

一套为你的英语学习疾速加分的书!!!



顾问 贾元科
主编 秦显贵
审读 Jessica Murray (美)

根据最新《英语课程标准》编写



**A Guide to
Senior English Diary**

英语日记 大全

高中生



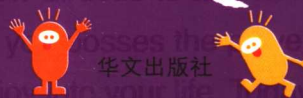
- ◆ 写作习惯渐进式养成 ◆ 写作情感多角度表达
- ◆ 写作方法全方位指导 ◆ 写作能力立体化提高

I feel wonderful!



战略合作伙伴: 腾讯教育
EDU.QQ.COM
内赠“考无忧”试题网

20元 充值卡



华文出版社

我们专注于对态度的影响，对能力的锤炼，对成绩的提升。



根据最新《英语课程标准》编写



**A Guide to
Senior English Diary**

英语日记 大全

高中生



华文出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

英语日记大全·高中生 / 秦显贵主编. —北京: 华文出版社, 2007.9

ISBN 978-7-5075-2138-2

I. 英… II. 秦… III. 英语—日记—高中—选集 IV. G634.413

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第106130号

- 丛书主编: 秦显贵
- 顾问: 贾元科
- 审读: Jessica Murray (美)
- 责任编辑: 丽 慧
- 品牌策划:  赵春霞
- 丛书策划:  刘孟郊
- 封面设计:  胡子
- 内文设计: 张豆豆
- 文字编辑: 董 贞



英语日记大全·高中生

- 出版发行: 华文出版社
(地址: 北京市宣武区广安门外大街305号8区2号楼 邮编: 100055)
- 网络实名: 华文出版社
- 电子信箱: hwcbs@263.net
- 电 话: 010—63370164 63370169
- 经 销: 全国新华书店
- 印 刷: 湛江南华印务公司
(地址: 广东省湛江市霞山区绿塘路61号 邮编: 524002)
- 版 次: 2007年9月第1版
- 印 次: 2007年9月第1版第1次印刷
- 开 本: 880×1230 1/32
- 字 数: 610千字
- 印 张: 20
- 全套定价: 36.00元 (全两册)
- 书 号: ISBN 978-7-5075-2138-2/G·375

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换)

闪亮英语， 闪亮人生

榜样们这样学英语

邓亚萍：英语实现个人的价值

从清华到剑桥：学英语从26个英文字母开始

1997年初进清华时，邓亚萍的英语几乎是一张白纸。为了缩短同别人的差距，她每天学习14个小时，背单词，练听力。作为交换生来到剑桥后，她面临着更大的挑战，付出了几倍于常人的努力。功夫不负有心人，当她在毕业典礼上用流利的英语致词时，所有人都在为她鼓掌。

从硕士到博士：看她的学习劲头就知道她是世界冠军

2001年，邓亚萍来到诺丁汉攻读硕士。连老师都说，看她的学习劲头就知道她是世界冠军。2002年硕士毕业后，萨马兰奇先生称赞她“拥有了打开世界大门的钥匙”。接下来，邓亚萍开始在剑桥攻读博士。正像她所做的那样，她的座右铭是：“我没有理由做不好”。



乒乓球世界冠军

邓亚萍的闪亮人生：

第41届世乒赛女子单打冠军，第25、26届奥运会女子乒乓球单打和双打双料冠军。

成功要素：

兴趣，规划，勤奋。



著名国际影星

周润发的闪亮人生：

生于1955年，18岁入行，代表作有《上海滩》、《英雄本色》等，40岁去好莱坞发展。

成功要素：

勤奋，坚持，习惯。

周润发：英语是助跑人生的动力

40岁开始学英语的国际巨星

周润发学英语是从40岁开始的。在此之前，他的英语基础很差，完全不能用英语沟通。直到他拍摄第一部英语片《血仍未冷》时，才被“逼上梁山”。

学英语有如悬梁刺股

周润发后来总结道：“学念英语剧本，首先要勤练会话。”为了学好英语，周润发使出了悬梁刺股的劲头，他用筷子把舌头卷住来发音，经常收看英语频道节目，以增强英语听说能力。到1999年拍《国王与我》时，他终于获得了成功，在好莱坞立住了脚跟。周润发对年轻人的寄语是：“我希望年轻一代都可以不怕辛苦，为了理想努力去实现目标。”



