

# 练出好英语

## 从语音语调开始

刘丽洁 / 著

**Practice Makes Perfect**

Beginning with Good Pronunciation and  
Intonation



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS  
浙江大学出版社

# 练出好英语

## 从语音语调开始

刘丽洁 / 著



**Practice Makes Perfect**  
Beginning with Good Pronunciation and  
Intonation

图书在版编目 ( CIP ) 数据

练出好英语：从语音语调开始 / 刘丽洁著. — 杭州: 浙江大学出版社, 2017.8

ISBN 978-7-308-17043-7

I. ①练… II. ①刘… III. ①英语—发音—研究

IV. ①H311

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第170385号

练出好英语——从语音语调开始

刘丽洁 著

- 
- 责任编辑 李 晨  
责任校对 杨利军 刘序雯  
封面设计 春天书装  
出版发行 浙江大学出版社  
(杭州市天目山路148号 邮政编码310007)  
(网址: <http://www.zjupress.com>)  
排 版 杭州兴邦电子印务有限公司  
印 刷 浙江省邮电印刷股份有限公司  
开 本 710mm×1000mm 1/16  
印 张 18.5  
字 数 230千  
版 印 次 2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-308-17043-7  
定 价 40.00元

---

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行中心电话 (0571) 88925591; <http://zjdxcbbs.tmall.com>



## 前言

我大学毕业后机缘巧合,进入了一所教师进修学校担任英语教师。还记得第一次上课的情形:学生年纪最小的也比我大,大的有50岁左右。20世纪90年代初,乡镇中小学英语教师极其匮乏。所谓的英语教师绝大多数是非英语专业毕业的,说的英语五花八门,26个字母的发音至少有四分之一是不标准的。

2003年之后,我进入职业院校工作。受中国传统教育观念的影响,到职业学校念书通常是学生最后的选择。而对于这些学生来说,影响他们成绩的主要高考科目,除了数学就是英语。职业院校学生的英语基础差、学习积极性不高,这是不争的事实。

作为一线教师,我经常在一个问题上纠结:对于英语基础差、学习积极性不高的高职学生而言,是让学生掌握比较少的语言知识,但是能够比较无障碍地表达呢,还是让学生尽可能多地学会语言知识,但是无法实现有效的语言交际呢?

这个问题是没有标准答案的。实际上,语言知识和表达能力这两个方面都很重要,就看在必须二选一的时候,教师和学生的取舍。

后来,在高职高专英语教育专业的办学过程中,我也一直在思考,高职专科英语教育专业在人才培养的界定上的关键点应该放在哪里?

我的看法是专科生词汇量可以少一点,写作翻译的技能可以差一点,但是,语言的标准和规范不能差,因为这些学生将来是要走上教师工作岗位的,是要教英语的,好的语音语调是最重要的。

好在,语音学,虽然理论部分比较高深,但是,对于普通的英语交际学习而言,理论是可以基本忽略的,实在不能忽略的,也有办法深入浅出。

更何况,早就有人说过“Never Study English”(别去研究英语),语言也不是学出来的,是练出来的。语音语调的掌握更不需要在原理和概念上纠结,多模仿,多练习,一定会形成地道完美的发音。

清代著名汉学家钱大昕说:“音声之不通,而空言义理,吾未见其精于义也!”汉语如是,英语亦如是。

本书中常见谚语的翻译以及附录一中文文章的翻译,均非本人翻译,因未查询到译者,所以文中一一注明,在此向所有原译者表示谢意。由于本人水平有限,书中难免存在不足之处,恳请广大读者批评指正。

刘丽洁

2017年1月



# 目 录

<b>第一章 导 论</b>	<b>/ 001</b>
第一节 为什么要学习语音	/ 001
第二节 关于语音的几个基本概念	/ 004
第三节 发音器官知多少	/ 010
<b>第二章 音 素</b>	<b>/ 012</b>
第一节 元音音素	/ 012
第二节 辅音音素	/ 068
<b>第三章 发音技巧</b>	<b>/ 146</b>
第一节 单词重音	/ 146
第二节 句子重音	/ 162
第三节 强读和弱读	/ 176
第四节 音的变化	/ 183
第五节 节奏和停顿	/ 192

<b>第四章 语 调</b>	<b>/ 205</b>
第一节 英语语调的种类	/ 205
第二节 语调的运用	/ 207
<b>第五章 英语发音与美语发音</b>	<b>/ 217</b>
<b>附录一</b>	<b>/ 221</b>
<b>附录二</b>	<b>/ 247</b>
<b>附录三</b>	<b>/ 267</b>
<b>参考文献</b>	<b>/ 289</b>



