

ИНОСТРАННЫЙ ДЛЯ ПОЛНЫХ НУЛЕЙ

С. А. Матвеев

Английский самоучитель для полных нулей



Издательство АСТ
Москва

УДК 811.111(075)
ББК 81.2Англ-9
МЗЗ

Матвеев, Сергей Александрович.

МЗЗ Английский самоучитель для полных нулей /
С. А. Матвеев. — Москва : Издательство АСТ, 2026. —
224 с. — (Иностранный для полных нулей).

ISBN 978-5-17-187386-8

Вы давно хотите выучить английский язык, но не знаете, с чего начать? Этот самоучитель создан специально для тех, кто приступает к занятиям с абсолютного нуля или хочет восстановить забытые знания.

Шаг за шагом вы познакомитесь с алфавитом и правилами чтения, освоите полезную лексику, разберётесь в основных грамматических конструкциях и временах английского языка. Все правила объясняются просто и доступно, а новые слова сопровождаются транскрипцией и переводом. В каждой теме предусмотрены упражнения для отработки и закрепления изученного материала.

Практические уроки помогут подготовиться к общению в путешествии, магазине, ресторане, отеле, на работе и в других повседневных ситуациях. А ответы в конце книги позволяют самостоятельно проверить знания.

УДК 811.111(075)
ББК 81.2Англ-9

ISBN 978-5-17-187386-8

© Матвеев С. А., 2026
© ООО «Издательство АСТ», 2026

Предисловие

Если вы открыли эту книгу, скорее всего, вы давно хотели выучить английский язык, но каждый раз находилась причина отложить это «на потом»: не было времени, казалось слишком сложно, пугали непонятные правила или воспоминания о школьных уроках, где всё звучало запутанно и строго. Возможно, вы честно считаете себя «полным нулём» и думаете, что начинать уже поздно, или что у вас просто нет способностей к языкам. Но самое важное заключается в том, что способность к языкам — не врождённый талант избранных, а навык, который развивается постепенно и вполне предсказуемо, если действовать системно и спокойно.

Мозг человека обладает нейропластичностью, то есть способностью формировать новые нейронные связи в любом возрасте. Каждый раз, когда вы читаете новое английское слово, произносите непривычный звук или строите предложение по новой модели, в мозге формируются и укрепляются связи между нейронами. Сначала это требует усилий, потому что дорожка ещё «не протоптана», но при регулярном повторении она становится всё шире и надёжнее, а процесс — всё более естественным. Именно поэтому регулярность важнее вдохновения, а небольшая еже-

дневная практика эффективнее редких, но изматывающих марафонов.

Этот самоучитель создан специально для тех, кто начинает с абсолютного нуля или считает, что всё давно забыл. В нём нет сложных лингвистических терминов, длинных академических формулировок и перегруженных таблиц. Мы будем двигаться шаг за шагом: от алфавита и произношения к первым простым предложениям, от базовых фраз к полноценным рассказам о прошлом, настоящем и будущем. В книге последовательно разобраны шесть ключевых времён английского языка — Present Simple, Present Continuous, Past Simple, Past Continuous, Future Simple и Present Perfect, — они будут появляться как удобные инструменты для выражения мыслей в реальной жизни.

Язык — это не экзамен и не соревнование на безошибочность, а средство общения. Миллионы людей по всему миру говорят на английском с акцентом, делают ошибки и иногда подбирают слова дольше, чем хотелось бы, но при этом успешно работают, путешествуют, знакомятся и строят карьеру. Ваша цель — не стать идеальным носителем, а научиться ясно выражать свои мысли и понимать других. Ошибки в этом процессе неизбежны и даже необходимы, потому что именно через них мозг корректирует и укрепляет новые знания.

Структура каждого урока в этой книге проста и логична: сначала вы получаете понятное объяснение грамматической темы, затем знакомитесь с необходимой лексикой, а после этого закрепляете материал

через упражнения, которые постепенно усложняются. Такой порядок выбран не случайно: знания лучше усваиваются, когда теория сразу подкрепляется практикой, а новая информация связана с реальными жизненными ситуациями. Поэтому вы будете говорить о себе, своём дне, своей семье, работе, планах и воспоминаниях — то есть о том, что действительно имеет значение.

