吕… III. ①英语—口语—自学参考资料 IV. ①H319.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第321630号

策划编辑: 陈艳蕊 责任编辑: 陈艳蕊 加工编辑: 于丽娜 封面设计: 潘国文

书 名	1分钟英语口语从入门到脱口秀
作 者	谭晓燕 吕毅 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: mchannel@263.net (万水) sales@waterpub.com.cn 电 话: (010) 68367658 (发行部)、82562819 (万水)
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	北京万水电子信息有限公司
印 刷	北京正合鼎业印刷技术有限公司
规 格	170mm×240mm 16开本 18印张 346千字
版 次	2014年2月第1版 2014年2月第1次印刷
印 数	0001—5000册
定 价	39.90元(赠MP3光盘)

凡购买我社图书,如有缺页、倒页、脱页的,本社发行部负责调换
版权所有·侵权必究



前言 Preface

本书专为提升英语学习者口语表达技能而精心编写，堪称广大学习者口语快速突破的金牌宝典，是一本全面的英语发音及听说进阶教材。系统学完之后，一般学习者基本能够实现日常口语交流无障碍，在任何一个生活场景下，都可以用英语毫无顾忌地畅所欲言！

书中内容按照夯实基础、由浅入深的原则，把整个学习周期划分成五大阶段，分别是：

- ✘ 一切从零开始：两小时快学英语发音
- ✘ 初尝连贯表达：一口气巧练口语短句
- ✘ 实现阶段跨越：万用句型模版举一反三
- ✘ 技能全面提升：情景句替换百炼成钢
- ✘ 突显流利口语：1分钟迷你会话即学即用

在每一个阶段中，学习内容又划分成若干个小的“模块”，每个模块的学习量在1分钟左右。学习者可以灵活方便地安排学习进度，做到“少食多餐”。每个模块都能像吃快餐一样，1分钟轻松搞定。

本书配有美籍外教精心录制的MP3录音，录音模式如同真正的英语课堂，英文朗读和示范，让学习者有一种身临课堂的感觉。英语发音学习环节还配有多媒体软件，配合学习发音，效果更佳。为避免学习者对同一外教的声音产生听觉疲劳，参与本书录音的外籍专家达到了5人，他们不同的生活经历及表达方式，会把学习者带入一个最原汁原味的听说世界。

如果您在英语发音或口语学习方面有新的体会和建议，请致信我们：tingxiebar@qq.com。把你的学习体会分享给广大英语学习者，还有可能出版成书呢！期待你的来信！

编者

2014年1月

编委（排名不分先后）

邵雪梅 冯旭 孟红 高巍 尹洪燕 冯薇 王丹 侯晓莉 安鑫 田苏 张艳虹 刘静
宋德伟 张庆仙 谢利 高向云 李可义 祁娜 鲍倩 陈海庆 陈冬 李玥 王欣欣



第 1 阶段 一切从零开始：两小时快学英语发音

清辅音、双唇音——/p/.....	1
浊辅音、双唇音——/b/.....	2
清辅音、齿龈音——/t/.....	3
浊辅音、齿龈音——/d/.....	4
清辅音、软腭爆破音——/k/.....	5
浊辅音、软腭爆破音——/g/.....	6
清辅音、齿龈摩擦音——/s/.....	7
浊辅音、齿龈摩擦音——/z/.....	8
鼻音、双唇音——/m/.....	9
浊辅音、齿龈音、鼻音——/n/.....	10
前元音、长元音——/i:/.....	11
高位前元音、短元音——/ɪ/.....	12
中高位前元音——/e/.....	13
中下位前元音——/æ/.....	14
中央、不圆唇长元音——/ɜ:/.....	15
中央、不圆唇、非重读元音——/ə/.....	16
中高、后舌位、圆唇长元音——/ɔ:/.....	17
低、后舌位、圆唇短元音——/ɒ/.....	18
后元音、长元音——/ɑ:/.....	19
中后、中下、不圆唇短元音——/ʌ/.....	20
高位、圆唇后元音——/u:/.....	21
次高位、圆唇后元音——/ʊ/.....	22
清辅音、唇齿音——/f/.....	23

