

<<听懂英语才会说>>

图书基本信息

书名：<<听懂英语才会说>>

13位ISBN编号：9787502177980

10位ISBN编号：7502177981

出版时间：2010-7

出版时间：石油工业出版社

作者：江涛 编

页数：246

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<听懂英语才会说>>

前言

寒窗苦读英语数十载，却听不懂老外的地道英语，即使能大概听懂却又金口难开——这是绝大多数英语学习者不愿提起的痛楚和难以道出的尴尬。

如何解决这个问题？

编者站在读者的立场，从读者的迫切需求出发，凭着“数十年如一日”的执着精神，终于创造出了这本抹去尴尬、一雪前耻的听说宝典。

打开《听懂英语才会说自助旅游知识库》，把音频copy到MP3里，在乘公交车、出租车，以及寂静漆黑的夜晚等一切不便看书的时候聆听，在操场、教室、寝室、卧室等一切可以看书的地方默读。听懂、读通之后可别忘了练习说。

听说结合，才是强化英语交流、让老外瞠目结舌的不二法则。

相信改变生活从改变自己开始，唯有相信，才有可能。

1.选材独具匠心，听读必备精品。

本书共分为艺术时尚之旅、文化殿堂之旅、文明遗迹之旅、自然奇观之旅、宗教圣地之旅、著名古城之旅、奇幻乐园之旅七个单元。

选材紧扣单元主题，所有段落均源自纯英文文章经典选段，供读者品读原文精华。

晨读或睡前带上耳机细心聆听听力原文，再轻声跟读，不仅可以纠正发音，更可以颐养性情。

有时候读书不仅仅是为了读书，更是一种高层次的享受。

<<听懂英语才会说>>

内容概要

最具人气的时尚英语，最有效果的自学宝典，熟悉各类英语听力材料，提供所有基本口语语料。
人人都想开口就能说英语，于是有人苦练发音，寻求口语宝典，却收效甚微。

原因何在？

听不懂英语才是问题所在！

只有先听懂才可能交流，听说双管齐下，英语达人指日可待！

本套书提供最适合最新鲜的听力材料，讲解最实用最常见的口语，听说两不误，助你一举飞跃为英语牛人！

<<听懂英语才会说>>

作者简介

江涛，原北外青年教师，曾任北京戴尔国际英语学校副校长（现被美国培生集团收购）主管留学培训业务。

2001年后受多家培训机构之邀于全国范围内教授雅思，赴百多所知名高校演讲千余场。

2003年推出《80天攻克雅思》丛书，名列国内各大销售榜榜首，远销台湾及东南亚地区，2004年和同乡兄长彭铁城（现新航道副总裁）创办华盛顿英语学校。

2005年与成啦女士创办拳成教育，2007年受聘主持中央人民广播电台经济之声早间英语节目至今。

2008年起制作并主持“英语大赢家”动画&真人电视栏目，在多家电视台播出。

至今出版各类英语教辅畅销类书籍百余册，千万余字，为畅销书作者。

彭铁城 雅思口语教学专家，纽约大学计算语言学博士，原微软计算语言学家，现新航道国教育集团副总裁。

<<听懂英语才会说>>

书籍目录

Unit 1 窈窕美眉1.New Ways to Lose Weight减肥新招2.Party.Proof Your Diet派对饮食策略3.Best Weight-Loss Foods最佳减肥食物4.Speeding up Your Metabolism : for Weight Loss Means More than just Changing Your Diet加快新陈代谢：减肥不仅是改变饮食5.Top 3 Ways to Control Portions三大分量控制的方法6.Things to Avoid When Trying to Lose Weight减肥需要避免的事情7.How to Lose Weight in the Healthy Way健康的减肥方式8.Burn Fat Naturally and Healthily自然、健康地燃烧脂肪9.Why Diets Dont Work节食为何不起作用10.3 Best Exercises for Fast Weight Loss三大最佳快速减肥运动Unit 2 塑身有道1.Pole Dancing to Keep Fit钢管舞健身2.Benefits of Yoga瑜伽的好处3.Get Fit in the Water水中健身4.Walking Exercise Program步行运动5.Running : a Beginners Guide跑步：初学者指南6.Jogging慢跑7.Pilates : an Exercise in Balance普拉提：平衡中的运动8.Kickboxing Fitness跆拳道健身9.Which Is Better, Sauna or Steam Room ? 桑拿房和蒸汽房，哪个更好呢？10.Aerobic Exercises有氧运动Unit 3 人靠衣装1.Color Match in Dressing服装色彩巧搭配2.How to Wear Your Jewelry and When佩戴饰品的小技巧3.How to Wear Boots with Style如何将靴子穿出风格4.How to Instantly Look Thinner巧穿衣瞬间变苗条5.How to Wear Tights Leggings如何穿打底裤6.How to Choose Lipstick Color如何选择口红颜色7.How to Dress Fashionably时尚一族巧打扮8.How to Wear Perfume如何涂抹香水9.How to Tie and Wear a Womans Scarf : Many Fashionable Ways如何将围巾系出时尚感10.How to be Fashionable in Weekend周末也时尚Unit 4 美肌来了1.Skin Whitening Tips美白秘诀2.How to Achieve Your Perfect Skin through DaytimeSkincare如何通过日间护理达到完美肌肤3.Applying Makeup like an Expert打造专业彩妆4.Tips for Sensitive Skin Care敏感肌肤护理小贴士5.Acne Food——the Reason You Get Acne粉刺食品——导致粉刺的罪魁祸首6.Skin Color Gives Clues to Health肤色传递健康信息7.Facial Skin Care : Tips for Women with Dry Skin面部肌肤保养——干性皮肤保养小常识8.Tips to Apply Sunscreen More Effectively有效涂抹防晒霜的方法9.Skin Care-Enjoy the Magic of Fruits皮肤护理：享受水果带来的魔力10.Look Younger ! Simple Skin Care Tips for Your Face简单的皮肤护理使你保持年轻Unit 5 从头做起1.4 Tips to Grow Long Healthy Hair留健康长发的4个秘诀2.5 Ho Nest Hairstyle Trends for 2010 2010年5款最热门的时尚发型3.Choosing the Perfect Hair Color选择最适合的染发4.4 Top Tips for Great Holiday Hair假期头发护理的4个小常识5.Short Hairstyle ? Do it Stylish , Sexy and Chic短发 ? 