

Morning Reading Classics

高一英语晨读

经典80篇



丛书主编◎北京外国语大学 江涛

本书主编◎孟飞 瞿莉

朗 读◎[美] Ted [美] Samantha



学习要求：每日大声放音仿读→自然背诵

一套将应试能力与实用能力完美结合的丛书！

大批语言专家和国内一线英语老师的倾心力作！

石油工业出版社



高一英语晨读

经典80篇

Morning Reading Classics

江涛

原北京外国语大学青年教师，英国、挪威、荷兰等多国留学背景。从教多年，受中国各大省、市100多所知名高校之邀，演讲千余场，以其极具感染力的激情，一针见血的点评，坦诚务实的作风广受学员赞誉。主编《80天攻克雅思》、《70天攻克考研英语》、《40天攻克四级710分新题型》等系列丛书，出版英语教学类书籍上千万字，畅销大陆，远销台湾及东南亚地区。2003年同语言学家、美籍华人彭铁城教授创办华盛顿国际英语学校；2005年创办卓成教育，首开中国民营教育机构多元化研究与大学师资培训之先河。同年，受国家领导人全国人大常委会副委员长成思危接见。

孟飞

现北京卓成教育培训总监。北京外国语大学青年才俊，原美国夏光国际咨询公司（SLIC）英语培训部总监。英语词汇学、美国问题专家。长期客座全国十几大城市主流教学机构进行考研、四六级、雅思师资培训等项目教学活动。

精通英美文化，在实际考研和四六级教学中，结合传统的背诵式和填词式作文教学和新概念实用美文教学，提出“孟式美文作文教学法”，以其实用性和简单易操作性深受全国学生喜爱。为《80天攻克雅思》及《70天攻克考研英语》系列丛书副主编，《40天攻克四级710分新题型》系列丛书主编。

ISBN 978-7-5021-6285-6



9 787502 162856 >

定价：22.80元(附赠3小时MP3光盘一张)

Morning Reading Classics

高一英语晨读

经典80篇

丛书主编◎北京外国语大学 江涛

本书主编◎孟飞 瞿莉

朗 读◎[美] Ted [美] Samantha



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高一英语晨读经典 80 篇 / 孟飞, 瞿莉主编.
北京: 石油工业出版社, 2008.1
(江涛英语)
ISBN 978-7-5021-6285-6

I. 高…

II. ① 孟… ② 瞿…

III. 英语-阅读教学-高中-课外读物

IV. G634.413

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 155697 号

高一英语晨读经典 80 篇

丛书主编 江 涛 本书主编 孟 飞 瞿 莉

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

发行部: (010) 64523603 编辑部: (010) 64523615

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

640×960 毫米 开本: 1/16 印张: 16.5

字数: 248 千字

定价: 22.80 元 (附赠 3 小时 mp3 光盘一张)

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

《江海英语》系列丛书编委会

顾问: [美]彭铁城 [美]Eve Bower

主编: 江 涛

副主编: 孟 飞 王 宏 梁 妍 陈 超 李秀丽

《高一英语晨读经典 80 篇》编委会

主 编: 孟 飞 瞿 莉

编 委: (按姓氏笔画排列)

万 丽	马 辉	马 磊	王 洁	王 晶	王 榆
王世君	王宁宁	王丽丽	王园林	王浩森	东 刚
叶适宜	刘 静	刘凤先	刘尚杰	刘 莹	刘晓雯
刘淑平	孙 洁	朱芳英	许 悦	张 菁	张晓青
张晨玺	李 莉	李 杨	李 婷	李天影	李庆煜
李孟芳	李晓鹏	余国莉	杨 颖	杨 雪	杨少芳
杨 仰	杨春霞	汪全芳	陈 玲	陈红玲	陈 婷
单 勇	周 丽	周雅娴	招敏仪	郑小倩	郑雪玲
金 玲	姚 岚	胡 杨	胡 媛	胡 莲	胡凤霞
赵籽君	赵艳丽	赵顺丹	聂兰兰	徐 佳	徐上标
徐向群	桂 风	秦 彤	谈 伟	谈 媛	高丽芬
高端娟	曹 娟	曹 菲	盛 洪	黄 星	黄 胜
黄 晶	黄 潇	黄娜娜	龚雪琼	彭 璐	彭 静
董 军	韩 怡	褚振飞	褚小雯	詹 洁	虞源源
路 璐	廖正芳	廖海辰			