浊辅音、唇齿音——/v/.....	24
清辅音、齿背摩擦音——/θ/.....	25
浊辅音、舌齿摩擦音——/ð/.....	26
清辅音、齿龈硬腭音——/ʃ/.....	27
浊辅音、齿龈硬腭摩擦音——/ʒ/.....	28
卷舌、齿龈滑动摩擦音——/r/.....	29
清辅音、声门摩擦音——/h/.....	30
浊辅音、软腭鼻音——/ŋ/.....	31
齿龈硬腭摩擦音——/tʃ/.....	32
齿龈硬腭摩擦音——/dʒ/.....	33
清辅音——/tr/.....	34
浊辅音——/dr/.....	35
浊辅音——/ts/.....	36
清辅音——/dz/.....	37
舌前硬腭滑动音——/j/.....	38
双唇软腭滑动音——/w/.....	39
浊辅音、齿龈音——/l/.....	40
合口双元音——/eɪ/.....	41
合口双元音——/aɪ/.....	42
合口双元音——/ɔɪ/.....	43
集中双元音——/ɪə/.....	44
合口双元音——/əʊ/.....	45
合口双元音——/aʊ/.....	46
集中双元音——/eə/.....	47
集中双元音——/ʊə/.....	48

第 2 阶段 初尝连贯表达：一口气巧练口语短句

超短句速战速决.....	49
走到哪儿用到哪的100句旅游口语.....	52



第 3 阶段 实现阶段跨越：万用句型模版举一反三

超级万用句型模板，真正学一句顶十句	103
-------------------------	-----

第 4 阶段 技能全面提升：情景句替换百炼成钢

1 John speaks to his friend, Tom 约翰和他朋友汤姆聊天	175
2 Introducing yourself to a stranger 向陌生人作自我介绍	175
3 Introducing others (I) 介绍别人 (一)	175
4 Introducing others (II) 介绍别人 (二)	176
5 Finding out information about someone (I) 获取关于某人的信息 (一)	176
6 Finding out information about someone (II) 获取关于某人的信息 (二)	177
7 Calling someone 打电话给某人	177
8 Engaged 占线	178
9 Not available 无法接电话	178
10 Talking about days 谈论日子	178
11 How often do you...? 多久时间.....?	179
12 Talking about people at a party 在聚会上谈论他人	179
13 Jane describes herself over the telephone 简在电话里描述自己	180
14 Joan describes her new boyfriend 琼描述她新交的男朋友	180
15 Jack describes his English teacher 杰克描述他的英语老师	181
16 Joan talks about her ex-boyfriend 琼谈论她以前的男朋友	182
17 Joan wants to borrow something from Tom (I) 琼想向汤姆借东西 (一)	182
18 Joan wants to borrow something from Tom (II) 琼想向汤姆借东西 (二)	183
19 Asking for help 请求帮忙	183
20 Would you mind not doing...? 你介意不.....吗?	183
21 Turning down an invitation 拒绝邀请	184
22 Turning down an invitation 拒绝邀请	184
23 Making an apology 道歉	185
24 Expressing regret 表示遗憾	185
25 Talking about English 谈论英语	186
26 How to improve your English? (I) 如何提高你的英语? (一)	187
27 How to improve your English? (II) 如何提高你的英语? (二)	187

28 Asking for directions 问路	188
29 Buying something 买东西	188
30 Talking about one's hobbies 谈论某人的爱好	189
31 Talking about China 谈论中国	190
32 I'm in love 我恋爱了	190
33 What movies do you like? 你喜欢什么电影?	191
34 Talking about music 谈论音乐	191
35 I hate you 我讨厌你	192
36 What does your house look like? 你的房子什么样?	193
37 What is your dream house? 你理想中的房子是什么样的?	194
38 Where do you live, Joan? 你住哪儿, 琼?	194
39 Talking about cars 谈论汽车	195
40 Buying a pair of shoes 买一双鞋	196
41 Calling for an interview 打电话寻求面试机会	196
42 Calling for an interview 打电话寻求面试机会	197
43 An interview 面试	198
44 At the airport 在机场	199
45 Breaking up 分手	199
46 Thank you for your hospitality 谢谢您的盛情款待	200
47 Congratulations on your promotion 祝贺你升职	201
48 You are the best 你是最好的	202
49 At a wedding 在婚礼上	202
50 Inviting someone to go out 邀请别人出去玩	202
51 Jack talks to John 杰克与约翰谈话	203
52 Buying a dictionary 买词典	204
53 Asking for favours 请求帮忙	205
54 Giving a subordinate instructions 下达指示	205
55 At home 在家里	206
56 Describing a person 描述一个人	207
57 Making an appointment with an old customer 约请老客户	207
58 Handling complaints 处理投诉事件	208
59 John talks about the party 约翰谈论宴会	209
60 Can someone talk to me? 谁能和我说话呀?	210
61 I broke my arm 我摔伤了胳膊	210
62 Talking about a trip 谈论旅行	211

