

АНГЛИЙСКИЙ ЛЕГКО И БЫСТРО

НЕЙРОМЕТОДИКА
СЕРГЕЯ ЧЕ



УДК 811.111(075.4)
ББК 81.2Англ-9
Ч-46

Сергей Че.

Ч-46 **Английский легко и быстро. Нейрометодика / Сергей Че.** – Москва : Эксмо, 2026. – 224 с. – (Блогеры-эксперты. Учим иностранный с удовольствием).

ISBN 978-5-04-224016-4

«Английский легко и быстро» – это пособие по английскому языку, основанное на методике опытного преподавателя, тренера по речи и автора собственного курса Сергея Че, которому доверяют более 350 тысяч учеников по всему миру. Вместо заучивания правил и списков слов вы будете тренировать речь и память через живые примеры и повторение в контексте.

Пособие поможет сформировать активный словарный запас, освоить ключевые грамматические и речевые конструкции и постепенно переходить к свободному и уверенному общению на английском языке. Эта книга идеально подойдет для тех, кто давно изучает язык, но испытывает трудности с разговорной речью и боится учить заново и говорить!

УДК 811.111(075.4)
ББК 81.2Англ-9

ISBN 978-5-04-224016-4

© Чередниченко Сергей, текст, 2025
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
Запоминание слов	7
Понимание на слух	10
Произношение	12
Грамматика	13
Практическая часть	17
Ключевые глаголы	17
to do	17
to have	27
to be	38
to get + существительное	46
to get + наречие места	50
to get + прилагательное или причастие	52
to get + V _{ing}	54
to get + to do something	55
to make	58
to take	68
to give	75
to go	81
to come	88

to keep	92
to catch	97
to bring	101
to look	106
to see	110
to watch	114
to say	118
to tell	121
to talk	125
to speak	128
О себе и других	132
Место жительства	141
Бытовые вопросы	146
Семья	155
Животные и растения	165
Работа	174
Рабочие процессы	180
Обучение	186
Путешествия	192
Покупки	199
Аренда	207
Экстренные службы	213
Заключение	219

ПРЕДИСЛОВИЕ

Insanity is doing the same thing over and over again but expecting different results.

Безумие – делать одно и то же снова и снова и ожидать разных результатов.

Альберт Эйнштейн

Как и многие люди, возможно, как и вы, дорогой читатель, английский язык я изучал в обычной школе, потом в вузе. После экзаменов все знания выветрились.

И когда я впервые отправился за границу, ничего не смог вспомнить. Общался через переводчик. Мне было 27 лет и я думал, что смогу быстро восстановить знания. Ведь в интернете так много хороших книг и полезных видео, стоит только начать.

Позднее я пробовал учить английский разными способами, прикладывал много усилий – ничего не помогало. Выученные слова быстро забывались, на слух я понимал только короткие простые фразы, постоянно переводил в голове и долго думал, прежде чем что-то сказать. За три года я научился уверенно произносить: **My name is Sergey, nice to meet you.** Остальные предложения рождались в мучениях. В какой-то момент я признал себя «неспособным».

Но меня не отпускал вопрос: как люди вообще учатся говорить и понимать друг друга? Как работает память и мышление? Я отложил учебники по английскому и взялся за психологию. И тут всё встало на свои места: стало понятно, что нужно делать, чтобы увеличить словарный запас, заговорить и научиться понимать на слух.

Через три месяца тренировок по новой методике я наконец начал говорить и понимать носителей языка. Ещё через год уже преподавал таким же «неспособным», каким когда-то был сам.

С тех пор я побывал в 20+ странах, пожил в США в период пандемии и создал несколько курсов изучения английского языка естественным способом — без учебников, зубрёжки и скучных домашних заданий. Сотни тысяч людей каждый день используют мои упражнения для развития речи, слуха и памяти.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Обязательно посмотрите видеоурок!

QR-код вы найдёте на странице 25 с заданием к первому модулю.

