

# How to help students improve their spoken English

謝佩雯

## 壹、 前言

大多數的學生學了十年的英語，卻無法張口說。原因很簡單：台灣學生以考試掛帥，大部分學校的段考沒有口語考試機制，甚至連聽力都省了，因此對口語沒有任何作用。上英語課，都是老師在黑板上寫東西，學生安靜地做筆記；或者老師分析著長句子的語法結構，學生們背誦著單字，這樣的英語學習對口語一點幫助都沒有。到底怎麼提升自己的英語口語，讓自己能夠熟練的和別人交談？開門見山，正確的方法只有兩條：張口和複誦。

大家之所以不敢張口，是因為害怕犯錯。張口就意味著可能說錯，說錯的下一步就要改正，只有不停改正發音才能提升自信。我們每天生活周遭有很多外國人，只要抓緊機會和他們交流溝通，就會進步。其實當我們和外國人交談時，會發現他們也經常犯語法錯誤，但是當意思表達清楚後，就能夠進行下一步交流。可惜的是，大多數的學生在講話之前總在思考這個語法是否正確，而沒去思考怎麼表達，很難讓口語流利。所以，張口是第一步，別怕犯錯，錯了可以再改，改了可能再錯，周而復始才能進步。(李尚龍，2018)

或者也可以利用跟讀法模仿說英語。模仿是學英文的好方法。你越會模仿母語的人士說英語，口說就會越流利：找一個發音完美的錄音檔，放在手機裡，一遍一遍的複誦，一句一句地模仿。這種模仿和複誦的方法，可以快速讓我們的口語越來越流利。在 youtube 上有詳細的解說影片可供參考：(English Speaking Practice | How to improve your English Speaking and Fluency: SHADOWING)

- 一、 先找一個你要聽的英語 mp3 語音檔。
- 二、 播放語音檔並跟著說出來。
- 三、 同時錄下你所說出來的英語。
- 四、 播放你的錄音並和原始音頻比較。
- 五、 重複聆聽並修正錯誤。

## 貳、 正文

### 一、 把握最好的學習時間

了解了張口和複誦的重要性之後，掌握正確的學習時間也很重要，有幾個很重要的時間點可以讓學習獲得最佳效益。

#### (一) 早晨

清晨是最好練習口語的時光，尤其是剛剛起床時，腦子清楚口齒伶俐，還沒吃早飯，半饑餓狀態腦袋供血充足，複誦半個小時到一個小時英文，持續二十一天，就會養成一個

習慣，第二十二天想不早起都難。正確的發音需要你有英文意識，而清晨是培養意識最好的時光。

## (二) 至少持續三個月

曾經有一個學生每天早起說英文一個小時，前半個小時複習昨天讀過背過的內容，後半小時朗誦新的課文，每周休息一天，複習前六天的內容重點。三個月過後，他開始講出一口純正的美式發音，雖然一些詞的發音依舊不準確，但至少有了飛躍式的成長。

## (三) 飯前背單字，晚上背單字

單字毫無疑問是重中之重，如果想讓自己快速突破，首先你要保證每天至少背兩百個單字。其實什麼時間都可以背單字，但科學統計，背誦記憶最好的時間應該是半饑餓的狀態，還有就是晚上，因為大多數的年輕人一般的狀態是早上睏，中午睏，晚上莫名其妙的 High，所以，此時背單字的效果是最好的。

但要怎麼背單字？在背單字的時候，你一定要記住以下幾件事情：朗讀、字義、應用。順序不能錯，先朗讀，再背字義，最後自己造句或者背誦例句，尤其是當有機會把這個單字使用在生活裡，想必印象會更加深刻。

單字並非每個都適合用在口語裡，口語裡的常用單字，往往只是高中的詞彙，真正高難度的單字，是不會用在口語中的。換句話說，練好口語需要的詞彙，比你想像的要少得多。那麼，哪些單字是口語裡常用的呢？答案是：參考英文電視劇和英文電影。選擇一集美劇或者電影時，第一遍要看劇情，看完之後一定要看第二遍，第二遍的時候，你需要不停地按暫停鍵，把字典放在旁邊，一個字一個字的查詢，把經典語句記在筆記本裡，作為早上朗讀的資料。當然你還可以看第三遍，第三遍就可以跟著演員去複誦了。

以下推薦幾部適合練習口語的美劇和英劇。

(一) 英劇—《唐頓莊園》(初級)—《黑鏡》(中級)—《新世紀福爾摩斯》(高級)

(二) 美劇—《辛普森家庭》(初級)—《廣告狂人》(中級)—《宅男行不行》(初級)

## 二、 自學提升口說能力的方法

想提升英文口說能力，經常與英語母語人士交談並非唯一的選擇。這裡提出以下幾個簡單的方法來自我練習：

### (一) 練習用英語思考

依照經驗法則，英語流利的最主要關鍵是能夠用英語思考，所以你需要練習用英語的思維。這裡有一些容易做得到的方法，可以用來幫助提升這種高難度的技巧。

1. 停止將不同語言在頭腦裡先行翻譯的習慣（如果有的話）。
2. 若要查找單字或片語的定義，請使用英英字典。
3. 盡量試著隨時隨地用英語思考。

用英語思考說起來好像很容易，但是要如何練習呢？其實，我們在公園散步，就可以試著用盡可能想得到的英文形容詞來描述自己周圍的人物或景物，只要踏出第一步，慢慢地就會有所收穫。

