



地道美语发音特训，
让你像美国人一样说英语
Fall in Love
with American English



我爱 美国味

(美音版)

谭莉 编著

地道美语发音速学指南

美国留学，美企面试，美国旅游，地道美语脱口出，自信马上来！

美式Style —— 一本书练就超赞美国味儿！

- Step 1** 发音入门 —— 点状磨练你的美式发音细胞
- Step 2** 实用口语 —— 线状锤炼你的美式发音神经
- Step 3** 标杆素材 —— 全方位浸润你的美式发音系统



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

lazy planet



我爱美国味 (美音版)

谭莉 编著

地道美语发音速学指南



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

Fall in Love with American English谈一场有关发音的恋爱,让你颠覆痛苦几乎无效的语音学习法。1本书、3个步骤、数十位美籍外教总结的最接地气的美语发音素材、完美的细节呈现——地道美国味儿立刻看得见!

美式Style轻开启,一起来体验美式英语的魅力之最吧!全书从3个层面进行了精彩讲解:step 1.发音入门——点状磨练你的美式发音细胞;step 2.实用口语——线状锤炼你的美式发音神经;step 3.标杆素材——全方位浸润你的美式发音系统。6岁到60岁,马上看、马上懂、马上说,比培训班更有效!一本书练就超赞美国味儿!

本书配外教MP3录音,请登录<http://www.waterpub.com.cn/softdown/>搜索书名关键字下载,或扫书中所附二维码即扫即听。

图书在版编目(CIP)数据

我爱美国味:地道美语发音速学指南:美音版/
谭莉编著. — 北京:中国水利水电出版社, 2015.4
ISBN 978-7-5170-2976-2

I. ①我… II. ①谭… III. ①英语—发音—美国—指南 IV. ①H311-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第036783号

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

书 名	lazy planet
作 者	我爱美国味:地道美语发音速学指南(美音版)
出版发行	谭莉 编著 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
经 售	电 话: (010) 68367658 (发行部) 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	悦艺工作室
印 刷	北京博图彩色印刷有限公司
规 格	148mm×210mm 32开本 13印张 428千字
版 次	2015年4月第1版 2015年4月第1次印刷
印 数	0001—5000册
定 价	38.00元

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

使用说明



Fall in Love with American English

数十位美籍外教总结的最接地气的美式发音素材

美式 Style 轻开启！

——一本书练就超赞美国味儿！

01

入门篇

点状磨练你的美式发音细胞

发音入门

美式45个发音规则一学就会



Step 1 了解发音规则，准确发音

发音器官·各就各位

舌位：舌身前部尽量抬高硬腭，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：两层展开，拉向两侧的嘴角，和微笑时的口形相似

声带：振动

对照口形·整装待发



把握技巧·一鸣惊人

● /f/ 呲



Step 2 模仿美国外教，边听边读

believe

相信；认为

/bɪ'li:v/

We believe in his ability.

feed

喂（养）吃饲料

/fi:d/

Will you feed my cat for me?

cheap

便宜的



Step 3 听美国人聊天，深度模仿

A

Hello, Patrick. I've come to see your new house.
喂，帕特里克，我来看一下你的新房子。

B

Welcome. Come in please.
欢迎，快请进来吧。

Thanks.



Step 4 模仿，~ make yourself at

在英文单词中字母及字母组合 e, i, ee, ea, ei, ie, ey 常读 /i:/ 音。

例如：he 他 me 我 police 警察 machine 机器

heel 足跟 sweet 甜蜜的 tea 茶 sea 海

receive 接受 seize 抓住 field 田地 thief 小偷



——线状锤炼你的美式发音神经

实用高频情景句马上说

基本社交



051-065.mp3

Topic 1

Small Talking / 见面谈话



- | | |
|---|---|
| 1 | How is your business?
生意怎么样? |
| 2 | How's life?
最近过得怎么样? |
| 3 | I don't have time to breathe.
我都快忙死了。 |
| 4 | Hi, Rose. I haven't seen you for ages.
嗨，露丝，好久不见啦！ |

赏析篇

全方位浸润你的美式发音血统

标杆素材

VOA 新闻英语 + 经典
美国电影



News 1



175.mp3



175-184.mps3

比较中国和美国父母教育孩子的方法

Some American parents might think their children need better educations to compete with China and other countries. But how much do the parents themselves need to change?