感悟榜样人生，
掌握成功要素



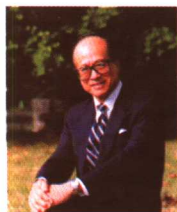
李嘉诚：英语练就超凡的毅力

学英语几乎走火入魔

李嘉诚的英语水平很高，发音和用词都很到位，比他的普通话和广东话都要好，这样的成绩源于他的努力。学生时代的李嘉诚，学英语几乎到了走火入魔的地步。上学的路上，他边走边背单词。夜深人静，他独自跑到屋外的路灯下读英语。每天在茶楼工作10个小时，他仍坚持学习英语。

学习习惯几十年如一日

晚年李嘉诚仍保持着良好的学习习惯。现在，他每天晚上都要看英语节目，跟着字幕大声朗读。他对听力、口语和阅读的重视，以及好学、坚持的精神，都是值得我们学习的。



全球华人首富

李嘉诚的闪亮人生：

生于1928年，14岁投身商界，22岁正式创业，资产130亿美元，热衷于慈善事业。

成功要素：

勤奋，规划，坚持。



俄罗斯总统

普京的闪亮人生：

生于1952年，毕业于列宁格勒大学，2000年当选为俄联邦总统，2004年连任总统。

成功要素：

习惯，方法，坚持。

普京：英语是重要的交流工具

方法与坚持成就他的英语

普京下定决心学习英语，是在成为俄罗斯总统之后。因为要同各国的领导人交流，他从莫斯科某大学聘请了一位英语老师来教授他的英语。这位老师将速成法和传统教学法结合起来，使得普京的进步很快。而且，他坚持每天学习英语，无论政务多么繁忙，从不间断。

他的英语获得全世界的好评

2001年，在与美国总统布什的会晤中，他的英语获得了赞赏。2003年，普京应邀对英国进行正式访问。离英前，女王伊丽莎白二世接见他。在与女王的交谈中，普京一直使用英语，他那纯正的英语给女王及其陪同人员留下了深刻的印象。

闪亮英语，

闪亮团队

剖析学习理念，了解专家团队

闪亮英语学习理念

经多年英语教学研究，闪亮英语的专家团队首度提出英语学习**4D**论。



Destination，提倡目标学习，主张规划论。

专家认为，学英语需要立志。不同阶段的英语需要不同的规划。规划，能够激活每个学生体内潜伏的“英语高手DNA”。有了目标的指引，英语学习将一路畅通。



Dynamism，提倡活力学习，主张兴趣论。

专家认为，每个学生都需要用快乐的心态面对英语。全身心投入到英语学习中，让自己产生浓厚的兴趣，英语学习会逐渐变得轻松而高效。



Development，提倡探究学习，主张方法论。

专家认为，每个学生都要保持一颗爱探究、爱钻研的心。这样，学习中的疑问便会越来越少。少了令大家头痛的绊脚石，英语成绩自然会得到稳步的提升。



Diligence，提倡勤奋学习，主张练习论。

专家认为，想要战胜困难，实现目标，没有勤奋的态度是不行的。只要付出百分百的努力，全面搞定英语学习是必然的结果。

专家顾问团

- **秦显贵**，多次荣获“全国优秀教师”和“北京市优秀教师”称号。曾先后兼任国家基础教育实验中心外语教育研究中心研究员、中央教育科学研究所研究员、中国外语学习研究会理事。
- **贾元科**，任教于北京师范大学外文学院，副教授，一直从事中学英语课程改革研究和教学实践的探索，近年来累计培训中学骨干英语教师上万人。
- **张明合**，毕业于北京师范大学，河北省英语特级教师，河北省教育学会会员。曾荣获首届“全国名师”称号，研发出“英语新概念教学法”。
- **Jessica Murray**，美国人，阅读、口语培训专家，曾任职于国内多家知名语言培训中心，并受聘于多所中学从事英语教学工作。
- **余清臣**，教育学博士，任教于北京师范大学教育学院。主要研究方向为教育基本理论，参与多项国家级、省级课题研究。
- **吴跃军**，任教于湖南省长沙市第一中学，现任长沙市一中高三英语备课组组长，培养出多名高考状元。
- **岳印山**，河北省英语特级教师，全国优秀教师，“全国中小学外语教师园丁奖”获得者，培养了数位高考外语类状元、高考状元。
- **陈裕明**，任教于湖北东风教育集团。全国基础教育外语教育研究中心研究员，首批全国外语实验学校名师，多次辅导学生在国家和省级英语竞赛中获奖。

