

After dinner, Ding Libo, Ma Dawei and Song Hua take a walk on the street of a residential area in Beijing. They find that Beijing residents have their own special recreational activities...

### 第三十课 Lesson 30

## 他们是练太极剑的

### 一. 课文 Texts

#### (一)



丁力波：现在八点半了，街上还这么热闹！

宋 华：这儿的人吃完晚饭都喜欢出来活动活动。你看，人们又唱又跳，玩儿得真高兴。

马大为：那儿来了很多人，一边跳舞，一边还敲锣打鼓。他们在跳什么舞？

宋 华：他们在扭秧歌呢。

马大为：扭秧歌？我听说过。

宋 华：这是中国北方的一种民间舞蹈，叫做秧歌舞。秧歌舞

【描述事物】  
Describing things

的动作又简单又好看，小孩儿、大姑娘、小伙子、老人都可以跳。对老人来说，现在扭秧歌已经是一种锻炼身体的活动了。他们很喜欢扭，常常扭得全身出汗。

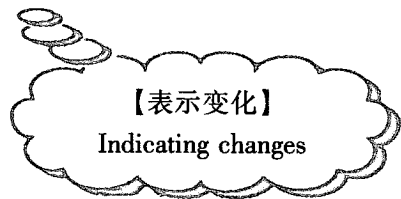
马大为：我看，这种舞很好跳，我也能很快地学会。我跟他们一起扭，可以吗？

宋 华：当然可以。

马大为：不行，我还得先把动作练一练，要不，大家就都看我一个人扭了。<sup>①</sup> 前边又走过来了不少老人，他们手里都拿着什么？

宋 华：他们是练太极剑的，手里拿的是剑。太极剑也是一种中国武术，练太极剑可以很好地锻炼身体。我妈妈以前常常生病，不能工作，后来，她就练太极剑。<sup>②</sup> 练了两年，她身体好了，现在可以上班了。力波，你不是每天早上都学太极拳吗？

现在你学得怎么样了？



丁力波：现在我已经会打太极拳了。最近，又开始学太极剑。我觉得打太极拳、练太极剑对身体是很好。

宋 华：太极剑的动作非常优美，练太极剑就没有扭秧歌那么容易了。

马大为：你们看，街心花园那儿围着很多人。那儿安静得没有一点儿声音，他们在做什么呢？咱们过去看看。

# 生词 New Words

|         |     |              |   |
|---------|-----|--------------|---|
| 1. 太极剑  | N   | tàijǐjiàn    | <i>taijijian</i> (a kind of traditional Chinese swordplay) 练太极剑, 练一套太极剑 |
| 剑       | N   | jiàn         | sword 拿着一把剑   |
| 2. 街    | N   | jiē          | street 街上, 大街, 一条街  |
| 3. 活动   | V/N | huódòng      | to move about/activity 出来活动, 有什么活动, 一种锻炼身体的活动, 活动活动,                    |
| 4. 跳    | V   | tiào         | to jump, to leap 又唱又跳, 跳起来  |
| 5. 跳舞   | VO  | tiàowǔ       | to dance 跳什么舞, 跳古典舞   |
| 舞       | N   | wǔ           | dance   |
| 6. 敲锣打鼓 | IE  | qiāoluó dǎgǔ | to beat drums and gongs   |
| 敲       | V   | qiāo         | to beat; to knock on 敲门   |
| 锣       | N   | luó          | gong  |
| 打       | V   | dǎ           | to beat   |
| 鼓       | N   | gǔ           | drum  |
| 7. 扭秧歌  | VO  | niǔyāngge    | to do the <i>yangge</i> dance   |
| 扭       | V   | niǔ          | to twist  |
| 秧歌      | N   | yāngge       | <i>yangge</i> dance   |
| 8. 民间   | N   | mínjiān      | folk 民间音乐, 民间故事, 民间艺术, 跳民间舞   |
| 9. 舞蹈   | N   | wǔdǎo        | dance 舞蹈专业, 舞蹈学院, 舞蹈艺术, 演出舞蹈  |
| 10. 叫做  | V   | jiàozuò      | to be called 叫做秧歌舞, 叫做入乡随俗  |
| 11. 动作  | N   | dòngzuò      | movement, action 舞蹈动作, 练练动作, 太极剑的动作                                     |
| 12. 简单  | A   | jiǎndān      | simple 简单的动作, 简单的问题, 简单的事儿, 简单介绍, 简单回答                                  |