Не стоит пытаться пройти весь учебник за рекордно короткое время. Намного эффективнее уделять занятиям по двадцать или тридцать минут в день, чем устраивать редкие, но утомительные «рывки». Мозгу нужно время, чтобы обработать информацию и встроить её в уже существующую систему знаний. Постепенность — ваш союзник, а не препятствие. Когда вы заметите, что начинаете понимать фразы без перевода и автоматически строить простые предложения, вы почувствуете тот самый момент прогресса, который вдохновляет продолжать.

Возможно, сейчас английский кажется вам чем-то далёким и сложным, но в ходе регулярной работы вы сможете смотреть короткие видео с субтитрами и понимать общий смысл, переписываться простыми сообщениями, поддерживать базовый разговор в поездке и рассказывать о себе без внутренней паники. Всё это — закономерный итог последовательного обучения.

Уверенность формируется постепенно. Вы начинаете с нуля, но ноль — это всего лишь точка отсчёта. Дальше всё зависит от регулярности,

терпения и готовности делать маленькие шаги каждый день. Если вы позволите себе двигаться вперёд спокойно и без лишнего давления, английский язык перестанет быть абстрактной сложностью и станет понятным инструментом, который расширяет возможности и открывает новые горизонты.

УРОК 1

Алфавит и звуки

В этом уроке мы познакомимся с английским алфавитом и посмотрим, как читаются буквы.

ГРАММАТИКА

Английский алфавит

В английском языке 26 букв. Однако звуков в английском значительно больше — около 44. Это означает, что одна и та же буква может передавать разные звуки, а один и тот же звук может записываться разными буквами.

Буква — это графический знак, звук — это то, что мы произносим. Названия букв записываются с помощью международной фонетической транскрипции (IPA). Транскрипция обычно заключается в квадратные скобки [].

Английский алфавит	
Буква	Название буквы
A	[eɪ]
B	[bi:]
C	[si:]

Английский алфавит	
Буква	Название буквы
D	[di:]
E	[i:]
F	[ef]
G	[dʒi:]
H	[eitʃ]
I	[aɪ]
J	[dʒeɪ]
K	[keɪ]
L	[el]
M	[em]
N	[en]
O	[əʊ] (BrE) / [oʊ] (AmE)
P	[pi:]
Q	[kju:]
R	[ɑ:] (BrE) / [ɑ:r] (AmE)
S	[es]
T	[ti:]
U	[ju:]
V	[vi:]
W	[ˈdʌblju:]
X	[eks]
Y	[waɪ]
Z	[zi:] (AmE) / [zed] (BrE)

BrE — это британский английский, AmE — американский английский. В этой книге ориентация идёт, в основном, на британский вариант английского языка.

Нужно иметь в виду, что, например, название буквы A — [eɪ], но в слове cat она читается как [æ]. Название буквы и её звук в слове — это разные вещи.

Гласные и согласные

Гласные буквы: A, E, I, O, U

Иногда буква Y может передавать гласный звук (например, в слове my — [maɪ]).

Согласные — все остальные буквы.

В английском гораздо больше гласных звуков, чем гласных букв. Например:

[æ] — cat

[ʌ] — cup

[ɪ] — big

[i:] — see

[e] — pen

[ɒ] — dog

Поэтому при чтении мы ориентируемся не только на буквы, но и на транскрипцию.

Основные английские звуки

Некоторые звуки в русском языке отсутствуют.

[æ] — широкий передний гласный: cat — [kæt]

[ʌ] — краткий центральный звук: cup — [kʌp]

[ɪ] — краткий гласный: big — [bɪg]

[θ] — глухой межзубный звук: think — [θɪŋk]

[ð] — звонкий межзубный звук: this — [ðɪs]

[w] — губно-губной звук: we — [wi:]

Важно! Старайтесь не заменять [θ] на [c] или [t], а [ð] на [з] или [d]. Это разные звуки.