63 Welcoming a guest 欢迎客人	212
64 He doesn't look happy today 他今天看上去不高兴	213
65 John has lost his wallet 约翰丢了钱包	213
66 I'm not feeling well 我感觉不舒服	214
67 My English has not improved 我的英语水平没有提高	215
68 At the airport 在机场	216
69 Meeting someone at the airport 到机场接人	216
70 A job interview 求职面试	217

第 5 阶段 突显流利口语：1分钟迷你会话即学即用



第1阶段

一切从零开始：两小时快学英语发音



清辅音、双唇音——/p/

001.mp3

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

① 起步-单个音节全掌握

apple	苹果
cap	帽子
deep	深的
happy	高兴的，幸福的
help	帮助
map	地图；图；天体图
paper	纸
passport	护照
pay	给…报酬；工资
pig	猪

people	人们
plain	平原
play	戏剧，表演；玩耍
pocket	口袋
popular	大众的；流行的

prompt	及时的；敦促
proper	合乎体统的，正派的
pure	纯粹的；纯洁的
soup	汤

② 提速-连贯表达不放过

a bit of pity
a piece of paper
a pretty present
a very expensive purse
help the poor
paint a picture
pay the bill
play one's part

有点可惜
一张纸
一件漂亮的礼物
一个非常贵的钱包
帮助穷人
画一幅画
付账单
做分内的事情

③ 跨越-整句连读无差错

1. Did Peter pass the exam? 彼得通过考试了吗?
2. I want to make pineapple pie. 我想做菠萝派。
3. Peter bought me a purse as a present. 彼得给我买了个钱包做礼物。
4. Peter is playing the piano. 彼得正在弹钢琴。
5. Please book a room for Paul. 请给保罗订个房间。
6. Practice makes perfect. 熟能生巧。
7. Put the paper on the desk. 把纸放在桌子上。
8. There is a power plant. 那里有一个发电厂。
9. We must help the poor. 我们必须帮助穷人。



浊辅音、双唇音 /b/

002.mp3

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；声带振动

① 起步-单个音节全掌握

above	在...上面；高于	bright	聪明的
absent	不在场的；缺乏的	build	建造
bath	洗澡	busy	忙的；繁忙的
beach	沙滩	buy	买
beast	野兽	cab	出租车
bike	自行车	cabbage	洋白菜
bird	鸟	herb	药草
boat	船	motorbike	摩托车
boss	老板，上司；指挥	problem	问题；习题，问题
bread	面包	web	网
bride	新娘		

② 提速-连贯表达不放过

as blind as a bat
bag and baggage
baked beef
Beauty and the Beast
behind one's back
black and blue
bread and butter
I beg your pardon.

瞎得厉害
总的，整个的
烤牛肉
《美女与野兽》
背地里，暗中
青一块紫一块
黄油面包
再说一遍。

③ 跨越-整句连读无差错

1. Bad workmen often blame their tools. 笨拙的工匠常常怪自己的工具差。
2. Barking dogs do not bite. 吠犬不咬人。
3. Behind bad luck comes good luck. 塞翁失马，焉知非福。
4. Ben is a boy born in Britain. 本是一个出生在英国男孩。
5. Ben's bike was broken by a bad guy. 本的自行车被一个坏蛋弄坏了。
6. Bob is absent because of backache. 由于背痛，鲍勃没来。
7. Let bygones be bygones. 让过去的事情就过去吧！
8. This bank was robbed by a mob. 这家银行被一伙暴徒抢劫了。
9. Where is my bank book? 我的银行存折在哪儿？



清辅音、齿龈音——/t/

003.mp3

舌尖抵住上齿龈，然后放开，使气流爆破而出，吐气很强；唇形：微开；声带：不振动

① 起步-单个音节全掌握

city 城市，都市
cotton 棉花
eat 吃
fat 肥胖的
hot 热的；刺激的；辣的

star 星星
table 桌子
tea 茶
team 协作，合作
tear 扯开，撕裂

late 迟的；迟，晚
matter 事情
meeting 聚集，会合，会见
party 聚会
stair 楼梯

thirsty 口渴的，渴望的
tide 潮；潮水
want 要，想要；需要
water 水

② 提速-连贯表达不放过

an important meeting
at times
not at all
put on your coat
stop talking about it
tell tales
turn tail
write a letter