|          |      |                   |   |
|----------|------|-------------------|---|
| 13. 老人   | N    | lǎorén            | senior; elderly man or woman 对老人来说, 尊重老人, 帮助老人    |
| 14. 出汗   | VO   | chūhàn            | to sweat 身上出汗, 头上出汗, 扭得全身出汗, 热得出汗, 出了很多汗          |
| 15. 要不   | Conj | yàobù             | otherwise, or else                                |
| 16. 手    | N    | shǒu              | hand 手里, 用手, 手上, 左手, 右手                           |
| 17. 武术   | N    | wǔshù             | martial arts 练武术, 一种中国武术, 武术比赛                    |
| 18. 生病   | VO   | shēngbìng         | to fall ill 常常生病, 生病的时候                           |
| 病        | V/N  | bìng              | to fall ill/disease 病了, 病得很重, 小病, 大病, 病好了, 一种病    |
| 19. 后来   | N    | hòulái            | afterwards, later 后来怎么样, 后来呢                      |
| 20. 上班   | VO   | shàngbān          | to go to work 在邮局上班, 上班时间                         |
| 21. 早上   | N    | zǎoshang          | (early) morning 每天早上, 早上好                         |
| 22. 最近   | N    | zuìjìn            | recently 最近一个月, 最近三天                              |
| 23. 街心花园 | NP   | jiēxīn<br>huāyuán | a landscaped island at an intersection of avenues |
| 24. 围    | V    | wéi               | to surround 围着他, 围着很多人, 围着看                       |



丁力波：他们在下棋呢。宋华，你喜欢下棋吗？

宋 华：喜欢。我也喜欢看别人下棋。我觉得看别人下比自己下更有意思。有的时候我看得忘了吃饭。

马大为：所以那些站在旁边的人也是在看下棋？

宋 华：是啊，常常两个人下棋，很多人围着看。看的人和下的人也可能互相不认识。

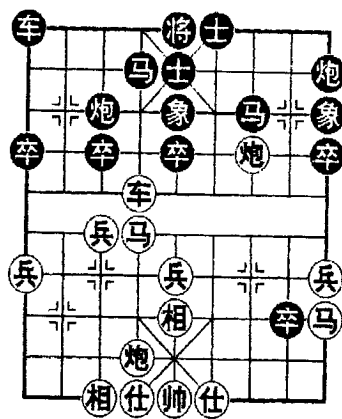
马大为：这很有意思。

丁力波：东边的立交桥下还有很多人呢。你听见了吗？那是唱京剧的。

马大为：京剧团怎么到这儿来唱呢？

宋 华：他们不是京剧团的，他们是这个小区的京剧爱好者，也都是些老人。以前他们工作的时候，忙得没有时间唱。现在他们人退休了，休闲的时间也多了，晚上就来这儿高高兴兴地唱一唱。因为爱好一样，不认识的人也成了朋友。一般地说，到这儿来唱的人水平都还可以，喜欢听京剧的就围过来听。他们听得高兴的时候，也可以叫“好”！这也是他们的一种休闲方式。

马大为：真有意思。我发现这儿老人的休闲活动有很多特点。简单地说，第一，他们非常注意锻炼身体；第二，最重要的是，他们喜欢很多人在一起活动；第三，有的人做，有的人看，可能互相不认识，可是大家都玩儿得很高兴。



【总结概括】

Making a summary

宋 华：你说得很对。当然，这儿老人的休闲方式还很多。早上有做操的，有跑步的，有爬山的，有游泳的，也有带着自己的小狗散步的，还有在家练书法的、养花的。<sup>③</sup>

