晨讀課本

第三册

广州市机电技师学院／编

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位 广东教育出版社

晨讀課本

第三册

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
·广州·

图书在版编目（CIP）数据

晨读课本．3 / 广州市机电技师学院编．—广州：广东教育出版社，2017.8
ISBN 978-7-5548-1856-5

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175710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 3

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 10印张 190 000字
2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷
ISBN 978-7-5548-1856-5
定价：20.00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　赵　蕊　胡　静　夏坤炎　黄　月

梁　盈　梁玉媚　梁丽芬　蒋　玲　廉　斐　黎玉兰

《晨读课本》第三册编写人员

主　编：李　萌　李燕斌　黎玉兰

编写人员：（按姓氏笔画排序）

李兰兰　李瑞文　陈　芬　陈　艳　赵　蕊　夏坤炎

黄　月　梁　盈　蒋　玲　谭靖康

前　言

一年之计在于春，一日之计在于晨。

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以及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 …… 10
第3周 …… 22
第4周 …… 33
第5周 …… 43
第6周 …… 53
第7周 …… 61
第8周 …… 69
第9周 …… 78
第10周 …… 85
第11周 …… 92
第12周 …… 99
第13周 …… 106
第14周 …… 113
第15周 …… 121
第16周 …… 129
第17周 …… 135
第18周 …… 142
机电诗篇 …… 149
教师美文 …… 151
编后记 …… 153

第1周

第1周　年　月　日　周一

每日一句：天行健，君子以自强不息。

——《周易》

【译文】天道运行刚劲雄健，君子应自觉奋发向上，永不松懈。

我骄傲　我是中国人

王怀让

在无数蓝色的眼睛和棕色的眼睛之中，
我有着一双宝石般的黑色眼睛，
我骄傲，我是中国人！

在无数白色的皮肤和黑色的皮肤之中，
我有着大地般黄色的皮肤，
我骄傲，我是中国人！

我是中国人——
黄土高原是我挺起的胸脯，
黄河流水是我沸腾的血液，
长城是我扬起的手臂，
泰山是我站立的脚跟。

我是中国人——
我的祖先最早走出森林，

我的祖先最早开始耕耘，
我是指南针、印刷术的后裔，
我是圆周率、地动仪的子孙。

我是中国人——
在我的民族中，
不光有史册上万古不朽的
孔夫子、司马迁、李自成、孙中山，
还有那文学史上万古不朽的
花木兰、林黛玉、孙悟空、鲁智深。
我骄傲，我是中国人！

我是中国人——
在我的国土上，不光有雷电轰击不倒的长白雪山、黄山劲松，
还有那风雨不灭的井冈传统、延安精神！
我骄傲，我是中国人！

我是中国人——
我那黄河一样粗犷的声音，
不光响在联合国的大厦里，
大声发表着中国的议论，
也响在奥林匹克的赛场上，
大声高喊着“中国得分”！
当掌声把五星红旗送上蓝天，
我骄傲，我是中国人！

我是中国人——
我那长城一样的巨大手臂，
不光把采油钻杆钻进外国人预言打不出石油的地心；
也把通信卫星送上祖先们梦里也没有到过的白云。
当五大洲倾听东方声音的时候，
我骄傲，我是中国人！

我是中国人——
我是莫高窟壁画的传人，

让那翩翩欲飞的壁画与我们同往。
我就是飞天，
飞天就是我们。
我骄傲，我是中国人！

第1周　年　月　日　周二

每日一句：一年之计在于春，一日之计在于晨。

步步高（歌词）

林　夕

没有人问我过得好并不好
现实与目标哪个更重要
一分一秒一路奔跑
烦恼一点也没有少
总有人像我辛苦走这遭
孤独与喝彩其实都需要
成败得失谁能预料
热血注定要燃烧
世间自有公道付出总有回报
说到不如做到要做就做最好
世间自有公道付出总有回报
说到不如做到要做就做最好
步步高

第1周　年　月　日　周三

One proverb a day（每日一谚）

An hour in the morning is worth two in the evening.
一日之计在于晨。

Riddle 谜语

Q: I am white. You can drink me. I am in the dairy group. What am I?
（The answer is found in the book）

Additional Vocabulary 补充词汇

早上 morning
下午 afternoon
晚上 evening
晚安! Good night!

