



LI SING TAI HANG SCHOOL

李陞大坑學校

中文校本課程2017年版

# 健康兒童

橙四



姓名：\_\_\_\_\_

班別：\_\_\_\_\_

## 說 明

《中國語文課程補充指引 (非華語學生)》已於二零零八年十一月公布，並於十二月連同各種配套教學參考資料派發學校。我們建議有收取非華語學生的學校採用補充指引。

考慮到學校需要更多適合非華語學生的中國語文教材，我們特別從經驗較豐富的學校選取校本教材，盡量保留原本教材特色，經調適和整理，例如補充圖文材料，調整教學策略，增訂注音資料等，編製成中小學各套學習材料，上載教育局學校內聯網(經中國語文教育課程發展網頁 <http://www.edb.gov.hk/cd/chi> 登入)，供學校參考試用，修訂後派發學校。

這些教材在學校行之有效，使學生學得更好。我們期望收取非華語學生的學校，會因應學校條件和學生的學習需要，並配合教育局各種配套教學參考資料，從中斟酌取用。相信隨着各項支援措施陸續加強，香港非華語學生的中國語文學習成效將日漸提升。

本教材蒙李陞大坑學校慨允刊印使用，謹此致謝。

教育局課程發展處  
二零零九年三月

## 序 言

2003 年，我校開始錄取非華語學童。有鑑於非華裔家長及學童對學習中文的渴求及需要，我校於 2004 年決定創設一套針對非華語學童學習需要的校本課程。經過短短兩年時間，小一至小三的校本課程架構已初步確立，教材亦已齊備：學習材料分紅、橙、黃三色系列，每一色系教材都包括了課程發展議會《中國語文課程指引》所列的九大學習範疇，又同時考慮了非華語學童在聽、說、讀、寫和照顧差異各方面的獨特困難、教材內容涵蓋從識字到閱讀的層面，按能力分級：紅色系列共有 3 級，橙、黃色系列則各有 4 級，即由「紅 1」到「黃 4」總共有 11 級。透過參考前後測考之數據，發現採用校本課程後，平均學生的中文水平有百分之三十至四十的提升；更使人欣喜的是看着一個個小朋友，由畏懼學習中文，討厭學習中文，變成對學習中文充滿自信和熱愛，背後一班老師及工作人員的辛勞，實在難以言喻！

我校規模不大，教員不多，編製校本課程確是一項艱巨的挑戰，幸得教育統籌局派出校本支援服務處語文教學支援組語文教學支援主任李偉良先生到校支援，指導引領我校老師建立課程架構和編寫教材，更提供專業培訓，參與備課，觀課及評課。李先生為建立校本課程盡心盡力，不辭勞苦，除了給予我們專業上的支援，更給予我們精神上的支援，使我校老師在艱辛孤獨的路途上得到不少激勵支持，實在是我們的良師益友，藉此機會，致以萬分的感謝！

編制校本課程固然不易，不斷鑽研探究合適非華語學童的教學方法亦費不少心力，若非一群富有教學熱誠，無限愛心的老師，無私的付出，不問回報的奉獻，絕不會有今天的教學成果。在此，衷心感謝中文科主任劉慧儀老師、沈美琴老師、陳美晶老師、彭綺雯老師、馬妙韻老師及程穎茵老師。期望同學們在享受學習中文之餘，心裏會常常記念老師們的勞苦與關愛。

課程初成，尚有不少可改善的空間，而為了切合學童的需要，我們會繼續積累經驗，不斷更新修正，力臻完美！

李陞大坑學校校長 葉小麗  
2006 年 8 月

# 目 錄



單元一	好孩子的日記	頁數
第一課	<u>文文</u> 日記(一)——誠實	5
第二課	<u>文文</u> 日記(二)——模型比賽	9
第三課	<u>文文</u> 日記(三)——遊 <u>香港</u>	13
單元二	邀請卡與賀卡	
第四課	<u>恩恩</u> 的生日邀請卡	18
第五課	<u>恩恩</u> 的生日賀卡	22
單元三	兒歌	
第六課	世界真細小	26
單元四	健康生活	
第七課	<u>文文</u> 減肥	29
第八課	食物金字塔	33
單元五	好習慣與壞習慣	
第九課	集郵的好處	37
第十課	守株待兔	41

dai6 jat1 fo3 man4 man4 jat6 gei3 jat1 sing4  
第一課 文文日記 (一) —— 誠  
sat6  
實

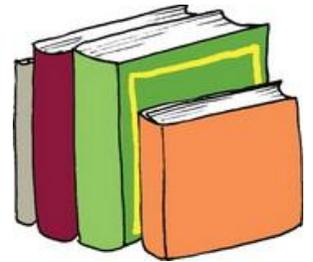


sei3 jyut6 ji6 sap6 jat1 jat6 sing1 kei4 ng5 jyu5  
四月二十一日 星期五 雨 

ling4 ling4 ling4 ling4 sing1 hoeng2 hei2 loi4  
鈴！鈴！鈴！鈴聲響起來

liu5 ngo5 mun4 jiu3 wui4 fo3 sat1 soeng5 fo3  
了！我們要回課室上課

liu5  
了。



mok6 lou5 si1 syut3 gok3 wai6 tung4 hok6 cing2 baa2  
莫老師說：「各位同學，請把

ci4 jyu5 bou2 gaau1 kap1 zou2 zoeng2 zoi3 jau4 zou2 zoeng2 baa2 ci4  
詞語簿交給組長，再由組長把詞