В этом видео вы узнаете простые и рабочие способы быстро запоминать слова и легко строить грамотные предложения — без зубрёжки правил грамматики.

Перейдите к заданию в конце первого модуля. Отсканируйте QR-код и получите доступ к видеоуроку: я разбираю примеры к заданию и показываю, как улучшить произношение, понимание на слух и увеличить активный словарный запас.

Пособие подойдёт тем, кто давно учит английский, но до сих пор с трудом говорит и плохо понимает на слух. Уровень A2-B1. В книге использовано более 1300 самых популярных английских слов. Большинство из них вы знаете. Остаётся научиться пользоваться ими в разговоре.

В видео я разбираю только примеры для первого задания. Этого будет достаточно, чтобы понять, как работают упражнения, которые приведут вас к результату в изучении английского языка.

ЗАПОМИНАНИЕ СЛОВ

В школе нас учили зубрить стихотворения, даты и формулы. Большая часть этих знаний исчезла сразу после экзаменов. Осталось то, что иногда использовалось, и то, что запомнилось с эмоциями и сопутствующими воспоминаниями.

Праздничные даты, формулу воды, $E=mc^2$, таблицу умножения и первые восемь строк «У лукоморья» вы, скорее всего, помните до сих пор. С остальным не всё так радостно.

Рецепт эффективного запоминания прост. Надолго запоминается только то, что периодически используется. А быстро вспоминается то, чем пользуются чаще всего.

В изучении языка важнее тренировать навык вспоминания, а не запоминания. Согласитесь, приятно осознавать, что в нужный момент можно легко и без паузы вытащить слово прямо из головы.

Механизм работает в три этапа.

- 1 **Сбор:** в течение дня вы узнаете новые слова из курса, книг, фильмов, сериалов, песен, подкастов и публикаций.
- 2 **Сортировка:** если слово пригодилось в разговоре в тот же день, мозг считает его ценным. Не пригодилось – ценность низкая.
- 3 **Консолидация:** ночью мозг решает, что оставить на поверхности памяти, а что убрать в архив. Ваше личное мнение при этом не спрашивают.

Я намеренно отделяю мозг от личности: личность – это результат работы мозга, а не наоборот. Хорошая аналогия: мозг – корова, все мысли, которые он производит, – молоко. Молоко не влияет на решения коровы.

Мозг записывает всё, но вспоминает не всё сразу. Память непостоянна: каждый раз она пересобирается из фрагментов по запросу – так мозг экономит энергию. Любое воспоминание – это синтез старых образов с новым опытом.

Это пособие устроено так, что слова и фразы повторяются в разных примерах и каждый раз в новом контексте. Сегодня встретите слово впервые, завтра – в другом предложении, через неделю – в третий раз. С каждым разом мозг повышает его ценность и переводит в актив. Чем чаще пользуетесь, тем быстрее вспоминается. Заглядывайте в книгу почаще – это работает.

Учить слова списком бесполезно: в лучшем случае вспомните часть списка, но быстро составить из него предложение не получится.

Чтобы слово вспоминалось само в нужный момент, с ним нужно подружиться. Что вы знаете о друзьях? Как минимум их родственников, окружение, что они любят и что терпеть не могут.

Со словами то же самое. Узнайте о каждом слове как можно больше, и это проще, чем кажется:

- Как его произносят носители английского языка: отдельно и в беглой речи, под ударением и без.
- Как оно пишется: произнесите слово по буквам и запишите.
- Какие у него «побратимы» в родном языке: чем больше вариантов перевода, тем точнее складывается образ.

- С какими словами оно сочетается: в этом помогут Collocation Dictionaries (словари словосочетаний).
- Как используется в предложениях: для этого есть контекстные словари.

И всё это в разные дни. Не пытайтесь выучить слово за один раз – так это не работает. Запоминание происходит во сне, всё остальное лишь подготовка к нему.