A new book called "Battle Hymn of the Tiger Mother" by Amy Chua has caused a debate about cultural differences in parenting.

In the Chinese culture, the tiger represents strength and power. In her book, Ms. Chua writes about how she demanded excellence from her daughters. For example, she threatened to burn her daughter's stuffed animals unless she played a piece of music perfectly. She would insult her daughters if they failed to meet her expectations.

Ms. DeBroff says Amy Chua's parenting style is not limited to Chinese families. She says it represents a traditional way of parenting immigrants seeking a better future for their children.

But she also sees a risk. When children follow their own interests, they need to stay



美国留学，美企面试，美国旅游，地道美语脱口出，自信马上来！
马上看、马上懂、马上说，比培训班更有效！

致学习者



英语久攻不克，都是发音惹的祸！

要想用英语进行交际，首先必须掌握标准的发音，分清英语音素的本质区别，否则单词记得再多，口语再熟练，外国人也听不懂，没法进行沟通。

著名英语教育学家梅仁毅教授曾说过：学习英语从一开始就要重视语音语调。发音、语调、重音、停顿，不求完美但要基本正确，否则将影响听力和口语的提高，从而使语言失去交流的功能。

英语发音真的有专家说的那么重要吗？

答案是：非常重要！

学好英语要做的第一件事就是突破发音！如果发音不过关，学习语言将会耗费大量的宝贵时间。学再长时间也是“残疾英语”。

中国人学英语，多年来一直犯的错误就是忽视发音。不研究发音规律，不解决发音存在的问题，其结果就是无法靠发音去认识英语和掌握英语，而只能靠死记硬背去记忆众多的英语单词，使学英语的难度翻了百倍千倍，使简单的英语成为中国人难以逾越的巨大困难。

忽视发音的恶果就是“哑巴英语”“聋子英语”。中国的英语老师看到学生不会讲英语，就告诉大家不要害羞，大胆开口讲话。其实没突破英语发音的中国人会因汉语发音的影响存在极大的英语发音障碍，这个发音障碍会使他开口讲英语时极为别扭和痛苦，即使不要面子地大胆开口，也只能把自己推到白白损失面子且仍然难以学会的两败境地。

为帮助广大英语学习者改善英语发音，为听说打好基础，编者精心编写了“lazy planet”英语发音丛书：

《我爱美国味：地道美语发音速学指南（美音版）》

《我爱英伦腔：标准英语发音速学指南（英音版）》

《我爱国际音标：快速拼读张口就标准》

《我爱自然拼读法：10大黄金规则一学就会》



不管你是钟情于带有贵族气质的英式英语发音，还是热衷于奔放自由的纯正美式发音，或者像美国人一样用“自然拼读规则”将“学发音、背单词、说口语”融为一体，这里都会有适合你的选择。

本丛书针对大家英语学习中的主要问题对症下药，有针对性地编排，以轻松的方式帮助大家快速攻破英语发音这个要塞。只要大胆多开口，轻松地把每一次犯错都看成是进步的台阶，你的英语发音会越来越地道、标准、纯正！！

本套丛书的读者对象为：想提高英语发音的——

- ✦ 零起点的英语学习者
- ✦ 小学高年级学生或初中一二年级学生课外英语提高班学员
- ✦ 英语基础差，为提高学习兴趣，迅速进入英语学习殿堂者
- ✦ 曾经有一定的英语基础但之后多年未接触过英语者
- ✦ 欲在短期内掌握英语基础的学习者
- ✦ 英语入门级培训班的学员
- ✦ 参加 PETS 一级 B 和二级考试的考生
- ✦ 即将出国，欲在短期内提高英语口语，应付日常生活对话（吃、住、行、看病、购物、谈论学习、约会等）