jyu5 bou2 cing4 soeng5 loi4 baa6  
語簿呈上來吧！」



ngo5 zoi6 syu1 baau1 leoi5 faan1 aa3 faan1 ji2 zam2  
我在書包裏翻啊翻。咦？怎  
mo1 ngo5 dik1 ci4 jyu5 bou2 bat1 gin3 liu5 gau3 ging2 ngo5  
麼我的詞語簿不見了？究竟我  
jau5 mut6 jau5 daai3 ci4 jyu5 bou2 ne1 jyun4 liu5 lou5  
有沒有帶詞語簿呢？完了！老  
si1 jat1 ding6 wui5 zaak3 gwaai3 ngo5 him3 gaau1 gung1 fo3  
師一定會責怪我欠交功課。

ngo5 soeng2 bat1 jyu4 ngo5 zong1 zok3 bat1 syu1 fuk6  
我想：不如我裝作不舒服，  
gou3 sou3 lou5 si1 ngo5 tou5 zi2 tang4 gung1 fo3 bat1 zau6 ho2  
告訴老師我肚子疼，功課不就可  
ji5 dang2 ming4 tin1 coi4 bou2 gaau1 maa1 daan6 si6 jyu4 gwo2  
以等明天才補交嗎？但是，如果  
ngo5 zong1 bing6 dik1 waa6 lou5 si1 tung4 hok6 zau6  
我裝病的話，老師、同學就  
wui5 daam1 sam1 ngo5 maa1 maa1 jaa5 wui5 sam1 tung3  
會擔心我，媽媽也會心痛。



ze2 si4 mok6 lou5 si1 gong1 zau2 dou3 ngo5 san1  
這時，莫老師剛走到我身  
pong4 ngo5 soeng2 hei2 taa1 si4 soeng4 gaau3 ngo5 mun4 jiu3 zou6  
旁，我想起她時常教我們，要做

jat1 go3 zung1 sing4 dik1 jan4 jyu1 si6 ngo5 sing4 sat6 dei6

一個忠誠的人。於是，我誠實地

gou3 sou3 lou5 si1 ngo5 mut6 jau5 daai3 gung1 fo3 taa1 ging2

告訴老師，我沒有帶功課。她竟

jin4 mut6 jau5 zaak3 fat6 ngo5 ne1

然沒有責罰我呢！



甲、我會認

cing4 soeng5

呈上 submit to a superior

bou2 gaau1

補交 to resubmit

tou5 zi2 tang4

肚子疼 stomachache

zong1 bing6

裝病 pretend to be sick

ci4 jyu5 bou2

詞語簿 vocabulary book

sam1 tung3

心痛 to feel pain of heart

zat6 gei3

忠誠 faithful 日記 diary

mok6 lou5 si1

莫老師 Miss Mok

gok3 wai6

各位 everybody

daan6 si6

但是 but

jau4

由 from

faan1                  ji2                                  gau3    ging2                                  him3    gaau1  
翻 search    咦 (exclamation)    究竟 after all    欠交 not submit  
zaak3    gwaai3                                  zaak3    fat6                                  daam1    sam1  
責怪 blame    責罰 punish    擔心 worried about