CONVERSATION 会话——Greetings 问候

Peter meets Yang Cheng for the first time.　彼得和杨成初次见面。
Peter: Hello, I'm Peter. May I ask your name?
Yang Cheng: My name is Yang Cheng. Nice to meet you, Peter!
Peter: Nice to meet you, too.
Yang Cheng: Where are you from?
Peter: I'm from Singapore.
Yang Cheng: Welcome to Guangzhou.
Peter: Thank you. It's great to be here.
Yang Cheng: Have you ever been to Guangzhou before?
Peter: Yes, I have. / No, I haven't.
Yang Cheng: Hope you enjoy your stay here!
Peter: Thank you.
彼得：你好! 我是彼得。请问你叫什么名字?
杨成：我叫杨成。很高兴认识你，彼得。

彼得：我也很高兴认识你。
杨成：你是哪里人？
彼得：我是新加坡人。
杨成：欢迎来广州。
彼得：谢谢。我很高兴来这里。
杨成：你以前来过广州吗？
彼得：对，我来过。/不，我没来过。
杨成：祝你在这里过得愉快！
彼得：谢谢。

Peter meets Yang Cheng for the second time.　彼得和杨成第二次见面。
Peter: Good morning!
Yang Cheng: Morning! So nice to see you again, Peter. How are you?
Peter: Fine, thank you. And you?
Yang Cheng: Not bad. Sorry, I must go now. Have a nice day. See you.
Peter: See you.
彼得：早上好！
杨成：早啊！彼得，真高兴又见到你。你好吗？
彼得：很好，谢谢。你呢？
杨成：还不错。抱歉，我现在得走了。祝你愉快。再见。
彼得：再见。

Poem 诗

A Grain of Sand

To see a world in a grain of sand,
And a heaven in a wild flower,
Hold infinity in the palm of your hand,
And eternity in an hour.

一粒沙子

从一粒沙子看到一个世界，
从一朵野花看到一个天堂，
把握在你手心里的就是无限，

永恒也就消融于一个时辰。

☆ 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　年　月　日　周四

每日一句：此刻打盹，你将做梦；而此刻学习，你将圆梦。

不要让任何人偷走你的梦想

我们的生活是由梦想组成的，我们今天所有的成就和所处的位置都是梦想成真的结果。你所看到的每一栋楼宇，都是出自某人的想象力。每一座购物中心，每一家商店，每一部汽车，都曾是某个人的愿景。正如美国前总统维多·威尔逊所讲：

所有的大人物都是梦想者。他们在春日的薄雾中，或是在漫长冬夜的熊熊炉火中，看到自己的梦想。我们当中有些人任由这些伟大的梦想消逝，而有的人则努力地滋养和保护这些梦想，直到恶劣的日子过去，阳光普照，光明便会降临在那些坚信自己会成功的人身上。

梦想是上天所赐，需要细心的滋养。可悲的是，许多人任凭生活夺走自己的梦想，这个掠夺者会化身为不同的人物和环境。也许他们会讲：“你凭什么觉得自己能做到？”“这是办不到的。”“这根本不可能。算了吧。”但是，如果这是你的远景，你的梦想，岂可轻易放弃？所以，给它一个机会吧，不要让别人替你做决定，毁了你的梦想！

当然，这并不意味着每一个梦想都切合实际或每一个梦想都有道理，你可以完全不考虑别人的意见。但是记住，这是你的远景，暂且相信它。如果它是错的，你很快会发现。但如果它是正确的，而你未加尝试，就会错过终身的奖赏；或者如果你屈服于生活的逆境和压力，而选择了放弃，你就成了自己梦想最大的破坏者和敌人。

