



疯狂的自然拼读法

用美国人的方法背单词，你也能见词能读、听音会写

# 自然拼读 背单词

★ ★ ★

## 高考英语 3500 词



宋德伟 / 编著



当 **英语单词** 遇上 **自然拼读** **记牢单词** 就变得 **超简单**

自然拼读黄金法则 × 高考英语高频词汇  
= 单词音形义，一次全记牢



中国水利水电出版社  
www.waterpub.com.cn



自然拼读

背单词 

高考英语 **3500** 词

宋德伟 编著

学院内部使用



中国水利水电出版社  
www.waterpub.com.cn

· 北京 ·

## 内 容 提 要

源于欧美、风靡日韩的英语自然拼读法简单高效，尤其适合于非英语母语国家的初学者。这是一本帮助广大中学生掌握自然拼读黄金规则的书，更是一本引导学习者通过自然拼读规律快速背单词的书。书中精选高中学生必备 3500 词汇，按照自然拼读法的黄金规则进行分类和归纳，帮助读者在掌握这些规则的同时，快速记住相关词汇，并能做到“见词能读、听音会写”的熟练记忆状态。

本书配有超值赠品：①英汉双语 MP3 录音；②国际音标视频课；③自然拼读视频课；④本书同步视频课，结合书本同步学习，可以达到更好的学习效果，在记牢单词的基础上，全面改善英语的听说读写。

### 图书在版编目 (C I P) 数据

自然拼读背单词. 高考英语3500词 / 宋德伟编著

— 北京：中国水利水电出版社，2019. 1

ISBN 978-7-5170-7240-9

I. ①自… II. ①宋… III. ①英语—词汇—高中—升学参考资料 IV. ①H31

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第298136号

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

书 名	自然拼读背单词：高考英语 3500 词
作 者	ZIRAN PINDU BEI DANCI; GAOKAO YINGYU 3500 CI 宋德伟 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：sales@waterpub.com.cn 电话：(010) 68367658 (营销中心)
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	中国水利水电出版社微机排版中心
印 刷	北京博图彩色印刷有限公司
规 格	145mm×210mm 32 开本 11.5 印张 331 千字
版 次	2019 年 1 月第 1 版 2019 年 1 月第 1 次印刷
印 数	0001—5000 册
定 价	39.90 元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究



★ 特色速览

破解自然拼读密码

用美国人的方法背单词  
见词能读 · 听音会写

# 高考英语核心词 自然拼读大盘点

当英语单词遇上自然拼读 · 记牢单词就变得超简单

自然拼读黄金法则 × 高考英语核心词 = 单词音形义，一次全记牢

## 这样背单词，更有效

1

一看就懂的  
拼读规则

2

实用经典的  
优选例词

3

一听就懂的  
双语录音

4

基于手机的  
视频课程

# 1

## 从零开始学，基础知识快储备

Step by step, “自然拼读 + 高考 3500 词”基本概念快入门

### 四、不可不知的基本概念：音节

#### 1. 什么是音节？

音节是以元音为主体构成的发音单位。任何一个音节朗读。一般说来，元音音素发音响亮，不能构成音节。但辅音音素中的 //，和辅音音素结合，也可构成音节（一般叫“成音节”）。非重读音节。例如：

lit·tle  
ap·ple

单词有一个音节的、两个音节的、

双音节词，两个音节

### 五、不可不知的基本概念：重读

单词音节按重读可以分为重读音节和非重读音节。

中至少有一个发音特别响亮的音节，叫重读音节，用重音符号 / / 表示。其他音节为非重读音节，例如：pa·per (/ˈpeɪpə/)。次重读音节，用 // 表示。次重读音节在发音时呼出的气流弱一点，但比非重读音节强得多，例如：un·der·stand ( / 单音节词都是重读音节，但不标重音符号。

英语自然拼读规则主要是针对重读音节的，因此

节词的重读音节，就成了实现单词“见即能”

