

企业/机构致谢

- 本课程由【贝克休斯】授权提供，选自贝克休斯云支教系列课程。在此，特别致谢贝克休斯对“云支教”助学计划的支持，以及对乡村儿童教育发展所做出的贡献。

中华民族母亲河-长江

云支教全国标准课程1.0版



游 长 江

—
云支教助学计划





长江，干流流经11个省、自治区、直辖市，于崇明岛以东注入东海，全长约6300km，在世界大河中居世界第三位。让我们从长江的源头，顺流而下，看看长江的全貌有多美！



长江



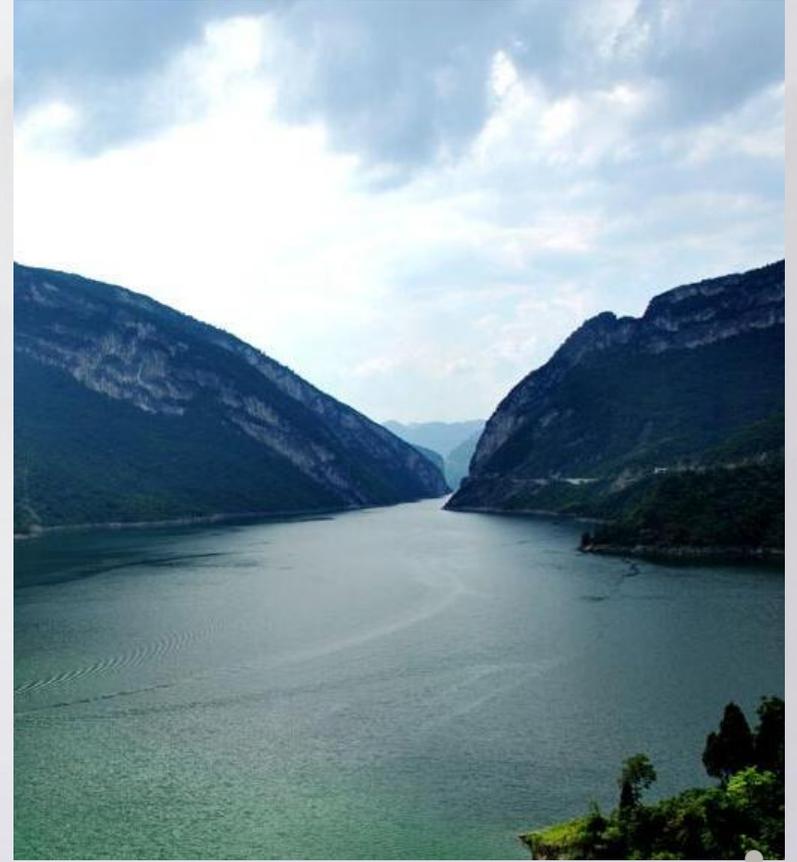
长江（英文名称：the Changjiang River/the Yangtze River）

发源于“世界屋脊”——青藏高原的唐古拉山脉各拉丹冬峰西南侧。干流流经青海省、西藏自治区、四川省、云南省、重庆市、湖北省、湖南省、江西省、安徽省、江苏省、上海市共11个省级行政区(八省二市一区)，于崇明岛以东注入东海，全长6397千米。

在世界大河中长度仅次于非洲的尼罗河和南美洲的亚马孙河，居世界第三位。

长江是中国最长的河流，
长江的各个河段都有其
独一无二的特点。

我们沿着长江一路南下，
探索那些值得旅行的地
方，感受最中国的极致
风光。





长江

长江全长6400千米，是中国第一长的河流。人们习惯把长江分为上游、中游和下游三大河段。

上游从唐古拉山脉源头至湖北省宜昌市，全长约4500千米。长江源头地势很高，从山脉到盆地上游，河流水流落差将近5000米，因此上游河段就像一个从天而降的瀑布，江流湍急，性格豪放。巨大的水流落差蕴含着巨大的能量，三峡工程就建在这里，它也是世界上最大的水利枢纽。

长江的中游从湖北省宜昌市至江西省湖口县，全长仅955千米。中游流经平原，河道蜿蜒曲折，尤其是荆江段，素有“九曲回肠”之称。

下游从湖口到入海口，全长938千米，下游的水流平稳，江面开阔。



鱼米之乡

相比于长江上游，长江中下游性格“温柔”，流经的区域地势平坦，被称为长江中下游平原，沿途密集分布着淡水湖泊，是名副其实的鱼米之乡。

长江的干流途经11个省、市、自治区，干流及支流的流域涵盖了19个省、市、自治区，有超4.4亿人口“共饮长江水”，要从江头到江尾，可真不是一件容易的事。



长江源

各拉丹冬雪山

长江的主源位于青海可可西里南部的沱沱河，其源头各拉丹冬雪山则是长江真正发源地。长江源头的景观十分壮丽，雪山冰峰，无垠的草地，蓝天白云倒映在河水中，构成了令人心旷神怡的美景。