## 第一章 导 论

### 第一节 为什么要学习语音

#### 一、学习语音的重要性

语音学是关于语音的一门科学,它主要研究的是语言的发音问题。一门语言包括三个基本要素:语音、词汇和语法。语音是语言学习的起点与基石。早在19世纪后期,著名语言学家索绪尔(F. de Saussure)就指出,语音是传达思想的工具,语义依托语音而存在。另一位著名语言学家吉姆森(A. C. Gimson)认为,一个人要学会说任何一门语言,必须学会其几乎100%的语音,而只需掌握50%~90%的语法和1%的词汇就足够了。在英语中,语音和语法、构词法、拼写都有密切的关系。同时,语言作为交流思想的工具,首先是有声的,有声语言是第一性的。因此,要学习任何一门有声语言,首先就要学习基本的语音知识。语音是语言的物质外壳,是语言的本质。学好语音是学好英语的基础。

语音能够帮助学习者提升学习英语的自信心。关于语音学习很重要的一个观点是——纯正的语音给我们的首先是自信心和自豪感,也就是



说,纯正的语音有助于培养我们学习英语的信心和兴趣。英语语音涵盖了发音动作、音素的分类与组合、发音规则、重音、语调等几个方面。从最基本的语音开始让学生认识和学习英语,既能够为学生奠定后续学习的基础,更有可能打消学生对英语的一些畏惧心理,从而坚定学生对英语学习的热情和信心。

英语这一交流工具,被广泛用于很多方面。为了更好地表达思想,让别人更好地了解你的想法,就需要运用这种语言清晰准确地说出你所想表达的含义。当你能够在说话和朗读时使用标准地道的语音,就会使人能够轻而易举地听清并理解你想表达的意思。可以说,你的发音越清楚、越地道,你就越容易听懂别人和被别人听懂。

另外,语音具有区别词义的重要作用。作为一名英语学习者,掌握一定的语音知识是非常必要的。没有接触过语音训练的英语专业人士就像是没有学过解剖学的医生。英语中,有很多接近但绝不相同的发音,如 bed—bad, cart—cut, seat—sit, said—sad, dug—duck, kitchen—kitten, father (farther)—further, mouth—mouse, pot—port, cat—kite, leave—live。这些词在发音上很容易混淆,在交际应用的过程中,稍不注意,就有可能产生歧义,甚至可能导致严重的误会或造成损失。

## 二、如何拥有好的语音

成年人学习语言的途径和小孩子学习母语的方式是不同的。幼儿是学习语言的天才。他们通过大量的无意识的听和模仿,就能够掌握一门语言。成年人学习语言仅仅靠听和模仿是不够的。因为,成年人在使用

母语时已经形成了自己的语言习惯。我们看到很多成年人在初学一门外语的时候,习惯使用母语来注音,虽然母语能够帮助我们捕捉到对我们来说很陌生的语音,但是,用母语注出的音往往是似是而非的。因为,不同语言大多数的发音是不同的,以英语与汉语比较为例,完全相同的发音几乎没有,一些我们以为一样的,只是“听起来像”而已。这种似是而非的语音,在长期的语言学习过程中,被一遍一遍地重复、强化和巩固,最终使学习者形成了不良的发音习惯,很难改掉。要拥有纯正的语音,只有一个办法,那就是扎扎实实地从语音语调开始,学好语音知识,并在老师的指导下反复地模仿、练习。因为语言是练出来的,不是学出来的。学会发音不难,但要真正熟练地应用,则需疯狂地训练,只有这样才能“得心应手”,达到“脱口而出”的境界。当然,其前提依然是打好语音基础,否则,辛辛苦苦的练习只能让我们在错误的路上越走越远,越来越失去“脱口而出”的信心和底气,别人的话听不懂,我们说出的话别人听起来也吃力。所以,具备必要的语音知识,是非常关键的。

要拥有好的语音,就要重点把握好最具有英语特色的语音知识。英语中的连读、同化、特殊爆破、重音、节奏等是形成流利、地道的语音语调最核心的因素。学习英语语音,在掌握好发音的基础上,应重点进行特色语音知识的训练。

## 第二节 关于语音的几个基本概念

### 一、音素和字母

音素(phoneme)是语音的最小单位,音素靠听觉来辨认;字母(letter)是书写的最小单位,字母靠视觉来辨识。如:s, i, t是字母;/s/, /i/, /t/所表示的声音是音素。英语是表音文字中的一种音素文字,字母一般是表示音素的。一个字母可以表示一个音素,如:b-/b/, p-/p/, m-/m/等。但是英语字母和音素的相互关系并不都是“一字母一音”的关系,也就是说,并不都是一个字母只表示一个特定的音,有的还可以表示一个音组,如字母e: exam-/gʒ/, exercise-/ks/。一个字母也可以表示不同音素或音组,又如字母c: call-/k/, cent-/s/, cello-/tʃ/(大提琴)。

