

# 超级奶爸约翰小传（上）

原创 超级奶爸约翰 五宝爸约翰聊英语 2021年9月4日 11:42

大家好，我是超级奶爸约翰老师，终于等到了可以开留言的公众号，我决定给所有关注我的粉丝一个见面礼，就是这个超级奶爸小传。

我的故乡位于湖南省常德市西北部一个小山村，紧邻澧水。著名诗人屈原在《九歌·湘夫人》中写道：沅有芷兮澧有兰，思公子兮未敢言，诗中提到的澧水就是这个。经过了几千年，澧水依然源源不断的滋养灌溉着两岸澧水平原的万亩良田，使其成为丰富的鱼米之乡。童年的生活是幸福的，因为我们家三面环山，前面是几口大水塘，这是我们童年的乐园。在童年做的最多的事情就是上山探险，下水摸鱼。每次上山，都会有新的发现，可能是一串野果，也可能是偶遇一只野兔或者一篮蘑菇。



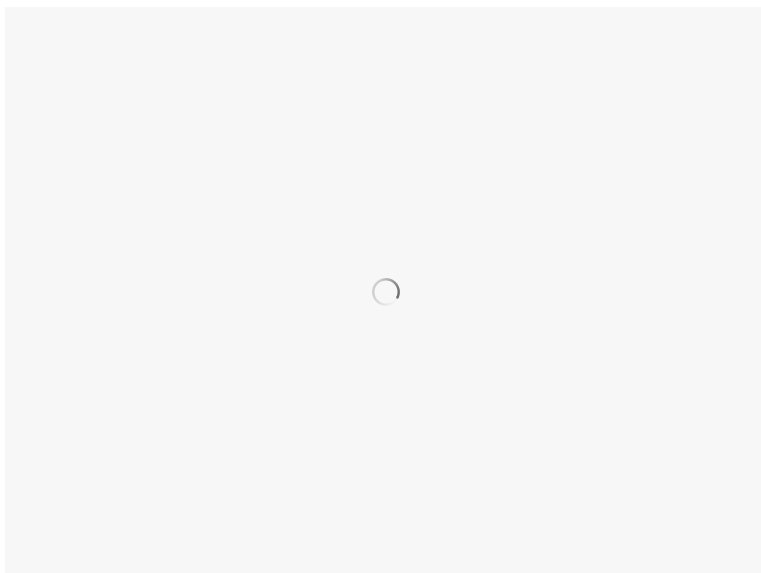
这是我们家乡盛产的枞树菌，非常美味

当然也会遇到危险，有时候会碰到蛇，或者在爬树过程中从树上摔下来。我记得有一次爬上一颗松树，给家长砍柴火，不小心从树上摔下来，很长时间没有顺过气来，真的是感谢上天的保守。这些特别的经历深深塑造了我爱冒险的性格，锻炼了我身体的协调性与灵活性，大大激发了我的想象力，同时也深深影响了我的对孩子们的教育观。

小学的前四年，是在村里的小学读的。学校离家不远，翻过我们家后面的小山就到了。我们那里属于丘陵地带，山都不高，从家里翻过山走到学校也就一刻钟的路程。每天早上，背上书包，穿过林间小道，就去学校了，我经常选择不同的路线，这也培养了我