马大为：年轻人呢？

宋 华：年轻人的休闲活动就更多了。

你看，街对面的网吧门口，进进出出的都是年轻人，<sup>④</sup>旁边的舞厅里又出来了两个小伙子。



## 生词 New Words

|        |    |            |  |
|--------|----|------------|--|
| 1. 下棋  | VO | xiàqí      | to play chess 看别人下棋,喜欢下棋,跟朋友下棋,下一盘棋                  |
| 2. 立交桥 | N  | lìjiāoqiáo | overpass 立交桥下,上立交桥,下立交桥                              |
| 桥      | N  | qiáo       | bridge   |
| 3. 听见  | VC | tīngjiàn   | to hear 听见声音,没有听见                                    |
| 4. 爱好者 | N  | àihào zhě  | lover (of art, sports, etc.); enthusiast 京剧爱好者,书法爱好者 |
| 5. 退休  | V  | tuìxiū     | to retire 退休以后,退休教师,退休老人                             |
| 6. 休闲  | V  | xiūxián    | to take recreation 休闲时间,休闲活动                         |
| 7. 方式  | N  | fāngshì    | way 休闲方式,活动方式,生活方式                                   |
| 8. 做操  | VO | zuòcāo     | to do gymnastics                                     |
| 9. 跑步  | VO | pǎobù      | to jog   |
| 10. 对面 | N  | duìmiàn    | opposite side 街对面,大楼对面                               |
| 11. 网吧 | N  | wǎngbā     | internet café/bar 街对面的网吧,一个网吧                        |
| 12. 门口 | N  | ménkǒu     | doorway 网吧门口,学校门口,家门口                                |
| 13. 舞厅 | N  | wǔtīng     | ballroom 旁边的舞厅,去舞厅跳舞                                 |

## 补充生词 Supplementary Words

|          |     |           |                                |
|----------|-----|-----------|--------------------------------|
| 1. 长寿    | A   | chángshòu | longevity                      |
| 2. 公里    | M   | gōnglǐ    | kilometer                      |
| 3. 调查    | V   | diàochá   | to investigate                 |
| 4. 组     | V/N | zǔ        | to form/group                  |
| 5. 心脏    | N   | xīnzàng   | heart                          |
| 6. 秘诀    | N   | mìjué     | secret of success              |
| 7. 在于    | V   | zàiyú     | to depend on; to rely on       |
| 8. 运动    | V/N | yùndòng   | to do physical exercise/sports |
| 9. 故乡    | N   | gùxiāng   | hometown                       |
| 10. 流传   | V   | liúchuán  | to spread                      |
| 11. 健康   | N/A | jiànkāng  | health/healthy                 |
| 12. 聪明   | A   | cōngmíng  | intelligent, clever            |
| 13. 奥林匹克 | PN  | Àolínpǐkè | the Olympics                   |

## 二. 注释

## Notes

① 不行,我还得先把动作练一练,要不,大家就都看我一个人扭了。

“No, I have to practice first. Otherwise, everybody will just be watching me dancing.”

“要不” means “如果不”(“otherwise” or “if not”). It is used between two sentences or clauses to indicate the result or conclusion that is derived from the assumption or expectation contrary to the first sentence. For example,

你去参加她的生日聚会吧,要不,她会不高兴的。

② 后来,她就练太极剑。

“Later, she practiced *taijijian*.”

“后来” refers to a time after a certain period. For example,

他去年五月去过一次,后来没有再去过。

Note: The differences between “后来” and “以后”: (a) “以后” can refer to a time either in the past or the future, while “后来” refers only to a time in the past. (b) “以后” can be used either alone or with other words; for example, “下课以后”. However, “后来” can only be used by itself. Thus, one cannot say: ⊗“下课后来”.

③ 早上有做操的,有跑步的,有爬山的,有游泳的,也有带着自己的小狗散步的,还有在家练书法的、养花的。

“In the morning, some people do gymnastics, some jog, some climb mountains, and some swim. There are also people who take their dogs for a walk, or stay at home practicing calligraphy or gardening.”