В видеоуроке, ссылку на который вы найдёте на странице 25, вы узнаете, как правильно работать с примерами, чтобы быстро увеличить словарный запас. Как перевести слова из пассива в актив, чтобы вы могли пользоваться ими в разговорной речи, а не только визуально распознавать в тексте.

Вы познакомитесь с нейроупражнениями, которые помогут вам улучшить разговорную речь, навыки понимания на слух, беглого чтения вслух и письма.

В видео я также рассказал, как связаться со мной и получить больше полезной информации.

ПОНИМАНИЕ НА СЛУХ

Чаще всего, ко мне как к тренеру по речи и лингво-ментору, обращаются по трём причинам:

- 1 «Давно учу английский, ничего не помогает. Вы моя последняя надежда. Нужно срочно».
- 2 «Не понимаю, что мне говорят. Сплошная «каша», особенно в беглой речи».
- 3 «Хочу говорить уверенно, бегло, красиво, с правильным произношением и приятным акцентом.»

Все три проблемы решаются тренировкой речи.

Я, как тренер, разбираю примеры, многократно проговаривая слова и фразы с разной скоростью, акцентируя внимание на артикуляции (движение языка, губ и нижней челюсти) и сложных участках речи.

Вы повторяете и запоминаете речевые конструкции сразу с правильным произношением. Я показываю, как слова произносятся отдельно и в составе фразы. Так вы учите свой мозг воспринимать слова в беглой речи.

В русском языке не так много слов, состоящих из одного слога: дом, сам, нос и прочие. И почти любое изменение слова приводит к добавлению второго слога: дома, сама, в носу и пр.

- 10 АНГЛИЙСКИЙ ЛЕГКО И БЫСТРО

В английском языке всё иначе: большинство самых употребимых слов состоят из одного слога и таковыми и остаются.

В беглой речи такие слова «склеиваются» в одно длинное слово. Так как вас учили произносить слова отдельно, в так называемом «сильном» позиции, вы ожидаете услышать именно такой вариант, а слышите другой. Мозг устаёт искать соответствия и отказывается воспринимать речь на слух. Вы понимаете только отдельные слова, чаще всего состоящие из двух и более слогов.

What would you like to order?

Что бы вы хотели заказать?

Вы ожидаете услышать: *вот вуд ю лайк ту одэ (ордер)?*

А слышите что-то вроде: *уауыджилайкта оада (оардр)?*

В некоторых популярных словарях, таких как **Merriam-Webster**, **Cambridge Dictionary** или **Dictionary.com**, есть транскрипция и для «сильной», и для «слабой» позиции. Это помогает, но недостаточно: нужно ещё научиться соединять слова друг с другом, потому что соседние звуки влияют друг на друга.

Яркий пример:

would you – *ууджу или ууджи*

При беглом произношении звуки **d** и **y** сливаются, между ними появляется промежуточный звук **zh**: он помогает говорить быстрее и звучать естественно.

Посмотрите видеоурок, и вы легко разберётесь, как говорить бегло и без усилий понимать живую речь на слух.

ПРОИЗНОШЕНИЕ

Когда я понял, что прямой путь к умению говорить лежит через тренировку речи, я обратился к опыту англоговорящих логопедов.

Оказалось, что несмотря на схожесть произношения некоторых английских и русских звуков, они различаются артикуляцией. И довольно существенно.

Например, в русском языке, мы опускаем нижнюю челюсть, только произнося ударные слоги. А в английском, движение челюсти зависит от произношения конкретных звуков.

Часто встречаются слова с двумя, тремя и даже четырьмя ударными слогами, которые нужно артикулировать, что не свойственно русскому языку! Всё это влияет на взаимопонимание.

Именно работа с произношением помогла мне научиться понимать беглую речь носителей языка и заговорить за 3 месяца.

В США очень популярны курсы по исправлению акцента, но носители английского языка не понимают особенности фонетики русского языка. Поэтому меня периодически приглашают провести мастер-классы для русскоязычных иммигрантов.