## (二) 練習用英語跟自己交談

你在家時可以做這樣的練習。以下的方法可幫助您獨自用英語自說自話。

1. 大聲朗讀你最喜歡的英文文章，您可從書籍、報紙或雜誌中挑選。
2. 針對某些話題，例如運動、時事、生活，用英語大聲說出自己的想法。
3. 面對鏡子來練習，因為這樣你可以看到你自己說英語的樣子。
4. 使用錄音設備(例如您的手機)來錄下您讀或說的內容。這樣您將能夠聽到自己所說的英語，然後找出其中的語調、發音甚至口音的優點和缺點。

這種方法最明顯的好處是你說英語時會更自在一點，並且能夠注意到自己口說方面的優點以及弱點。然後你可以找到正確的技巧，以便進一步改善你口語英語中的特定弱點。

## (三) 閱讀英文雜誌、報紙與書籍

閱讀英文書籍可以開拓你的視野，提升你的想法，並將你帶到更高水平的英文學習領域。但是想要成功的關鍵是為你選擇合適的內容。如果你不知道從哪裡開始著手，不仿先試著閱讀一些自己感興趣的題材。

英文雜誌與報紙也是值得一讀。您不僅可以增進英文能力之外，還可以了解當今的熱門話題和焦點新聞，那麼與英語是母語的外國人交談時，就不怕找不到交談的話題了。

## (四) 觀看英語電視節目和電影

觀看 YouTube 影片或英語電視節目也是另一種幫助你提升英文口說的好方法。你可以使用它們來增進口語流利度。可按以下方式來練習：

1. 選擇您最喜愛的電視節目的一部份內容。
2. 按照片中的台詞或對白，大聲講出，並重複練習幾次到能說得流暢為止。
3. 試著模仿節目中說英語的語調、速度、口音，並且錄下自己所說的內容，兩者比對後再找出自己的缺點來加以改進。

如果在練習時錯過了幾句，沒關係，重要的是繼續講下去。透過這種方法多次練習，你會發現自己的英語口語聽起來越來越像是一個 **native English speaker**。如果你厭倦了閱讀英文教科書，沒有什麼方式是比透過觀看電視影集和電影更有趣的英文學習方式。選擇一個附有英文字幕的電影，可讓你查找不懂的新單字和片語。這裡推薦“Friends”影集，看著這部英語情境喜劇可讓您一舉兩得。它除了讓你開心地笑，並以自然的方式幫助你提高英語水平。

## (五) 每天寫英文

每天練習英文寫作是讓您應用所學到的新詞彙，以及讓頭腦想一想文法用法的好方法。因此您每天嘗試用英文寫一些東西，而且儘量使用新學到的單字和文法。即使只是寫幾句英文也可以，先養成這樣做的習慣，然後再求改善所寫的內容。

#### (六) 用英文歌曲來學習

試著學習唱一首你最喜歡的英語歌曲，並且努力唱得和原唱歌手一樣好。跟你最喜歡的英文歌唱出來，是讓英語變得更流暢的好方法，幫助你更容易學習新的詞彙，因為你的情緒正融入歌唱之中。

#### (七) 學習英文短語和片語

以一個經驗法則來看，你應該學習英文短語，而不僅僅是熟背英文單字。例如，你可以用你的母語相同的方式說：“how do you feel today?”，但是 **native English speaker** 可能會說“how’re you doing?”或是“what’s up?”。因此，英語口語更流利的關鍵之一是要熟練英文短語和片語。外國人說的日常英語也經常使用到成語和俚語，如果不了解意思，幾乎不可能理解別人的意思。因此，學習常用的英文慣用語會幫助我們適應大多數情況。這裡推薦一個 [idiomsandslang.com](http://idiomsandslang.com) 網站，可以學習到常用英文成語和俚語。

#### (八) 學習自己最常說的英文詞組

英語母語人士在日常生活中使用了許多常用的詞組。例如，表達感謝之意的用語有很多種，像是“you’ve made my day”，“that’s so kind of you”等等。所以，應該練習說常用的英文簡短句子和詞組。另外，學習時儘量嘗試用英語思考，這將有助於我們的英語說得更像母語人士，就好像在使用自己的母語相同。

### 三、 經典的口語範本

學英語最重要的要點就是要持之以恆。除了找外國人練習之外，以下推薦一些很經典的口語範本，只要能持之以恆，必能有所精進。

(一) **VOA**，全名叫美國之音，美國之音是一家提供四十五種語言服務的動態的國際多媒體廣播電台。美國之音透過網路、手機和社交媒體提供新聞、資訊和文化節目，**VOA** 有慢速英文，在許多網站上都有字幕，是複誦的絕佳教材，純正的美國文化和美式發音。