的重读规律

# 2

## 自然拼读黄金规则，一目了然快掌握

清晰的结构分析，元音字母、辅音字母、音节及重读等一目了然，快速掌握自然拼读黄金规则 so easy

### 黄金规则一：

元音字母·重读·开音节



规则探秘



/keɪk/ n. 蛋糕



# 3

## 精选高频例词，自然拼读规律清晰呈现

例词音节划分清晰，自然拼读规律清晰呈现，举一反三超轻松

### 例词精选

原形	<b>best</b>	拼读	best
	/best/ n. 最好的人或事物, 最佳状态 adj. 最好的		
原形	<b>berry</b>	拼读	ber·ry
	/berri/ n. 浆果 (葡萄或草莓等) vt. 采集浆果		
原形	<b>egg</b>	拼读	egg
	/eg/ n. 蛋, 卵石, 家伙		
原形	<b>lend</b>	拼读	lend
	/lend/ vt. 借, 借给, 提供, 把...借给 vi. 贷款		
原形	<b>message</b>	拼读	mes·sage
	/ˈmesɪdʒ/ n. 消息, 禀报, 启示, 预言 vt. 报信, 报告		
原形	<b>method</b>	拼读	meth·od
	/ˈmeθəd/ n. 方法, 条理		
原形	<b>rest</b>	拼读	rest
	/rest/ n. 休息, 剩余, 其余 vt. 休息, 使休息		

# 4

## 自然拼读背单词，从单音节词汇起步

自然拼读规则主要是针对重读音节，单音节词全部是重读音节哦



单音节词 × 自然拼读



### 一、元音字母 a

1. 字母 a 在重读开音节中读 /eɪ/
2. 字母 a 在重读闭音节中读 /æ/
3. ai/ay 在重读音节中发 /eɪ/; au 通常发 /ɔ:/; al 通常发 /ɔ:/, 有时也发 /ɑ:/; alaw 通常发 /ɔ:/



多音节词 × 自然拼读



S1/S2/S3 分别表示该词属于英语口语中最为常用的 1000/2000/3000 词

W1/W2/W3 分别表示该词属于英语口语中最为常用的 1000/2000/3000 词

<b>ability</b>	a·bil·i·ty	n. 能力, 能耐, 才能	●●● S2 W1
<b>absolutely</b>	ab·so·lute·ly	adv. 绝对地, 完全地	●●● S1 W3
<b>academic</b>	ac·a·dem·ic	adj. 学术的, 理论的, 学院的 n. 大学生, 大学教师	●●○ W2
<b>academy</b>	a·cad·e·my	n. 学院, 研究院, 学会, 专科学校	●●○ W2
<b>accompany</b>	ac·com·pa·ny	vt. 陪伴, 伴随, 伴奏 vi. 伴奏, 伴唱	●●○ W2
<b>accuracy</b>	ac·cu·ra·cy	n. 精确度, 准确性	●●○
<b>activity</b>	ac·tiv·i·ty	n. 活动, 活跃	●●○

# 5

## 双音节词、三音节词和多音节词，见词能读

音节清晰标注，根据自然拼读规律就可以很容易地读出这些词汇，提高记忆效果

# 目录

特色速览

从零开始学自然拼读 .....001

一、神奇的自然拼读法 .....002

二、关于“高考 3500 词” .....003

三、不可不知的基本概念：字母及音素 .....005

四、不可不知的基本概念：音节 .....008

五、不可不知的基本概念：重读 .....014

## 【上】规则篇：

自然拼读十大黄金规则 .....019

黄金规则一：元音字母·重读·开音节 .....020

1 a /eɪ/ .....020

2 e /i:/ .....022

3 i /aɪ/ .....024

4 o /əʊ/ .....026

5 u /ju:/ .....028

黄金规则二：元音字母·重读·闭音节 .....030

6 a /æ/ .....030

7 e /e/ .....032

8 i /ɪ/ .....034

9 o /ɒ/ .....036

10 u /ʌ/ .....038

/ʊ/

黄金规则三：元音字母·非重读音节 .....040

- |    |   |     |          |    |   |     |          |
|----|---|-----|----------|----|---|-----|----------|
| 11 | a | /ə/ | .....040 | 12 | e | /ɪ/ | .....041 |
|    |   |     |          |    |   | /ə/ |          |
| 13 | i | /ɪ/ | .....042 | 14 | o | /ə/ | .....043 |
|    |   | /ə/ |          |    |   |     |          |
| 15 | u | /ə/ | .....044 |    |   |     |          |