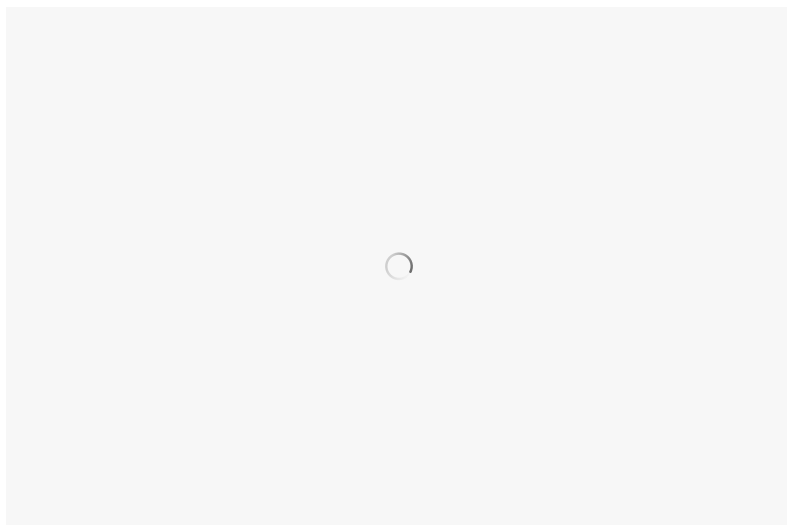
我不循规蹈矩性格，因为每一次走新路线都有新的发现和收获。

文中音频



后来，在五年级的时候，我们村里学校因为学生人数太少，被撤掉了，我们所有同学只能去隔壁村学校上学，上学的距离变远了，途中要经过一条小河和一条铁路。依稀记得，我和小伙伴们经常把铁钉放在铁轨上，让火车轮子压成刀片形状，成为我们小时候的玩具。学校里面有一个图书馆，我们经常去里面借书，借到的书就在回家路上找一块草地，读完了再回家，一边读书，一边遐想着自己的未来。

在我的记忆中，童年的生活都是非常幸福的，没有作业压力，我上面有两个堂姐，都很照顾我，当我作业无法完成时甚至帮我做一下，可以说在小学阶段都没有操心过学习，学习成绩不好不坏。但我奶奶经常告诉我，一定要好好读书，在村里面的孩子，只有好好读书，以后才会有出息。虽然当时不是特别懂，但奶奶的嘱托深深的印刻在了我的心里面。



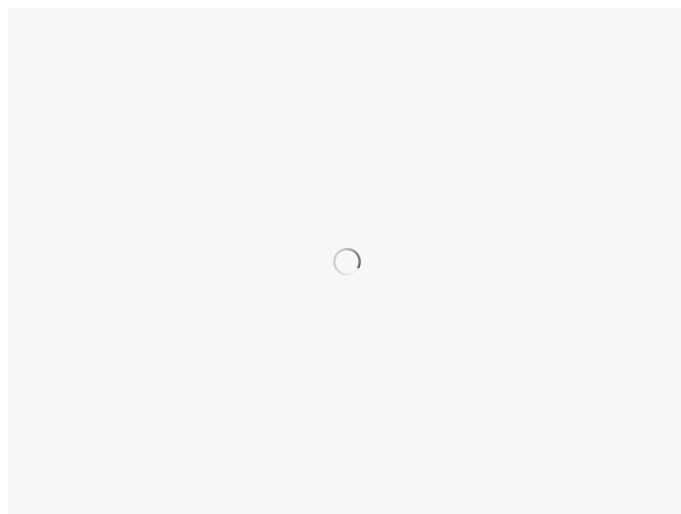
小时看到火车轨道通向远方，引发了对外面世界的无线遐想

■ 文中音频

我们是初一才开始学英语，记得第一次课之后，伙伴们在吃饭的时候，开始讨论第一次学英语的感受。Good morning 是早上好的意思，Good afternoon是下午好的意

思，从小在山沟沟里生活的我们在此之前从来没有接触过英文，对这个陌生的语言充满了好奇。我们的英语老师非常的有教学经验，虽然是用传统的语法教学法，但老师会经常带领我们读课文。虽然发音不是特别标准，但老师的热情感染了我们每一位同学，让我们知道多朗读英语的重要性。但因为当时学英语主要用来考试，所以，没有花太多时间练习口语，口语发音当然也是很中式的。

