

晨讀 課本

第一冊

广州市机电技师学院 / 编



SPM 南方出版传媒

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位 广东教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

晨读课本. 1 / 广州市机电技师学院编. —广州:
广东教育出版社, 2017. 8
ISBN 978-7-5548-1855-8

I. ①晨… II. ①广… III. ①阅读课—中等专业学校—教学参考资料②英语—阅读教学—中等专业学校—教学参考资料 IV. ①G634.333②G634.413

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第175708号

责任编辑: 李 智 纪 元
责任技编: 黄 康
装帧设计: 陈宇丹

CHEN DU KE BEN 1

广东教育出版社出版发行
(广州市环市东路472号12-15楼)

邮政编码: 510075

网址: <http://www.gjs.cn>

广州市番禺区友联彩印厂印刷
(广州市番禺区沙湾陈涌工业区西九横路南)

787毫米×1092毫米 16开本 7.75印张 150 000字

2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5548-1855-8

定价: 16.80元

质量监督电话: 020-87613102 邮箱: gjs-quality@gdpg.com.cn

购书咨询电话: 020-87772438

《晨读课本》编审委员会

主 编：杨 敏 徐策荣

编 委：（按姓氏笔画排序）

王宴玲 许建娥 李 萌 李兆春 李燕斌 陈 芬
陈 雄 罗海霞 胡 静 梁 盈 梁玉媚 梁丽芬
蒋 玲 廉 斐 黎玉兰

《晨读课本》第一册编审人员

主 编：李 萌 李燕斌 黎玉兰

参 编：王宴玲 许建娥 陈 芬 梁 盈 梁玉媚 蒋 玲



前 言

一年之计在于春，一天之计在于晨！

晨读，是课堂学习必不可少的延续与补充，也是培养学生养成良好读书习惯的绝佳时间。清晨朗读，是把躺着的书面文字，用声音立起来，出口时的声音负载着思想感情，增强了语言文字的可感性。学生通过反复多遍的朗读与课文的语言文字反复接触，才能更深刻地领会作者在字里行间的语音节律，受到更直接、更强烈的感染。

一个人通过一个晚上的休息，大脑完全没有了疲惫的感觉，清晨读书，会更加激发大脑皮层的兴奋，增强记忆力，因此，晨起朗读，自然也就事半功倍！

常言道，“熟读唐诗三百首，不会作诗也会吟。”“读书破万卷，下笔如有神。”教育家朱熹把诵读列为“读书三到”之首，认为“观书，先须熟读，使其言皆若出于吾之口；继以精思，使其意皆若出于吾之心。然后可以有得耳。”朗读是眼、耳、脑、口等多种器官协同活动的过程，朗读时，眼睛所感知的文字，耳朵听到的声音，口耳相传，目视口诵，同时到达人的中枢神经，增加了传入大脑皮层的刺激渠道，它所获得的信息会比听与看更广泛、更主动、更活泼，也更深刻。

《晨读课本》结合学生语文课程和英语课程的学习需要，按照学生的知识水平和接受能力，结合中等职业学校语文课程和英语课程学习大纲，由浅入深，编辑成一套共四册的晨读课本，作为语文和英语学习的辅助读物。一方面帮助学生养成朗读的习惯；另一方面培养学生对语文和英语的学习兴趣以及听说读写的能力，并在潜移默化中提高学生的人文素养。

家事、国事、天下事，事事关心；风声、雨声、读书声，声声入耳。

松声、涧声、琴声、鹤声……皆声之至清者，而读书声为最。

愿我们美丽的校园每天早晨都回荡着朗朗书声！



目 录

第1周	1
第2周	11
第3周	20
第4周	30
第5周	39
第6周	45
第7周	49
第8周	54
第9周	58
第10周.....	63
第11周.....	68
第12周.....	74
第13周.....	80
第14周.....	85
第15周.....	90
第16周.....	95
第17周.....	101
第18周.....	107
机电诗篇.....	112
教师美文.....	113
编后记.....	115