一个字母组合(monogram)也可以表示不同音素或音组,如字母组合ea: heat-/i:/, head-/e/, great-/ei/, idea-/iə/, guinea-/ˈɡɪni/(基尼)。再从相反的方面来说,有的音素要由字母组合来表示,如/ŋ/-ng(sing), /θ/-th(thing)。有的音素或音组可以用不同的字母或字母组合来表示,如:/i/-i, y(city), a(comrade), e(chicken)。再如/əu/: -o(so), -oa(coat), -ow(sow), -ew(sew), -oe(toe), -ough(though)。因此,英语字母和音素的相互关系是错综复杂的。

ACTIVITY 根据字母的元音发音将 26 个字母归类。

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv

Ww Xx Yy Zz

/i:/

/e/

/ei/

/ai/

/ɑ:/

/ʌ/

/ju:/

/əu/

ACTIVITY 正确读出下列缩略语, 并试着说出全称及汉语意思。

GM DJ HK US UK ATM VOA GDP GPS CIF CBD

ISO UFO GRE CEO LC MBA AIDS UN OPEC PRC

## 二、语音和音素

语音(speech sounds)是语言的物质外壳,是语言存在的外部形式,没有语音就没有有声语言。凡是人说出来用以交流思想或表达情感的声音都叫作语音。语音可以分解成许多大小不同的单位,例如一句话、一个短语、一个词以至于一个音节等都是语音单位,其中最小的、不可再分解的单位便是音素。例如:begin 一词本身就是一个语音单位,它又可以分成两个较小的单位(音节, syllable),还可以进一步分成 5 个最小的单位(音

素),如/b-i-g-i-n/。

**ACTIVITY 快速判断 Yes/No。**

1. 语音的最小单位是音素。 (Y/N)
2. 字母是英语的最小单位。 (Y/N)
3. 一个字母只表示一个特定的音。 (Y/N)
4. 字母和音素是一一对应的关系,即“一字母一个音”。 (Y/N)
5. 一个单词本身就是一个语音单位。 (Y/N)

### 三、国际音标、英语字母和汉语拼音

#### 1. 国际音标

国际音标旧称万国音符,是国际语音学协会(International Phonetic Association, IPA)于1888年拟定的一套为各国语言注音的语音符号。我们这里所说的国际音标是专门为英语注音的那一部分标音符号。

目前通用的国际音标共有48个,其中,元音音标20个,辅音音标28个。

英国通用发音(received pronunciation, RP),在英语发展史上从来没有过官方规定说哪一个发音体系是标准的。就连英国的语言学者们也认为“标准的语音是不存在的”。我们学习的英语语音是以一种在英国和英语区域被广泛接受的读音方式和体系作为依据的,这种发音体系就叫作通用发音。

#### 2. 英语字母

英语是拼音文字,一共有26个字母,英语单词都是由这26个字母的

不同排列组成的。英语单词有长有短,有的单词很短,只有1个字母,如I(我);而有的单词则很长,其中又以医学术语为最,如laryngotracheobronchoscopy(喉气管支气管镜检查)。据说世界上最长的英语单词由1913个字母组成,令人难以想象。幸运的是,我们常用的英语单词都不长,而且,英语词汇中还存在大量的缩略词,如CCTV(闭路电视、中国中央电视台)、BBC(英国广播公司)、WTO(世界贸易组织),等等。

很好地掌握英语字母是学好英语的前提,因此,准确朗读26个英文字母是极为重要的(见表1-1)。

表1-1 英文字母表

大写	小写	读音	大写	小写	读音
A	a	[ei]	N	n	[en]
B	b	[bi:]	O	o	[əu]
C	c	[si:]	P	p	[pi:]
D	d	[di:]	Q	q	[kju:]
E	e	[i:]	R	r	[ɑ:]
F	f	[ef]	S	s	[es]
G	g	[dʒi:]	T	t	[ti:]
H	h	[eitʃ]	U	u	[ju:]
I	i	[ai]	V	v	[vi:]
J	j	[dʒei]	W	w	[ˈdʌblju:]
K	k	[kei]	X	x	[eks]
L	l	[el]	Y	y	[wai]
M	m	[em]	Z	z	[zed] [zi:] (Amr.)

元音字母有5个,a, e, i(y), o, u,其余为辅音字母。

国际音标、英语字母和汉语拼音在形态上绝大部分是一样的,只是国际音标中有一些特殊的符号。从发音上看,有很多相似之处,但是绝不相同,如:字母的b,音标的/b/,汉语拼音的“b”发音近似,但仍然不同。

要特别注意的是,千万不要把字母的读音和音标的发音汉语化了。顺便说一句,要特别注意方言对英语语音的影响。

### ACTIVITY

#### 1. Speak out the following letters correctly.

Cc, Gg, Jj, Kk, Uu

注:中国人发音容易出问题的几个英语字母分别是C, G, J, K, U, 大声说出这些字母。

你的发音标准吗?有没有把U发成“又”,把K发成“开”,把G发成J,把J发成“计”?