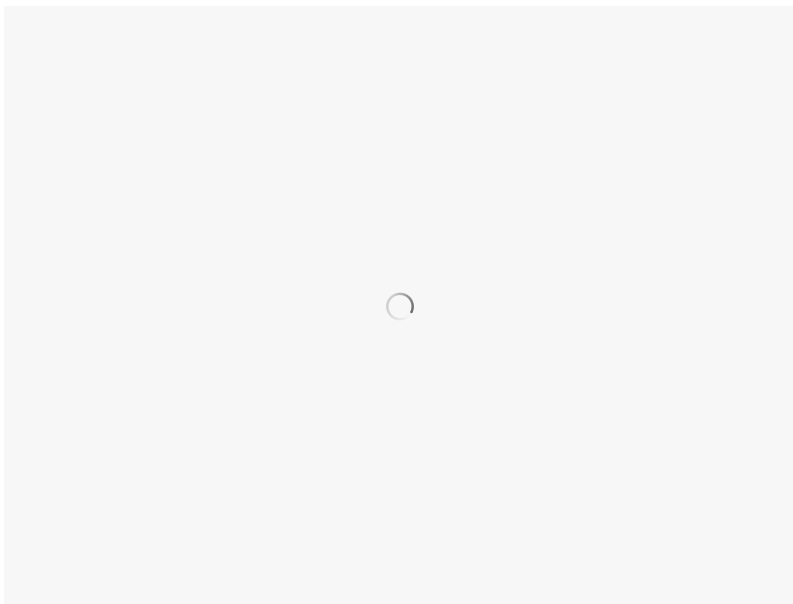
在我们那个年代，分数为王，大家一门心思想的都是提高自己的分数，好考一个好的高中和大学，因为这是改变我们命运的惟一的道路。对于如何正确的掌握和学习好英语这门语言是完全没有概念的，因为我们所见所闻的太有限了。从来没有觉得说一门流利的英语会对我们的人生和命运产生多大的改变。虽然那时也有听力考试，平时也会练习听力。但一方面考试的听力材料是非常的无趣，没有想过要跟读的冲动。平时在早读的时候，我们很多同学读英文都是默读的，当然也不会注意语音语调了。当时为了学英语，我爸爸给我买了一台复读机，但更多的时候是用来听流行歌曲了。



小时候用过类似的步步高复读机

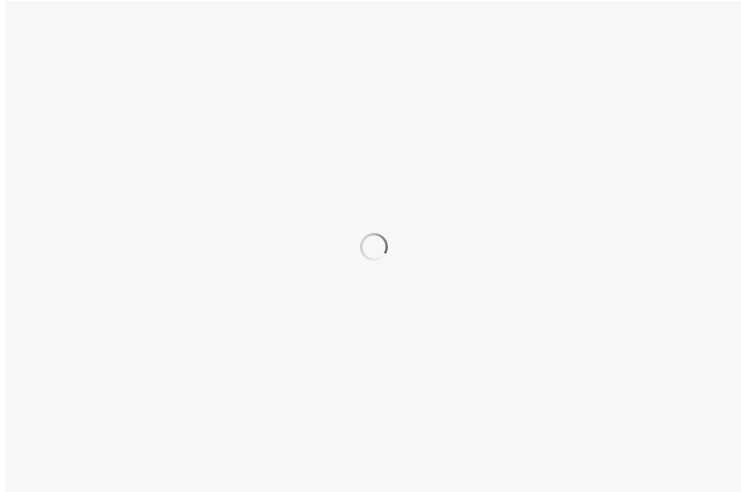
第一次改变是因为李阳团队的到来。

印象最深的一次触动来自于高三时期李阳团队来我们学校的演讲，全校师生齐聚操场。首先听了一场关于感恩父母的演讲，之后听了一场关于英语学习应该大声喊出来的演讲，同时演讲人（不是李阳老师本人）带领大家一起喊了若干遍 It is very important to practice English everyday. 我人生第一次看到一个中国人可以把英语发音发到那个水平，心里充满的只有羡慕。直到现在，我依然能在脑海中浮现当时激动的场面。演讲结束，很多同学都买了书，我也不例外，买了一本《李阳标准美语发音宝典》，梦想着能接下来好好练习英语，说一口流利的英语。但几天之后，这股热情就消失了。但这次演讲虽然没有让我学好英语，但确实让我意识到了学好一门英语，尤其是英语口语的重要性。现在看来，这件事情在意识层面触动了我，在理念层面改变了我对英语学习的认识，但因为并没有持续的教练的指导和跟随，以及不断的反馈，这件事情一定是不会成功的。到后来进入大学之后，另一件事情，再一次真实的改变了我的英语学习轨迹。