扫描二维码，关注微信订阅号：“每天学点英文”。每天第一时间，免费获取更多学习资源。

编委：

宋德伟 韩笑 李可义 鲍倩 陈海庆 陈丽辉 郭梅 韩秀丽 李慧颖
王娣 王海涛 王悦 徐静 姚微微 殷晓芳 张艳敏 张治中 张静

目 录



入门篇

美式音标与发音要领

第一节：从 ABC 开始 /3

前元音 /i/.....5	中元音 /ʌ/.....29
前元音 /ɪ/.....9	后元音 /ɑ/.....33
前元音 /e/.....13	后元音 /ɔ/.....37
前元音 /æ/.....17	后元音 /u/.....41
中元音 /ɜ/.....21	后元音 /ʊ/.....45
中元音 /ə/.....25	

第二节：单元音 /49

双元音 /e/.....53	双元音 /ɔɪ/.....73
双元音 /o/.....57	双元音 /ɔɪ/.....77
双元音 /aɪ/.....61	双元音 /eɪ/.....81
双元音 /aɪ/aɪr/.....65	双元音 /ɪə/.....85
双元音 /au/aʊr/.....69	双元音 /ʊr/.....89

第三节：双元音93

爆破音 /p/.....97	爆破音 /d/.....109
爆破音 /b/.....101	爆破音 /k/.....113
爆破音 /t/.....105	爆破音 /g/.....117

第四节：简单易学的 6 个辅音 /121

摩擦音 /f/.....123	摩擦音 /z/.....143
摩擦音 /v/.....127	摩擦音 /ʃ/.....147
摩擦音 /θ/.....131	摩擦音 /ʒ/.....151
摩擦音 /ð/.....135	摩擦音 /h/.....155
摩擦音 /s/.....139	摩擦音 /r/.....159

第五节：需要重点学习的 10 个辅音 /163

破擦音 /dʒ/.....167	鼻辅音 /ŋ/.....183
破擦音 /tʃ/.....171	舌边音 /l/.....187
鼻辅音 /m/.....175	半元音 /w/.....191
鼻辅音 /n/.....179	半元音 /j/.....195



第六节：需要特别关注的 8 个辅音 /199

Unit 1 基本社交 /203

Topic 1	Small Talking / 见面谈话	203
Topic 2	Self-introduction / 自我介绍	204
Topic 3	Introduction / 介绍相识	205
Topic 4	Guest Reception / 来客接待	206
Topic 5	To Invite / 做出邀请	207
Topic 6	Pay a Visit / 登门拜访	208
Topic 7	Presenting a Gift / 赠送礼物	209
Topic 8	Saying Goodbye / 分手告别	210
Topic 9	Making an Appointment / 约会事宜	211
Topic 10	Sympathy and Consolation / 同情安慰	212
Topic 11	Appreciating / 表达谢意	213
Topic 12	Interest and Hobbies / 兴趣爱好	214
Topic 13	Talking About Work / 谈论工作	215
Topic 14	Neighborhood / 邻居	216
Topic 15	Entertainment Communication / 娱乐交际	217

Unit 2 情感表达 /218

Topic 1	Congratulations / 祝贺	218
Topic 2	Request / 请求	219
Topic 3	Gratitude / 感谢	220
Topic 4	Apology / 道歉	221
Topic 5	Compliment / 赞美	222
Topic 6	Encouragement / 鼓励鼓舞	223
Topic 7	Complaint / 抱怨	224
Topic 8	Delight / 高兴	225
Topic 9	Reproach / 责备	226
Topic 10	Surprise / 吃惊	227
Topic 11	Disappointment / 失望	228
Topic 12	Blessing / 祝福	229

Unit 3 交际礼仪 /230

Topic 1	Office Etiquette / 办公礼仪	230
Topic 2	Eating Etiquette / 就餐礼仪	231
Topic 3	Marriage Etiquette / 婚嫁礼仪	232
Topic 4	Visiting Patients / 探望病人	233