第1周

第1周 周二

每日一句：厚德立人，强技立生。

——广州市机电技师学院校训

《三字经》

人之初，
性本善。
性相近，
习相远。

译文：人生下来的时候都是好的，只是由于成长过程中，后天的学习环境不一样，性情也就有了好与坏的差别。

启示：人从小就要接受教育，好好学习，区分善恶，才能成为一个对社会有用的人才。

苟不教，
性乃迁。
教之道，
贵以专。

译文：如果人从小不好好对其教育，善良的本性就会变坏。为了使人不变坏，最重要的方法就是要专心致志地去教育孩子。

启示：百年大计，教育为本。教育是头等重要的大事。对孩子的教育，必须专心致志，时刻不能放松。

昔孟母，
择邻处。
子不学，
断机杼。

译文：战国时，孟子的母亲曾三次搬家，是为了使孟子有个好的学习与成长环境。一次孟子逃学，孟母就割断织机的布来教子。

启示：孟子之所以能够成为有名的大学问家，是和母亲的严格教育分不开的。作为孩子，要理解长辈的严格教育，都是为了使自已成为一个有用的人。



窦燕山，
有义方。
教五子，
名俱扬。

译文：五代时，燕山人窦禹钧教育儿子很有方法，他教育的五个儿子都很有成就，都科举成名。

启示：教育是要讲究方法的。好的方法就是严格而有道理。

养不教，
父之过。
教不严，
师之惰。

译文：仅仅是供儿女吃穿，而不好好教育他们，是父亲的过错。仅仅是教育，但不严格要求，那就是做老师的懒惰了。

启示：严师出高徒，严格的教育是通往成才之路的必然途径。做子女的应该理解父母和老师的苦心，严格要求自己。

子不学，
非所宜。
幼不学，
老何为。

译文：小孩子不肯好好学习，是很不应该的。一个人倘若小时候不好好学习，到老的时候既不懂做人的道理，又无知识，能有什么作为呢？

启示：一个人不趁年少时用功学习，长大后总是要后悔的。每个人都应记住这一句话，“少壮不努力，老大徒伤悲”，要珍视自己生命的黄金时刻。

玉不琢，
不成器。
人不学，
不知义。

译文：玉不打磨雕刻，不会成为精美的器物；人若是不学习，就不懂得礼义，不能成才。

启示：一个人的成才之路如同雕刻玉器一样，玉在没有打磨雕琢以前和石头没有区别，人也是一样，只有经过刻苦磨炼才能成为一个有用的人。

为人子，
方少时。
亲师友，
习礼仪。

译文：做儿女的，从小时候就要亲近老师和朋友，以便从他们那里学习到许多为人处世的礼节和知识。

启示：学会亲近好的老师、好的朋友，并从他们身上学到许多有益的经验 and 知识。取人之长补己之短，才能不断地丰富自己。

香九龄，
能温席。
孝于亲，
所当执。

译文：东汉人黄香，九岁时就知道孝敬父亲，替父亲暖被窝。这是每个孝顺父母的人都应该践行和效仿的。

启示：每个人从小就应该知道孝敬父母，这是做人的准则。



融四岁，
能让梨。
弟于长，
宜先知。

译文：汉代人孔融四岁时，就知道把大的梨让给哥哥吃，这种尊敬和友爱兄长的道理，是每个人从小就应该知道的。

启示：从尊敬友爱兄长开始，培养自己的爱心。要以友善的态度对待他人，就不应该计较个人得失，才会使别人感受到温暖，也才会受到别人的尊敬和欢迎。

首孝悌，
次见闻。
知某数，
识某文。

译文：一个人首先要学的是孝敬父母和友爱兄弟，接下来是学习看到和听到的知识。并且要知道基本的算术和高深的数学，以及认识文字，阅读文学。

启示：孝敬父母，友爱兄弟是做人的基础；能文会算是做人的本钱。要做一个德才兼备的人，就必须从这两点做起。

一而十，
十而百。
百而千，
千而万。

译文：我国采用十进制算术方法：一到十是基本的数字，然后十个十是一百，十个一百是一千，十个一千是一万……一直变化下去。

启示：一到十看来很简单，但变化起来却无穷尽，算术这门学问越来越深奥了。几乎各个科学门类都离不开数学，所以必须认真地从简单的数字学起，为将来学习其他知识打好基础。

三才者，
天地人。
三光者，
日月星。

译文：应该知道一些日常生活常识，如什么叫“三才”？三才指的是天、地、人三个方面。什么叫“三光”呢？三光就是太阳、月亮、星星。

