

小学英语 四大时态 学习手册

Simple Present · Present Continuous
Simple Past · Simple Future

课堂讲解 + 课后练习专用



目录 Contents

1	什么是时态?	认识时间线
2	一般现在时	每天都做的事
3	现在进行时	正在发生的事
4	一般过去时	已经做完的事
5	一般将来时	打算要做的事
6	动词变化速查表	Quick Reference
7	四大时态对比	思维导图 + 表格
8	练习一	选择正确的时态 (1-10题)
9	练习二	动词变形填空 (11-20题)
10	参考答案	附详细解析
11	学习小技巧	四步搞定时态

★ 使用建议 ★

先用"时间线"理解概念 → 逐个学习四种时态 → 用速查表记忆 → 做练习巩固

什么是时态？

核心问题：这个动作发生在什么时候？是每天做、正在做、已经做完，还是打算做？



图1：四种时间的对比

时态就像给句子贴上的**"时间标签"**，告诉别人这个动作发生在什么时候。英语和中文不一样，中文说"我昨天吃了苹果"，用一个"昨天"就表示过去了；但英语不仅要说时间，连动词也要变样子！

- | | | | |
|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 每天都做
一般现在时 | 正在做
现在进行时 | 已经做完
一般过去时 | 打算做
一般将来时 |

💡 小提示：写作文时，先在句子里找**"时间词"**（如昨天、现在、明天），就能知道要用什么时态啦！

一般现在时 Simple Present

什么时候用？

用来描述**经常发生**的事情，比如每天的习惯、固定安排等。

☀️ 小明的一天

I brush my teeth every morning.

我每天早上刷牙。

She walks to school.

她走路上学。

动词怎么变？

基本结构：主语 + 动词原形

第三人称单数 (he/she/it)：动词 + s / es

常见时间标志词

英文	中文
every day / every week	每天 / 每周
always / usually / often	总是 / 通常 / 经常
sometimes / never	有时 / 从不

✅ 正确

I play football. (原形)

He plays football. (+s)

She watches TV. (+es)

Tom goes to school. (+es)

记忆口诀：

他/她/它是三单，动词后面加s；

s、x、ch、sh、o结尾，别忘加上es！

🏆 更多例句

I get up at 7:00 every day. 我每天七点起床。

My mother works in a hospital. 我妈妈在医院工作。

The sun rises in the east. 太阳从东方升起。(客观事实)

现在进行时 Present Continuous

什么时候用？

描述此时此刻正在发生的动作，就像拍照定格那一瞬间！

快看！正在发生！

Look! The cat **is sleeping**.

看！猫咪正在睡觉。

Listen! The birds **are singing**.

听！小鸟正在唱歌。

My mom **is cooking** dinner now.

我妈妈正在做晚饭。

动词怎么变？

结构：主语 + be(am/is/are) + 动词-ing

加 -ing 的三条规则

规则	例子
一般情况：直接 + ing	play → playing
以 e 结尾：去 e + ing	make → making
重读闭音节：双写 + ing	run → running

小窍门：

be动词要跟着主语走：

I **am** / He/She **is** / You/We/They **are**

常见时间标志词

- **now**（现在）
- **Look!**（看！） / **Listen!**（听！）
- **at the moment**（此刻）

更多例句

Look! The boys are playing football.快看！男孩们正在踢足球。

I am reading a storybook now.我正在读故事书。

Be quiet! The baby is sleeping.安静！宝宝在睡觉。

一般过去时 Simple Past

什么时候用？

描述**已经做完、结束了**的事情。就像翻相册回忆昨天发生的事。

昨天的故事

I **ate** an ice cream yesterday.

我昨天吃了一个冰淇淋。

We **went** to the park last Sunday.

我们上周日去了公园。

She **bought** a new bag.

她买了一个新书包。

常见时间标志词

英文	中文
yesterday	昨天
last week / last month	上周 / 上个月
last year	去年
... ago	...以前
just now	刚刚

规则动词变化

结构：主语 + 动词过去式

大多数动词：直接 + **ed**

原形	过去式
play	played
walk	walked
watch	watched
clean	cleaned
study	studied (变y为i+ed)

不规则动词

这些动词不遵守规则，需要特别记忆！

原形	过去式	原形	过去式
go	went	eat	ate
see	saw	buy	bought
have	had	is/am	was
are	were	come	came

更多例句

I **visited** my grandparents **yesterday**. 我昨天去看望了祖父母。

We **watched** a movie **last night**. 我们昨晚看了一部电影。

He **was** sick **last week**. 他上周生病了。(is → was)

一般将来时 Simple Future

什么时候用？

描述**打算做、还没有做**的事情。就像写计划表！

周末计划

I **will fly** a kite tomorrow.

我明天要去放风筝。

We **are going to have** a picnic.

我们打算去野餐。

My dad **will buy** me a bike.

我爸爸要给我买一辆自行车。

常见时间标志词

英文	中文
tomorrow	明天
next week / next month	下周 / 下个月
next year	明年
soon	很快

两种表达方式

方式一：will + 动词原形

I **will visit** my grandma.

He **will play** basketball.

方式二：be going to + 动词原形

I **am going to read** books.

They **are going to swim**.