时髦，性感，别致6.Help Your Hair Stay Healthy帮助你的头发保持健康7.Foods Good for Your Hair对头发有益的食物8.Hair Accessories : When and How to Use Them佩戴头饰的场合以及搭配9.Hair Accessories That Are in Trend This Year今年流行的发饰10.How to Get Hair Men Will Want to Play with如何打造出让人爱不释手的秀发Unit 6 吃出健康1.Beauty Food美容食品2.How to Eat Fruits the Right Way如何正确食用水果3.Healthy Diet-How to Know if Your Diet Is Good for You ? 健康饮食——如何判断饮食是否健康？4.Eating Smart : a Key Step towards Healthy Eating聪明饮食：健康饮食的关键5.Cooking Healthy Foods in a Hurry轻松烹饪出健康食物6.Foods You Cannot Eat Together不能同时吃的食物7.How to Keep Vital Nutrients in Food When Cooking烹饪时如何保留食物中的营养8.Ways to Improve Your Diet at Work改善工作饮食的方法9.Healthy Foods for a Healthy Lifestyle健康饮食，健康生活10.How to Eat a Balanced and Healthy Diet如何达到饮食平衡Unit 7 心灵美容1.Get Happy and Youll Live Longer愉悦的心情让你长寿2.Developing a Positive Attitude树立积极乐观的态度3.Building Self-Confidence. Believe in Yourself , and Find Success ! 树立自信，相信自己，走向成功！4.Conquer a Fear克服畏惧心理5.How to Cope with Work Pressure如何应对工作压力6.Dos and Donts of Dealing with Anger生气时宜做和不宜做的事情7.Depression抑郁情绪8.Improve Your Mood改善你的情绪9.Healthy Lifestyle-Mental Well-Being健康生活方式——心理健康10.Sufe-Fire Ways to Have a Calm and Peaceful Mind保持头脑冷静，心情平和的良方

<<听懂英语才会说>>

章节摘录

Some people peddle the idea that certain foods are the best for weight loss because when these “ special foods ” are eaten they result in negative calories , however , there is no hard scientific proof to support this theory. In fact the only reason some foods are considered the best for weight loss is because they help reduce the total energy consumption in some way . If any low calorie food is replacing another food high in calories then it can be considered good for losing weight. Some other foods that are considered helpful when losing weight are those high in fiber. The fiber helps fill up the stomach quicker causing the individual to eat less , thus less calories are consumed Foods that are low in fat are also believed to be the best for losing weight. Fat contains more than twice the amount of energy than carbohydrates or protein , So eating less fat naturally lowers calorie intake 单独一种食物不可能使我们达到减肥目的，所以没有哪种食物能够单独成为最佳减肥食物。我们都知道只有消耗掉饮食中各种不同食物所包含的能量，才能达到减肥目的，也就是说食物中的总能量必须低于身体消耗的能量才行。

有些人宣扬这样一种观念：有些食物是最佳的减肥食物，因为人们食用这些特别的食物时，能带来负卡路里。

然而，并没有很有力的科学证明来支撑这项理论。

事实上，这些食物被认定是最佳减肥食物的唯一原因是它们以某种方式帮助减少了需要消耗的总能量。

任何低卡路里食物如果取代了高卡路里食物，那么它就有利于减肥。

另一些有利于减肥的食物是高纤维食物。

纤维能够更快地使人们有饱足感，减少饮食，从而吸收更少的卡路里。

低脂肪食物同样被认为是最佳减肥食物。

脂肪含有的能量比碳水化合物或蛋白质所含能量的两倍还多，因此少吃脂肪自然会减少卡路里的摄入。

<<听懂英语才会说>>

编辑推荐

最具人气的时尚英语，最有效果的自学宝典，熟悉各类英语听力材料，提供所有基本口语语料。先听懂，再会说，听说双管齐下，晋级英语TOP1宝座！

<<听懂英语才会说>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>