启示：世界太大了。天空中的星辰以及雷、电、风、雨，大地的山川河流、花草树木、鱼虫百兽，而人又是万物之灵。人类只有认识世界，才能改造世界。

三纲者，
君臣义。
父子亲，
夫妇顺。

译文：什么是“三纲”呢？三纲是人与人之间关系应该遵守的三个行为准则，就是君王与臣子的言行要合乎义理，父母子女之间相亲相爱，夫妻之间和顺相处。

启示：要使人与人之间的关系良好和谐，每个人都要认清自己的地位，从我做起，才能天下安宁，人类永远和谐。



曰春夏，
曰秋冬。
此四时，
运不穷。

译文：再让我们看一看四周环境，春、夏、秋、冬叫做四季。这四时季节不断变化，春去夏来，秋去冬来，如此循环往复，永不停止。

启示：春、夏、秋、冬是因为地球沿椭圆轨道绕着太阳运转，因此有了温度不一样的四季变化。



第1周 周三

One proverb a day (每日一谚)

Great virtue to wisdom. Sophisticated technique to success. (厚德立人, 强技立生。)

——Guangzhou Electromechanical Technician College Motto
(广州市机电技师学院校训)

Riddle 【谜语】 Q: What is big and bright during the day?

(The answer can be found in the book)



Read the useful languages for Greetings 问候语

1. Hello.
2. Good morning.
3. I'm John Smith.
4. Are you Bill Jones?
5. Yes, I am.
6. How are you?
7. Fine, thanks.
8. How is Helen?
9. She's very well, thank you.
10. Good afternoon, Mr. Green.
11. Good evening, Mrs. Brown.
12. How are you this evening?
13. Good night, John.
14. Good-bye, Bill.
15. See you tomorrow.

☆ Read the languages together three times, and then read them twice again in groups, in the end read them in pairs in turns. (集体读三遍, 然后小组读两遍, 最后两人互读。)



第1周 周四

每日一句：上善若水，水善利万物而不争。

——老子

曰南北，
曰西东。
此四方，
应乎中。

译文：说到东、南、西、北，这叫做“四方”，是指各个方向的位置。这四个方位，必须有个中央位置对应，才能把各个方位定出来。

启示：在我们人类生活中方向是非常重要的。我们的祖先最早用磁铁发明了“罗盘”，也就是我国四大发明之一的指南针，从而使确定方位变得十分简便，尤其在航海中指南针的作用太大了。

曰水火，
木金土。
此五行，
本乎数。

译文：至于说到“五行”，那就是金、木、水、火、土。这是中国古代用来指宇宙各种事物的抽象概念，是根据一、二、三、四、五这五个数字和组合变化而产生的。

启示：“五行”学说包含很深的哲学道理，非常复杂而深奥，我们只要知道一些就行了。

十干者，
甲至癸。
十二支，
子至亥。

译文：“十干”指的是甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸，又叫“天干”；“十二支”指的是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥，又叫“地支”，是古代记时的标记。

