

# 彩虹

Great Wall Chinese School Newsletter

长城中文学校校刊

Web: [www.greatwall.org](http://www.greatwall.org)

Email: [school@greatwall.org](mailto:school@greatwall.org)

第一百十五期

二00四年十月二十四日



绘画: Annie Xu

指导老师: 李国富

## 布告栏 Bulletin

### 期中考试

- ◆ Midterm exams will be held on October 31. Please help your child review and prepare for the exam.

### 十月三十一日夏时制结束

- ◆ Day Light Saving Time ends on October 31. Please turn your clock back one hour before you come to school.

### 冬季网球课注册

- ◆ The Winter I Tennis class is full. Winter II is still open for registration. The classes are at Radnor Racquet Club in St. David's. The application form and related information can be obtained from [www.greatwall.org](http://www.greatwall.org). Please sign up and pay the fee (\$90/session payable to GWCS-tennis program) at school by Oct. 31, 2004. If you have any questions, please email [tennis@greatwall.org](mailto:tennis@greatwall.org).

### 订阅《语文报》

- ◆ If you want to subscribe to 《Yu Wen Bao》, please email [school@greatwall.org](mailto:school@greatwall.org). Please specify the level(s) (beginner or intermediate). The school will make a group order if there are 10 or more subscribers.

### 免费培训网球陪练员

- ◆ USTA/MS is willing to set up a counselor-in-training course for GWCS to train 4-6 students ages 14+ (boy and girl, intermediate level players) at no cost. A certification from this course will provide you the means to allow you apply for a summer camp job as a counselor (summertime employment for years to come). Please respond to your tennis coordinator at [tennis@greatwall.org](mailto:tennis@greatwall.org) if you are interested in signing up.

## 【学校简讯】

### 本学期注册情况介绍

本学期注册于十月十日截止。注册的学生总人数为**393**人，注册课次为**591**次。

### 教师会议纪要

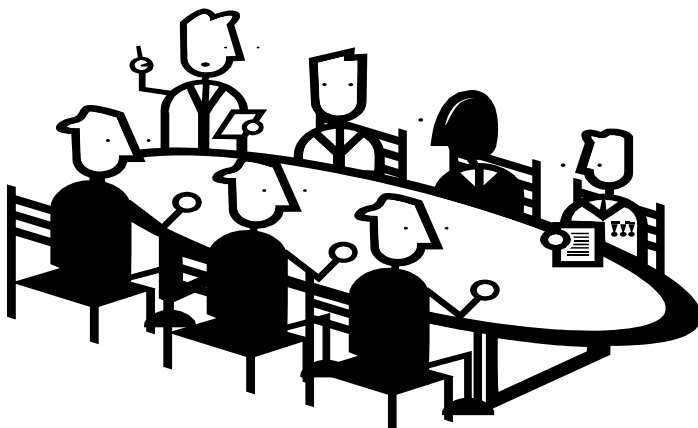
十月十七日，学校召开了全体中文教师会议。会议由教务副校长熊群彬主持。会议主要分为两部分：1. 日常教学安排；2. 意见和建议。

在意见和建议的讨论中，老师们比较集中地就下面三个方面发表了各自的看法：

1. 学校商店礼券：低年级的老师们认为现有的学校商店礼券很有鼓励和促进学生学习中文的作用。希望能多给一些，使老师在表扬和鼓励学生时不至于太吝啬。任钢校长答应和学校财务商量后再做决定。

2. 教学目标和教学补充材料：中高年级的老师普遍反映学生的阅读水平不够。大部分学生都希望能SATII中文考试中得个好成绩。他们要求也喜欢老师给他们做一些模拟考。但现有的复习资料及其有限，不能满足学生的需要。经过讨论，决定由老师们推荐好的书籍，由学校来购买，由学校图书馆来保存。这样在需要的时候，老师学生都能借到。

3. 给每位中文老师配备一幅中国地图：《中文》教材里有许多和中国地理有关的课文。但学生们大部分只知道中国在哪里，而对中国的省份，城市，江河流域，山脉等却知道得很少。如能给每个老师配备一幅中国地图，讲课时就可以简单明了，学生可以留下深刻映像。学校接受老师们的建议，将给每位中文老师一幅中国地图。