## 乙、認多一點

jyu6    zaap6

預習 preparation for lessons before class



gim2    caa4

檢查 to check

gaam1    haau2

監考 to invigilate

## 丙、我會寫：

誠實    鈴聲    響起    責怪  
究竟    責罰

## 丁、我會討論

你試過不誠實嗎？你有何感受？  
請與同學分享。

dai6 ji6 fo3 man4 man4 jat6 gei3 ji6 mou4 jing4 bei2  
第二課 文文日記(二)——模型比

coi3  
賽



sei3 jyut6 ji6 sap6 cat1 jat6  
四月二十七日

sing1 kei4 sei3  
星期四

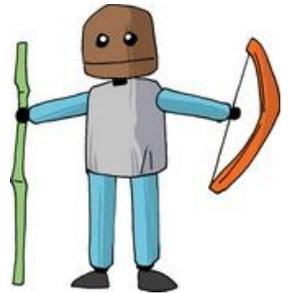
jam1  
陰

gam1 tin1 si6 hok6 se5 lap6 tai2 mou4 jing4  
今天是學社立體模型

zai3 zok3 bei2 coi3 daai6 gaa1 dou1 sap6 fan1 gou1  
製作比賽，大家都十分高

hing3

興。



ngo5 mun4 dou3 si6 gok3 ngai6  
我們到視覺藝

seot6 sat1 naa4 ceoi2 so2 seoi1 dik1 coi4  
術室拿取所需的材

liu6 hau6 bin6 dou3 fo3 sat1 zaap6 hap6 dang2 doi6 ngo5 mun4  
料後，便到課室集合等待。我們

on3 ziu3 jiu3 kau4 jung6 caai4 zi1 zai3 sing4 liu5 mou4 jing4

按照要求，用柴枝製成了模型，

taa1 dik1 ngoi6 hok3 si6 hung4 sik1 dik1 zo2 sau2 naa4 zoek6 zuk1

它的外殼是紅色的，左手拿着竹

gon1 jau6 sau2 wui5 faat3 se6 gung1 zin3

竿，右手會發射弓箭。

ping4 fan1 si4 gaan3 hoi1 ci2 liu5 sam2 lou5 si1 jat1

評分時間開始了，沈老師一

jat1 gim2 si6 ngo5 mun4 dik1 zok3 ban2 zeoi3 hau6 ngo5 mun4 dak1

一檢視我們的作品。最後我們得

liu5 aa3 gwan1 can4 lou5 si1 paai3 ngo5 soeng5 toi4 ling5 ceoi2 zoeng2

了亞軍，陳老師派我上台領取獎

zong6 gam1 tin1 zan1 si6 sap6 fan1 faai3 lok6 aa3

狀。今天真是十分快樂啊！





# 甲、我會認

coi4 liu6

材料 materials

faat3 se6

發射 to shoot



sam2 lou5 si1

沈老師 Miss Sum

caai4 zi1

柴枝 stick



mou4 jing4

模型 model



aa3 gwan1

亞軍 the second place



paai3

派 to send

外殼 outer covering

按照 according to

zoeng2 zong6

獎狀 certificate of award



zuk1 gon1

竹竿 bamboo rod

dang2 doi6

等待 wait

gung1 zin3

弓箭 arrows

bei2 coi3

比賽 competition

hok6 se5

學社 house

lap6 tai2

立體 three-dimensional

zai3 zok3

製作 produce

si6 gok3 ngai6 seot6

視覺藝術 visual arts

so2 sei1

所需 needed

zaap6 hap6

集合 gather

taa1

它 it

ping4 fan1

評分 to mark

gim2 si6

檢視 view

ling5 ceoi2

領取 collect

## 乙、認多一點

hei3 ming5

器皿 container



syun1 bou3

宣佈 to announce

gu2 zoeng2

鼓掌 to clap



## 丙、我會寫

比賽 製作 材料 檢視

獎狀 領取

## 丁、我會討論

如果你是文文，得不到冠軍，你也會這樣開心嗎？為甚麼？

dai6 saam1 fo3

man4 man4 jat6 gei3 saam1

jau4 hoeng1

# 第三課 文文日記(三)——遊香

gong2

## 港



ng5 jyut6 luk6 jat6

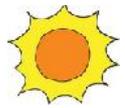
sing1 kei4 sei3

cing4

五月六日

星期四

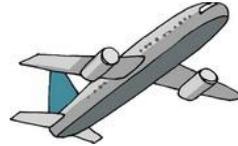
晴



ji4 geoi1 mei5 gwok3 do1 nin4 dik1 wu4 suk1 suk1 wo4  
移居美國多年的胡叔叔和

wu4 sam2 sam2 wui4 loi4 hoeng1 gong2 liu5

胡孀孀回來香港了



ngo5 mun4 jat1 hei2 dou3 tung4 lo4 waan1 si4 doi6 gwong2  
我們一起到銅鑼灣時代廣

coeng4 maai5 dung1 sai1 ngo5 mun4 sing4 fu4 sau2 din6 tai1 dou3 gwong2  
場買東西，我們乘扶手電梯到廣