Two or more phrases of the structure “有+VP+的” may express enumeration.

④ 街对面的网吧门口,进进出出的都是年轻人。

“All those people (who are) going in and out of that internet bar across the street are young.”

### 三. 练习与运用

### Drills and Practice

#### KEY SENTENCES

1. 前边走过来了不少老人。
2. 舞厅里出来了两个小伙子。
3. 她身体好了,现在可以上班了。
4. 现在八点半了。
5. 他们玩儿得真高兴。
6. 以前他们忙得没有时间唱。
7. 秧歌舞的动作又简单又好看。
8. 我还得先把动作练一练,要不,大家就都看我一个人扭了。
9. 我妈妈以前常常生病,不能工作,后来,她就练太极剑。



## 1. 熟读下列短语 Master the following phrases

- (1) 来了两个新同学 开来了一辆公共汽车 下去了很多大学生  
死了一只小狗 走过来了不少年轻人
- (2) 玩儿得很高兴 病得不能起床 热得全身出汗  
高兴得跳起来了 累得不想说话
- (3) 会下棋了 会扭秧歌了 会唱京剧了 会开汽车了  
可以上班了 该出发了 能上学了 愿意养花了
- (4) 又唱歌又跳舞 又简单又好看 又工作又学习  
又洗衣又做饭 又年轻又漂亮 又干净又安静

## 2. 句型替换 Pattern drills

- (1) 前边走过来了不少老人。

|     |     |        |
|-----|-----|--------|
| 楼下  | 来   | 两个新同学  |
| 南边  | 开来  | 一辆公共汽车 |
| 火车上 | 下去  | 很多大学生  |
| 外婆家 | 死   | 一只小狗   |
| 对面  | 走过来 | 不少年轻人  |

- (2) 以前他会不会打太极拳?

以前他不会打太极拳。

现在呢?

现在他已经会打太极拳了。

|    |     |
|----|-----|
| 会  | 下棋  |
| 会  | 扭秧歌 |
| 会  | 开汽车 |
| 能  | 上班  |
| 愿意 | 养花  |

- (3) 他们玩儿得怎么样?

他们玩儿得真高兴。

|       |      |      |
|-------|------|------|
| 大家    | 唱    | 嗓子疼  |
| 那位老人  | 病    | 不能起床 |
| 小伙子   | 跳舞跳  | 全身出汗 |
| 京剧爱好者 | 听京剧听 | 忘了吃饭 |

- (4) 他忙不忙?

他很忙,忙得没有时间唱京剧。

|    |      |
|----|------|
| 高兴 | 跳起来  |
| 累  | 不想说话 |
| 热  | 全身出汗 |
| 疼  | 躺在床上 |

(5) 秧歌舞的动作简单吗?

秧歌舞的动作又简单又好看。

|     |    |        |
|-----|----|--------|
| 他姐姐 | 工作 | 又工作又学习 |
| 这书房 | 干净 | 又干净又安静 |
| 她丈夫 | 做饭 | 又做饭又洗衣 |
| 他妻子 | 漂亮 | 又漂亮又年轻 |

(6) 我还得先把动作练一练,要不,大家就都看我一个人扭了。

|            |                |
|------------|----------------|
| 把去农村的路问清楚  | 我们又找错地方了       |
| 打电话告诉她     | 她不会在家等我们       |
| 把课文念一念     | 上课的时候我又会念得很不流利 |
| 了解一下那儿的的风俗 | 我不知道该怎么做       |

### 3. 课堂活动 Classroom activities

(1) One student makes up a sentence using the words learned in this lesson, and another student uses “后来” to continue the conversation. For example,

A: 我来北京以后常常去网吧。

B: 后来在那儿认识了一个中国朋友。

(2) One student makes up a sentence using the words learned in this lesson, and another student uses “要不” to make an assumption. For example,

A: 我们现在应该学点儿武术。

B: 要不,以后就没有这么方便了。

### 4. 会话练习 Conversation exercises

#### IDIOMATIC EXPRESSIONS IN CONVERSATION

要不 (Otherwise, ...)