# 学中文

**8年级C, D班邵律老师的话:** 这学期的第一堂课, 我让学生们讨论了这样一个问题: 我们为什么要学中文? 同学们七嘴八舌, 列出的原因写了满满的一黑板。课后的作文, 我只是要求同学们写出自己的真实想法, 特别是与众不同的观点。交上来的二十多篇作文, 不可能在这里全部刊出, 下面的几篇只是略有代表性。读完这些文章, 你有什么想法? 要问我的感受, 我真是觉得我们的孩子是好样的, 他们的确也不容易。

**于棒棒:** 每个星期日, 我和妹妹去Villanova University学中文。我的爸爸开车四十分钟, 我们就来到长城中文学校了。在中文学校里, 老师教我们听、说、读、写中文。我们也有中文书, 所以我们可以认真学习中文。

我们为什么要学中文呢? 一个理由是我们的爸爸妈妈说我们必须学中文。他们不管我们喜欢或者不喜欢, 一定要让我们学。还有一个理由是因为我们是中国

人。中国人应该会中文, 如果一个美国人不

懂英文, 那是不可思议的, 所以中国人应该懂自己的语言: 中文。

如果你问我: “你喜欢中文学校吗?” 我的回答是: “我一点儿也不喜欢中文学校。” 为什么呢? 因为, 一: 中文学校是在星期日上课, 所以我的周末就比别人少了一天; 二: 我们必须要做作业, 本来没有中文课我们的作业就够多了, 现在再加上中文作业, 我们的作业就更多了; 三: 学习中文太难了, 每次考试前, 我都要准备一个星期, 最后, 很多字却只能记住半个。这就是为什么我不喜欢学中文的原因。

虽然我不喜欢学中文, 但是在中文学校里, 我有朋友, 所以在课堂上还好。但是我还是不喜欢学, 可我又必须要学。我现在的老师希望我们到九年级的时候, 我们能有一点儿喜欢中文, 我也希望能如此。

**郑汉思:** 从1999年开始, 每到星期天, 我都去长城中文学校学中文。课是从十二点钟开始, 要过两个小时才结束。现在我在学第八册了。老师教我们生字, 词语, 句子, 讲普通话和写作文。我们从课文里还学到很多中国历史文化知识。

去中文学校除了见朋友, 更重要的原因是: 第一, 爸爸妈妈是从中国来的, 英文说得不好, 如果我中文学得好, 就能跟爸爸妈妈更准确地交流。第二, 我回中国旅游的时候, 如果我会说中文, 就会方便很多, 就可以和在中国的亲戚朋友交流, 我也能听懂导游说的话, 能读地图了。第三, 如果我会说几种语言, 就会有更多工作机会。到了2008年, 我想去北京的Olympics, 如果我中文学得特别好, 我就能去北京当个翻译。第四, 中文能帮助我了解中国的文化和历史。

因为我知道学中文会有这么多好处, 我就要好好地学习中文, 每次中文考试要争取拿A, 如果我有问题, 就要问老师和爸爸妈妈。在课上和课下, 都要经常说中文。学中文是非常重要的, 我一定要学好。

**马欣亭:** 我很小的时候只说中文, 等我一上幼儿园就把中文都忘了, 只会说一些称呼和一些简单的词语。我七岁的时候才正式开始上中文学校。

我从来就没有喜欢过学中文。虽然我知道学中文很重要, 长大了会很有用, 但我就是不喜欢学! 有时候, 我宁愿弹钢琴, 也不愿意做中文作业。当然多数时候, 我还是先把中文作业做完。