启示：和“五行”一样，天干、地支在古代人的生活中占有极重要的地位。但今天，人们除了十二支的生肖记年外，记时已多不用了。



曰黄道，
日所躔(chán)。
曰赤道，
当中权。

译文：地球围绕太阳运转，而太阳又围绕着银河系中心运转。太阳运行的轨道叫“黄道”，在地球中央有一条假想的线围成与地轴垂直的大圆圈，这就是赤道。

启示：地球在不断自转运动中，同时绕着太阳转动，太阳是太阳系的中心。而太阳系又绕着银河系转，而银河系只是宇宙中的一个点，天地之大实在是不可想象的。

赤道下，
温暖极。
我中华，
在东北。

译文：在赤道地区，温度最高，气候特别炎热，从赤道向南北两个方向，气温逐渐变低。我们国家地处地球的东北边。

启示：我们国家所处的位置在整个地球的东北边，由于面积辽阔，热带、温带、寒带三个温度带都有。地大物博、历史悠久，是有五十六个民族的国家。

曰江河，
曰淮济。
此四渎，
水之纪。

译文：中国是个地大物博的国家，直接流入大海的有长江、黄河、淮河和济水，这四条大河是中国河流的代表。

启示：长江是我国最长的河流，全长五千多公里。我国最著名的河流是黄河，她是中华民族的摇篮，是五千年文明的发源地。

曰岱华，
嵩恒衡。
此五岳，
山之名。

译文：中国的五大名山，称为“五岳”，就是东岳泰山、西岳华山、中岳嵩山、南岳衡山、北岳恒山，这五座山是中国大山的代表。

启示：现在我们都知道，我国境内的喜马拉雅山是世界上最高的山，号称世界的屋脊。中国是五千年的文明古国，每座山都有着许多美丽的神话和传说。

曰士农，
曰工商。
此四民，
国之梁。

译文：中国是世界上人口最多的国家。知识分子、农民、工人和商人，是国家不可缺少的栋梁，称为四民，这是社会重要的组成部分。

启示：由于社会的发展，今天人民的职业已经不仅仅是这四种了。俗话说，“三百六十行，行行出状元”，不管从事什么职业，只要对社会有贡献，都是光荣的。



曰仁义，
礼智信。
此五常，
不容紊。

译文：如果所有的人都能以仁、义、礼、智、信这五种不变的法则作为处事做人的标准，社会就会永保祥和，所以每个人都应遵守，不可怠慢疏忽。

启示：五千年的中国文明史，有多少仁义之士用他们的生命和热血，谱写了无数可歌可泣的英雄业绩。这些人实在是我们学习的榜样。

地所生，
有草木。
此植物，
遍水陆。

译文：除了人类，在地球上还有花草树木，这些属于植物，在陆地上和水里到处都有。

启示：人类所食用的“五谷杂粮”就属于植物。人类的生存有赖于大自然。我们应该了解它们，掌握这些知识，以便为人类服务。

有虫鱼，
有鸟兽。
此动物，
能飞走。

译文：虫、鱼、鸟、兽属于动物，这些动物有的能在天空中飞，有的能在陆地上走，有的能在水里游。

启示：无论植物还是动物，都是大自然永恒的财产，我们要爱护周围的环境，保护好我们生存的环境。

稻粱菽，
麦黍稷。
此六谷，
人所食。

译文：人类生活中的主食有的来自植物，像稻子、小麦、豆类、玉米和高粱，这些是我们日常生活的重要食品。

启示：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。人要吃饭就得耕耘播种。当我们吃到香喷喷的饭菜时，千万不要忘了辛勤耕种的农民。要知道爱惜每一粒粮食。

马牛羊，
鸡犬豕。
此六畜，
人所饲。

译文：在动物中有马、牛、羊、鸡、狗和猪，这叫六畜。这些动物和六谷一样本来都是野生的。后来被人们渐渐驯化，才成为人类日常生活的必需品。

启示：人类真不愧万物之灵，我们的祖先很早就把一些野生的动物，通过驯服和人工喂养成为人类的工具和食品。

曰喜怒，
曰哀惧。
爱恶欲，
七情俱。

译文：高兴叫做喜，生气叫做怒，悲伤叫做哀，害怕叫做惧，心里喜欢叫爱，讨厌叫恶，内心很贪恋叫做欲，合起来叫七情。这是人生下来就有的七种感情。

启示：七情是人生来具有的，谁也不可能抹杀它，但作为一个有志者，请不要被感情牵着走。要学会妥善处理自己



的感情，才能活得快乐而有意义。

青赤黄，
及黑白。
此五色，
目所识。

译文：青色、黄色、赤色、黑色和白色，这是我国古代传统的五种颜色，是人们的肉眼能够识别的。

启示：用色彩学的标准解释，色彩是由黄、红、蓝三原色和橙、绿、紫三间色组成。古代以五色为正色，如黄色已成为我们的民族色彩，据说太阳升起的第一道颜色是黄色，所以黄色代表东方。



第1周 周五

One proverb a day (每日一谚)

Where there is a will there is a way. (有志者事竟成。)



Read the useful languages for Classroom Expressions 课堂用语

1. Come in, please.
2. Sit down.
3. Stand up, please.
4. Open your book, please.
5. Close your book, please.
6. Don't open your book.
7. Do you understand?
8. Yes, I understand.
9. No, I don't understand.
10. Listen and repeat.
11. Now read, please.
12. That's fine.
13. It's time to begin.
14. Let's begin now.
15. This is Lesson One.