#### 2. Practice reading the followings and try to remember them.

WTO(World Trade Organization)世界贸易组织

ATM(Automatic Teller Machine)自动提款机

UK(the United Kingdom)英国

USA(the United States of America)美国

VIP(Very Important Person)贵宾

CEO(Chief Executive Officer)首席执行官

CBD(Central Business District)中央商务区

## ACTIVITY Brainstorm.

- 世界上有多少个国家在说英语？以英语作为官方语言的有哪些国家？你能够用英语说出多少个英语国家的名称？
- 英语也分很多种，你能列举出来吗？你正在学的和喜欢的是一种吗？

## 3. 英语音标有新旧吗？

英语音标近几年出现新旧两种版本之说。这里给大家提供了新旧英语音标对照表(见表1-2)。从表中可以看出，元音个别音标书写有变化，辅音音标都相同。近几年国内新出的英语教材、英文词典，标注的普遍是新版音标。

需要说明的是，只要不影响认读和使用，我们没有必要纠结新与旧的问题，更何况，所谓新版似乎只是我们的说法，英美基本不用。所以，本书还是坚持了旧版音标的写法。

表1-2 新旧英语音标对照表

Vowels 元音	新	i:	ɪ	e	æ	ɜ:	ə	ʌ	u:	ʊ	ɔ:
	旧	i:	i	e	æ	ə:	ə	ʌ	u:	u	ɔ:
	新	ɒ	ɑ:	eɪ	aɪ	ɔɪ	əʊ	aʊ	ɪə	eə	ʊə
	旧	ɔ	ɑ:	eɪ	aɪ	ɔɪ	əu	au	iə	ɛə	uə
Consonants 辅音	无 变 化	p	b	t	d	k	g	f	v	s	z
		θ	ð	m	n	ŋ	l	r	h	w	j
		ʃ	ʒ	tʃ	dʒ	tr	dr	ts	dz		



### 第三节 发音器官知多少

学习英语语音,首先应了解和掌握各发音器官。简单地讲,发音器官可以分成三个部分:喉部、口腔、鼻腔。详见图1-1。

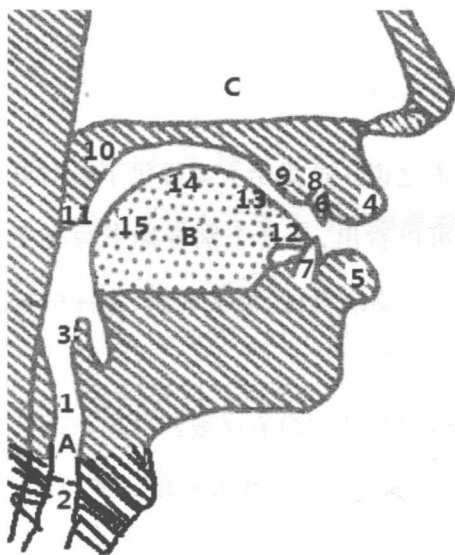


图1-1 发音器官

#### A. 喉部(larynx)

在喉部的发音器官有:

1. 气管(wind-pipe)
2. 声带(vocal cords),包括声门(glottis)
3. 会厌软骨(pharynx):会厌软骨的功能是在吃东西的时候将气管盖住,不使食物进入气管,在发音时回到原处。

#### B. 口腔(mouth cavity)

在口腔内的发音器官有:

4. 上唇(upper lip)
5. 下唇(lower lip)
6. 上齿(upper teeth)
7. 下齿(lower teeth)
8. 上齿龈(upper teeth ridge)
9. 硬腭(hard palate)
10. 软腭(soft palate)
11. 小舌(uvula)
12. 舌端(tip of the tongue)
13. 舌前(front of the tongue)
14. 舌中(middle of the tongue)
15. 舌后(back of the tongue)

#### C. 鼻腔(nasal cavity)

当我们说话的时候,气流从肺部压出进入气管,然后通过喉头到达咽部再进入口腔。若将软颚下垂,气流则通过鼻腔出来,形成鼻音。

喉部包括声带。声带生在喉头,声音就是在声带处发出的。声带有左右两片,在呼吸时两片声带向左右退缩,开了一个口,叫作声门。如果声门全开,气流可以自由无阻地呼出;若声带全闭,则停止呼吸。声音就是在声带半开时,气流触动声带使声带振动而发出的。英语与汉语在语