区别：

will：临时决定（如：Oh, I will help you!）

be going to：早有计划（如：I am going to visit Beijing.）

更多例句

We **will have** a sports meeting next week. 我们下周将举办运动会。

She **is going to learn** piano. 她打算学钢琴。

It **will rain** tomorrow. Take an umbrella! 明天会下雨，带把伞！

动词变化速查表

把这个表贴在书桌前，随时查看！

● 一般现在时 · 第三人称单数

规则	例子（原形 → 三单）
一般动词 + s	play → plays , read → reads
s/x/ch/sh/o 结尾 + es	watch → watches , go → goes , do → does
辅音 + y 结尾，变 y 为 i + es	study → studies , fly → flies

● 现在进行时 · 动词 + ing

规则	例子
一般情况直接 + ing	play → playing , sing → singing
以 e 结尾，去 e + ing	make → making , write → writing
重读闭音节，双写尾字母 + ing	run → running , swim → swimming , sit → sitting

● 一般过去时 · 规则动词

规则	例子
直接 + ed	play → played , walk → walked
以 e 结尾 + d	live → lived , dance → danced
辅音 + y 结尾，变 y 为 i + ed	study → studied , carry → carried

● 一般过去时 · 常见不规则动词

原形	过去式	中文	原形	过去式	中文
go	went	去	come	came	来
eat	ate	吃	see	saw	看见

buy	bought	买	take	took	拿
have	had	有	is/am	was	是
are	were	是	do	did	做

★ 三单加 s/es，进行加 ing，过去规则加 ed，不规则要牢记！

四大时态对比思维导图



英语四大时态

一般现在时

每天都做的事
every day / usually
I play / He plays

现在进行时

正在做的事
now / Look!
I am playing

一般过去时

已经做完的事
yesterday / last week
I played

一般将来时

打算要做的事
tomorrow / next
week
I will play

一表看清四大时态

时态	什么时候用	常见标志词	动词长什么样
一般现在时	每天的习惯	every day, always, usually, often, sometimes	原形 play / 三单 plays
现在进行时	正在发生	now, Look!, Listen!, at the moment	be + playing (am/is/are)
一般过去时	已经做完	yesterday, last week, ago, just now	played / went / ate (过去式)
一般将来时	打算要做	tomorrow, next week, soon	will play / am going to play

★ 超级口诀 ★

每天做 → 原形+s | 正在做 → be+ing | 已做完 → +ed | 将要做 → will+原形

专项练习一：选择正确的时态

仔细阅读每道题，从 A、B、C 三个选项中选出最佳答案。(第 1-10 题)

- | | |
|--|---|
| 1 I _____ to school every day.
A. go B. went C. am going | 6 Listen! The birds _____.
A. sing B. are singing C. sang |
| 2 Look! The girl _____.
A. dances B. is dancing C. danced | 7 They _____ football now.
A. play B. played C. are playing |
| 3 We _____ a movie yesterday.
A. watch B. watched C. will watch | 8 I _____ my homework tomorrow.
A. do B. did C. will do |
| 4 My family _____ to Beijing next month.
A. go B. went C. will go | 9 He _____ TV last night.
A. watches B. is watching C. watched |
| 5 She _____ the piano every Sunday.
A. play B. plays C. playing | 10 We _____ a picnic next weekend.
A. have B. had C. are going to have |

做题小窍门：每道题先找“时间标志词”（如 yesterday / now / tomorrow），再判断用哪种时态！

专项练习二：用所给动词的正确形式填空

看括号里的动词，根据句子意思变成正确的形式。(第 11-20 题)

- 11 She _____ (play) the piano every Sunday.
答：_____
- 12 Listen! The birds _____ (sing).
答：_____
- 13 We _____ (visit) the museum last Saturday.
答：_____

14 I _____ (have) a birthday party tomorrow.

答: _____

15 My father _____ (cook) dinner now.

答: _____

16 Tom usually _____ (go) to school by bus.

答: _____

17 Look! The children _____ (run) in the park.

答: _____

18 They _____ (watch) a film yesterday.

答: _____

19 She _____ (write) a letter now.

答: _____

20 We _____ (be) students two years ago.

答: _____

答题三步走

第1步: 找时间词 → 第2步: 判断时态 → 第3步: 动词变形

参考答案与解析

练习一 • 选择题

1. A go (every day → 一般现在时)
2. B is dancing (Look! → 现在进行时)
3. B watched (yesterday → 一般过去时)
4. C will go (next month → 一般将来时)
5. B plays (every Sunday + 三单+s)
6. B are singing (Listen! → 进行时)
7. C are playing (now → 现在进行时)
8. C will do (tomorrow → 一般将来时)
9. C watched (last night → 一般过去时)
10. C are going to have (next weekend)

练习二 • 填空题

11. plays (every Sunday + 三单+s)
12. are singing (Listen! → be+singing)
13. visited (last Saturday → +ed)
14. will have (tomorrow → will+原形)
15. is cooking (now → be+ing)
16. goes (usually + 三单+es)
17. are running (Look! → be+ing, 双写n)
18. watched (yesterday → +ed)
19. is writing (now → be+ing, 去e)
20. were (two years ago + We → are变were)

每天做 → 一般现在时 • 正在做 → 现在进行时 • 已做完 → 一般过去时 • 将要做 → 一般将来时

学习小技巧：四步搞定时态

写作文时，不要急着写句子，按照这四个步骤来，时态不会错！

01

找时间词

句子里有没有 every day / now / yesterday / tomorrow 这些词？

02

判断时间

这件事是每天做、正在做、已经做完，还是打算做？

03

选对时态

每天→一般现在 / 正在→进行 / 已做→过去 / 将做→将来

04

检查动词

三单+s/es? be+ing? +ed? will+原形? 再检查一遍！

★ 先看时间，再选时态；动词变化，一定检查！

记住这些标志词

一般现在时：every day, always, usually

现在进行时：now, Look!, Listen!

一般过去时：yesterday, last week, ago

一般将来时：tomorrow, next week, soon

推荐学习方法

1. 每天记3个不规则动词
2. 用英语写5句"今天做了什么"
3. 给每句话标上时间词
4. 做错的题抄在错题本上
5. 一周后复习一遍

Practice makes perfect!

坚持练习，你一定能掌握四大时态！

适合小学三年级至六年级 • 祝学习进步