coeng4 dei6 haa6 daai6 tong4 naa5 leoi5 jau5 jat1 wai6  
場地下大堂，那裏有一位

fu5 jan4 taal zing3 zo6 zoi6 jat1 zo6 geoi6 daai6  
婦人，她正坐在一座巨大

dik1 saam1 gok3 gong3 kam4 cin4 biu2 jin5 zoek6

的三角鋼琴前表演着。



zip3 zoek6 ngo5 mun4 zoi3 sing4 sing1 gong3 gei1 dou3 soeng1

接着，我們再乘升降機到商

coeng4 gok3 cang4 naa5 leoi5 jau5 han2 do1 bat1 tung4 dik1 soeng1

場各層，那裏有很多不同的商

dim3 jau5 han2 do1 bat1 tung4 dik1 fo3

店，有很多不同的貨

ban2 han2 do1 leoi5 haak3 zang1 soeng1 coeng2 kau3

品，很多旅客爭相搶購

pin4 ji4 fo3 ban2

便宜貨品。

jin4 hau6 ngo5 mun4 jat1 hei2 saan3 bou6 dou3 waan1 zai2

然後我們一起散步到灣仔

keoi1 sing4 daap3 dou6 hoi2 siu2 leon4 dou3 zim1 saa1 zeoi2 hek3 maan5

區，乘搭渡海小輪到尖沙咀吃晚

faan6 wai4 do1 lei6 aa3 gong2 jyun4 ngon6 dik1 ging2 sik1 zan1

飯，維多利亞港沿岸的景色，真

si6 sap6 fan1 mei5 lai6 aa3

是十分美麗啊！





# 甲、我會認

wu4 sam2 sam2

胡孀孀 Auntie Wu

sing1 gong3 gei1

升降機 lift/elevator

saan3 bou6

散步 to take a walk

jat1 zo6

一座 one (measure word) 扶手電梯 escalator

ji4 geoi1

移居 emigrate

geoi6 daai6

巨大 huge

coeng2 kau3

搶購 rush to purchase

wai4 do1 lei6 aa3 gong2

維多利亞港 Victoria Harbour

waan1 zai2 keoi1

灣仔區 Wan Chai district

fu5 jan4

婦人 married woman

saam1 gok3 gong3 kam4

三角鋼琴 grand piano



sing4 daap3

乘搭 travel by

fu4 sau2 din6 tai1

biu2 jin5

表演 perform

soeng1coeng4

商場 shopping mall

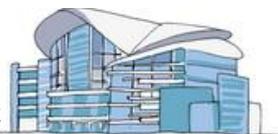
soeng1 dim3

商店 shop

pin4 ji4 fo3

旅客 tourist

便宜貨 cheap products



dou6 hoi2 siu2 leon4

渡海小輪 ferry



si4 doi6 gwong2coeng4

時代廣場 Times Square



mei5 gwok3

美國 The United States of America

zim1 saa1 zeoi2

尖沙咀 Tsim Sha Tsui



tung4 lo4 waan1

銅鑼灣 Causeway Bay

wui4 loi4

回來 come back

## 乙、認多一點

leoi5 jau4

旅遊 to travel



zoeng6 fu1

丈夫 husband



taai3 taai3

太太 wife

## 丙、我會寫

電梯 廣場 表演 商場

便宜 鋼琴

丁、我會討論

你曾經到過銅鑼灣、灣仔和尖沙咀遊覽嗎？你在那裏看見甚麼？

dai6 sei3 fo3

jan1 jan1 dik1 saang1 jat6 jiu1 cing2 kaat1

## 第四課

## 恩恩的生日邀請卡



haa6 sing1 kei4 jat6 si6 jan1 jan1 baat3 sei3 dik1 saang1

下星期日是恩恩八歲的生

san4 baa1 baa1 daap3 jing3 wai6 taal hoi1 saang1 jat6 wui2 jan1

辰，爸爸答應為她開生日會，恩

jan1 soeng2 jiu3 sam6 mo1 saang1 jat6 lai5 mat6 hou2 ne1

恩想：要甚麼生日禮物好呢？

jan1 jan1 soeng2 liu5 jau6 soeng2 zeoi3

恩恩想了又想，最



hau6 taal giu3 baa1 baa1 maai5 jat1 go3 hak1

後，她叫爸爸買一個黑

sam1 lam4 daan6 gou1 giu3 maal maal maai5 jat1 baa2

森林蛋糕，叫媽媽買一把

jyu5 saan3 sung3 kap1 taal

雨傘送給她。



ji5 haa6 si6 jan1 jan1 se2 kap1 siu2 fong1 dik1 jiu1

以下是恩恩寫給小芳的邀

cing2 kaat1

請卡。

can1 oi3 dik1 siu2 fong1

親愛的小芳：

ngo5 dik1 saang1 jat6 faai3 dou3 liu5 ngo5 soeng2 jiu1 cing2 nei5 caam1 gaa1

我的生日快到了，我想邀請你參加

ngo5 dik1 saang1 jat6 wui2 coeng4cing4 jyu4 haa6

我的生日會，詳情如下：

jat6 kei4 ng5 jyut6 ji6 sap6 jat1 jat6

日期：五月二十一日

si4 gaan3 haa6 ng5 saam1 si4 zing3

時間：下午三時正

dei6 dim2 bak1 gok3 jing1 wong4 dou6 hou6 lyun4 hap6 gwong2coeng4 dei6

地點：北角 英皇道135號 聯合廣場地

haa6 mak6dong1 lou4

下麥當勞

hei1 mong6 nei5 nang4caam1 gaa1 ngo5 dik1 saang1 jat6 wui2

希望你能參加我的生日會！

jan1 jan1

恩恩

ng5 jyut6 sap6 jat1 jat6

五月十一日



## 甲、我會認

jan1 jan1

恩恩 (name of character)

siu2 fong1

小芳 (name of character)