一个重要的会议
有时
一点儿也不
穿上你的外套
不要谈论这个事
讲人坏话，搬弄是非
退走，逃跑
写一封信

③ 跨越-整句连读无差错

1. Don't waste time. 别浪费时间。
2. Let me have a rest. 让我休息一下。
3. Peter wanted to drink water. 彼得想喝水。
4. Take the word as it is. 顺其自然。
5. Ted is taller than Tom. 泰德比汤姆高。
6. There's little water left. 没有水剩下。
7. Tim told us Tom's story in tears. 蒂姆流着眼泪讲述了汤姆的故事。
8. Time is limited, so time is money. 时间是有限的，所以时间就是金钱。



浊辅音、齿龈音——/d/

004.mp3

舌尖抵住下齿，然后放开，让气流爆破而出，吐气较弱；唇形：微开；声带：振动

① 起步—单个音节全掌握

advice	劝告；忠告；意见
bad	坏的
better	更好的
bread	面包
code	代码
dance	跳舞

do	干，做
doctor	医生
dog	狗
duty	义务；责任
friendly	友好的
good	好的

dare	敢
dark	黑暗的
day	白天
deep	深的
die	死
dip	浸泡

idea	主意，念头，思想
medicine	医学；内科学
old	老的；…岁的
ready	准备好的，有准备
stand	站立

② 提速—连贯表达不放过

a cold day
a different idea
a good child
after death the doctor
cry aloud suddenly
day by day
in a dark building

寒冷的天气
一个与众不同的想法
一个好孩子
马后炮
突然大声喊
每日，逐日
在一幢漆黑的建筑物里面

③ 跨越—整句连读无差错

1. A promise made is a debt unpaid. 许下的诺言，是一笔未还的债务。
2. Daddy is in the bed. 爸爸在床上。
3. Danger itself is the best remedy for danger.
危险本身就是对付危险的最好办法。
4. Diamond cuts diamond. 人外有人，天外有天。
5. Do as you would be done by. 己所不欲，勿施于人。
6. Don't depend on anybody. 不要依靠任何人。
7. I'm glad you did that. 我很高兴你这么做了。
8. My daughter likes bread instead of rice. 我女儿喜欢面包而不是米饭。
9. Would you like to dance with me? 你愿意和我跳舞吗？



清辅音、软腭爆破音——/k/

005.mp3

舌后位向上升，抵住软腭，然后放开，使气流爆破而出，吐气较强；唇形：自然张开；声带：不振动

① 起步-单个音节全掌握

according	根据	kick	踢
car	汽车	kill	杀死
character	性格；特性；角色	kite	风筝
clean	干净的	lake	湖
clock	钟，仪表	panic	恐慌，惊慌
come	来，来到；出现	park	公园
conquer	征服	pocket	衣袋
cool	凉爽的	seek	寻找
cream	奶油	technology	工艺，技术
cup	使成杯形	think	想；想要；认为
key	钥匙	work	工作

② 提速-连贯表达不放过

a black desk	一张黑色的书桌
a colorful picture	一张色彩丰富的画
a cute clock	一只可爱的闹钟
as clear as crystal	非常清楚
back countries	穷乡僻壤
beg for	祈求
look at the kite	看这只风筝
pick up	捡起
quite a character	很有性格的人
take care	当心

③ 跨越-整句连读无差错

1. A cat may look at the king. 猫也有权利看国王。
2. He is a kind old man. 他是一位和蔼的老人。
3. I need one more ticket. 我还需要一张票。
4. Keep some till more come. 手下留底，再来不愁。
5. My mother is a good cook. 我妈妈是位好厨师。
6. No cross, no crown. 不经历风雨，无法见彩虹。
7. What is that in your pocket? 你口袋里是什么？
8. You must see the doctor. 你必须去看医生。



浊辅音、软腭爆破音——/g/

006.mp3

舌后部上升，抵住软腭，然后放开，使气流爆破而出，语气较弱；唇形：自然张开；声带：振动

① 起步-单个音节全掌握

August	八月	giggle	咯咯笑
bag	书包	gloom	阴沉的
beggar	乞丐，穷人	go	去，变得，进行
big	大的	good	好的
cigar	雪茄烟，叶卷烟	google	谷歌（搜索引擎名）
dialogue	对话	guard	哨兵，警卫员
egg	蛋	guess	猜
game	游戏	leg	腿
ghost	鬼，灵魂；鬼魂	pig	猪