Topic 5 Business / 商务来往	234
Topic 6 Dancing Etiquette / 舞会礼仪	235

Unit 4 家庭生活 /236

Topic 1 Cleaning / 洗漱	236
Topic 2 Leave Home / 出门	237
Topic 3 Going to Bed / 上床睡觉	238
Topic 4 Housework / 家务劳动	239
Topic 5 Neighborhood / 邻居	240
Topic 6 Family Members / 家庭成员	241
Topic 7 Generation Gap / 代沟	242
Topic 8 Boomerang Kids / 啃老族	243
Topic 9 Mean Mother / 小气妈妈	244
Topic 10 Between Children / 孩子之间	245
Topic 11 Family Ties / 家庭关系	246
Topic 12 Family Reunion / 家庭聚会	247

Unit 5 日常购物 /248

Topic 1 Customer Greeting / 招呼顾客	248
Topic 2 Fabric Buying / 购买布料	249
Topic 3 Clothes Buying / 选购服装	250
Topic 4 Size / 尺寸	251
Topic 5 Style Selection / 款式挑选	252
Topic 6 Color Selection / 选择颜色	253
Topic 7 Try-on / 试穿	254
Topic 8 Jewelry and Ornament / 珠宝首饰	255
Topic 9 Daily Necessity / 日用品	256
Topic 10 Bargain / 讨价还价	257
Topic 11 Returned Purchase / 退货换货	258
Topic 12 Cashier Checkout / 收银结账	259

Unit 6 电话沟通 /260

Topic 1 Receiving a Phone Call / 接电话	260
Topic 2 Asking an Operator for Help 请接线员帮助	261
Topic 3 Leaving a Message / 电话留言	262
Topic 4 Communication Through Telephone 电话交流	263
Topic 5 Confirm a Reservation / 确认预订	264
Topic 6 Transferring Calls / 电话转接	265

Topic 7	Calling For Help / 电话求助	266
Topic 8	Appointment by Telephone / 电话预约	267
Topic 9	Bad Connections / 电话故障	268

Unit 7 教育学习 / 269

Topic 1	Enjoying Study / 享受学习	269
Topic 2	Graduation / 完成学业	270
Topic 3	Pursuing Overseas Studies / 海外留学	271
Topic 4	Examination / 考试	272
Topic 5	Class Discussion / 课堂讨论	273
Topic 6	Cheat in the Exam / 作弊	274
Topic 7	To Be Late / 迟到	275
Topic 8	Talking about Study / 谈论学习	276
Topic 9	Talking about Education / 谈论教育	277
Topic 10	Campus Visiting / 参观校园	278
Topic 11	English Class / 英语课堂	279
Topic 12	Library / 图书馆	280
Topic 13	Consulting about Aboard / 出国咨询	281
Topic 14	About Thesis / 关于论文	282
Topic 15	Roommate / 室友	283
Topic 16	Graduation Ceremony / 毕业典礼	284

Unit 8 出门旅游 / 285

Topic 1	Travel Plan / 旅行计划	285
Topic 2	Travel Agency / 旅行社	286
Topic 3	Travel Aboard / 出国旅游	287
Topic 4	Passport and Visa / 护照签证	288
Topic 5	Around the World / 世界各地	289
Topic 6	Urban Landscape / 都市风光	290
Topic 7	By the Sea / 在海边	291
Topic 8	Passing Customs / 海关通行	292

Unit 9 谈天说地 / 293

Topic 1	Talking about Hobbies / 谈爱好	293
Topic 2	Talking about Sign / 谈星座	294
Topic 3	Talking about Technology / 谈论科技	295
Topic 4	Talking about Work / 谈论工作	296
Topic 5	Talking about Health / 谈论健康	297

