英语 Reading and Thinking · 45 min

Living Legends

Two athletes, one question: what makes a legend?

今天这节课，我们读完两个人，回答一个问题。

Teacher: _____ Class: _____

November 2026

By the end of this period

Knowledge

Words & ideas

- 核心词：legend / champion / fall apart
- 掌握 “make sb + adj.” 结构
- 说出文章“总—分—总”的结构

Ability

Reading skills

- 用标题和首段预测主题（predict）
- 按“身份—成就—品质”扫读细节（scan）
- 用时间线复述（retell）

Literacy

Sportsmanship

- 理解“传奇”不只看成绩
- 用英语说出他/她伟大在哪
- 体会团队精神与心理韧性

下课前用这三条自检：讲得清、做得对、说得明白。

导入 先别翻书，先想三分钟

What makes a legend?

Look at the title: “Living Legends”. Legend 是传奇，living 是“still alive / still influencing”.

So the question is not “who is famous”, but “who is still influencing us”.

Q1 Who comes to your mind first?

说出一个名字，再给一条理由——成绩、精神，还是某一场比赛。

Q2 Is winning enough?

If a champion never helped anyone, would you still call him a legend?

Q3 Why these two?

一个是排球，一个是篮球，一男一女，一教练一球员——作者是随便选的吗?

带着第三个问题读课文：作者为什么选这两个人。

知识点 Read the structure before the details

How is the text organized?

Title	**Living Legends** 标题即论点：legend 不是过去时，是现在进行时。
Lead	**两个问题引出“什么是传奇”** 首段不写人，先立标准——后面两位都是按这个标准挑的。
Body	**两个人物，各一段** 每段都是“身份 → 成就 → 品质”的同一顺序，可对照读。
Ending	**回到 legend 的定义，呼应标题** 读结尾，看作者最终把“传奇”落在成绩还是品格上。

> 阅读策略：先看骨架，再看血肉。骨架错了，细节读得再细也是散的。

Para. 2 — 扫描细节

Lang Ping: player and coach

01 As a player

中国女排主力，1980 年代“铁榔头”（Iron Hammer），1981 年世界杯冠军。

02 As a coach

2015 年世界杯冠军、2016 年里约奥运会冠军，两次都在队伍最困难的时候接手。

03 The test

2015 年世界杯前，队长惠若琪因心脏问题缺阵，队伍几乎被看衰，她仍带队夺冠。

04 What makes her a legend

不是赢过多少场，是“队伍散了还能重新拢起来”的能力——hold the team together。

> 读人物段落，先抓身份，再抓“最困难的那一件事”，品质自然就出来了。

Para. 3 — 扫描细节

Michael Jordan: mental strength

01 The name

“Air Jordan”，因为弹跳与滞空，也因为他把篮球打成了表演。

02 The record

六次 NBA 总冠军，1996 年入选 NBA 五十大球星。

03 The quote

“I can accept failure, but I can't accept not trying.”——失败可以接受，不尝试不行。

04 What makes him a legend

作者用的词是 mental strength：输球之后还敢投下一个球，这才是他与众不同的地方。

> 注意作者的重心：写成绩只用了半段，写“心态”用了整整一段。

例题精讲　先找主干，再拆修饰

长难句拆解

题目

The team that Lang Ping had built was falling apart.

1. 找主干：The team … was falling apart.（队伍正在瓦解）
2. 拆从句：that Lang Ping had built 是定语从句，修饰 the team。
3. 看时态：had built 是过去完成时，表示“在瓦解之前”已经组建完成。
4. 定词义：fall apart 意为“崩溃、分崩离析”，不是“摔倒”。

结论　郎平一手组建起来的那支队伍，正在分崩离析。

> 长句不可怕：先划掉从句，剩下的一定是“谁 + 做什么”。

同与不同

Compare the two legends

对比项	Lang Ping	Michael Jordan
身份	运动员 → 主教练	职业球员
最大成就	以教练身份带队拿下世界杯与奥运冠军	六次 NBA 总冠军，影响一代人
核心品质	把散掉的队伍重新聚起来（team spirit）	输球后仍敢出手（mental strength）
共同点	都经历过失败，都在失败之后重新站起来——这正是“living”的含义	

课堂练习　3 分钟，独立完成

Check your reading

1 **What is the main idea of the passage?**

A. How to become a volleyball player　B. Two sports legends and what makes them great　C. The history of the Olympic Games　D. Why Michael Jordan retired

2 **The team … was falling apart. 句中 falling apart 最接近的意思是：**

A. winning games　B. breaking into pieces　C. training harder　D. changing coaches

3 **用一句话（不超过 20 词）概括 Lang Ping 的两个身份与成就。**

提示：As a player, she …; as a coach, she …

答案：1—B，2—B；第 3 题参考：As a player she led China to the 1981 World Cup, and as a coach she won the 2015 World Cup and 2016 Rio Olympics.

4 人一组，每人一句

Group work: retell with a timeline

01 **每人负责一个时间点**

1981（球员夺冠）→ 2015（教练夺冠、队长缺阵）→ 2016（里约）→ today（影响力）。

02 **必须用一个原文词**

每人至少用上文中一个词，如 champion、fall apart、mental strength。

03 **串起来读一遍**

四句话连读，看是否连贯；不连贯就改连接词，不是加句子。

> 复述不是背诵：是把结构说出来，细节可以换词。

小结

Reading strategies to keep

01 先结构，后细节

标题 + 首段定主题，段落首句定大意，再回去扫细节。

02 人物文读三样

身份、成就、品质——三样齐了，人物就立住了。

03 复述胜过翻译

能用四句话讲清一篇文章，说明你真的读懂了。

> 下次遇到长文章，先花 30 秒看标题和小标题，能省一半时间。

作业与预习　下课别急着走，先记这三行

Homework & preview

Must do	· 抄写并背诵 10 个词块：living legend, fall apart, mental strength, hold together... · 写 80 词介绍一位中国运动员，用上今天学的三个表达
Optional	· 用英语录一段 60 秒音频：Why is he/she a living legend?
Preview	· Using Language：先看练习题里的图表，猜一猜听力会讲什么

> 作业下次课前收，预习内容下节课随机提问，做好准备。

下一讲

Next: your own legend

- Using Language：听一段采访，学会用英语描述一次失败与重新站起。
- Think ahead: who is a living legend in your own life, and why?
- 作业里的 80 词，下节课抽三位同学读，请提前练一遍。