Чтобы узнать, как исправить грубые ошибки и научиться правильно произносить сложные английские звуки, посмотрите урок по QR-коду в задании.

ГРАММАТИКА

Грамматика в английском языке простая, но логика редко совпадает с русской. Искать прямые аналогии — значит запутаться ещё сильнее.

Английский считается простым не из-за грамматики, а потому что большая часть речи строится по шаблонам. Достаточно знать 200–300 устойчивых конструкций, и вы легко решаете любые бытовые вопросы.

В этом пособии вы узнаете грамматические и речевые паттерны, которые помогут вам строить любые предложения. А если будете выполнять все задания на совесть, научитесь понимать слова и фразы на слух и уверенно пользоваться ими в разговоре.

Понимание логики языка придёт, когда вы начнёте на нём говорить, а не наоборот. А говорить вы научитесь через правильное копирование образцов речи. Именно так вы когда-то заговорили на родном языке. Я называю это «тренировкой речи».

Ваш мозг помнит этот механизм и активно использует его, совершенствуя русский язык. Остаётся лишь «накормить» его образцами грамотной речи носителей английского языка и дать время на переваривание. Можно помогать подсказками и упражнениями из этого пособия. Главное — не мешайте ему лекциями по грамматике. Без лексической базы это пустая трата времени.

Предложения строятся из блоков. Каждый такой элемент передаёт небольшую мысль.

Главный блок говорит о герое и его действии или состоянии, а дополнительные блоки добавляют детали, если они необходимы.

I buy my groceries at the store on the corner.

Я покупаю продукты в магазине на углу.

- ***I buy*** – главный блок – я покупаю,
- ***my groceries*** – дополнительный блок, уточняющий, что я покупаю – продукты,
- ***at the store*** – дополнительный блок, уточняющий, где я это делаю – в магазине,
- ***on the corner*** – дополнительный блок, уточняющий, где находится магазин – на углу.

При желании можно добавить блок с уточнением времени: ***on weekends*** – по выходным.

Разбивая предложения на такие фрагменты и изучая их теми упражнениями, которые вы узнаете в практических заданиях, вы научитесь строить предложения любой длины. Быстро, легко, грамотно и не задумываясь о правилах.

И начнём мы с основы любого предложения – глагола действия. Чтобы вы грамотно и уверенно говорили на английском языке, мы разберём примеры для 20 самых популярных глаголов, которые покрывают до 50% устной коммуникации.

Ваша задача – внимательно читать вслух примеры. Учить ничего не нужно! Мы не учим – мы знакомимся.

Сначала качественно прочитайте вслух английские предложения. Пример я показал в тренировочном уроке. В задании вы найдёте QR-код. Наведите на него камеру телефона, появится ссылка на стра-

ницу с видеоуроком, перейдите по ней, включите видео и повторяйте за мной.

Вам нужно добиться такого эффекта, когда вы будете читать вслух так, как будто говорите, а не читаете.

Во время чтения русского перевода представляйте то, о чём читаете, максимально детально и красочно. Задействуйте как можно больше фантазии и памяти органов чувств: зрения, слуха, обоняния, осязания, вкуса.

После чтения выполните упражнение «Змейка». Это улучшенный вариант популярного упражнения на подстановку слов и фраз – **substitution drill**.

Пример:

Проработав предложение, найдите в нём элементы, которые можно заменить, не нарушая логику.

I do the shopping on Saturday mornings.

Я хожу за покупками в субботу утром.

Здесь без проблем можно заменить ***I*** и ***on Saturday mornings***.

My sister does the shopping twice a month.

Моя сестра ходит за покупками дважды в месяц.

Maria does the shopping after parties.

Мария ходит за покупками после вечеринок.

Чем необычнее пример, тем интереснее придумывать следующий. Вы втягиваетесь в игру и не замечаете, как быстро и легко растёт актив-