Topic 6	Talking about Family / 谈论家庭	298
Topic 7	Talking about Appearance / 谈论相貌	299
Topic 8	Talking about Time / 谈论时间	300
Topic 9	Talking about Environment / 谈论环境	301
Topic 10	Talking about Smoking / 谈论吸烟	302
Topic 11	Talking about Going on a Diet 谈论节食	303
Topic 12	Talking about Renting a House 谈论租房	304
Topic 13	Secret of a Long Life / 长寿秘诀	305

Unit 10 假日聚会 /306

Topic 1	Birthday Party / 生日聚会	306
Topic 2	Home Party / 家庭聚会	307
Topic 3	Thanksgiving Day / 感恩节	308
Topic 4	Chinese Festivals / 中国节日	309
Topic 5	Western Festivals / 西方节日	310
Topic 6	Holidays Celebration / 节日庆祝	311
Topic 7	Talking about Holidays / 谈论节日	312
Topic 8	Enjoy Holidays / 度假	313
Topic 9	Go for a Picnic / 野餐	314
Topic 10	Join the Party / 参加聚会	315
Topic 11	Entertainment / 娱乐交际	316
Topic 12	Chinese Music / 欣赏民乐	317

Unit 11 天气季节 /318

Topic 1	Weather / 天气	318
Topic 2	Talking about Seasons / 谈论季节	319
Topic 3	Weather / 天气变化	320

Unit 12 谈情说爱 /321

Topic 1	Sweetheart / 心上人	321
Topic 2	Unrequited love / 单相思	322
Topic 3	Talking with Sweetheart / 爱人来电	323
Topic 4	Say I Love You / 说出爱你	324
Topic 5	Long Distance Relationship / 异地恋	325
Topic 6	Getting Together / 相聚	326

VOA News 1	比较中国和美国父母教育孩子的方法	329
VOA News 2	倡导学生自主学习的国际小学课程	330
VOA News 3	网络助手帮助学生学会精打细算	331
VOA News 4	对外留学计划帮助学生融入当地文化	332
VOA News 5	美国外来留学生数量逐年增长	333
VOA News 6	美国第一夫人鼓励非洲青年为未来奋斗	334
VOA News 7	儿童最易成为家庭暴力的受害者	335
VOA News 8	美国“常春藤”的由来与含义	336
VOA News 9	美国百姓家中那些受宠的动物们	337
VOA News 10	Facebook 公司或将迎来新股东	338
VOA News 11	缅因州幼儿教师运用 iPad 进行教学	339
VOA News 12	美国学生采取新方法以提高写作创造性	340
VOA News 13	美商人鼓励学生辍学进行自主创业	341
VOA News 14	想找好工作, 快上在线社交网	342
VOA News 15	保护耳朵的有效方法	343
VOA News 16	精心打造个人或企业的网络形象	344
VOA News 17	苹果平板电脑的商标权之争	345
VOA News 18	乔布斯在苹果独领风骚之际隐退	346
VOA News 19	电子时代儿童应该如何避免用眼过度	347
VOA News 20	健康护齿从出生时开始	348
VOA News 21	从小养成“花钱有道”的好习惯	349
VOA News 22	现代美国民众并不青睐传统婚姻模式	350
VOA News 23	电子产品改变了人们的生活和娱乐方式	351
VOA News 24	马克·吐温: 最受美国民众欢迎的作家之一	352
VOA News 25	伊丽莎白·泰勒: 同时代最美的女人	353
VOA News 26	两名美国学者赢得诺贝尔经济学奖	354
VOA News 27	纪念苹果产品创始人乔布斯	355
VOA News 28	苹果公司推出全新台式机操作系统	356
VOA News 29	全球教育合作组织向 7 个国家提供 1.7 亿美元资助	357
VOA News 30	国际社会将进一步支持儿童免疫计划	358