[美] Eve Bower

[英] Charlie Black

[美] Steven Hasinger

[美] Caroline Catts

[澳] Chris Green

[加] Wesley Brown

丛书序

小学，我是从北京转至湖南的，大概是因为我的普通话标准的缘故，老师经常叫我起立为全班带读。虽然年幼，却也深知标兵的示范作用和重要性，于是但凡有语文课，当日便早起半小时，大声朗读课文，以备课堂之需。小学毕业时，全年级有四名同学考入重点初中，我是其一。语文老师逢人便说，这孩子，聪明，读起文章来，一个字都不带停的，普通话还标准。

大学，我是从湖南考至北京的，因为我的塑料湖南普通话的缘故，在班上回答问题的时候总能引起北京同学异样的眼神和窃窃私语，说起英语来，班上有时更是会哄堂大笑。于是，有两个月的时间，我每天早起半小时，晨练之后便大声朗读好莱坞的电影对白，惟妙惟肖地模仿到极致，虽颇费功夫，却也乐在其中。两个月后，原本是受家人和老师的逼迫来到外院学习的我，竟也爱上了英语。

数月前，受邀为家乡的几百名教师标兵讲课，一位老师问我小学英语教学重点何在，我不假思索地回答：发音和兴趣。其实在我的意识中，中学如此，大学亦如此。虽然有人说真正的天才是不需要培养的，但再好的种子也需土壤。大多数人需要的不仅是方向，更是一种能提供标准识别能力的环境，语言初学者尤其如此。

所以，向大家推荐这套晨读系列丛书——从立意到编写设计都不失为精品制造的一套丛书。每一本书都适合一个年龄段的读者，从小学一年级到大学四年级，内容更是根据不同年龄段的接受能力和学习任务精心筛选而成，小学以儿歌、童谣、故事为主，中学以与教材进

度相关的课外趣味对话、文章和歌词为主，而大学则以励志演讲、经典电影、可读性真题原文为主。另外，丛书还设置了玩转语音、大嘴喊语法等环节。我始终认为，爱好、能力与考试分数三者是不矛盾的。

最后，感谢在编写丛书过程中奉献智慧和点子的卓成教育的每一位工作人员，也应感谢为我们提供编写素材的战斗在各级教育战线上的老师和专家们，最后，也感谢太乐网（www.tailenet.com）为我们的读者提供了一个很好的练习平台，同时也为我们提供了后继服务的渠道。教育因我们的奋斗而不朽！



2006 年 4 月于北京

前言

俗话说：“熟读唐诗三百首，不会做诗也会吟。”可见朗读是学好一门语言的重要手段，学习英语更是如此。为了帮助刚进入高中阶段的高一学生在英语学习上有所突破，我们特编写了这本以人教版高一英语教材为蓝本的晨读教材。本书所选文章紧扣教材，富有较强的时代气息；设置多个栏目，旨在提高学生的综合能力和素质。每篇晨读文选的具体设置如下：

一、动力加油站

动力加油站介绍与文章主题相关的知识，提高学生对相关主题的兴趣，将学生带入朗读情景之中。

二、经典语句背诵

经典语句背诵为学生列举出两个经典的英文句子，同时附上中文翻译。所选句子大多为与学生学习、生活息息相关的名言警句，在激励学生的同时，让其体会精美语句的魅力，帮助学生储备英文写作素材。