☆ Read the languages together three times, and then read them twice again in groups, in the end read them in pairs in turns. (集体读三遍, 然后小组读两遍, 最后两人互读。)



第2周

第2周 周二

每日一句：天行健，君子以自强不息。

——《周易》

酸苦甘，
及辛咸。
此五味，
口所含。

译文：在我们平时所吃的食物中，全能用嘴巴分辨出来的，有酸、甜、苦、辣和咸这五种味道。

启示：我们的嘴巴之所以能分辨出酸、甜、苦、辣、咸，是由于人的舌头上有许多叫味蕾的粒状组织。人身体的结构非常复杂，认清自我也是非常不容易的。

膻焦香，
及腥朽。
此五臭，
鼻所嗅。

译文：我们的鼻子可以闻出东西的气味，气味主要有五种，即羊膻味、烧焦味、香味、鱼腥味和腐朽味。

启示：我们人类有视觉，可以分辨颜色、形状；有味觉可分辨各种滋味；嗅觉可以辨别气味；触觉可区分冷暖各种刺激。

匏(páo)土革，
木石金。
丝与竹，
乃八音。

译文：我国古代人把制造乐器的材料，分为八种，即匏瓜、黏土、皮革、木块、石头、金属、丝线与竹子，称为“八音”。

启示：音乐可陶冶人的情操。好的音乐可以增强人的修养，调剂人的身心，优美的东方音乐更具迷人的特色。

曰平上，
曰去入。
此四声，
宜调协。

译文：我们的祖先把说话声音的声调分为平、上、去、入四种。四声的运用必须和谐，听起来才能使人舒畅。

启示：我国的古代诗词非常优美动人，读起来和谐顺口，这不仅因为诗词本身的内容感人，还由于诗词运用了平、



上、去、入四声的规律变化，所以使我们听起来更加优美动人。

高曾祖，
父而身。
身而子，
子而孙。

译文：由高祖父生曾祖父，曾祖父生祖父，祖父生父亲，父亲生我本身，我生儿子，儿子再生孙子。

启示：人类的繁衍，一代接着一代，生生不息。真是“前不见古人，后不见来者”，我们每个人都担负着承上启下的责任和义务。

自子孙，
至玄曾。
乃九族，
人之伦。

译文：由自己的儿子、孙子再接下去，就是玄孙和曾孙。从高祖父到曾孙称为“九族”。这“九族”代表着人的长幼尊卑秩序和家族血统的承续关系。

启示：九族之间的关系不仅是血统的承续关系，更是一种血浓于水的亲情。每个成员都应该认识到自己的长幼尊卑地位，以及自己应负的责任和义务，这样家庭才能和睦。

父子恩，
夫妇从。
兄则友，
弟则恭。

译文：父亲与儿子之间要注重相互的恩情，夫妻之间的感情要和顺，哥哥对弟弟要友爱，弟弟对哥哥则要尊敬。

启示：家庭成员之间要礼貌相待，和睦相处，这样的家庭才是幸福的家庭。家庭是社会的细胞，每个家庭都能和睦相处，社会也必然安定了。

长幼序，
友与朋。
君则敬，
臣则忠。

译文：年长的和年幼的交往要注意长幼尊卑的次序；朋友相处应该互相讲信用。如果君主能尊重他的臣子，官吏们就会对他忠心耿耿了。

启示：中国人从古到今都十分重视礼仪。这就是长幼的次序、朋友之间的信用。中国自古称为礼仪之邦，像“桃园三结义”，至今仍受到人们的称颂。

此十义，
人所同。
当师叙，
勿违背。

译文：前面提到的十义：父慈、子孝、夫和、妻顺、兄友、弟恭、朋信、友义、君敬、臣忠，这是人人都应遵守的，千万不能违背。

启示：社会是复杂的，每人有各种亲属关系和社会关系。古人提出“十义”，这是处理各种相互关系的准则，乃至