长江



南京长江大桥

阅读下面的文章，感受不同河段，“性格迥异”的长江，以及其独具特色的南京长江大桥。

南京长江大桥位于南京市鼓楼区下关和浦口区桥北之间，是长江上第一座由中国自行设计和建造的双层式铁路、公路两用桥梁，在中国桥梁史和世界桥梁史上具有重要意义，是中国经济建设的重要成就、中国桥梁建设的重要里程碑，具有极大的经济意义、政治意义和战略意义，有“争气桥”之称。它不仅是新中国技术成就与现代化的象征，更承载了中国几代人的特殊情感与记忆。

南京长江大桥



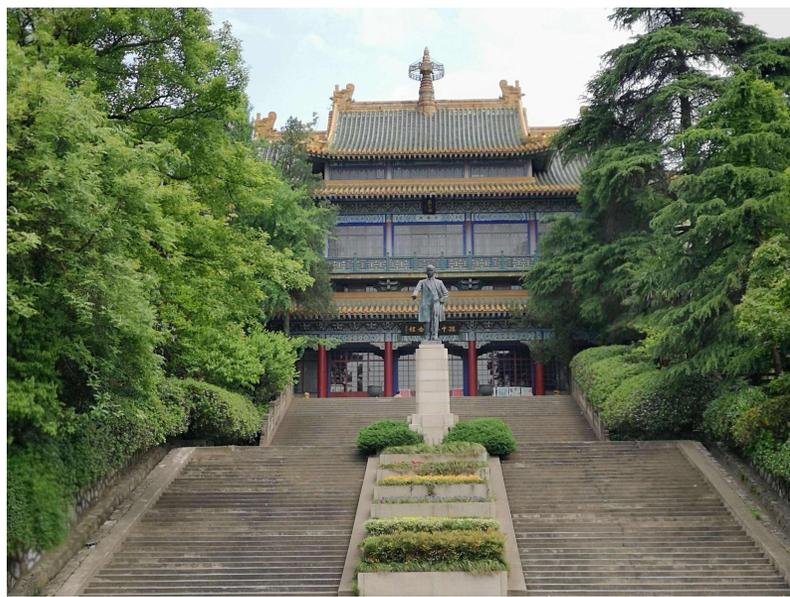
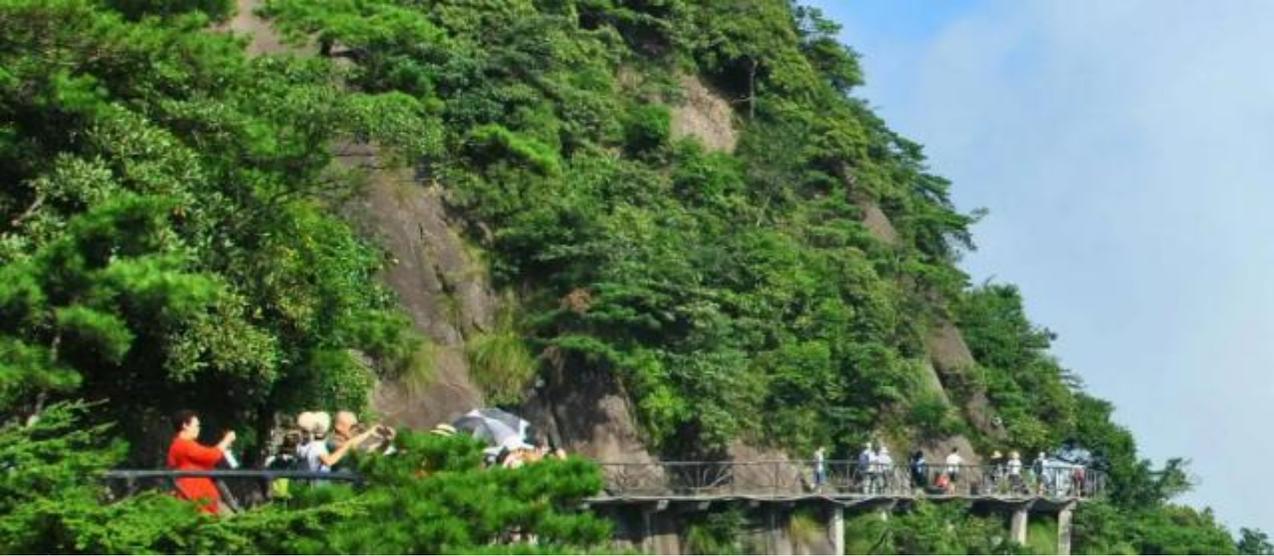
这座大桥具有浓厚的民族风格，它那双曲拱桥的公路引桥与中国古桥有许多相似之处。南京长江大桥是一座铁路、公路两用的双层桥。下层是双线铁路桥，全长6772米，铁路行车道宽14米，两列火车可以同时对开。上层公路桥全长4589米，宽15米，四辆大型汽车可以并行。两边有人行道，正桥两边的铸铁栏杆上镶着200多幅富有民族特色的金属浮雕，犹如横跨长江的空中画廊。