三、晨读文选

所选文章均与单元主题相关，难易程度与高一英语课文相当，在补充学生课外知识的同时，充实学生的阅读量。

四、中文释义

给出晨读文选的中文翻译，旨在让学生进一步了解文章内容，扫清阅读障碍。

五、单词释义

我们特从每篇文章中选出五到六个考试常考单词，并配上音标和中文释义，以期增加学生的词汇量。

六、语法小贴士

为了让学生牢固地掌握常考的语法知识，我们从每篇文章中选出一个英文句子，将该句所涉及的重要语法知识进行剖析。

相信学生在使用完本书之后，英语水平定能有较大程度的提高！

编 者

2007 年 8 月

目 录

Unit 1 Good Friend 好友	1
1 A Forever Friend 永远的朋友	1
2 How to Be a Good Friend 怎么做一个好朋友	4
3 Friendship 友谊	7
4 What is Friendship 什么是友谊	10
Unit 2 English around the World 英语遍及世界	13
5 The Importance of English 英语的重要性	13
6 How Can You Memorize English Words 如何记英语单词	16
7 English Reading 英语阅读	19
8 Keeping a Diary in English 记英文日记	23
Unit 3 Going Places 出行	26
9 Travel Broadens Our Minds 旅行拓宽知识面	26
10 The American Travel Fashion 美国旅游风尚	29
11 Disneyland Park 迪斯尼乐园	32
12 Adventures in Africa 神奇的非洲	35
Unit 4 Unforgettable Experience 难忘的经历	38
13 My First Job 我的第一份工作	38

14	The Day That Changed My Life 改变我一生的一天	42
15	Don't Punish Every Mistake 原谅每一个错误	45
16	A Trip to Lijiang 丽江之旅	48
Unit 5 New Media 新兴媒体		51
17	Television 电视	51
18	Cell Phones 手机	55
19	TV Goes Mobile 用手机看电视	58
20	The Magic Windows on Computer 神奇的 Windows 系统	61
Unit 6 Good Manners 良好的礼仪		64
21	Basic Table Manners 基本餐桌礼仪	64
22	American Table Manners 美国人的餐桌礼仪	68
23	Learn to Smile to Yourself 学着对自己微笑	71
24	Learn to Say "Thank You" 学会说“谢谢”	74
Unit 7 Cultural Relics 文化遗迹		77
25	The Great Wall 万里长城	77
26	The Summer Palace 颐和园	80
27	The British Museum 大英博物馆	83
28	More Mystery Ahead 开启神秘之门	86
Unit 8 Sports 体育		89
29	Air Jordan 飞人乔丹	89
30	Exercise 运动	92
31	Limits to Running Records? 赛跑记录有极限吗?	95
32	Make Your Exercise a Priority 将运动放在优先位置	98

Unit 9 Technology 科技.....101

33 High-tech Skills 高科技技能.....101

34 Computer Applications 计算机应用.....105

35 American Airports to Use X-rays
美国机场的 X 光检查.....108

36 Let Your Fingers Do the Paying 用手指结账?.....111

Unit 10 The World around Us 周围的世界.....114

37 How Can Air Pollution Hurt Our Health?
空气污染如何危害我们的健康?.....114

38 Know More about Our World
更多了解我们的世界.....117

39 The Sun 太阳.....121

40 The Tundra of the Arctic Regions
北极地区的苔原.....124

Unit 11 The Sounds of the World 世界之声.....127

41 Bird-song 鸟的鸣唱.....127

42 The Sounds of the Cricket 蟋蟀的叫声.....130

43 Jazz 爵士乐.....133

44 Mozart 莫扎特.....136

Unit 12 Art and Literature 艺术与文学.....139

45 Drama 戏剧.....139

46 Harry Potter 《哈利·波特》.....142

47 Peony Pavilion 《牡丹亭》.....145

48 William Shakespeare 威廉·莎士比亚.....148

Unit 13 Healthy Eating 健康饮食.....151

49 Eating on the Go 在行程中就餐.....151

50	Fat and Calories in a Healthy Diet 健康饮食中的脂肪和卡路里	154
51	Enjoy That Delicious Sandwich! 享受美味三明治	157
52	Junk Food 垃圾食品	160
Unit 14 Festivals 节日		163
53	Open House 门户开放	163
54	Traditional Festival in Sweden 瑞典的传统节日	166
55	April Fool's Day 愚人节	169
56	The Qing Ming Festival 清明节	172
Unit 15 Scientific Researches 科学研究		175
57	Top Inventions of the Last 25 Years 过去 25 年最卓越的发明	175
58	Research on Peacock 关于孔雀的研究	178
59	Evolution of Sleep 睡眠的进化	181
60	Sailing to Mars 火星之旅	184
Unit 16 Famous Women 知名女性		187
61	La Tonya King 拉·汤亚·金	187
62	Wangari Maathai 旺加里·马塔伊	190
63	The Magic Pen of J. K. Rowling J. K. 罗琳的神来之笔	193
64	A Growing Force in Business 商界女精英	196
Unit 17 Beautiful Places 美丽之地		199
65	Malaysia 马来西亚	199
66	Pattaya Beach 芭堤雅海滩	202
67	Venetian Vacation 威尼斯之行	205
68	Loving France 法兰西之恋	208

