



不用手机的日子

1

## Warm-up

你常用你的手机做什么？

2

## Texts&Notes

正经 憋 绑架 智能 麻木 狼吞虎咽 伺候  
索性 安置 精致 特长 一举两得 弥补

3

## Application

《手机》

# 导入 Warm-up

你经常玩儿手机吗？对你来说，手机有什么用途？  
请在下面的选项中划出，如果还有其他用途，请补充



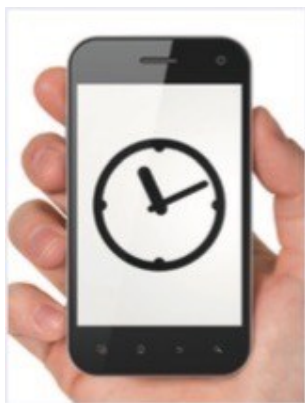
打电话



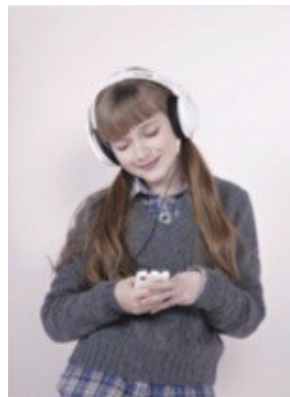
上网看新闻



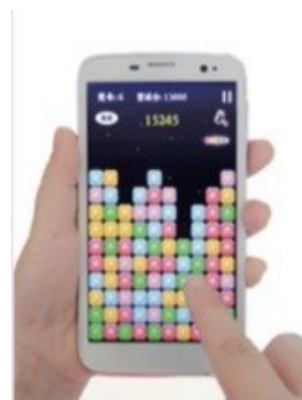
拍照



看时间



听音乐



玩儿游戏

## 生词 2

正经	zhèngjīng	老板说：“别假装正经，我知道你们都在玩儿手机！”
玩意儿	wányìr	那玩意儿有什么好玩儿的？
憋	biē	面对老板的怒气，他憋着气，不敢说话。
报警	bào jǐng	在中国，遇到危险时要打110报警。
绑架	bǎngjià	孩子被绑架后，一个人打电话告诉他们不要报警。
受罪	shòu zuì	他的日子过得那么辛苦，简直是在受罪。
吼	hǒu	老板非常生气，大吼：“都马上去给我工作！”

## 生词 2

智能

zhìnéng

现在的智能手机功能越来越多了。

奴隶

núlì

现在的年轻人都是手机的奴隶。

麻木

mámù

成为手机的奴隶后，对别的事情就都麻木了。

狼吞虎咽

lángtūn-hǔyàn

弟弟吃到好吃的东西总是狼吞虎咽的。

伺候

cìhou

我伺候生病的奶奶一点也不嫌弃她。

眨

zhǎ

他看手机的时候，认真得眼睛都不眨一下。

索性

suǒxìng

没想到事情会这样，那索性就顺其自然吧。

# Words

Use given words to describe the pictures.

报警

智能

伺候

麻木

狼吞虎咽



# 练一练

好 (hǎo)	
报	
转	
何	

# 语言点

索性

干脆

这鞋子太旧了，索性/干脆扔掉吧。

(做副词时，用法基本相同。表示说话、做事很直接，没有过多地考虑。)

无右边用法

这个人说话做事很干脆，一点儿也不拖泥带水。

(除了副词用法外，还可以做形容词，可以做谓语，表示“爽快”的意思。)



# 练一练

## 判断正误

1. 他觉得这门课没有用，索性不去上课了。
2. 你干脆点儿行吗？别总是犹犹豫豫的。
3. 我做事一直都很索性，从来不琢磨来琢磨去
4. 他很干脆地拒绝了我，一点儿余地都没有。

# 练一练

选择合适的词语填空

案件

报警

绑架

震惊

侦探

上个月，这里发生了一起令人\_\_\_\_\_的\_\_\_\_\_，两个年轻人  
了他们的同学，然后向同学的父母要一大笔钱。受害孩子的家人  
以后，警察迅速开展工作，他们派出一位非常有经验的\_\_\_\_\_，很  
很快就抓住了那两个年轻人，救出了他们的同学。

## 课文-1

开会时老板火了：“别假装正经，我知道你们都在玩儿手机，那玩意儿就那么好玩儿？”

老板指着我说：“你说说，看了什么？比我说话还有意思？”  
那玩意儿就那么好玩儿？”

