

零基础

鸚小鵝 編著

第1天
从最好学的
10个辅音开始

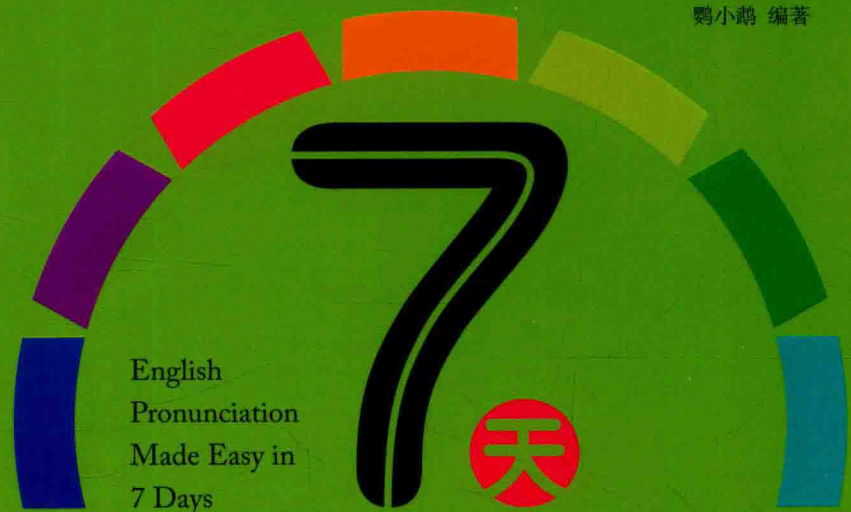
第2天
深入学习
12个单元音

第3天
集中攻克
12个难学的辅音

第4天
补充学习
6个辅音连缀

第5天
完美演练
8个双元音

第6天
重音和节奏



DAYS

突破英语发音

⇒ 附赠外教发音教程、MP3光盘与二维码扫听 ◀

摆脱“哑巴英语”，
从改变英语发音开始！

零基础



English
Pronunciation
Made Easy in
7 Days

DAYS

突破英语发音

⇒ 附赠外教发音教程、MP3光盘与二维码扫听 ←

鸚小鵝 編著

 華東理工大學出版社
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

· 上海 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

零基础7天突破英语发音(附赠外教发音教程、MP3光盘与
二维码扫听)/鸚小鸚编著.—上海:华东理工大学出版社,2017.7
ISBN 978-7-5628-4710-6

I. ①零… II. ①鸚… III. ①英语-发音-自学参考
资料 IV. ①H311

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第135356号

策划编辑 / 黄 娜

责任编辑 / 黄 娜

装帧设计 / 肖祥德

出版发行 / 华东理工大学出版社有限公司

地址:上海市梅陇路130号,200237

电话:021-64250306

网址:www.ecustpress.cn

邮箱:zongbianban@ecustpress.cn

印 刷 / 常熟市新骅印刷有限公司

开 本 / 890mm×1240mm 1/32

印 张 / 7.75

字 数 / 198千字

版 次 / 2017年7月第1版

印 次 / 2017年7月第1次

定 价 / 32.80元

版权所有 侵权必究

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受汉语发音的影响，存在极大的英语发音障碍。这个发音障碍会使他们在开口讲英语时极为别扭和痛苦。

因此，要想摆脱“哑巴英语”和“南腔北调”的尴尬，首先要从改变你的英语发音开始。

学习和改善英语发音要遵循语言习得的自然规律，最好的办法就是多听标准的外教录音或原汁原味的英语原声，并大声模仿朗读。著名英语教学专家胡春洞教授认为：语言的习惯是由模仿逐步养成的。而要模仿，就必须熟读和背诵，不然模仿无从谈起。背诵是中国人学习的传统方法，我至今认为依然十分有效。

本书适合这些学习者

- ✔ 对外语痴情已久的各阶层英语爱好者
- ✔ 零起点或接近零起点的成年或老年读者
- ✔ 想学好外语却苦于无良方的各类英语自学者
- ✔ 被高难度的外语发音苦苦折磨的大中专学生
- ✔ 渴望用标准外语与老外直接交流的职场白领和金领
- ✔ 学了N年外语，还是哑巴外语的各类受害者