(二) **BBC**，就是英國廣播公司，是英國最大的新聞廣播機構，也是世界最大的新聞廣播機構之一。在相當長的一段時間內，**BBC** 一直壟斷著英國的電視、電台。在一九五五年獨立電視台和一九七三年獨立電台成立之前，**BBC** 一直是英國唯一的電視、電台廣播公司。練習英式發音的絕佳網站。學好英式發音，馬上就顯得英文程度非常好。

(三) **CNN** 美國有線電視新聞網，很多明星曾經被 **CNN** 採訪，他們的影片都是純英文的，比如台灣的周杰倫。其實還有很多網站，從這些網站上選取一些資料和音訊(音訊是最重要的部份)，去複誦、模仿，持續三個月，肯定有效，而且效果十分明顯。

### 四、 好用的口說練習 App

近年也有愈來愈多訓練英文口說的 App，讓人們可以在滑手機的同時，也能提升英文能力。以下提供 4 個實用 App：

(一) Lingo Blabla：不只練英文，也練交際能力

Lingo Blabla 是由台灣人開發的英語口說練習 App，主打「線上匿名真人聊天」，讓人們不受時間、空間限制，只要連上 App 並成功配對，就能開始練習說英文。如果你學了多年英文，開口講話卻總是卡詞，Lingo Blabla 可以讓你習慣英文對話，變得愈來愈敢講。

特色：

1. 提供各種話題參考，暢所欲言不尬聊
2. 即時配對語伴，自主決定練習時間
3. 真人互練英文會話，不只練英文，也練交際能力
4. 習慣用英語對話，碰到外國人不再心驚驚

(二) VoiceTube：跟著影片學對話，養成自然語感

VoiceTube 是台灣老字號的英文學習平台，主打「看影片學英文」，把一部部精選影片變成有趣又有用的英語教材，讓人練習閱讀、聽力及口說。VoiceTube 每天都會更新熱門影片及口說挑戰，助你養成每天接觸英文、說英文的習慣，跟讀影片中的真實對話，養成自然語感。

特色：

1. 影片分級明確，適合各程度學習者
2. 主題、腔調自由選，想怎麼學自己決定
3. 中英雙字幕任你切換，再附專家詳細解析
4. 長按單字查詢翻譯，還可收藏單字複習
5. 每日更新口說挑戰，真人講解發音技巧

(三) EF Hello：從擬真情境，熟悉單字、文法句型

使用 EF hello 學習，就像在和通訊軟體的聊天機器人對話。因為不論練習的是閱讀、聽力、文法還是口說，從頭到尾都只需要用到一隻手指，只要輕點按鈕就能進行整個學習流程，再透過擬真情境練習，熟悉文法句型及單字。

特色：

1. 單元分級循序漸進，可按進度定量學習
2. 自由切換中英說明，講解清晰易懂
3. 一鍵點擊完成所有課程，使用輕鬆
4. 各種 GIF 梗圖回饋，學習就像聊天
5. AI 教練檢視重點發音，即時給予發音評分

(四) Elsa Speak：標準美式發音，幫你加強「正音」

## How to help students improve their spoken English

Elsa Speak 是訓練標準美式發音的 App，設計給認為自己需要「正音」的人。AI 系統會辨識發音接近母語人士的程度，並即時給予回饋。若長期為發音所苦，或有意追求母語人士的發音，那你可以試著用免費版的課程，瞭解自己還要加強什麼部分。

特色：

1. 系列課程主題豐富，反覆練習加強印象
2. 可特別加強單字發音技巧，也可根據主題學習對話
3. 跟讀對話或單字，再由 AI 系統清楚標示發音弱點
4. 自動紀錄待加強部分，提醒學習者反覆練習

## 參、 結論

每個學生都有他/她自己學英文的原因和理由。譬如，有的人為了找到更好的工作而認真學習英文，那麼就應該先專注於練習英語面試。另外，也有人可能想更精進英文能力，這樣就可以結交更多的外國朋友，因此也需要流利的英語口說能力。所以這裡的重點是，先要知道自己學習的目的，然後找到適合自己練習英文口說的方法。總之，學習英文口說時，即使犯了錯誤也是好事“Practice makes perfect.”，為自己的目的做好準備，不要怕說錯！

## 肆、 引註資料

1. 李尚龍（2018）。如何提升英文口說能力？只要做這兩件事就夠了。2018年4月18日，今周刊 取自 <https://www.businesstoday.com.tw/article/category/80407/post/201804120039/>
2. 學英文, 學英文的方法, 英文會話與口說。2018年3月15日，取自 <https://www.learning-english-onlines.com/>
3. 林玥秀（2009）。IWB 融入英語低成就學生補救教學。國立雲林科技大學（未出版之碩士論文），雲林縣。
4. 陳幹忠（2006）。資訊融入國小學生英語教學之行動研究。國立高雄師範大學，高雄市。
5. VoiceTube。2020年1月13日。如何提升英語口說能力？精選4款實用 App，適合工作超忙的你。取自 <https://www.managertoday.com.tw/english/view/59096>