在大学期间，我依然没有放弃学好英语口语的念头。经常拿着当时在高三演讲之后买的《李阳标准美语发音宝典》，对的，这本书被我一直珍藏着。希望借此宝典有一天自己的英语发音能脱胎换骨。我常常在课余时间，拿着这本发音宝典，跑到郑州轻院里僻静的地方，大声的朗读英语。但除了让我的声音更大，对我英语发音的提升是微乎其微的。很快，功夫不负有心人，一次改变的机会就来了。

大二时期，一次偶然的机会，看到一个校内口语培训学校的招生演讲。心想着真要学习口语，要是老师带领就更好了。怀着期盼的心情，当天晚上我去参加了演讲会。这次演讲和当时李阳团队的演讲完全不一样。听完李阳团队的演讲，像打了一次鸡血，内心情绪涌动，但对究竟能否学好英语，方法是否科学，没有太多的思考。但这次听完老师的演讲之后，之前在躁动的心变得非常平静，我从内心深刻意识到，这是一次值得被抓住的机会。当天晚上就报了名，之后开始了我在大学最激动的学习之旅。



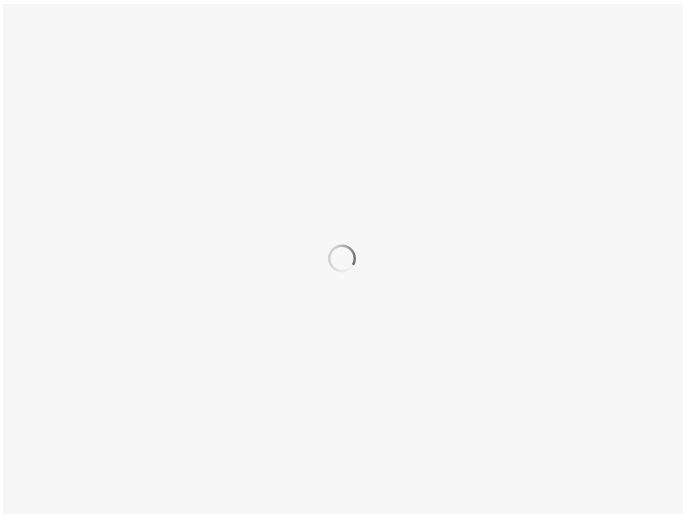
每天早上的晨读，是当时的一道亮丽的风景线

■ 文中音频

随着学习的展开，我慢慢了解到，这个学校明教中加英语口语学校，创办人是杨连群老师，毕业于大连外国语学院。杨老师不经常来这边，只是偶尔会来给我们演讲，具

体的事务和管理都是由两位校长总体负责。因为用着学校的场地，我们的学费并不贵，一个学期大约300元左右，中加英语口语学校的口语训练方法来自于大连外国语学院。其核心教学思路通过科学的朗读训练，可以通过以下五步来总结：

固定口型：先摆好口型，再开始发音。英语发音，每一个音标都有特定的口型和发音位置，只有首先固定好每个英语音标的口型和发音位置，方能让人听起来地道准确。每天早上朗读之前和朗读之后，发一遍国际音标是必须的流程。事实证明，这是一种极佳的刻意训练的方式。每周学习的安排是每天早上早读40分钟，时间是6:40-7:20，周六或周日上一天课程。



慢读训练：发完音标之后就进入由老师带领的慢读训练，慢读训练是为了将正确的音标发音运用在句子和单词中，在慢读时也要注意每个音标发音的口型和位置。在慢读时同时注意句子的节奏和重音，千万不能随心所欲的读，而不注意口型，否则英语发音固定不住，也难以发生质的变化。这个和学习武术一样，必须先打好基本功。经过了大约一年的持续训练，我的英语发音取得了脱胎换骨的变化。