第 1 天 从最好学的 10 个辅音开始

爆破音	002
/p/ /b/ /t/ /d/ /k/ /g/	
摩擦音	026
/s/ /z/	
鼻音	034
/m/ /n/	

第 2 天 深入学习 12 个单元音

前元音	044
/i:/ /ɪ/ /e/ /æ/	
中元音	060
/ɜ:/ /ə/ /ʌ/	
后元音	072
/ɔ:/ /ɒ/ /ɑ:/ /u:/ /ʊ/	

第 3 天 集中攻克 12 个难学的辅音

摩擦音	094
/f/ /v/ /θ/ /ð/ /ʃ/ /ʒ/ /r/ /h/	
鼻音	126
/ŋ/	
半元音	130
/j/ /w/	
舌边音	138
/l/	

第 4 天 补充学习 6 个辅音连缀

破擦音	144
/tʃ/ /dʒ/ /tr/ /dr/ /ts/ /dz/	

第 5 天 完美演练 8 个双元音

双元音	170
/eɪ/ /aɪ/ /ɔɪ/ /ɪə/ /əʊ/ /aʊ/ /eə/ /ʊə/	

第 6 天 重音和节奏

重音、节奏和语调的关系	204
单词重音	204
复合词读音规则	207
语句重音	208
重音模式	211
综合练习	214

第 7 天 语音语调

连读	218
语调的作用	219
基本语调	220
降调	221
升调	224
意群停顿	226
综合练习	227
附录 1: 国际音标对照表	231
附录 2: 参考答案	234

第 1 天

从最好学的 10 个辅音开始

学习重点 //

○ 爆破音

/p/ /b/ /t/ /d/ /k/ /g/

○ 摩擦音

/s/ /z/

○ 鼻音

/m/ /n/

01

爆破音 /p/



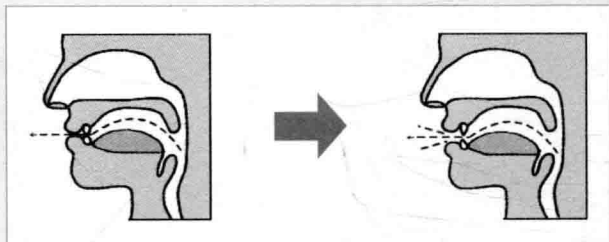
发音要领 **Rules** 



音标 /p/ 的发音口型和汉语拼音 [p] 相似——双唇紧闭，气流挡在口腔内，在形成一定气压之后猛张双唇，气流爆发而出。两者的区别在于发 /p/ 时，只有气流喷出，声带不振动；而发 [p] 时，后面带有 [o] 的尾音，声带要振动。

把握技巧·一鸣惊人

- 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，弱读音节送气较其在词首和重读音节时弱些。



发音规律 **Regulations**

字母 **p** 在绝大多数词中读 /p/ 音，**pp** 也常发此音。例如：

pay	pig	play	apple	appear	happy
付款	猪	玩	苹果	似乎；出现	开心的

📍 拼读特训 **Phonics Training**

跟随录音进行拼读练习

p	i:	pi:	p	ə	pə
p	ɪ	pɪ	p	ɑ:	pɑ:
p	æ	pæ	p	ʌ	pʌ
p	e	pe	p	ɔ:	pɔ:
p	ɜ:	pɜ:	p	ʊ	pʊ

📍 外教跟读 **Listening & Imitating**

模仿外教，大声读单词

apple /æ-^bpɪ/→/æpl/ **名词** 苹果

hope /həʊ-p/→/həʊp/ **动词** 希望

map /mæ-p/→/mæp/ **名词** 地图; 图; 天体图

play /p-leɪ/→/pleɪ/ **名词** 戏剧, 表演 **动词** 玩耍

step /s-tep/→/step/ **名词** 脚步

stop /s-tɒp/→/stɒp/ **动词** 停止

post /pəʊ-st/→/pəʊst/ **名词** 邮件

open /'əʊ-pən/→/'əʊpən/ **动词** 打开

模仿外教，大声读短语

a bit of a pity 有点可惜

keep secret 保密

pick up 拾起

pay attention 注意

a piece of paper 一张纸

模仿外教，大声读句子

- ① **Put the paper on the desk.**
把纸放在桌子上。
- ② **There is a power plant.**
那里有一个发电厂。
- ③ **Did you have your supper?**
你吃晚饭了吗？
- ④ **Pass me the water, please.**
请把水递过来。
- ⑤ **I like potato chips.**
我喜欢吃薯片。

会话模仿 **Dialogue Imitating**

A: What time is it?