jyu5 saan3

雨傘 umbrella



sam1 lam4

森林 forest



saang1 san4

生辰 date of birth

lyun4 hap6 gwong2coeng4

聯合廣場 United Building

daap3 jing3

答應 promise

jiu1 cing2 kaat1

邀請卡 invitation card

caam1 gaal

參加 join

jing1 wong4 dou6

英皇道 King's Road

hak1 sam1 lam4 daan6 gou1

黑森林蛋糕



black forest cake

## 乙、認多一點

ziu1 fu1

招呼 to greet

mei5 mei6

美味 tasty

fun2 doi6

款待 treat cordially

丙、我會寫

答應 生辰 雨傘 邀請

參加 詳情

丁、我會討論

你怎樣慶祝生日呢？可以告訴

你的朋友嗎？

dai6 ng5 fo3

jan1 jan1 dik1 saang1 jat6 ho6 kaat1

## 第五課

## 恩恩的生日賀卡



siu2 fong1 zeon2 bei6 caam1 gaal jan1 jan1 baat3 sei3 dik1

小芳準備參加恩恩八歲的

saang1 jat6 wui2      taal ceoi4 liu5 maai5 jat1 ping4 fei1 leot6 ban1 ceot1

生日會，她除了買一瓶菲律賓出

caan2 dik1 tong4 gwo2 sung3 kap1 jan1 jan1 ngoi6      waan4 se2 liu5 jat1

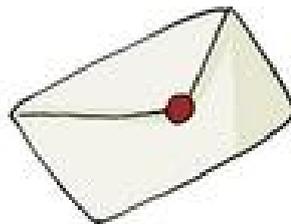
產的糖果送給恩恩外，還寫了一

zoeng1saang1 jat6 kaat1 kap1 taal      ji5 haa6 si6 siu2 fong1 se2 kap1

張生日卡給她。以下是小芳寫給

jan1 jan1 dik1 saang1 jat6 kaat1

恩恩的生日卡。



can1 oi3 dik1 jan1 jan1

親愛的恩恩：

gam1 tin1 si6 nei5 baat3seoi3 dik1 saang1 jat6 ci2 si4 ci2 hak1 mak6

今天是你八歲的生日，此時此刻，麥

dong1 lou4 dik1 jat1 gok3 cung1mun5zoek6daai6 gaa1 deoi3 nei5 dik1 zuk1 fuk1

當勞的一角，充滿着大家對你的祝福。

zuk1 nei5

祝你

saang1 jat6 faai3 lok6

生日快樂！

san1 tai2 gin6 hong1

身體健康！

hok6 jip6 zeon3bou6

學業進步！

nei5 dik1 hou2pang4 jau5

你的好朋友

siu2 fong1

小芳

ng5 jyut6 ji6 sap6 jat1 jat6

五月二十一日



## 甲、我會認

jat1 ping4

一瓶 a bottle



cung1 mun5

充滿 to be full of



mak6 dong1 lou4

麥當勞 McDonald's



ci2 si4 ci2 hak1

此時此刻 at this moment

ceot1 caan2

出產 to produce

baat3 sei3

八歲 eight years old

zuk1 fuk1

祝福 to bless

fei1 leot6 ban1

菲律賓 The Philippines

saang1 jat6 faai3 lok6

生日快樂 happy birthday

san1 tai2 gin6 hong1

身體健康 healthy

hok6 jip6 zeon3 bou6

學業進步 good progress in study

saang1 jat6 kaat1

生日卡 birthday card

## 乙、認多一點

baal bei2 waa1 waa1

芭比娃娃 Barbie Doll

din6 zi2 jau4 hei3 gei1

電子遊戲機 video game

丙、我會寫

糖果 充滿 祝福 學業

此刻 進步

丁、我會討論

你最希望收到甚麼生日禮物  
呢？為甚麼？

dai6 luk6 fo3

# 第六課

sai3 gaai3 zan1 sai3 siu2

# 世界真細小



jan4 jan4 soeng4 fun1 siu3 bat1 jiu3 ngaan5 lei6 diu6

人人常歡笑 不要眼淚掉

si4 si4 waai4 hei1 mong6 bat1 bit1 sam1 lei5 tiu3

時時懷希望 不必心裏跳

zoi6 naa5 jan4 sai3 gaan1 soeng1 zo6 gung6 zai3

在那人世間 相助共濟

jing1 zi1 jan4 gaan1 siu2 dak1 ciu3

應知人間小得俏

sai3 gaai3 zan1 sai3 siu2 siu2 siu2

世界真細小小小

siu2 dak1 zan1 kei4 miu6 miu6 miu6

小得真奇妙妙妙

sat6 zoi6 zan1 hai6 sai3 sai3 gaai3

實在真係細世界

giu1 siu2 ji4 miu6 ciu3

嬌小而妙俏



## 甲、我會認

fun1 siu3

歡笑 to laugh with joy

diu6 ngaan5 leoi6

掉眼淚 shed tears

waai4 hei1 mong6

懷希望 with hope

sai3 gaai3

世界 the world



miu6 ciu3

妙俏 wonderful

sam1 leoi5

心裏 in the heart

jan4 sai3 gaan1

人世間 world

kei4 miu6

奇妙 marvelous

zan1 hai6

真係 really

giu1 siu2

嬌小 dainty and little

soeng1 zo6

相助 help each other

## 乙、認多一點

waai4 pou5

懷抱 embrace

dei6 kau4 cyun1

地球村 global village

hung4 sap6 zi6 wui2

紅十字會 Red Cross

zai3 sai3 wai4 waai4

濟世為懷 be a benefactor to society

丙、我會寫

眼淚 掉 希望 相助 細小  
妙俏

丁、我會討論

1. 「心裏跳」代表一種怎樣的心情？可以分享一下你的經驗嗎？
2. 世界上有很多不幸的兒童，我們可以怎樣幫助他們？

dai6 cat1 fo3

# 第七課

man4 man4 gaam2 fei4

# 文文減肥



gam1 tin1 maan5 faan6 dik1 si4 hau6 maa1 maa1 kap1 man4

今天晚飯的時候，媽媽給文

man4 sing6 liu5 jat1 daai6 wun2 faan6 taa1 hon3 zoek6 coek3 soeng6 dik1

文盛了一大碗飯。他看着桌上的

paai4 gwat1 jyu2 wo4 caau2 daan2 koek3 bat1

排骨、魚和炒蛋，卻不

soeng2 tai4 hei2 faai3 zi2 paai4 gwat1 zi2

想提起筷子，排骨只

ngaau5 liu5 jat1 hau2 faan6 zi2 hek3 liu5

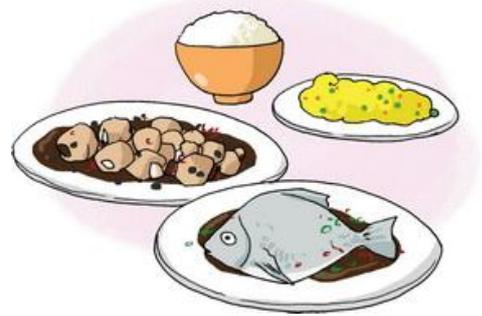
咬了一口，飯只吃了

jat1 dim2 dim2 zau6 daam6 daam6 dei6 syut3

一點點，就淡淡地說：「我吃飽

liu5 jin4 hau6 do2 wui4 fong4 gaan1 heoi3

了。」然後躲回房間去。



man4 man4 zaam6 zoi6 geng3 zi2 cin4 zo2

文文站在鏡子前左

hon3 jau6 hon3 hon3 zoek6 zi6 gei2 jyun4 jyun4

看右看，看着自己圓圓

dik1 tou5 zi2 am3 zi6 soeng1 sam1 ze2 si4 maa1 maa1  
的肚子，暗自傷心。這時，媽媽

naa4 zoek6 jat1 fan6 zi1 si2 saam1 man4 zi6 zeon3 loi4 taa1  
拿着一份芝士三文治進來，她

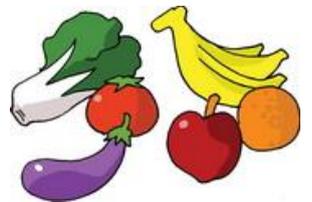
syut3 man4 man4 nei5 tou5 zi2 tung3 maa1 loi4  
說：「文文，你肚子痛嗎？來，