今年夏天, 我去中国住了八个星期, 我的听说能力有了很大提高, 但是我仍然不喜欢读和写。就比如说写这篇作文吧, 我妈已经催了我好几遍了。

总的来说, 我的中文是在进步。我还需要继续努力, 把中文学得更好。

**张元:** 有人说, 我们在美国生活, 学不学中文不是那么重要。我觉得这种说法不对。

我要学好中文, 因为我是中国人的后代。我的家人, 亲戚和朋友都讲中文, 我要学好中文就可以更好地和他们交流。

我要学好中文, 因为中文是世界上被用得最多的语言之一。我学好了中文, 就多掌握了一门本事。现在, 美国和中国的交往越来越多, 我的中文肯定会有用的。

我要学好中文, 因为中国有悠久的历史 and 灿烂的文化。我学好了中文, 就可以读中文书籍, 了解中国的文化和历史, 到中国去旅游也就更方便了。

我已经学了六年中文了, 虽然我觉得中文比英文难学, 但我一定要把它学好。

**杨梦迪:** 我每星期天都要去中文学校, 每次都珍惜那两个小时的学习时间。

我是在中国出生的, 读完小学一年级就来到了美国。在家里, 我和爸爸妈妈都用中文交流。有时候, 我们全家看中文电视, 我觉得非常有趣和好看, 我想象不出来, 如果我不懂也不会说中文, 那我可怎么和自己的父母和亲戚交流呢? 而且将来也不能在自己的祖国生活了, 那该多没意思啊!

每个家长都希望自己的孩子上好大学, 找到好工作。妈妈爸爸经常告诉我, 如果学好中文, 将来可以提高我上大学和找好工作的可能性。我相信我父母的话, 我就愿意继续学中文。

我为会说中文感到非常骄傲。在学校, 同学们经常问我关于中国的事情, 他们都很羡慕我会几门语言。所以我要学好中文, 以后可以告诉他们更多有关中国的消息。

我们是中国人, 不论在哪里, 都不能忘记自己的文化, 自己的语言。

**叶菁菁:** 在中文学校的孩子都要学中文。我们学中文的原因很多, 我们孩子也有自己的想法, 请让我告诉你。

我们为什么学中文呢? 是家长要我们学的。当然学中文有好处, 比如说, 我们可以和住在中国的亲戚朋友讲话。

我们的想法是什么? 我觉得中文很难。我不喜欢中文, 因为我们要学的东西太多了。学中文难的另一个原因是我学普通话, 但是我爸爸妈妈从广州来, 他们讲广州话。

学中文不容易, 但是, 我觉得我长大了以后, 中文会对我有帮助, 所以, 我还是会学下去的。

**王宇明:** 我不怎么喜欢学中文, 可是我也不觉得中文学校是世界上最不好的地方。我觉得我需要学中文。

我有很多理由证明为什么我需要学中文。第一, 要是有一天我去中国, 可是我却不知道怎么读写中文, 那怎么办? 第二, 在美国的中餐馆, 很多好吃的都是写在中文菜单上, 而不是在英文菜单上。第三, 在世界上, 用中文的人比用其他任何一种语言的人都多, 要是我学会了中文, 就可以和更多的人交流。

这就是为什么我要学中文, 而且要努力学习好中文的原因。

**廖雨濛:** 我每星期天上中文学校, 虽然我不太喜欢, 但是我必须上。

我上中文学校的原因是因为我是中国人, 为了我不忘记中文, 爸爸妈妈要求我上中文学校, 我的朋友都放弃了, 但是我还是学下来了。我爸爸妈妈希望我坚持学中文。

我虽然不太喜欢, 但是有时候课不错, 所以, 我要下决心学完。

**梁嘉禾:** 每个星期天, 爸爸妈妈带着我去中文学校。中文学校离我们家很远, 可是他们还带我去。学中文一定有用, 否则我的父母干嘛要花这么多工夫呢?

学中文的原因很多, 而且中文的用处也越来越多。第一, 我是中国人, 所以得知道怎么看中文书和怎么写汉字。第二, 中国和别的国家交往也越来越多, 许多人就在拼命地学中文, 我们有这样好的条件, 不学有多么可惜? 第三, 学了中文以后, 我就能更好地和我在中国的亲戚朋友交流。

中文不是一天就能学好的, 所以要坚持学。要是有一段时间不学了, 好多学过的东西就会忘掉了。如果想学好中文, 我不仅要用心学, 而且要喜欢学。

## 如何培养孩子安排时间的能力

“人的差异产生在业余时间。”（爱因斯坦语）

“我从来不认为半小时是我微不足道的很小的一段时间。”（达尔文语）

从这两位大科学家的话里，就可以看出他们是多么重视时间，珍惜时间。同时他们也都是运用时间的能手。作为家长应该重视培养孩子安排时间，运用时间的能力。

### 1. 首先要让孩子珍惜时间，养成爱惜时间的习惯。

教育孩子珍惜时间不是一件容易的事。因为年幼的孩子还不能理解时间是怎么回事，更不懂得生命对于自己只能有一次。一般要到少年期，抽象思维比较发达，自我意识逐渐成熟，这时，孩子才逐渐明白时间的无限性和人的生命的有限性。