现在是什么时间？

B: It's ten o'clock now.

十点钟了。

A: Oh, god. I'm late for my appointment. I must get up now.

哦，天哪！我约会迟到了。我必须马上起床。

B: You'd better make an explanation to your girlfriend.

你最好向你女朋友解释一下。

绕口令 **Tongue Twisters**

Peter Potter splattered a plate of peas on Patty Platt's pink plaid pants.

彼得·波特把一碟豌豆洒在帕蒂·普拉特的粉色格呢短裤上。

Peter's plane is plainly painted. Peter is paid plenty to paint planes.

彼得的飞机画得很清楚。有人付了彼得一大笔钱让他画飞机。


辨音练习 Exercises


请将你听到的内容写在下面的横线上。

① _____ ② _____

③ _____ ④ _____

⑤ _____ ⑥ _____

请将你听到的句子写在下面的横线上。

① _____

② _____

③ _____

④ _____

⑤ _____

今日小结

学习用时		效果评价	复习计划	总体评价
小时	分钟	😊 😐 😞	月 日	

02

爆破音 /b/



发音要领 Rules



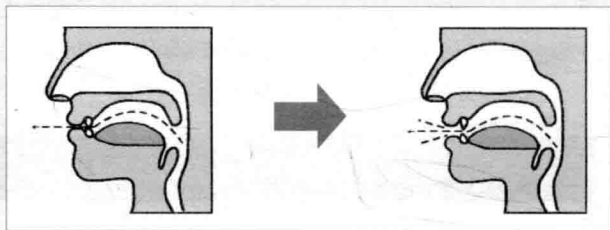
音标 /b/ 的发音口型和汉语拼音 [b] 相似——双唇紧闭，气流挡在口腔内，在形成一定气压之后猛张双唇，气流爆发而出。

不同的是发 /b/ 时，气流喷出，声带轻微振动，时间较短。

把握技巧·一鸣惊人

- 1 /b/ 这个音不同于汉语拼音 b 的发音，不要受汉语母语的影响在其后加上元音，发出类似 /bo/（波）的音来。
- 2 /b/ 出现在词末时，振动较其在词首位置和重读音节时要弱一些。

口腔发音剖面图



发音规律 Regulations

一般来说 **b** 和 **bb** 发 /b/ 音。例如：

big 大的	bear 熊	bite 咬	cabbage 白菜	rabbit 兔子	shabby 破烂的
-----------	-----------	-----------	---------------	--------------	---------------

但如果 b 前面为 m，则 b 不发音。如 lamb（羊羔），comb（梳子）。还有些词中的 b 也不发音，如 debt（债务）。

🕒 拼读特训 **Phonics Training**

跟随录音进行拼读练习

b	i:	bi:	b	ə	bə
b	ɪ	bɪ	b	ɑ:	bɑ:
b	æ	bæ	b	ʌ	bʌ
b	e	be	b	ɔ:	bɔ:
b	ɜ:	bɜ:	b	ɒ	bɒ

🕒 外教跟读 **Listening & Imitating**

模仿外教, 大声读单词

big /bɪ-g/ → /bɪg/ **形容词** 大的

black /b-læk/ → /blæk/ **形容词** 黑色的

busy /'bɪ-zɪ/ → /'bɪzɪ/ **形容词** 忙的; 繁忙的

buy /baɪ/ → /baɪ/ **动词** 买

back /bæk-k/ → /bæk/ **副词** 在后面

best /be-st/ → /best/ **形容词** 最好的

bad /bæ-d/ → /bæd/ **形容词** 坏的

about /ə-'baʊt/ → /ə'baʊt/ **副词** 大约

模仿外教, 大声读短语

a **baby-sitter** 一位保姆

an interesting **book** 一本有趣的书

baked beef 烤牛肉

bread and **butter** 涂黄油的面包

out of the **bag** 包的外面

模仿外教，大声读句子

- ① **Let bygones be bygones.**
过去的事情就过去吧!
- ② **Bad workmen often blame their tools.**
笨拙的工匠常常怪自己的工具差。
- ③ **The boy likes reading novels.**
这个男孩喜欢读小说。
- ④ **He has a new job.**
他有了一份新工作。
- ⑤ **My boss is as busy as a bee.**
我的老板很忙。

会话模仿 **Dialogue Imitating**

A: What to eat this evening?