hek3 dim2 dung1 sai1 baa6 man4 man4 gou3 sou3 maa1 maa1  
吃點東西吧！」文文告訴媽媽，

taa1 bat1 soeng2 sing4 wai4 siu2 bun6 zi2 soeng2 gaam2 fei4  
他不想成為小胖子，想減肥。

maa1 maa1 deoi3 man4 man4 syut3 zi2 jiu3 do1 zou6  
媽媽對文文說：「只要多做

wan6 dung6 do1 hek3 so1 coi3 wo4 sei2 gwo2  
運動，多吃蔬菜和水果，



zau6 bat1 wui5 sing4 wai4 siu2 bun6  
就不會成為小胖

zi2 liu5 man4 man4 ting3 jyun4 maa1 maa1 dik1  
子了。」文文聽完媽媽的

waa6 hau6 zung1 jyu1 fong3 sam1 liu5 kyut3 ding6  
話後，終於放心了，決定

zoi3 hek3 jat1 deon6  
再吃一頓。



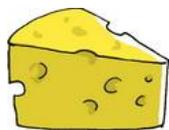


# 甲、我會認

am3 zi6 soeng1 sam1 sing6 caau2 daan2

暗自傷心 grieved secretly 盛 to fill 炒蛋 scrambled egg

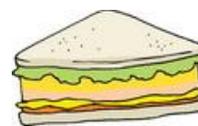
zi1 si2



saam1 man4 zi6

芝士 cheese

三文治 sandwiches



paai4 gwat1

hek3 jat1 deon6

daam6 daam6

排骨 rib

吃一頓 have a meal

淡淡 light

gaam2 fei4

jat1 wun2

kyut3 ding6

減肥 to lose weight

一碗 a bowl

決定 decide

ting3 jyun4

tai4 hei2

zi2

ngaau5 jat1 hau2

聽完 after listening

提起 hold

只 only

咬一口 a bite

siu2 bun6 zi2

wan6 dung6

so1 coi3

小胖子 a fat kid

運動 exercises

蔬菜 vegetables

## 乙、認多一點

syu4 tiu4

薯條 French fries



hau2 beng2

烤餅 naan



ji3 daai6 lei6 fan2

意大利粉 spaghetti



kaa1 le1 gai1 juk6

咖喱雞肉 curry chicken



## 丙、我會寫

排骨 筷子 吃飽 躲回

傷心 減肥

## 丁、我會討論

你喜愛吃甚麼食物？可描述一下嗎？

dai6 baat3 fo3

# 第八課

sik6 mat6 gam1 zi6 taap3

# 食物金字塔



ng5 faan6 si4 hau6 tung4 hok6 mun4

午飯時候，同學們

dou1 gap1 bat1 kap6 doi6 naa4 ceot1 faan6 hap6

都急不及待拿出飯盒。



man4 man4 dik1 maa1 maa1 wai6 taa1 lung6 liu5 paau3

文文的媽媽為他弄了泡

faan6 caa4 jip6 daan2 ngau4 juk6 gyun2 cing1 coi3 wo4 lei2

飯、茶葉蛋、牛肉卷、青菜和梨

zi2 ne1 lai5 lai5 zi2 jau5 jau4 zaa3 gai1 teoi2 zou6 ng5

子呢！禮禮只有油炸雞腿做午

faan6

飯。

lai5 lai5 sin1 jat1 hau2 ngaau5 diu6 bun3 zek3

禮禮先一口咬掉半隻

gai1 teoi2 baa2 gwat1 tau4 tou3 liu5 ceot1 loi4 jin4

雞腿，把骨頭吐了出來，然

hau6 syut3 man4 man4 nei5 bat1 si6 syut3 zi6 gei2 bun6

後說：「文文，你不是說自己胖



liu5 jat1 dim2 maa1 zam2 mo1 waan4 hek3 ze2 mo1 do1 faan6  
了一點嗎？怎麼還吃這麼多飯

coi3 man4 man4 baa2 cin4 tin1 maa1 maa1 gan1 taa1 syut3 dik1  
菜？」文文把前天媽媽跟他說的

jat1 faan1 waa6 zoi3 gan1 lai5 lai5 syut3 jat1 pin3 waan4 naa4  
一番話，再跟禮禮說一遍，還拿

ceot1 sik6 mat6 gam1 zi6 taap3 tou4 kap1 lai5 lai5 hon3  
出「食物金字塔」圖給禮禮看。

lai5 lai5 ming4 baak6 liu5 gam1 zi6 taap3 dai2 cang4 dik1  
禮禮明白了，金字塔底層的

sik6 mat6 jyu4 faan6 so1 gwo2 jiu3 do1 hek3 naai5 lei6  
食物如飯、蔬果要多吃；奶類、

dau6 lei6 wo4 juk6 lei6 jaa5 jiu3 kap1 ceoi2 daan6 bat1 nang4 hek3  
豆類和肉類也要吸取，但不能吃

taai3 do1 jau4 zaa3 dik1 dung1 sai1 jat1 ding6 jiu3 siu2 hek3  
太多；油炸的東西一定要少吃。

zi6 ci2 ji5 hau6 lai5 lai5 kyut3 ding6 zou6 go3 bat1 pin1 sik6  
自此以後，禮禮決定做個不偏食

dik1 gin6 hong1 hou2 haai4 zi2  
的健康好孩子！



## 甲、我會認

paau3 faan6

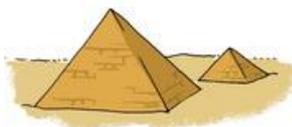
**泡飯** to heat cooked rice with boiling water for eating