黄金规则四：辅音字母·常见发音 .....045

- |    |   |      |          |    |   |     |          |
|----|---|------|----------|----|---|-----|----------|
| 16 | b | /b/  | .....045 | 17 | d | /d/ | .....046 |
| 18 | f | /f/  | .....047 | 19 | h | /h/ | .....048 |
| 20 | j | /dʒ/ | .....049 | 21 | k | /k/ | .....050 |
| 22 | l | /l/  | .....051 | 23 | m | /m/ | .....052 |
| 24 | n | /n/  | .....053 | 25 | p | /p/ | .....054 |
| 26 | r | /r/  | .....055 | 27 | t | /t/ | .....056 |
| 28 | v | /v/  | .....057 | 29 | w | /w/ | .....058 |
| 30 | z | /z/  | .....059 |    |   |     |          |

黄金规则五：辅音字母·特殊发音 .....060

- |    |   |       |          |    |   |      |          |
|----|---|-------|----------|----|---|------|----------|
| 31 | c | /k/   | .....060 | 32 | g | /g/  | .....061 |
|    |   | /s/   |          |    |   | /dʒ/ |          |
|    |   | /ks/  |          |    |   |      |          |
|    |   | /ʃə/  |          |    |   |      |          |
| 33 | q | /kw/  | .....062 | 34 | s | /s/  | .....063 |
|    |   | /k/   |          |    |   | /z/  |          |
| 35 | x | /ks/  | .....064 | 36 | y | /j/  | .....065 |
|    |   | /ɪgz/ |          |    |   |      |          |

37	y	/aɪ/	.....066	38	y	/aɪ/	.....067
39	y	/aɪ/	.....068	40	y	/ɪ/	.....069

黄金规则六：辅音字母组合 .....070

41	ch	/tʃ/	.....070	42	gh	/g/	.....071
	tch	/k/				/f/	
43	ph	/f/	.....072	44	sh	/ʃ/	.....073
45	th	/θ/	.....074	46	ck	/k/	.....075
		/ð/					
47	dg	/dʒ/	.....076	48	ng	/ŋ/	.....077
	dj						
49	wh	/w/	.....078	50	wr	/r/	.....079
		/h/					

黄金规则七：-r 音节和 -re 音节 .....080

51	ar	/ɑː/	.....080	52	er	/ɜː/	.....082
53	ir	/ɜː/	.....084	54	or	/ɔː/	.....086
55	ur	/ɜː/	.....088	56	are	/eə/	.....090
57	ere	/ɪə/	.....091	58	ire	/aɪə/	.....092
59	ore	/ɔː/	.....093	60	ure	/juə/	.....094
61	ar	/ə/	.....095	62	er	/ə/	.....096
63	or	/ə/	.....097	64	ur	/ə/	.....098
65	ure	/ə/	.....099	66	air	/eə/	.....100
67	ear	/ɪə/	.....101	68	eer	/ɪə/	.....102
		/eə/					
		/ɜː/					
		/ɑː/					

69	oar	→ /ɔ:/	……103	70	our	→ /aʊə/	……104
	oor					→ /ɜ:/	

黄金规则八: 元音字母组合 .....105

71	ai	→ /eɪ/	……105	72	ea	→ /i:/ /e/	……106
	au	→ /ɔ:/			ee	→ /i:/	
	ay	→ /eɪ/			ei	→ /eɪ/	
					ey	→ /eɪ/	

73	ie	→ /i:/	……107	74	oa	→ /əʊ/	……108
					oi	→ /ɔɪ/	
					oo	→ /u:/	
					ou	→ /u:/ /aʊ/	
					oy	→ /ɔɪ/	

75	ui	→ /ju:/ /u:/	……109	76	ai	→ /ɪ/	……110
	uy	→ /aɪ/					

77	ay	→ /ɪ/	……111	78	ey	→ /ɪ/	……112
----	----	-------	-------	----	----	-------	-------

黄金规则九: 复合字母组合 .....113

79	al	→ /ɔ:/ /ɔ:l/	……113	80	ew	→ /ju:/	……114
	aw	→ /ɔ:/					

81	ind	→ /aɪnd/	……115	82	ow	→ /aʊ/ /əʊ/	……116
	ild	→ /aɪld/			ought	→ /ɔ:t/	
	igh	→ /aɪ/					
	ign	→ /aɪn/					
	ing	→ /ɪŋ/					

83	gua	→ /g/	……117	84	sion	→ /ʒən/	……118
	gue	→ /g/					

85	sion	→ /ʃən/	……119	86	sure	→ /ʒə/	……120
----	------	---------	-------	----	------	--------	-------