当然可以 (Of course, it will do/it's all right.)

一般地说 (Generally speaking, ...)

简单地说 (Briefly/In a word, ...)

最重要的是 (The most important thing is...)

[表示变化 Indicating a change]

A: 你最近听到王文的消息吗? 他在家休息得怎么样?

B: 他已经从家里回来了。现在他身体好了, 每天能正常地学习了。

A: 他两个月不在学校, 现在学习怎么样?

B: 他学习进步得也很快。他的变化真大。

[总结概括 Making a summary]

A: 不同的地方有不同的风俗习惯, 你觉得我们应该怎样做?

B: 简单地说, 我觉得“入乡随俗”是对的。怎样“入乡随俗”呢?

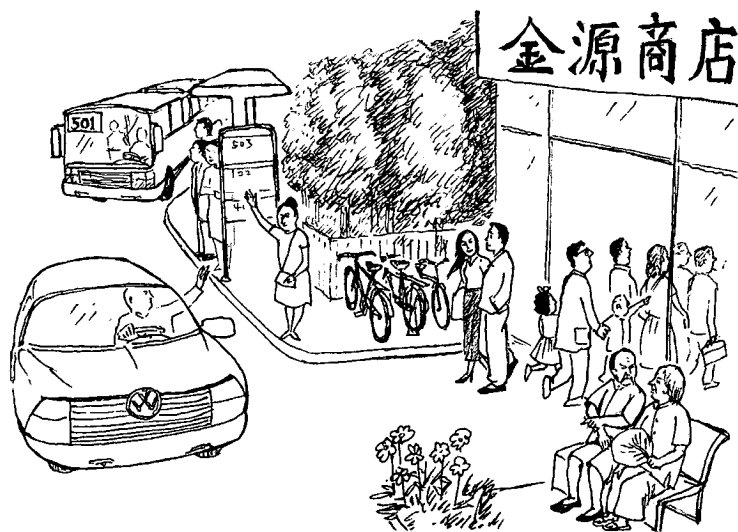
第一, 要尊重别人的风俗习惯, 也就是尊重别人的文化; 第二, 如果你喜欢这种风俗习惯, 你也可以这样做。

A: 如果我不愿意这样做呢?

B: 你当然可以不做, 但是你也应该注意: 不要违反 (wéifǎn, to violate) 别人的风俗习惯。

A: 你说得很对。最重要的是尊重别人。

5. 看图说话 Describe the picture



(坐着、放着、开着、开过来、开走、走出来、走进去)

## 6. 交际练习 Communication practice

(1) Talk about any changes that have affected yourself, a friend, a classmate, or a teacher.

(2) Speak from your experience about how to study Chinese characters, memorize new words, or practice conversations.

After you speak, write down what you have said.

## 四. 阅读和复述 Reading Comprehension and Paraphrasing

### 走路和长寿

人们常说：“饭后百步走，活到九十九。”走路是最方便的活动方式，也是老年人最好的锻炼。怎么走呢？医生建议老年人每天用三十分钟的时间，走三公里的路，每个星期最少走五次。当然，用多少时间，走多少路，那还得看自己的身体情况。身体好的，可以多走一些，身体差的，也可以少走一些。只要每天都走走，对身体一定有好处。

一位医生调查了两组老人。一组是每天走一个小时；一组是每天很少走路。后来他发现每天走路的人长寿，得心脏病的少。

一个记者访问了一位95岁的老人。他问老人，健康长寿的秘诀是什么？老人笑着说：“我哪有什么秘诀？人们常说，生命在于运动。年轻人要运动，老人更要常运动。”记者又问他：“您喜欢什么运动？”老人说：“我最大的爱好就是走路，每天最少走一个小时的路。早上起床以后就到公园里去走一走，要走得全身都热了，但是不要热得全身出汗。走完了一小时的路，才回家吃饭、看书、看报、看电视。”老人觉得，每天走路，又简单又方便。如果有可能，再去爬爬山，那就更好了。记者想，“走路”可能就是这位老人的长寿秘诀吧？

奥林匹克运动的故乡流传着这样的几句话：“你想变得健康吗？你就跑步吧。你想变得聪明吗？你就跑步吧。你想变得漂亮吗？你就跑步吧。”对老年人，我们也可以这样说：“你想健康吗？你就走路吧。你想长寿吗？你就走路吧。”

## 五. 语法 Grammar

### 1. 存现句(3) Sentences indicating existence or emergence (3)

The following sentence pattern is commonly used to describe the appearance or disappearance of a person or thing from some location.