但是我们不能消极地等到孩子到了少年期，必须从小进行珍惜时间的教育，因为“开窍”表面看来是突然发生的，其实对生命的热爱，对效率的体会，对无限和有限的理解，都有一个量变到质变的过程。没有早期的充分准备，就不会有“开窍”的到来；何况爱惜时间还有一个养成习惯的问题。习惯的养成并不是和理解及认识的程度完全相对应的。

### 2. 讲究效率。

家长要教育孩子要充分利用每一分钟，要让他懂得讲究效率，时间变长；不讲效率，时间变短的道理。

### 3. 精力最充沛的时间，干最费精力，最重要的事。

聪明的做法应该是：脑力，体力都是最充沛的时候，选择最重要，又是最费脑力和体力的事情；体力差时，做些费脑力的事情，脑子疲劳时，选择专用体力的活，这时反而能使脑子得到休息。

### 4. 整块时间，干件大事，打歼灭战。

有些事情，最好是用一整块时间，一气呵成，干出个结果。比如计算一道复杂的数学题，每天想一会，又去做别的事，第二天又得从头开始想，因为昨天的思路已经忘记了。集中时间，专心致志，打个歼灭战，往往会得到事半功倍的效果。

### 5. 专有一个时间，整批解决零散问题。

对一些零散的小问题，急于专门为它拿出时间去完成，容易打乱别的事情，但是如果总是不做，也会误事。解决的办法是来个零存整取，把零散的问题留下来，专门有一个时间，来整批解决这些零散问题，来个快刀斩乱麻。

### 6. 为了明天有效，今晚要睡个好觉。

好事不要打算一个早上就做完。有些事情，本身的性质就需要艰苦奋斗很长时间，那就不要犯急性病。为了明天做事更有效，今晚就要睡好觉，以饱满的精神迎接第二天。

### 7. 有时要“倒记时”。

有的事情是硬任务，必须在某个时间内完成，这就需要“倒计时”的方法安排时间了。例如，在1个月内必须完成的事情，算算还有多少天，自己就要规定每一天要及时补上。如果不能按时完成，错过了机会，就会前功尽弃，十分可惜。

## 培养孩子自信的一些方法

为人父母的确不容易。想培养孩子在成人后成为快乐成功的人，是一件艰巨的任务。孩子是未来，他们往往按照父母教给他们的方式在今天的世界上生存。

怎样培养孩子的自信心呢？假如我的孩子性格孤僻内向和害羞，我们该做些什么呢？正如许多人说的那样，“孩子不会按照说明书行事”，对。他们的确不是按照“说明书”来行事的，但假如孩子们能够的话，说明书就有效了吗？孩子是各种各样的，所以，没有什么“说明书”能够完全适用于所有的孩子。特别是对于培养孩子的自信心的时候。许多父母经常迷惑，“我这样做对吗？”培养孩子的自信心并不像我们认识的那么难。给大家一些简单的指导和帮助：