87	tia	/ʃə/	……121	88	ture	/tʃə/	……122
	tie						
	tio						

黄金规则十: 常见构词法 .....123

89	名词	……123	90	形容词	……127
91	副词	……130	92	动词	……132

## 【下】拼读篇:

自然拼读巧记高考 3500 词 .....135

单音节词 × 自然拼读	……136
双音节词 × 自然拼读	……214
三音节词 × 自然拼读	……300
多音节词 × 自然拼读	……341



# 从零开始学自然拼读

## 基础知识一二三

自然拼读法是目前国际上主流的英语教学法，我国香港和台湾地区在2000年就已引进此教学法，并进入大规模推广和普及阶段。它之所以风靡全球，是因为这种方法简单高效，符合人们学习语言的规律，尤其适合于英语为非母语国家的初学者。

自然拼读法揭示了字母及字母组合特定的发音规律，内容涉及字母、辅音音素和元音音素（国际音标）、音节和重读等概念。要想透彻了解和运用自然拼读的规则，首先就要弄清这些概念，让我们一起从零开始学吧！

## 一、神奇的自然拼读法

英语自然拼读法通过直接学习 26 个字母及字母组合在单词中的发音规则，建立字母及字母组合与发音的感知，从而达到“看字读音，听音辨字”的神奇学习效果。

自然拼读法是引领广大英语学习者打开进入英语世界大门的钥匙。在英国、美国、加拿大等以英语为母语的国家，自然拼读法犹如我国的汉语拼音一样，都是小学语言课程的必修内容。学生学会了此法，就知道了发音与拼写之间的对应关系，学习和记忆单词就会事半功倍。正如自然拼读法教学专家 Wiley Blevi 所述：“Phonics（自然拼读法）包含了字母音和形之间的关系。目的是向学生讲授英语中最普遍的音形关系，使之能够解构或拼读单词。这种解读单词的能力是能否阅读成功的基本元素。”

自然拼读法是目前国际上主流的英语教学法，我国香港和台湾地区在 2000 年就已引进此教学法，并已进入大规模推广和普及阶段。即使从来都没有学过英语的人通过学习和训练，在不依靠国际音标的情况下，也能达到“见词能读，听音能写”的惊人效果，学习效率飞速提升。实践证明，85% 以上的学习者经过系统训练后能够做到一小时轻松掌握 30~100 个单词，而且经久不忘。



## 二、关于“高考 3500 词”

### 1. 英文词典中有多少单词？

让我们先来看看英文词典中有多少单词。《韦氏词典》第三版的词汇量为 54000 基础单词，这些单词不包括派生词、合成词、专有名词和缩写。那么，所谓的 English Native Speakers（英语为母语的人）的词汇量有多少呢？惠灵顿大学的 Paul Nation 教授曾经做过一项研究，一个英语为母语国家的大学毕业生的词汇量约为 20000。

### 2. 怎样判定自己目前的词汇量？

对于国内学生来说，中考的单词量要求为 2500，高考为 3500，大学四级考试为 4000，大学六级考试为 6000，英语专业四级考试为 8000，英语专业八级考试为 13000。

国际学校的学生英文水平参差不齐，一般来说，能够流畅阅读如《哈利波特》等青少年流行读物的孩子，词汇量都在 3000 以上。网上有很多测试单词量的网站，你可以登录 [www.testyourvocabulary.com](http://www.testyourvocabulary.com) 测试一下自己目前的词汇量。

### 3. 《英语课程标准》3500 词汇表

国家《英语课程标准》（新课标）共收录了 3500 个单词，这些单词是高中阶段英语教学的重点内容。按照课程标准的描述，掌握这些词汇，就可以达到如下语言水平。

#### （1）听：

- ①能听懂有关熟悉话题的演讲、讨论、辩论和报告；
- ②能听懂国内外一般的英语新闻广播；
- ③能抓住较长发言的内容要点，理解讲话人的观点及意图；
- ④能从言谈中判断对方的态度、喜恶、立场及隐含意思等；
- ⑤能理解一般的幽默；
- ⑥能在听的过程中克服一般性的口音干扰。

## (2) 说:

- ①能在交谈中把握分寸,并根据交谈对象调整用语和表达方式;
- ②能经过准备就一些专题作5~10分钟演讲,并回答有关提问;
- ③能用英语接受面试;
- ④能作一般性口头翻译;
- ⑤能在交际中恰当地表达自己的情感;
- ⑥能对交际中产生的误会加以澄清或解释;
- ⑦能就国内外普遍关心的问题(例如:环保、人口、和平与发展等)用英语交谈,表明自己的态度和观点。