我脸憋得通红，说：“一对年轻人边开车边拿手机拍照，把桥撞坏了，没报警，先下车拍照发微信。要不要转发给你？”

老板一摆手：“你们呀，都让手机给绑架了，这么过日子，不受罪吗？”

一同事举手：“老板，刚搜索了一下，离不开手机也是一种精神病。”

老板大吼：“有病就得治！”随后黑着脸扔下一句话：“以后开会谁都不许带手机！”

## 课文-2

老板说的没错，特别是有了智能手机，我就成了手机的奴隶，对什么都麻木了，心里只有手机：三分钟看一次新闻；十分钟发一次微信；吃饭前先拍照；狼吞虎咽吃完，又埋头看微信；睡觉之前先给手机充电……把手机它老人家伺候得好好的。有一次阿毛对我说：“我跟你说话呢，你干吗老看手机？”我冲他眨眨眼，说：“那你也拿出手机，咱们手机上聊吧，保证不分心。”

# 回答问题

1. 开会时，老板为什么发火？
2. “我”同意老板的看法吗？
3. 我依赖手机的症状是什么？



# 复述



公司老板为什么开会时发火？

开会时，“我”在手机上做什么？

为什么说“我”成了手机的奴隶？

一对年轻人……

1. 看新闻
2. 发微信
3. 拍照
4. 充电

……

## 通红、雪白

状态形容词，“通红” 整个都是红的；  
“雪白” 像雪一样白。  
重点在第二个汉字上，有程度很深的意思。

- 1、我脸憋得**通红**。
- 2、**雪白**的米在沸腾的水中翻滚，屋子里渐渐弥漫着粥的香气。
- 3、那几只还没断奶的小猫幸福地躺在妈妈的怀里，肚子都吃得**滚圆滚圆**的。

# 练一练

## 完成句子

雪亮

冰凉

笔直

1. 夏天，（ ）的啤酒加上美味的海鲜，对很多人来讲，极具吸引力。
2. 那是一条（ ）的公路，她的车无精打采地在公路上前行，远处是茫茫雪山。
3. 人民有自己的亲身经历，眼睛是（ ）的。



## 生词 2

作息	zuòxi	为了叫同学们睡个午觉，学校调整了作息時間。
着手	zhuóshǒu	这件事必須立即着手，不能再迟延了。
安置	ānzhì	那些失去父母的孤儿都得到了很好的安置。
防止	fángzhǐ	春天野外用火一定要小心，防止发生火灾。
薄弱	bóruò	我课外书读得少，语文基础比较薄弱。
精致	jīngzhì	这件工艺品十分精致。
庄重	zhuāngzhòng	他把手机包好，然后庄重地放在盒子里，收起来。

## 生词 2

分散

fēnsàn

上课注意听讲，不要分散精力。

僵硬

jiāngyìng

坐了一天火车，两条腿都僵硬了。

四肢

sìzhī

它的四肢强壮有力，爪子是白色的。

特长

tècháng

跳舞是我的特长。

兴高采烈

xìnggāo-cǎiliè

同学们正兴高采烈地讨论着毕业旅行的事。

摇滚

yáogǔn

现在越来越多年轻人喜欢摇滚音乐。

一举两得

yìjǔ-liǎngdé

封山造林，既能生产木材，又能保持水土，一举两得。

# 练一练

选择合适的词语填空

着手

作息

干扰

四肢

狼吞虎咽

我的\_\_\_\_\_时间是这样的：早上6:00起床，先活动活动\_\_\_\_\_，然后做一顿营养丰富的早餐，我吃饭从来不\_\_\_\_\_，享受了美味的早餐后，我\_\_\_\_\_写我的新书，在没人\_\_\_\_\_的情况下，我的写作进度会很快，写着写着一天的时光不知不觉就过去了。

## 语言点

### 说A就A

口语，事情发生或进展得很快；

“雪白” 像雪一样白。

“A” 可以是相同的动词、动词短语形容词。

- 1、说干就干，索性这礼拜就开始。
- 2、他辞了职去旅游，可把爸妈气坏了，天天在家唠叨：“挺好的工作，一点儿都不珍惜，说不干就不干了。”
- 3、六月下旬，天气说热就热了，人们争先恐后地往商店跑，去买电扇，去买空调。

# 练一练

## 完成句子

1. 你看天上，阴云密布的，马上就得下雨，不带伞哪行啊！

\_\_\_\_\_。

2. 小孩儿就是这样，一会儿哭，一会儿笑。

\_\_\_\_\_。

3. 很快他们两个就好上了，好得朝夕相伴，形影不离。

\_\_\_\_\_。

# 导入 Warm-up



你觉得你可以离开  
你的手机多长时间?