长江流域孕育了辉煌灿烂的文明，历来都是文人墨客喜欢驻足游览之地，这里有蜿蜒起伏的南京钟山，也有峡深谷幽的三峡。

下面是文人笔下的钟山和三峡，一起读一读，感受其美丽的景色吧！





山水空流山自闲

山花落尽山长在

买山终待老山间

终日看山不厌山

(宋) 王安石

游钟山



长江三峡

长江三峡东起湖北宜昌市南津关，西至重庆市奉节县白帝城，由西陵峡、巫峡、瞿塘峡组成，全长193公里。它是长江风光的精华，神州山水中的瑰宝，古往今来，闪耀着迷人的光彩，无数中外游客为之倾倒。

长江三峡是中国十大风景名胜之一，是中国文化的发源地之一。著名的大溪文化在历史的长河中闪耀着奇光异彩，这里孕育了中国伟大的爱国诗人屈原和千古名女王昭君。

长江三峡



青山碧水，曾留下李白、白居易、刘禹锡、范成大、欧阳修、苏轼、陆游等诗圣文豪的足迹，留下了许多千古传诵的诗章。大峡深谷，曾是三国古战场，是无数英雄豪杰驰骋用武之地。这里还有许多著名的名胜古迹，白帝城、黄陵庙、南津关……它们同这里的山水风光交相辉映，名扬四海。

因为有了三峡，长江变得更加雄伟，风光变得格外秀丽。三峡风光是长江风光的精华，神州山水中的瑰宝，古往今来，三峡留下了历代骚人墨客畅游的千古绝唱，三峡旅游一直是万里长江不变的主题。三峡因长江而存在，长江以三峡而骄傲。

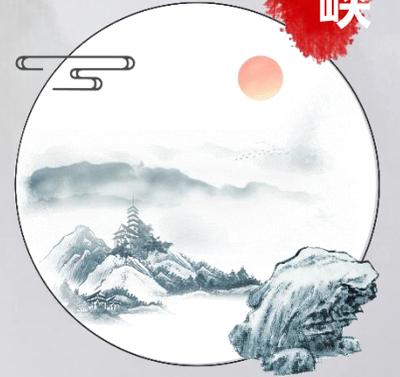
李白上三峡詞典網集
 亞山夾青天
 巴水流若茲
 巴水忽可盡
 青天無到時
 三朝上黃牛
 三暮行太遲
 三朝又三暮
 不覺鬢成絲



西陵峡是一个神奇的大峡谷，它不仅以绚丽的山水风光和原始的自然生态而流传于世，而且以悠久古朴的历史文化和伟大的工程而闻名于世。西陵峡曾上演了许多人间奇迹，西陵峡上筑起了两座长江大坝，创造了水利史上的多项世界纪录，成为中国自大禹以来的治水之大成者。

西陵峡还是科学的课堂、奥秘的宫殿。两岸的山体就是一部地质天书，记录着地球10亿年的变化，裸露着由联合国确定的世界典型震旦系和寒武系地质剖面。生活在1亿4千万年前的恐龙同时代的国宝中华鲟为什么能躲过第四纪冰川的灭顶之灾而活到今天？无穷的奥秘在呼唤着我们。

西陵峡



巫峡中两岸青山连绵,群峰如屏,江流曲折,幽深秀丽,宛如一条天然画廊。峡两岸为巫山十二峰。江北由西向东依次为登龙、圣泉、朝云、神女、松恋、集仙六峰。南岸也有六峰,但在江中能见到的,依次为飞凤、翠屏、聚鹤三峰,其余净坛、起云、上升三峰并不临江。如欲游览,须从飞凤峰附近的青石溪溯流而上。到兰厂登岸,才可领略三山的雄姿。