今天晚上吃什么?

B: How about going to KFC?

去肯德基怎么样?

A: No, I don't like fried food.

不, 我不想吃油炸食品。

B: All right. Then I will buy some vegetables and cook them.

好吧。那我买些蔬菜炒一下吧。

绕口令 **Tongue Twisters**

Bob bought a big bag of buns to bait the bears' babies.

鲍勃买了一大口袋小圆面包去引诱小熊。

A big black bear bit the back of a big black pig.

一只大黑熊在一头大黑猪的背上咬了一口。



辨音练习 Exercises



请将你听到的内容写在下面的横线上。

① _____ ② _____

③ _____ ④ _____

⑤ _____ ⑥ _____

请将你听到的句子写在下面的横线上。

① _____

② _____

③ _____

④ _____

⑤ _____

今日小结

学习用时		效果评价	复习计划	总体评价
小时	分钟	😊 😐 😞	月 日	

03

爆破音 /t/



📍 发音要领 **Rules**



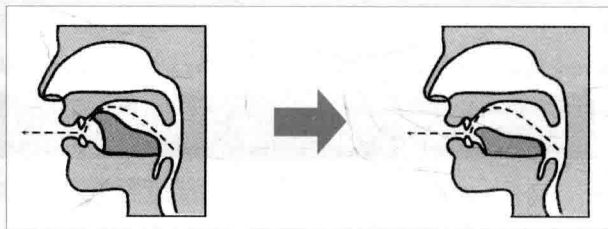
音标 /t/ 的发音口型和汉语拼音 [t] 相似——舌尖抵住上齿龈，然后放开，使气流爆破而出，吐气很强。

两者的区别在于发 /t/ 时，只有气流喷出，声带不需动；而发 [t] 时，后面带有 [e] 的尾音，声带要振动。

把握技巧·一鸣惊人

- 1 /t/ 这个音不同于汉语拼音 t 的发音，不要受汉语母语的影响在其后加上元音，发出类似 /te/ (特) 的音来。
- 2 当 /t/ 前面是 /s/ 时，即使是在重读元音前也不吐气，读成 /d/ 音。例如：
stream /stri:m/ 和 study /stʌdi/

口腔发音剖面图



📍 发音规律 **Regulations**

字母及字母组合 **t**、**tt** 常发 /t/ 音。例如：

tea	time	fat	better	cotton	letter
茶	时间	肥胖的	更好的	棉花	信件

📍 拼读特训 **Phonics Training**

跟随录音进行拼读练习

t	i:	ti:	t	ə	tə
t	ɪ	tɪ	t	ɑ:	tɑ:
t	æ	tæ	t	ʌ	tʌ
t	e	te	t	ɔ:	tɔ:
t	ɜ:	tɜ:	t	ɒ	tɒ

📍 外教跟读 **Listening & Imitating**

模仿外教，大声读单词

next /nek-st/→/nekst/ **名词** 下一个

teacher /'ti:-tʃə/→/'ti:tʃə/ **名词** 教师

time /taɪ-m/→/taɪm/ **名词** 时间

want /wɒn-t/→/wɒnt/ **动词** 要，想要；需要

but /bʌ-t/→/bʌt/ **连词** 但是

better /'be-tə/→/'betə/ **形容词** 更好的

late /leɪ-t/→/leɪt/ **形容词** 迟的 **副词** 迟，晚

fat /fæ-t/→/fæt/ **形容词** 肥胖的

模仿外教，大声读短语

a cup of tea 一杯茶

at times 有时

not at all 一点儿也不

take out 拿出

today and tomorrow 今天和明天