丛书编委会	秦显贵	贾元科	张明合	Jessica Murray	余清臣
	吴跃军	岳印山	刘丽云	周长迎	陈裕明
本册主编	商云云	马 征			
副 主 编	彭汝龙				
编 者	温沈红	曹改利			

闪亮英语，

闪电速加分

内容抢先了解，实现高效学习



闪亮英语加分攻略

进行适度的规划，树立目标——高效学习的法则

能否高效学习，在于你是否会规划自己的学习！

本书这样贯彻对规划能力的培养——

- ① 引导你养成制定学习计划的习惯，用规划来监督自己的学习，提高学习效率。
- ② 建立反思环节，使你能够积极主动地审视自己，检验自己，保持进步。

培养浓厚的兴趣，拥有活力——学好英语的保证

对英语的兴趣并非与生俱来，它是后天培养出来的！

本书这样贯彻对兴趣的培养——

- ① 选文丰富多彩，题材广泛，富有趣味性，使你的学习兴致更加浓厚。
- ② 英语名言、诗歌等知识的融入，体现出英语知识的多元化，激发兴趣。

掌握正确的方法，坚持探究——创造高分的秘诀

方法是一种强大的力量，它是你获得英语高分的捷径！

本书这样贯彻对方法的培养——

- ① 通过对学习方法的渗透，改变不良学习习惯，创造高效英语学习。
- ② 利用课程资源，通过与网站的合作来开拓多种学习渠道，拓展求知途径。

坚持日常的练习，保持勤奋——战胜英语的途径

英语喜欢与勤奋做朋友，努力地学习，成绩会给你同等的回报！

本书这样贯彻对勤奋的培养——

- ① 尤其重视练习的作用，加大练习环节的比重，助你养成勤于练习的习惯。
- ② 讲述名人故事，激励你的英语学习，使你认清学英语无勤奋不可的事实。



因为掌握，所以闪亮

下面的图表是给你的导学提示，为你清晰呈现每一板块的内容和功能，助你提高学习效率，提升英语成绩！

板块名称	内容提要	功能目标
方法攻略	由多篇关于英语日记写作方法的指导类文章组成，分别针对写作思路、技巧等进行阐述。	夯实英语日记的写作基础，掌握绝伦的写作方法，找到写出英语日记佳作的捷径。
分类日记	按照话题的不同，对优秀日记进行分类展示，同时进行多角度、全方位的点评。	了解优秀日记的写作方法及写作特点，接受佳作所带来的熏陶。
原文日记	精选国外中学生的英语日记，贴近生活，彰显个性。	通过欣赏原汁原味的日记，感受异域文化气息，养成表达真情实感的习惯。
英语趣拾	由多篇丰富多彩的趣味性英语小知识组成，关注热点，贴近生活。	更多地了解英语中的趣味知识，改变在英语写作中所面临的缺少素材的窘境。

成为英语日记写作高手，完成蜕变。

闪亮英语，

闪亮的你

了解自我状况，提高规划能力

越测越闪亮

——我的“学商”测试

在学习之前，你需要了解自己的英语学习状况，掌握正确的学习方法。我们为你准备了一组“学商”测试，Now, Let's begin!

- 1 在学习英语时，你是否有明确的目标，最终能否实现这个目标呢？
A. 有，能实现。 B. 有，实现的不多。 C. 没有。
- 2 你每周是否能做到写一两篇100—200词的英语短文？
A. 能。 B. 有的时候能。 C. 不能。
- 3 你喜欢借助网络来扩大知识面吗？
A. 喜欢。 B. 一般。 C. 不喜欢。
- 4 你给朋友邮寄过英语贺卡和英语信件吗？
A. 寄过。 B. 偶尔吧。 C. 没有。
- 5 你是否有听课笔记来帮助复习？
A. 有，经常用。 B. 有，但不怎么用。 C. 没有。
- 6 你在写书面表达之前会先列提纲吗？
A. 会。 B. 有的时候会。 C. 不会。
- 7 写书面表达时，你会注意语法的运用是否正确吗？
A. 会。 B. 有的时候会。 C. 不会。