S ( PW ) + V + Pt or Complement + Num-MP+ O  
( persons or things that appear or disappear)

| Subject<br>(PW) | <i>Predicate</i> |                     |        |   |
|-----------------|------------------|---------------------|--------|---|
|                 | V                | Pt or<br>Complement | Num-MP | O<br>( persons or things that appear<br>or disappear) |
| 那儿              | 来                | 了                   |        | 很多 人。   |
| 前边              | 走                | 过来                  |        | 不少 老人。  |
| 他们家             | 死                | 了                   | 一盆     | 花儿。   |
| 立交桥下            | 开                | 过去                  | 五辆     | 车。  |
| 宿舍门口            | 丢                | 了                   | 一辆     | 自行车。  |

Notes: (1) The subject of this type of sentence is a word or phrase indicating a location. The prepositions such as “在” and “从” cannot be inserted before the subject.

(2) The predicate of this type of sentence is usually an intransitive verb that usually refers to a positional change of people or things. For example, “走, 跑, 来, 丢, 生, 死”.

(3) The verb of this type of sentence is commonly followed by the aspect particle “了” or a complement.

(4) The object of this type of sentence must not be specified. Thus, one cannot say: ⊗ “前边走来了马大为”. There is usually a numeral-measure phrase or another attributive in front of the object.

### 2. “了”表示情况的变化(2) “了” indicating a change of situation (2)

Sentences with a noun phrase, a subject-predicate phrase, or an optative verb as the predicate can all take “了” after them to indicate a change of situation or the start of a

new situation. This kind of sentence functions as a reminder or attracts people's attention.

For example,

A: 现在几点了?

B: 现在八点半了。

A: 他几岁了?

B: 他三十岁了。

我妈妈身体好了,现在可以上班了。

现在他们人退休了,休闲的时间也多了。

丁力波会打太极拳了。

现在可以进来了。

The V/A-not-V/A question the same meaning with the “...了+没有?” structure.

For example,

她身体好了没有?

### 3. 情态补语(2) The complement of state (2)

Besides describing or commenting on a movement or an action itself, a complement of state also describes the state of the subject (a person or thing) that has appeared or developed because of the movement or action.

For example,

他们玩儿得很高兴。

水果洗得干干净净的。

Adjectival phrases can often act as the complement of state, while verbal phrases, subject - predicate phrases and other complements can also serve as the complement of state. For example,

那儿安静得没有一点儿声音。(verbal phrase)

他们下棋下得忘了吃饭。

他们忙得没有时间唱京剧。

他们扭得全身出汗。(subject-predicate phrase)

他高兴得跳起来。(directional complement)

我累得躺在床上。(resultative complement)

#### 4. 又…又… The construction “又…又…”

“又”(3) is followed by verbal/adjectival words or phrases, indicating that several actions, features or states occur or exist at the same time. For example,

他们又唱又跳。

那些人又说又笑,真高兴。

秧歌舞的动作又简单又好看。

这个姑娘又年轻又漂亮。

他在北京又工作又学习。

## 六. 字与词 Chinese Characters and Words

构词法(4): 动宾式 Word formation methods (4): Verb-object compound words

The first character defines or restricts the meaning of the second one, e.g. “结+果→结果”. Other examples,

说话 食物 聊天 照相 送礼 下棋 结业 吃饭 放心 放假  
挂号 烤鸭 排队 起床 散步 跳舞 唱歌 开车 看病 罚款