幸福终点站.....	360
华尔街.....	374
超人归来	387

附录 1	国际音标对比表.....	401
附录 2	新旧英语国际音标对照表	402

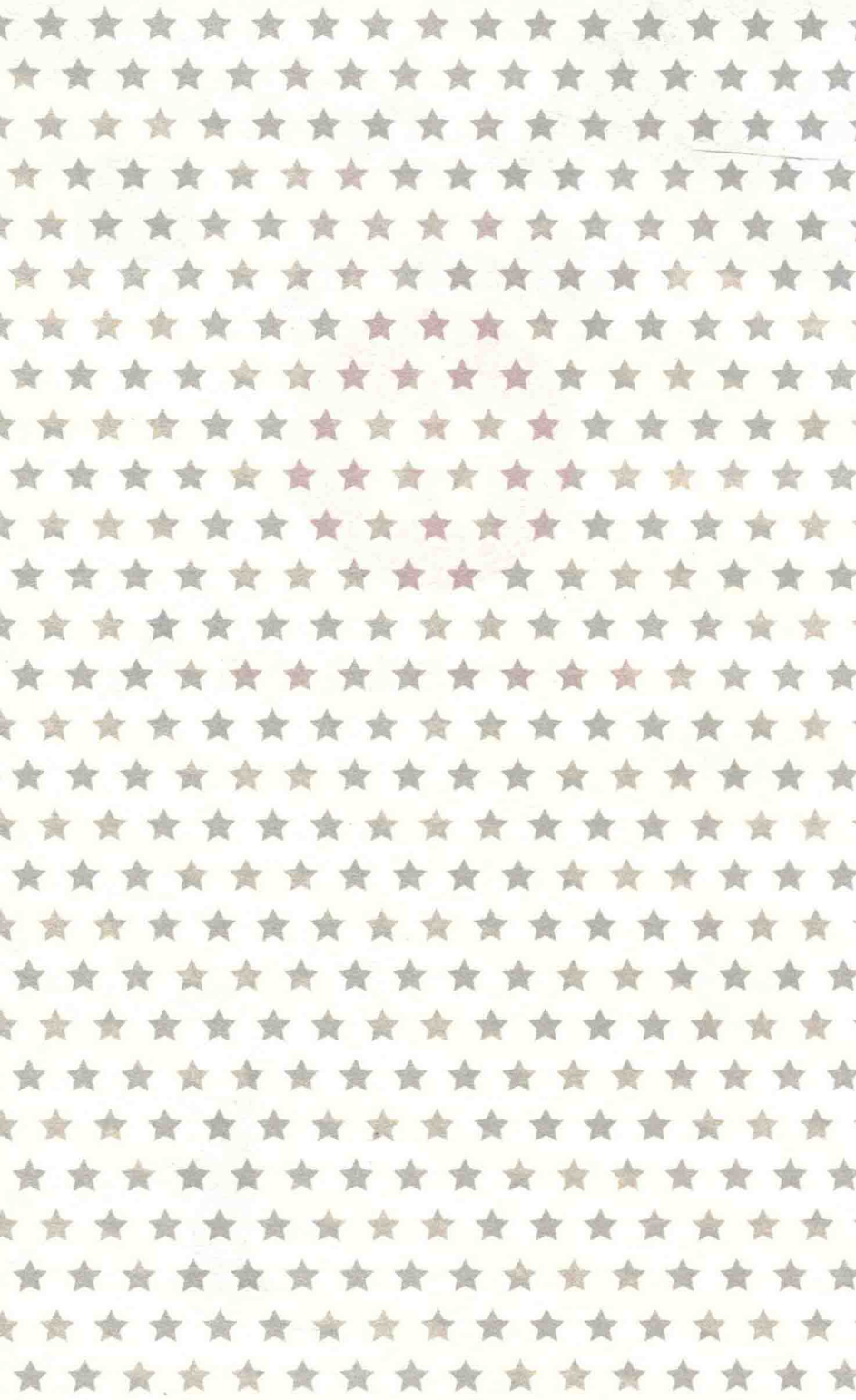


全书二维码总码



美式音标与发音要领





第一节：从 ABC 开始

英文字母的音标及读音

英语属于拼音文字，是由 26 个字母组合而成的文字

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 /ar/	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

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：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。这三个方面任何一点发生变化，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。