计分标准：

每题的A项均为3分，B项均为2分，C项均为1分。

“学商”解析：

17—21分，恭喜你，你的“学商”还是蛮高的。这使你在英语学习中如鱼得水，取得好成绩的机率很高，但是不要骄傲哦，继续加油！

12—16分，你很努力，只是没有找到最佳方法。建议你培养主动性和意志力，强化英语学习的效果；注意对学习方法与技巧的吸收，提高英语学习的效率。

7—11分，你的“学商”有些低哦。建议你培养兴趣，让自己爱上英语；明确学习目的，为自己设定一些目标；注重对方法的吸收和应用，将英语化难为易。

画出闪亮梦想

—— 我的梦想版

这个世界不缺少有梦想的人，但是，有勇气写下梦想的人却不多。写下梦想，给自己一些激励，你的人生会更加闪亮！



● 我的优势

● 我的不足

● 改善方法

Left hand is emotion

左手情感 右手坚持

Right hand is persistence

“你有写英语日记的习惯吗？”

遭遇这一问题后……

90%成绩较差的同学会 

60%成绩平平的同学也会 

30%成绩优异的同学一样会 

你是不是也一样呢？

专家这样分析一份英语试卷：听力测试——第一次得满分的机会；单项选择——第二次得满分的机会；完形填空——最易拉开差距；阅读理解——决定成败；短文改错——第三次得满分的机会；单词拼写——简单但易失分；书面表达——最后一道关卡。

专家认为书面表达是最后一道关卡，他们承认了它的难度。虽然难，但并不是搞不定，征服它需要你日常性的努力训练，比如写英语日记。但是，有很多学生都反映自己写不好英语日记，其实，你们的问题只能出现在以下两个方面：没有表达真情实感；缺乏坚持的恒心 J。So, now ——

举起你的双手，跟着我们高呼：“左手情感，右手坚持！”

资深英语教师认为：写好英语日记的第一要诀是**情感**。日常生活的方方面面都可以写入文中，只要你运用自己的观察能力，用心去体会，喜怒哀乐就会自然地由笔端流淌出来。另外，在表达情感的同时，还要有恒心，不要三天打鱼两天晒网。想要真正提升写作能力，一定要**坚持**。这本书要告诉你：

怎样表达自己的情感，怎样做到坚持，把你的英语日记写得 beautiful，在你的脸上画出闪亮的  来！

“你的左手——情感”这样产生：

写日记是由心底生发出来的一种愿望，而不是任务与难题。为了使你了解情感的重要性，本书专门设置了**原文日记**部分，精选英美中学生的个性日记。通过日记来反映外国学生的生活，使你了解他们的生活，感受他们由内而外的自然的情感表达。

“你的右手——坚持”这样实现：

坚持是你个人的事情，需要强大的自我控制能力。本书希望通过分类日记中的每一篇优秀日记来激励你，使你能持之以恒地将自己的英语日记变得充实。当然，在日记本充实的同时，你的英语写作能力更是不可同日而语。

OK, 完成双手合一！

注意



千万不要像老顽童一样双手互搏。情感、坚持都重要，左手、右手都要紧，独臂大侠不是人人都能当的。

听到有同学在问：“只有情感和坚持，我的英语日记就 OK 了吗？”

当然不，那只是写好英语日记过程当中最重要的两个方面，有了它们，获得好成绩便不再是梦想了。但是，如果你同时还具备了以下几点，那么，你不得满分，谁得满分？

首先，掌握词汇、语法与布局谋篇的技巧，使写作基础更加牢固。本书的方法攻略部分由多篇英语日记写作指导类文章组成，可以夯实你的写作基础。这本书告诉你，学习，没基础不行。

其次，对自我的了解与规划。看到本书的“学商”测试和梦想版了吗？在那里，你可以先对自己的英语学习进行充分的了解，然后再对今后的学习进行规划。这本书告诉你，学习，没规划不行。

另外，兴趣与动机，即学习的积极性。一句句励志的英语名言，一个个出其不意的设计，你学习时的心情不再压抑。这本书告诉你，学习，没活力不行。

还有，对学习效果的检测。回头看看梦想版，可以对自我能力的提高程度进行检测。这本书告诉你，学习，没检测不行。

写英语日记就是这样，左手情感，右手坚持，基础、规划、活力、检测同样也少不了。想战胜它，就要用心。希望本书能够对你的英语作文有所帮助，为你的考试攻关助一臂之力。

Finally, wish your dreams come true !