Примеры чтения простых слов:

Слово	Транскрипция
cat	[kæt]
dog	[dɒg]
pen	[pen]
name	[neɪm]
big	[bɪg]
time	[taɪm]
home	[həʊm]
bus	[bʌs]

ЛЕКСИКА

Английское слово	Транскрипция	Перевод
name	[neɪm]	имя
my name	[maɪ neɪm]	моё имя
your name	[jɔ: neɪm]	твое имя
first name	[fɜ:st neɪm]	имя
last name	[lɑ:st neɪm]	фамилия

Страны

Английское слово	Транскрипция	Перевод
Russia	[ˈrʌʃə]	Россия
USA	[ˌjuː es ˈeɪ]	США
England	[ˈɪŋɡlənd]	Англия
Germany	[ˈdʒɜːməni]	Германия
France	[frɑːns]	Франция
Spain	[speɪn]	Испания
Italy	[ˈɪtəli]	Италия
China	[ˈtʃaɪnə]	Китай
Japan	[dʒəˈpæn]	Япония
Brazil	[brəˈzɪl]	Бразилия

20 простых слов

Английское слово	Транскрипция	Перевод
big	[bɪɡ]	большой
book	[bʊk]	книга
box	[bɒks]	коробка
cat	[kæt]	кошка
cup	[kʌp]	чашка
dog	[dɒɡ]	собака
fish	[fɪʃ]	рыба
house	[haʊs]	дом
ice	[aɪs]	лёд

Английское слово	Транскрипция	Перевод
lamp	[læmp]	лампа
map	[mæp]	карта
milk	[milk]	молоко
name	[neim]	имя
no	[nəʊ]	нет
pen	[pen]	ручка
phone	[fəʊn]	телефон
red	[red]	красный
small	[smɔ:l]	маленький
sun	[sʌn]	солнце
yes	[jes]	да

УПРАЖНЕНИЯ

1.1

Прочитайте слова вслух:

cat (кошка)

cup (чашка)

big (большой)

pen (ручка)

dog (собака)

milk (молоко)

fish (рыба)

map (карта)

sun (солнце)

box (коробка)

1.2

Найдите гласные буквы:

A, B, E, T, O, M, I, S, U, L

1.3

Соедините слово и транскрипцию:

- | | |
|--------|----------|
| 1) cat | a) [bɪg] |
| 2) cup | b) [kʌp] |
| 3) big | c) [kæt] |
| 4) pen | d) [pen] |
| 5) dog | e) [dɒg] |

1.4

Напишите своё имя по буквам.

Пример:

Anna → A-N-N-A

Mark → M-A-R-K

.....

1.5

Мини-диктант: прочитайте слова 2 раза, затем закройте текст и напишите их:

big	[bɪg]	большой	
book	[bʊk]	книга	
name	[neɪm]	имя	
no	[nəʊ]	нет	
phone	[fəʊn]	телефон	

red	[red]	красный	
small	[smɔ:l]	маленький	
yes	[jes]	да	
ice	[ais]	лёд	
lamp	[læmp]	лампа	

УРОК 2

Правила чтения

В этом уроке мы начинаем осваивать систему чтения английских слов. Английское правописание не всегда «прямое», но в нём есть закономерности. Сегодня мы разберём:

- короткие и длинные гласные;
- правило «немой е»;
- буквосочетания sh, ch, th, oo.

ГРАММАТИКА

Краткие и длинные гласные

В английском языке есть различие между краткими и долгими гласными звуками. Долгота в транскрипции обозначается знаком-двоеточием [:].

Краткие гласные

Буква	Звук	Пример	Транскрипция
А	[æ]	cat (кошка)	[kæt]
Е	[e]	pen (ручка)	[pen]
І	[ɪ]	big (большой)	[bɪg]
О	[ɒ]	dog (собака)	[dɒg]
U	[ʌ]	cup (чашка)	[kʌp]