因此陆游在“三峡歌”说:“十二巫山见九峰,船头彩翠满秋空。”唐代诗人赞美巫山十二峰的诗句,有“巫山十二峰,皆在碧虚中”;“巫山峨峨高插天,危峰十二凌紫烟”。巫山十二峰中,又以神女峰最富魅力。她耸立江边,峰顶可见云雾缭绕。细雨蒙蒙,沾衣欲湿,拂而觉爽。云雨中的青峰绝壁,宛若一幅浓淡相宜的山水国画。



瞿塘峡又称夔峡，西起奉节白帝城，东至巫山黛溪，在三峡中以雄著称。郭沫若有诗云：“若言风景异，三峡此为魁”。峡口夔门南北两岸峭壁千仞，如刀砍斧削一般，江流汹涌于宽仅100余米的狭窄江道之中，呈现出“众水会涪万，瞿塘争一门”的壮观景象，所以自古有誉道：“夔门天下雄”。

顺江而下，迅流湍急，云天一线，船过其间，游客会有“峰与天相接，舟从地窟行”之感。古人云：“便将万管玲珑笔，难写瞿塘两岸山。”瞿塘峡内，南岸有“瞿塘碑壁”、“孟良梯”、“凤凰泉”、“犀牛望月峰”等壮观景色；北岸有“七道门”、“风箱峡”、“瞿塘栈道”等奇丽景观。



奔流赴海

从天山引来生命之源，将生机洒遍中国，最终迎来了征程的最后一段，入海！看似平静之下，是自然无声的伟大。长江孕育了上海这座中国经济最发达的城市。





大家一起说一说

阅读完以上的文章后，你对长江的哪个河段印象最为深刻？

南京长江大桥具有怎样的特色？

长江三峡最想去哪里看看？



版权声明

- 本课程由【贝克休斯】授权提供，选自贝克休斯云支教系列课程。在此，特别致谢贝克休斯对“云支教”助学计划的支持，以及对乡村儿童教育发展所做出的贡献。
- 本课程仅用于有爱有未来大学生志愿者及企业志愿者，针对乡村学校开展教育帮扶项目；同时，支持乡村学校用于开展课程教学。
- 未经授权许可，对课程内容进行摘取、复制、传播、修改、出租、售卖，或以其他方式进行处理及衍生其他作品的行为，均构成侵权。
- 任何企业、机构和个人，不得将本课程应用于商业用途。

有爱有未来企业志愿行动
2024年1月15日



云支教助学计划 Online Education Volunteer Project

为响应“乡村振兴”战略，有爱有未来企业志愿行动联合多家专业机构于2018年发起“云支教助学计划”，以“互联网+教育扶贫”的创新模式，为企业志愿服务和大学生助学支教提供可持续的教学直播平台，帮助乡村中小学校接触更多优质教育资源，助力乡村教育发展。

2023年，共有10家企业员工志愿者、110所高校大学生志愿者积极参与“云支教”项目，为安徽、青海、云南、海南、甘肃、四川、宁夏等地区的247所乡村学校提供5,593课时云支教课程，包括科学技术、工程机械、历史地理、文化艺术、环境教育等方向，41,108名乡村学生直接受益。



有爱有未来企业志愿行动 Share the Care Volunteer Organization

有爱有未来创立于2006年，是国内领先的企业志愿服务项目平台和枢纽机构，服务于FESCO系统数万家中外企业和数百万白领员工。有爱有未来以教育、环境、健康、艺术作为志愿服务的主要工作方向，聚焦联合国可持续发展目标（SDGs）、企业社会责任（CSR）、ESG环境责任和多元平等包容等相关议题，积极响应国家乡村教育振兴、双碳行动、健康中国等政策倡导，持续开展形式多样的企业志愿服务项目，公益资源网络覆盖全国。

截至目前，有爱有未来已发动超过300家中外企业，在中国7个省市的300余所乡村学校开展超过700项/次公益项目和志愿服务活动，参与企业员工及高校大学生志愿者超过159万人次，超过132万名乡村师生受益。

联系我们

Ms. Alina Wang王公佑
Office: 8610-82193926
Mobile: 135 2057 6052
Email: alina_wang@youthimpact.cn



让每个孩子都能拥有更好的教育机会

有爱有未来企业志愿行动

中国北京市海淀区中关村南大街2号数码大厦A座3207室

Web: www.sharethecare.cn