caa4 jip6 daan2

**茶葉蛋** tea egg

gam1 zi6 taap3

**金字塔** pyramid



dai2 cang4

**底層** bottom layer

kap1 ceoi2

**吸取** to absorb

lung6

**弄** to make

ngau4 juk6 gyun2

**牛肉卷** beef roll

jat1 pin3

**一遍** one time

jat1 faan1

**一番** one time

tou3 liu5

**吐了** spit

faan6 coi3

**飯菜** rice with vegetable

naai5 leoi6

**奶類** milk

gap1 bat1 kap6 doi6

**急不及待** can't wait

dau6 leoi6

**豆類** bean

juk6 leoi6

**肉類** meat

zaa3 gai1 teoi2

**炸雞腿** fried chicken leg

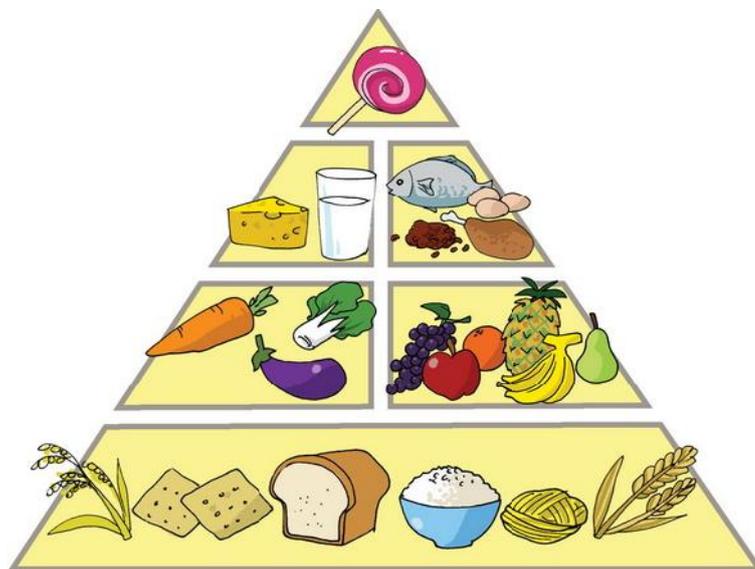
bat1 pin1 sik6

**不偏食** don't only choose the food you like to eat

jau4 zaa3

**油炸** fried

## 乙、認多一點



## 丙、我會寫

急不及待 飯盒 吸取 雞腿  
咬掉 偏食

## 丁、我會討論

日常你會吃甚麼食物？哪一個  
組員的飲食習慣最健康？

dai6 gau2 fo3

## 第九課

zaap6 jau4 dik1 hou2 cyu3

## 集郵的好處



zaap6 jau4 si6 jat1 go3 loeng4 hou2 dik1 wut6 dung6 taa1

集郵是一個良好的活動，它

ho2 ji5 fan3 lin6 zing2 lei5 dik1 gei6 haau2 tai4 gou1 noi6

可以訓練整理的技巧，提高耐

sing3

性。

zaap6 jau4 ho2 ji5 fan3 lin6 zing2 lei5

集郵可以訓練整理

dik1 gei6 haau2 jan1 wai6 zaap6 jau4 ze2 sei1 jiu3

的技巧，因為集郵者需要

zoeng1 jau4 piu3 jat1 lit6 lit6 paai4 fong3 zing2 zing2 jau5 tiu4

將郵票一列列排放，井井有條，

coi4 ho2 ji5 cing1 co2 zoeng1 bat1 tung4 gwok3

才可以清楚將不同國

gaa1 dik1 jau4 piu3 fan1 mun4 bit6 lei6

家的郵票分門別類。



zaap6 jau4 ze2 waan4 sei1 jiu3 jau5 noi6 sing3 gaa2 joek6

集郵者還需要有耐性，假若

cou1 zil gwo3 gap1 mut6 jau5 zoeng1 jau4 piu3 cyu3 lei5 hou2

操之過急，沒有將郵票處理好，

wu4 lyun6 dei6 fong3 zeon3 bou2 zung1 bin6 wui5 jung4 ji6 ling6 jau4

胡亂地放進簿中，便會容易令郵

piu3 diu6 sik1

票掉色。

jyun4 loi4 jat1 go3 loeng4 hou2 dik1 wut6 dung6 bat1 daan6

原來，一個良好的活動不但

ho2 ji5 joeng6 ngo5 mun4 lok6 zoi6 kei4 zung1 waan4 ho2 ji5 bong1

可以讓我們樂在其中，還可以幫

zo6 ngo5 mun4 gin3 lap6 loeng4 hou2 dik1 ban2 gaak3

助我們建立良好的品格。



## 甲、我會認

zaap6 jau4

集郵 stamp collecting

zing2 zing2 jau5 tiu4

井井有條 in perfect order



jau4 piu3

郵票 stamp

cing1 co2

清楚 clear

jat1 lit6

一系列 a row of

paai4 fong3

排放 put them in good order

loeng4 hou2

良好 good

fan3 lin6

訓練 train

zing2 lei5

整理 tidy up

cyu3 lei5

處理 handle

tai4 gou1

提高 enhance

noi6 sing3

耐性 be patient

gei6 haau2

技巧 skill

gaa2 joek6

假若 if

cou1 zi1 gwo3 gap1

操之過急 do it in a rush

lok6 zoi6 kei4 zung1

樂在其中 to find pleasure in it

fan1 mun4 bit6 leoi6

分門別類 classify

ze2

者 the person

wu4 lyun6

胡亂 carelessly

diu6 sik1

掉色 fade in color

ban2 gaak3

品格 personality

gin3 lap6

建立 to establish

## 乙、認多一點



zung1 gwok3

中國 China



jat6 bun2

日本 Japan



jan3 dou6

印度 India



baal1 gei1 si1 taan2

巴基斯坦 Pakistan



jing1 gwok3

英國 England

## 丙、我會寫

集郵    活動    訓練    整理  
耐性    品格

## 丁、我會討論

你最喜歡哪種活動？為甚麼？

dai6 sap6 fo3

sau2 zyul doi6 tou3