编者

2007 年 8 月

第一部分 方法攻略

第一章 >> 什么是英语日记	002
第二章 >> 英语日记的类型	003
第三章 >> 写好英语日记的要点	008
第一节 英语日记的格式	008
第二节 英语日记的人称	009
第三节 英语日记的时态	011
第四章 >> 妙招点拨	013
妙招一 主题句原则	013
妙招二 过渡性词语当桥梁	014
妙招三 句式多样化	015
妙招四 高级词汇和句型增加文章亮点	017
第五章 >> 英语日记与英语学习的关系	019

第二部分 分类日记

1. 生活点滴 (37 篇)	023
Diary and Me/我和日记	023
My Happy Girlhood/快乐的少女时代	025
Dream/梦想	026
I Want to Be an Eagle Soaring in the Sky/我想做一只展翅高飞的雄鹰	028



Contents

My Personal Experience at KFC/肯德基打工记	029
A Happy Weekend/快乐的周末	031
A Trip to the Baiyun Temple/白云寺之行	032
An Awful Excursion/一次糟糕的旅行	034
A Visit to Zhejiang University/浙江大学之行	036
Mountain Climbing/爬山	037
Warning — My Experience with Computer/电脑中毒经历	038
A Cheap Alarm Clock/便宜的闹钟	040
How Silly of Me to Do That! /那么做我真傻!	042
Making Money/赚钱	043
An Unforgettable Dream/难忘的梦	045
My Hobbies/我的爱好	047
I Like Popular Music/我喜欢流行音乐	048
Basketball and I/我和篮球	049
I Like Reading/我爱读书	051
Cheering for the World Cup/为世界杯喝彩	052
A Travel to Qingdao/青岛旅游记	054
Making Dumplings/包饺子	055
A Happy Day/快乐的一天	057
Happy Life in Summer Holidays/快乐的暑假生活	058
Get up Early in the Morning/早起	060
Fishing/钓鱼	062
On My Way Home/回家路上	063



Contents

The Experience of Buying a Book/买书经历	065
An Unpleasant Experience/一次不愉快的经历	066
A Nice Night/一个美妙的夜晚	068
An Interesting Party/有趣的晚会	070
My First Time at the English Corner/第一次去英语角	072
My First Lecture/我的第一次演讲	074
Making Friends/交朋友	075
The First Time of Taking a Plane/第一次飞行	077
The First Time to Talk with Foreigners in English/第一次与外宾交谈	079
My First Cooking/第一次做饭	080
2. 真情快递 (28 篇)	082
My Family/我的一家	082
My Father/我的父亲	084
My Mother/我的母亲	085
My Brothers and I/我和哥哥	087
My Sister/我的妹妹	088
My Nature-loving Niece/喜爱大自然的侄女	089
The Young at Heart/童心未泯	091
My Beloved Grandmother/我亲爱的外婆	092
Father's Gift/爸爸的礼物	093
Responsibility in a Family/家庭责任	095
Does the Bread Taste Good or Bad? /面包是否美味的呢?	097
My Classmate Sylvia/我的同学西尔维亚	099



Contents

A Nice Friend/一个好伙伴	101
My Roommate/我的室友	103
My Best Friend/我最好的朋友	104
Friendship/友谊 (一)	106
Friendship/友谊 (二)	108
A Precious Photo/一张珍贵的照片	109
When I Was Ill/当我生病的时候	112
My English Teacher/我的英语老师	113
Our English Teacher/我们的英语老师	115
My Special English Teacher/我的特别的英语老师	117
My First English Teacher/我的第一位英语老师	119
My Physics Teacher/我的物理老师	121
A Good Teacher, a Good Luck/好老师, 好运气	122
An English Class/一堂英语课	124
Teacher's Day/教师节	125
When the Teacher Was Late/当老师迟到时	127
3. 校园见闻 (31 篇)	129
An Unforgettable Lesson/一堂难忘的课	129
An English Class Given by a Foreign Teacher/外教给我们上的一堂英语课	131
My English Study/我的英语学习	132
My Experience of English Study/我的英语学习经验	134
How to Learn English Well? /如何学好英语?	135