# 练一练

模仿例子，写出更多的词语

例：受罪：受伤 受累 受骗 受气

智能：\_\_\_\_\_

安置：\_\_\_\_\_

防止：\_\_\_\_\_

精致：\_\_\_\_\_

## 课文-1

离开了手机，难道会死吗？何不尝试一下一周关机一天？说干就干，索性这礼拜就开始。

周日，我按小学生的作息时间七点起床，之后，先着手安置我的手机。为了防止自己意志薄弱，我找来个精致的盒子，把手机层层包好，庄重地放在盒子里，收到衣柜最里面。为了分散注意力，我决定去公园锻炼我那僵硬的四肢，因为迷上智能手机以后，我已经好久不锻炼了。

公园里唱的跳的都有。跳舞是我的特长，我兴高采烈地跳起了摇滚，既能娱乐身心，又能锻炼身体，一举两得。



## 课文-1

跳完舞，我往家走，突然想起被冷落了半天儿的手机，急忙赶回家，打开衣柜，手机还在，我心里踏实了许多。五个小时没碰它，我心空虚得要命，我决定用熬粥这件最消耗时间的事来弥补心中的空虚。烧水、下米，看着雪白的米在沸腾的水中翻滚，屋子里渐渐弥漫着粥的香气，屋外竟然传来了鸟的叫声，我的心慢慢静了下来。要在往常，我一定早待不住了，惦记着某某侦探的案件是不是有了突破，科学家是否有了震惊世界的发现，彩票大奖开了没有，前两天的恐怖袭击到底是谁干的……

没有手机的干扰，生活这么安宁，我突然有了一种回归生活的欣慰。

# 回答问题

1. 周日，我做了个什么行动？
2. 我出门后，我去做什么了？
3. 我5个小时没有用手机，我觉得心里怎么样？
4. 为了排除空虚，我做了什么？



# 复述



为了关机一天，“我”怎样安置自己的手机？

包好、放在、收到

“我”如何出门锻炼的？

公园、跳舞、既……又……

回家后，“我”又做了什么？

打开、熬粥、往常……

## 语言点

adj./v. +得+要命

表示到了极点

- 1、五个小时没碰它，我空虚**得要命**。
- 2、每次考试之前，不少同学都紧张**得要命**，吃不好，睡不着，有的还生病。
- 3、他风趣地说，自从那次让蛇咬了一口，就害怕所有的爬行动物、虫子，见了麻绳都吓**得要命**。

# 练一练

## 完成句子

1. 他的确是个热心肠，尽管他平日大事小事特别多，  
\_\_\_\_\_，可是只要有人求他，他一定会全力相助。
2. 那是我第一次拍戏。临拍前一晚，我\_\_\_\_\_  
整晚睡不着，想戏怎么演，手势怎么摆，足足想了一夜。
3. 妈妈不但在生气，而且\_\_\_\_\_。

# 练习

用所给词语或结构改写句子

1. 她的脾气不好，经常不知道为什么突然就生气了。（说A就A）

---

2. 这么做不但能增加公司的利润，还能方便用户。（既……又……）

---

3. 找了好几个地方都没找着，干脆不找了。（索性）

---

# 练习

用所给词语或结构改写句子

4. 很多单位在年底就开始制定第二年的计划了。（着手）

---

5. 今天不知道怎么了，堵得这么厉害，以前这里很少堵车。（往常）

---

6. 考试时，我非常紧张，手心里都是汗。（……得要命）

---

# 练习

## 阅读语段，模仿造句

1. 离开了手机，难道会死吗？ 何不尝试一下一周关机一天？ 说干就干，索性这礼拜就开始。

丢了工作，难道\_\_\_\_\_吗？何不\_\_\_\_\_？说干就干，\_\_\_\_\_就\_\_\_\_\_。

2. 跳舞是我的特长， 我兴高采烈地跳起了摇滚， 既能娱乐身心， 又能锻炼身体， 一举两得。

\_\_\_\_\_是我的特长，我\_\_\_\_\_，既\_\_\_\_\_，又\_\_\_\_\_。