Unit 18 Humor 幽默	211
69 A Sense of Humor 幽默感	211
70 The Healing Power of Humor 幽默的神奇疗效	214
71 A Sense of Humor Makes People Live Longer 幽默感使人长寿	217
72 Ten Ways to Cheer Up 让人快乐的 10 种方法	220
Unit 19 Body Language 身体语言	224
73 Bored Body Language 表示厌烦的身体语言	224
74 Eye Contact 目光交流	228
75 Americans' Eye Contact 美国人的目光接触	231
76 Facial Expressiveness 脸部表情	234
Unit 20 A World of Fun 有趣的世界	237
77 The Differences in Brains of the Sexes 男女智力的不同	237
78 Spider Girl 蜘蛛女孩	240
79 Plant Your Phone 种植手机?	243
80 People and Colors 不同的人与不同的颜色	246

Unit 1

Good Friend 好友

• I A Forever Friend •

永远的朋友

动力加油站

朋友是春日来临时吹开我们心中冬的郁闷的那一丝春风；朋友是我们走在夏日大雨滂沱中时手里撑着的一把雨伞；朋友是收获季节里我们陶醉在秋日私语中的那杯美酒；朋友是我们站在窗前欣赏冬日飘零的雪花时手中捧着的一盏热茶。朋友是我们心中的永恒。

经典语句背诵

A friend in need is a friend indeed. 患难见真情。

A faithful friend is hard to find. 知音难觅。

晨读文选

"A friend walks in when the rest of the world walks out."

Sometimes in life, you find a **special** friend—someone who changes your life just by being part of it, someone who

special *adj.* 特别的，特殊的

makes you laugh until you can't stop, someone who makes you believe that there really is good in the world, someone who **convinces** /kən'vins/ you that there really is an unlocked door just waiting for you to open it.

This is Forever Friendship.

When you're down, and the world seems dark and empty, your forever friend lifts you up in spirits and makes that dark and empty world suddenly seem bright and full. Your forever friend gets you through the hard times, the sad times, and the **confused** /kən'fju:zd/ times.

If you turn and walk away, your forever friend follows. If you lose your way, your forever friend guides you and cheers /tʃiə/ you on. Your forever friend holds your hand and tells you that everything is going to be okay. And if you find such a friend, you feel happy and **complete** /kəm'pli:t/, because you need not worry—you have a forever friend for life, and forever has no end.

convince *vt.* 使相信, 使信服

confused *adj.* 困惑的, 烦恼的

cheer *vt.* 鼓舞

complete *adj.* 完整的, 圆满的

中文释义

“当别人都离你而去的时候, 唯有朋友仍与你在一起。”

有时在生活中, 你会找到一个特别的朋友——他只是你生活中的一部分, 却能改变你的整个生活; 他会令你喜笑颜开; 他会让你相信人间有真情; 他会让你确信, 真的有一扇不加锁的门为你敞开。

这就是永恒的友谊。

当你失意时, 世界变得黯淡与空虚, 你永远的朋友会让你振作起

来,使原本黯淡、空虚的世界顿时变得明亮和充实。你永远的朋友会与你一同度过困难、伤心和烦恼的时刻。

当你转身走开时,永远的朋友会紧紧相随;当你迷失方向时,永远的朋友会引导你、鼓励你。永远的朋友会握着你的手,告诉你一切都会好起来的。如果你找到了这样的朋友,你会感到快乐,并体会到人生的完整,因为你无需忧虑——你拥有了一个一生之中永远的朋友,永无止境。

语法小贴士

If you lose your way, your forever friend guides you and cheers you on.

本句是一个由 if 引导的条件状语从句。条件状语从句可位于主句之前或之后,可由 if, unless 等来引导。if 表示正面的条件,意为“如果”;unless 表示反面的条件,意为“除非,如果不”,相当于 if...not...,两者通常可以互换,但 if...not...引导的条件状语从句可以表示非真实的条件(用虚拟语气),而 unless 引导的条件状语从句则一般不可表示非真实的条件。