# 第十課 守株待兔



cung4 cin4 jau5 jat1 go3 nung4 fu1 mui5 tin1 daai6 cing1

從前有一個農夫，每天大清

zou2 bin6 naa4 zoek6 co4 tau4 dou3 tin4 leoi5 gaang1 zok3

早便拿着鋤頭到田裏耕作。

jau5 jat1 tin1 lit6 jat6 ziu3 zoi6 tau4

有一天，烈日照在頭



soeng6 taa1 zoi6 nai4 dei6 leoi5 gaang1 zok3 si4 gam2 dou3 han2

上，他在泥地裏耕作時，感到很

jit6 zau6 zo6 zoi6 syu6 haa6 jau1 sik1 fat1 jin4 jat1

熱，就坐在樹下休息。忽然，一

zek3 tou3 zi2 fei1 faai3 dei6 paau2 gwo3 ping4 dik1 jat1

隻兔子飛快地跑過，「砰」的一

sing1 tou3 zi2 ging2 pung3 soeng5 liu5 tin4 leoi5 dik1 jat1 dyun6 gin1

聲，兔子竟碰上了田裏的一段堅

ngaang6 dik1 syu6 gan1 zong6 po3 liu5 tau4 zik1 si4 sei2 mong4

硬的樹根，撞破了頭，即時死亡。

nung4 fu1 lin4 mong4 paau2 dou3 ngaam4 sek6 pong4 sap6 hei2

農夫連忙跑到岩石旁，拾起

liu5 tou3 zi2 wui4 gaa1 heoi3      taa1 wui4 dou3 gaa1      gong1 hou2

了兔子回家去。他回到家，剛好

taai3 taai2 zoi6 zyu2 faan6      taa1 zau6 gou1 hing3 dei6 deoi3 taai3 taai2

太太在煮飯，他就高興地對太太

syut3      nei5 hon3      ngo5 bat1 faa1 hei3 lik6 zau6 sap6 dou3 jat1

說：「你看，我不花氣力就拾到一

zek3 tou3 zi2 laa1      dong1 maan5      taa1 mun4 bin6 zyu2 liu5

隻兔子啦！」當晚，他們便煮了

tou3 zi2 loi4 hek3

兔子來吃。

zi6 cung4 nung4 fu1 sap6 dou3 tou3 zi2 ji5 hau6      taa1

自從農夫拾到兔子以後，他

bin6 bat1 zoi3 gaang1 zok3      taa1 mui5 tin1 zi2 si6 zo6 zoi6 syu6

便不再耕作。他每天只是坐在樹

gan1 soeng6 bin1      ngoi4 ngoi4 dei6 dang2 doi6 ling6 jat1 zek3 tou3

根上邊，呆呆地等待另一隻兔

zi2      hei1 mong6 dak1 dou3 ji3 ngoi6 dik1 sau1 wok6      ho2

子，希望得到意外的收獲。可

si6      jat6 zi2 jat1 tin1 tin1 gwo3 heoi3      tou3 zi2 zoi3 mut6

是，日子一天天過去，兔子再沒

jau5 ceot1 jin6      ji4 nung4 fu1 tin4 dei6 dik1 nung4 zok3 mat6 jaa5

有出現，而農夫田地的農作物也

fu1 sei2 liu5

枯死了。



### 甲、我會認

gin1 ngaang6

堅硬 hard and solid

jat1 dyun6

一段 a length of

pung3 soeng5

碰上 to bump

gaang1 zok3

耕作 farming



lit6 jat6

烈日 the burning sun

nung4 fu1

農夫 farmer



ngaam4 sek6

岩石 rock

zong6 po3

撞破 break

zyu1

株 a tree

ping4

砰 a sound

co4 tau4

鋤頭 hoe

gam2 dou3

感到 feel

fei1 faai3 dei6

飛快地 quickly

sei2 mong4

死亡 die

zyu2 faan6

煮飯 cook a meal

bat1 faa1 hei3 lik6

不花氣力 without making effort

nai4 dei6

泥地 mud flat

syu6 gan1

樹根 root

sau1 wok6

收獲 gain

fu1 sei2

枯死 dried and died

zik1 si4

即時 at once

## 乙、認多一點

nai4 tou2

泥土 soil

hou4 zi2

猴子 monkey



nung4 se3

農舍 farmhouse

man1 zi2

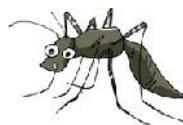


蚊子 mosquito



loeng4 cong1

糧倉 granary



## 丙、我會寫

鋤頭 耕作 堅硬 撞破

收獲 呆呆地

## 丁、我會討論

日常生活中，可有事例證明「付出努力才會有收獲」這道理？試與同學討論。

## 鳴 謝

本教材內的資料，蒙以下機構、部門及人士慨允刊印使用，  
謹此致謝：（排名依筆畫序）

- 青田企業有限公司
- 香港作曲及作詞家協會
- 救世軍學前教育服務
- 現代教育研究社有限公司
- 現龍系列·中文字詞學習系統（香港大學）
- 潘明珠女士、潘金英女士
- 優質教育基金秘書處

教育局課程發展處已盡力聯絡所有版權持有人要求授權轉載，如有不慎以致版權問題仍未完全解決，懇請見諒，並請版權持有人從速與教育局課程發展處接洽。