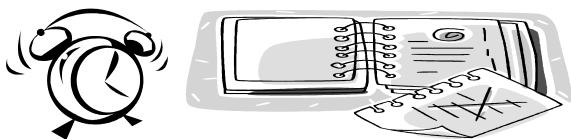
- 1、每天至少一次对孩子说“我爱你”。（尽管你的孩子是很酷的青少年了，他们或许认为你这样没必要）
- 2、赞扬你的孩子某一件事情完成得很好，无论是家里的事或是学校的事都可以。
- 3、理解一些孩子在学校存在困难的事实。赞扬你的孩子做了诚实的努力。
- 4、花一些时间和孩子在一起。即使几天只有10或15分钟。所花时间的质量往往比时间的长短更重要。
- 5、参与孩子的活动。去看看孩子的芭蕾表演、棒球比赛或学校的音乐会等等。你的出现会让孩子知道你关心他。
- 6、一个非常有效的方法是创造各种家庭活动项目，并让孩子在活动中承担某些特殊的任务。这些项目可以是家庭绘画、雕塑、家庭报纸或特别的家庭网站。你可以根据自己家庭的爱好来选择具体的项目。
- 7、孩子们喜欢别人需要他的感觉。给他们分派任务，如自己整理床，或打扫家具。这样孩子会觉得自己很重要。
- 8、无论什么时候，尽可能给孩子阅读。鼓励孩子提问并发表孩子自己对故事的看法和评论。
- 9、你自己要表现得非常自信。孩子们就象读一本书一样“读”成年人。孩子们是照葫芦画瓢的方式来学习的，他们对其他人的情绪变化非常敏感。
- 10、培养孩子自信心最重要的一点就是倾听。你的孩子能对你说很多很多，当你花时间倾听的时候，孩子们就会认为你很在乎他们的观点和看法。当然，你要尽可能的与孩子保持平等和亲切和蔼。避免说一些如“不是现在，宝贝，你看妈妈正忙着呢！”这样的话。如果你确实不能马上听孩子说，你可以换一种方式说，如“现在不是最好的交谈时间，我们改一个时间，行吗？”接着安排好时间。
- 11、总是履行你的诺言。不要承诺你做不到的事情。假如你对他们没有实现你的诺言，孩子们会感觉似乎他们自己做错了事情。
- 12、不要拿你的孩子跟别的孩子比。别忘了，每个孩子都是独一无二的，都有其自己的个性和特点。

记住，孩子们总是那么好学而又非常容易被感动。他们期待你的指导。鼓励孩子，爱孩子，跟孩子多交流、倾听孩子，最重要的相信孩子的能力。你是建立孩子自信心的关键。上面这些方法也许会给你帮助，也许能帮你产生一些灵感，发现一些培养你孩子自信心的其他方法。

欢迎大家为彩虹供稿

稿件请寄

caihong@greatwall.org  
rainbow@greatwall.org



【汉语水平考试(HSK)精选】

每个句子中都有一个划线的词语，A B C D 四个答案是对这一划线的词语的解释，请选择最接近该词语的一种解释。

- 他说错了话，可自己一点也没意识到。  
A. 觉察 B. 观察 C. 了解 D. 考虑
- 这个工厂成立于1980年。  
A. 对 B. 给 C. 在 D. 从
- 关于他的种种传闻在单位里传开了。  
A. 由于 B. 在于 C. 对于 D. 终于
- 心脏病，尤其是冠心病、心绞痛是中老年朋友的常见病。  
A. 甚至 B. 至于 C. 难道 D. 特别
- 我什么都不担心，就担心情情考不上大学。  
A. 才 B. 只 C. 再 D. 又
- 计算机已经在北京的青少年中开始普及。  
A. 推广 B. 提高 C. 宣传 D. 广泛
- 这种大风沙天气，在当时的北京并不罕见。  
A. 稀少 B. 难过 C. 见怪 D. 奇怪
- 干累了就歇着，身体要紧。  
A. 健康 B. 紧张 C. 重要 D. 整齐
- 朋友约我夏天去黄山旅游，这真是一个好主意。  
A. 意义 B. 办法 C. 窍门 D. 内容
- 母亲不反对婚姻自由，但很注重爱情的专一。  
A. 注意 B. 注视 C. 重视 D. 热爱

【答案】1. A, 2. C, 3. C, 4. D, 5. B, 6. A, 7. A, 8. C, 9. B, 10. C

健康园地

秋天，你该体检了（三）

避免容易出现的三大误区：1. 任意舍弃体检项目。体检表内所列项目，有反映身体健康情况的基本项目，还有针对恶性疾病的特殊检查项目。如肛门指诊检查，对40岁以上的受检者直肠肿物的发现非常重要，但一些体检者因为害羞，或是怕麻烦，就随意放弃这项检查，这是极不明智的。2. 不按时采血。一般体检化验应早晨采空腹血，最迟不宜超过9时。这是因为太晚采血就会受体内生理性内分泌激素的影响而使血糖值失真。3. 轻视体检结论。有些体检者把医生通过体检结果综合分析开出的健康处方不当回事，不认真阅读，也不按医生的建议去预防和治疗。