## (3) 读:

- ①能阅读一般的英文报刊或杂志,从中获取主要信息;
- ②能阅读一般英文原著,抓住主要情节,了解主要人物;
- ③能读懂各种商品的说明书等非专业技术性的资料;
- ④能根据情景及上下文猜测不熟悉的语言现象;
- ⑤能使用多种参考资料和工具书解决较复杂的语言疑难;
- ⑥有广泛的阅读兴趣及良好的阅读习惯;
- ⑦能有效地利用网络等媒体获取和处理信息。

## (4) 写:

- ①能用英文书写摘要、报告、通知和公务信函等;
- ②能比较详细和生动地用英语描述情景、态度或感情;
- ③能阐述自己的观点和评述他人的观点,文体恰当,用词准确;
- ④能在写作中恰当地处理引用的资料及他人的原话;
- ⑤能填写各种表格,写个人简历和申请书,用语基本正确、得当;
- ⑥能做简单的笔头翻译;
- ⑦能在以上写作过程中做到文字通顺,格式正确。

### 三、不可不知的基本概念：字母及音素

#### 1. 26 个英文字母

英语属于拼音文字，英语单词由 26 个字母组合而成，其中有 5 个元音字母，1 个半元音字母和 20 个辅音字母。元音是指发音时不受到发音器官的阻碍发出的声音。学习自然拼读的第一步，就是要知道英文字母的发音。

英文字母发音表（按字母顺序）

Aa /eɪ/	Bb /bi:/	Cc /si:/	Dd /di:/	Ee /i:/	Ff /ef/	Gg /dʒi:/
Hh /eitʃ/	Ii /aɪ/	Jj /dʒeɪ/	Kk /keɪ/	Ll /el/	Mm /em/	Nn /en/
Oo /əʊ/	Pp /pi:/	Qq /kju:/		Rr /ɑ:/	Ss /es/	Tt /ti:/
Uu /ju:/	Vv /vi:/	Ww /ˈdʌblju:/		Xx /eks/	Yy /waɪ/	Zz /zi:/

元音字母和辅音字母分类表

元音字母	Aa /eɪ/	Ee /i:/	Ii /aɪ/	Oo /əʊ/	Uu /ju:/
辅音字母	Bb /bi:/	Cc /si:/	Dd /di:/	Ff /ef/	Gg /dʒi:/
	Hh /eitʃ/	Jj /dʒeɪ/	Kk /keɪ/	Ll /el/	Mm /em/
	Nn /en/	Pp /pi:/	Qq /kju:/	Rr /ɑ:/	Ss /es/
	Tt /ti:/	Vv /vi:/	Ww /ˈdʌblju:/	Xx /eks/	Zz /zi:/
半元音字母	Yy /waɪ/				

英文字母发音表 (按发音规律排列)

元音字母	Aa /eɪ/	Ee /i:/	Ii /aɪ/	Oo /əʊ/	Uu /ju:/	/e/	/ɑ:/
包含 某个 元音 字母 发音 素的 辅音 字母	Hh /eɪtʃ/	Bb /bi:/	Yy /waɪ/		Qq /kju:/	Ff /ef/	Rr /ɑ:/
	Jj /dʒeɪ/	Cc /si:/			Ww /'dʌblju:/	Ll /el/	
	Kk /keɪ/	Dd /di:/				Mm /em/	
		Gg /dʒi:/				Nn /en/	
		Pp /pi:/				Ss /es/	
		Tt /ti:/				Xx /eks/	
		Vv /vi:/					
		Zz /zi:/					

## 2. 28 个辅音音素

音素是语音中最小的不可再分解的单位。英语语音的音素分为元音和辅音两大类,共有 48 个,其中元音音素 20 个,辅音音素 28 个。

辅音音素:气流从肺部呼出后,经过口腔时,在一定部位受到阻碍,声带可颤动,可不颤动,这样发出的声音就是辅音。

辅音音素分类表

清浊成对的辅音 (10 对)	清辅音	/p/	/t/	/k/	/f/	/s/
		/θ/	/ʃ/	/tʃ/	/tr/	/ts/
	浊辅音	/b/	/d/	/g/	/v/	/z/
		/ð/	/ʒ/	/dʒ/	/dr/	/dz/
其他辅音 (8 个)	鼻音 /m/ /n/ /ŋ/ 似拼音 /h/ /r/ /l/ 半元音 /w/ /j/					