在学习之前，我的发音是这样的。以 I wish I could become more beautiful 为例。

学习之后，我的发音是这样的。

学习前的发音

五宝爸约翰聊英语

3秒



学习后的发音是这样的

学习后的发音

五宝爸约翰聊英语

4秒



文中音频

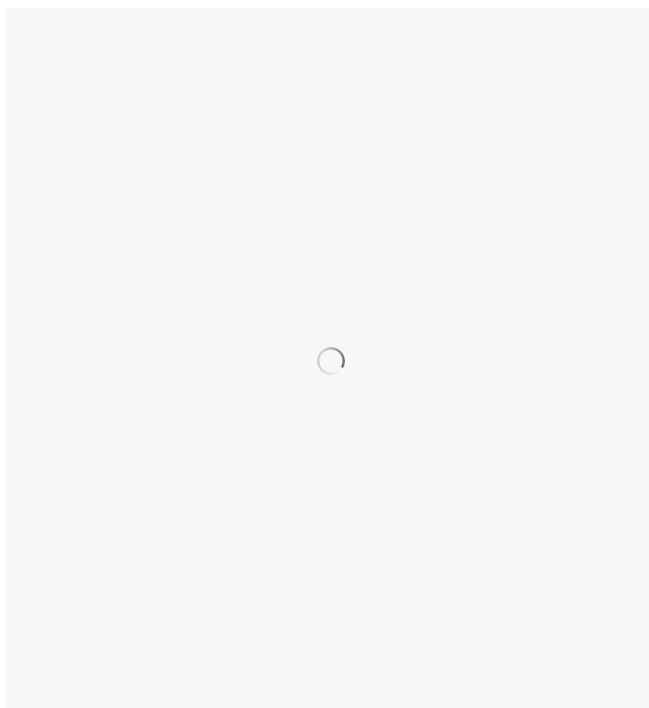
控制气息：英文发音和汉语发音方式非常大，汉语发音主要靠嗓子，英语发音则是靠气息，这个和唱歌的原理相似。很多成人的英语发音不好，主要是没有掌握气息发音的要领，当时我们在慢读之前要有意识调动丹田之气，当气息运用得当，及时读一天课文，嗓子也不会嘶哑，但如果气息运用不当，嗓子很容易受伤。

变换速度：慢读只能让我们把句子读准，但不能解决发音流利的问题。要想在口语交流中能自如流畅，就需要变换不同的速度来朗读，这是在掌握发音准确度前提下的提升训练。

在中加英语口语学校的时光是我在大学期间最值得怀念的时光，因着在中加英语学校的学习和训练，我不仅彻底改变了我的英语发音面貌，同时养成了自律，因为我们每天要早晨6:40-7:20朗读，我们必须6:00准时起床，这在当时我们的宿舍是很少见的。正是因为在中加学校的训练，从此，我的英语学习走上了正确的轨道。为之后成为一名英语老师埋下了一颗种子，也正是在中加，我交到了很多伴随并且让我受益一生的朋友和导师，感恩中加，怀念中加。

到现在为止，我已经从事英语教育十年时间，所教授和指导的学生上千名，在这十年的时间里，从英语学习者，成为一个英语教授者，这是两个完全不一样的领域。在下一篇文章中，我将介绍过去十年期间对英语教学的反思与实践，以至于最终搭建出完善的家校共学翻转课堂和社群生态的高效学习架构。如果您也想看，请关注我的公众号，同时点个在看，敬请期待。如果您也有自己的英语学习故事，欢迎留言，一起交流。

我是超级奶爸约翰老师，十年英语教育从业者，为了更好的帮助各位家长在家英语学习，我开启了家庭英语学习的免费直播答疑，目前已有几百人入群学习，家长收获巨大，截图为证。



同时为了更好的帮助家长在家进行英语启蒙学习，我们组建了家庭英语训练营，给您提供完善的英语学习理念，方法和资源，让家庭英语启蒙变得简单高效，有需要家长扫码加我微信一起交流。