记住，没有任何人能够剥夺你的梦想！真正毁灭你梦想的只能是你自己！你愿意这样吗？如果答案是否，那么从现在开始吧，开始保护和滋养你自己的梦想！

One proverb a day（每日一谚）

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

Additional Vocabulary 补充词汇

银行 bank 自动取款机 ATM 密码 password 现金 cash
支票 check 余额 balance 兑换率 exchange rate 签名 signature
邮局 post office 快递 express delivery 包裹 parcel 邮资 postage
邮票 stamp 旅馆 hotel 客房服务 room service 入住 check-in
退房 check-out 娱乐中心 entertainment center
商务中心 business center 餐馆 restaurant 咖啡馆 cafe/café 酒吧 bar
网吧 internet/cyber café 电影院 cinema 超市 supermarket
购物中心 shopping mall 书店 bookstore 医院 hospital 诊所 clinic
药店 pharmacy 领事馆 consulate 公安局 public security bureau
派出所 police station 机场 airport 航班 flight 飞机票 air ticket
火车站 railway station 汽车站 bus station 地铁站 subway/ metro station
售票处 ticket office 问讯处 information center 出发时间 departure time
抵达时间 arrival time 目的地 destination 马路 road 街道 street
高速公路 expressway 十字路口 crossroads 斑马线 zebra crossing
人行道 sidewalk 人行天桥 footbridge 地下通道 underpass

CONVERSATION会话——Asking for Directions 问路

Peter is in a department store. 彼得在百货商场。

Peter: Excuse me, where is the washroom?

Shop assistant: Go straight and turn left. It's on your right.

Peter: Thank you.

Shop assistant: You're welcome.

彼得：请问一下，卫生间在哪儿?

售货员：直走，然后左转。就在你的右手边。

彼得：谢谢。

售货员：不用谢。

Peter is looking for a subway station.　彼得在找地铁站。

Peter: Excuse me, how can I get to the subway station?

Passer-by: Go through the underpass. It's on Tiyu Xi Lu. You can't miss it.

Peter: Thank you very much.

Passer-by: You're welcome.

彼得：请问，去地铁站怎么走？

路人：过地下通道。在体育西路。你能找到的。

彼得：非常感谢。

路人：不客气。

Poem　诗

Virtue

Sweet day, so cool, so calm, so bright!
The bridal of the earth and sky—
The dew shall weep thy fall to-night;
For thou must die.
Sweet rose, whose hue angry and brave,
Bids the rash gazer wipe his eye,
Thy root is ever in its grave,
And thou must die.
Sweet spring, full of sweet days and roses,
A box where sweets compacted lie,
My music shows ye have your closes,
And all must die,
Only a sweet and virtuous soul,
Like season's timber, never gives;
But though the whole world turns to coal,
Then chiefly lives.

美　　德

甜美的白昼，如此凉爽、安宁、明媚！
天地间完美的匹配——
今宵的露珠将为你的消逝而落泪；

因为你必须离去。
美丽的玫瑰，色泽红润艳丽，
令匆匆而过的人拭目而视，
你的根永远扎在坟墓里，
而你必须消逝。
美妙的春天，充满了美好的日子和芳香的玫瑰，
如一只芬芳满溢的盒子，
我的音乐表明你们也有终止，
万物都会消逝，
唯有美好而正直的心灵，
犹如干燥备用的木料，永不走样；
纵然整个世界变为灰烬，
它依然流光溢彩。

☆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　年　月　日　周一

每日一句：我荒废的今日，正是昨日殒身之人祈求的明日。

书　籍

顾　城

轻轻地洗去它的油污，
小心地擦去它的灰尘，
使它放出新生的光焰，
在思想的深处珍存……

金属的撞击，
车轮的辐音，
在生活的交响乐里，
还有思想无声的轰鸣。

紧紧鞋带，
拉平衣服的皱纹，
迎着破晓第一道晨曦，
打开思想的大门。
这里有安静的篇章，
这里有美好的春景，
这里有暗淡的插图，
这里有时代的光明。

有深奥的话，
有冰冷的词，
有滚烫的字，
有闪亮光的诗……

描出了高贵的微笑，
录下了阴险的低语。
一本普通的书籍，
向你诉说着人生的秘密。

伐倒高大的榕树，
采集光润的美玉。
去建筑精神的世界，
去动摇丑恶的地狱。

向着光明走去，
擦洗着自己的灵魂。
用决心和毅力，
抛去身后的暗影。

我们的生命，
发着它的光，发着它的热，
我们的社会，
向着太阳航进，
未来和希望——
是我们航行的磁针。