② 提速-连贯表达不放过

a great gun
as good as gold
forget the exam
get angry with a guy
give a glance
green grass
guide a character

一把好枪
(小孩)很乖
忘记考试
和一个家伙生气
看一眼
绿色的草
引导角色

③ 跨越-整句连读无差错

1. Do you want to play the game? 你想玩游戏吗?
2. Gain got by a lie will burn one's finger. 靠欺骗得来的利益会使自己受害。
3. Give as good as one gets. 以其人之道还治其人之身。
4. Give me the bag. 把袋子给我。
5. Gossiping and lying go hand in hand. 谣言和谎言从不分离。
6. Great hopes make great men. 伟大的志向成就伟人。
7. He is a green hand. 他是个新手。
8. How many eggs are there in the refrigerator? 冰箱里有多少个鸡蛋?
9. Try again. 再试一试。



清辅音、齿龈摩擦音——/s/

007.mp3

舌尖接近上齿龈，舌尖与上齿龈之间的距离较小；气流：气流从舌头与硬腭和齿龈之间通过，发生摩擦；声带：不振动

① 起步-单个音节全掌握

accept	接受；同意	rice	大米
bus	公共汽车	say	说
Christmas	圣诞节	scene	景色
cinema	电影院，电影	scissors	剪子
city	城市，都市	sea	海洋
face	脸	season	季，季节，时节
message	信息，消息；启示	see	看见
miss	错过	service	服务
mix	混合；搅和	sick	病的
reserve	储备，保留；预定	since	由于；既然
sky	天空	swim	游泳
star	主演		

② 提速-连贯表达不放过

a slight sign
be at sixes and sevens
for old times's sake
see the sea
seek some books
seem to
sing a song
sink or swim
something serious

轻声的叹息
乱七八糟
看在旧日情分上
看大海
找一些书
似乎
唱首歌
孤注一掷，成败在此一举
严重的事情

③ 跨越-整句连读无差错

My sister likes south Sweden. 我姐姐喜欢瑞典南部。
Practice makes perfect. 熟能生巧。
Sadness and gladness succeed each other. 悲喜互继，哀乐相续。
Sara feels sick on the sea. 萨拉晕船。
Second thought are best. 三思而后行。
Speech is silver. Silence is gold. 雄辩是银，沉默是金。
Stop saying like that! 不要那样说话！
The spy speaks no truth. 这个间谍说的没一句是真话。



浊辅音、齿龈摩擦音——/z/

008.mp3

舌尖接近上齿龈，舌尖与上齿龈之间的距离较小；气流：气流从舌头与硬腭和齿龈之间通过，发生摩擦，吐气较弱；声带：振动

① 起步-单个音节全掌握

amazing	惊奇的，惊人的	possess	占有
business	商业，生意；事务	prize	奖赏，奖金；珍视
citizen	公民；市民，居民	seize	抓住
desert	遗弃；擅离（职守）	size	尺寸
his	他的	zealous	热心的，热情的
magazine	杂志	zero	零
please	使高兴，请；满意	zipper	拉链
zoo	动物园	zoom	急速上升，图像电子放大，嗡嗡声

② 提速-连贯表达不放过

a zebra in the zoo
analyze news
cozy clothes
doze off
examine her disease
Noble Prize
nose to nose
seize the crazy man

动物园里的斑马
分析消息
舒适的衣服
打瞌睡
检查她的病症
诺贝尔奖
鼻子对鼻子
抓住这个疯子

③ 跨越-整句连读无差错

Alexander deserves a praise. 亚历山大值得表扬。
Elizabeth does not like the exam. 伊丽莎白不喜欢考试。
Her husband has a bad ear for music. 她丈夫对音乐一窍不通。
It is easy to be wise after the event. 事后诸葛亮谁都能当。
It is not easy to zip up his jacket. 给他的夹克衫拉上拉链真不容易。
Liz is very lazy. 莉兹非常懒。
The parking zone is near the zoo. 停车场离动物园不远。
Tomorrow does not exist, don't worry. 明天压根不存在，不用担心。
Zip your lips. 闭上嘴。