体检也可DIY？如果你实在抽不出时间去医院作一个全面的体检，或是医院的体检收费让你承担不起，来个体检DIY（自己做），用运动来检测一下你的身体也许不错的选择。心脏功能测试在1分钟时间里，向前弯腰20次，前倾时呼气，直立时吸气。弯腰之前先测试记录自己的脉搏，在做完运动后立即再测试自己的脉搏，运动结束1分钟后再测，将此3项数据相加，减去200，除以10，如所得数为0—3，表明心脏功能极佳；3—6良好；9—12较差；12以上请立即就医。呼吸功能测试在安静状态下正常地呼吸，记录每分钟的呼吸频率。下述频率为各年龄段的最佳数，超过或低于该数据者均属欠佳：20岁每分钟最佳呼吸频率（一呼一吸为一次）为18—20次；30岁为15—18次；40岁为10—15次；50岁为8—10次；60岁为5—10次。屏气测试深吸一口气，然后屏气，时间越久越好，再慢慢呼出，呼出时间3秒钟为最理想。最大限度屏气，一个20岁、健康状况甚佳的人，可持续90—120秒。而一个年满50岁的人，约为30秒左右。体力、腿力测试如一步迈两台阶，能快速登上5层楼，说明健康状况良好；一级一级登上5层楼，没有明显的气喘现象，健康状况不错；如果气喘吁吁，呼吸急促，为较差型；登上3楼就又累又喘，意味着身体虚弱，应到医院进一步查明原因，切莫大意。 [摘自人民网]

【动脑筋】

《谁养鱼？》

一条街上有5幢相邻、颜色不同的房子。每幢房里住着不同国籍的人。每个人喝不同的饮料，抽不同品牌的香烟，养不同的宠物。问题是：谁养鱼？  
提示：1. 英国人住红色房子；2. 瑞典人养狗；3. 丹麦人喝茶；4. 绿色房子在白色房子左面；5. 绿色房子主人喝咖啡；6. 抽Pall Mall香烟的人养鸟；7. 黄色房子主人抽Dunhill香烟；8. 住在中间房子的人喝牛奶；9. 挪威人住第一间房；10. 抽Blends香烟的人住在养猫的人隔壁；11. 养马的人住抽Dunhill香烟的人隔壁；12. 抽Blue Master的人喝啤酒；13. 德国人抽Prince香烟；14. 挪威人住蓝色房子隔壁；15. 抽Blends香烟的人有一个喝水的邻居。

请把答案寄给：rainbow@greatwall.org

\* \* \* \* \*  
上期《称球》还没人能解答出来。希望继续努力。

\* \* \* \* \*  
如您有简单易懂的中文动脑筋题目，请推荐给：rainbow@greatwall.org

【儿歌】

《月亮回家》

猴子门前小水洼，  
映着一弯小月牙。  
小猴串门找小鸭，  
对着水塘把头抓。  
我家洼里小月亮，  
怎么来到小鸭家？  
急忙跑回洼里看，  
看见月亮笑哈哈：  
“刚才跟我把门串，  
现在跟我跑回家！”



**WILKIE LEXUS**  
威 騎 凌 志 車 行

**RX 330**

**ES 330**

**不甘平凡 把握時機 擁有成功 擁有凌志**

- 三州地區(賓州,新澤西,德拉瓦)庫存量第一
- 美東唯一連續13年被授予標志客戶滿意程度最高的凌志精英獎
- 大批凌志認證二手車 (附3年/100K total miles保修)

威騎凌志  
您的首選豪華車行

(800) 966 - 9455

周一到周六營業

Only 3 minutes away from Villanova University

方先生 Eddie 王先生 Sean

我們的華裔銷售代表力求為長城中文學校家長提供最佳的服務，最好的價格

WWW.WILKIELEXUS.COM

568 WEST LANCASTER AVE. HAVERFORD, PA 19041

Newsletter email:  
rainbow@greatwall.org  
caihong@greatwall.org

長城中文學校校刊編輯部  
總編：孫小音  
本期責任編輯：任 鋼

植字：鄒鋒，任鋼