



华夏中文学校

Huaxia Chinese School

•New Jersey •New York •Pennsylvania •Connecticut

华夏中文学校网站: <http://www.hxcs.org/>

华夏园地

投稿邮箱: hxcsnews@gmail.com

主编: 顾庄华



小语世界

■ 纽约分校



睡眠

王雨菲 指导老师 周佳

春假快到了。如果你像我一样平时学习很忙,一定想趁着这段时间好好睡一觉吧。



每天晚上,大家都会睡觉。第二天起来的时候,就觉得很精神。你们有没有想到过为什么我们需要睡觉吗?我一般有很多功课,我可能比较晚睡觉。很多小孩子大概八点半去睡觉了,但我的朋友有时候在早上两三点还在给我发短信。

很多人知道,你睡觉的时候会长身体和为第二天的生活积蓄能量。睡觉的时候,你的大脑会帮你把你那一天听到和学到的东西记下来。其实,你睡觉的时候,你的大脑活动和你醒的时候一样。如果你睡得少的话,你的记忆会模糊。

睡眠有四个阶段。第一个阶段是刚刚开始睡着的时候。第二个阶段是很浅的睡眠。在第一和第二个阶段,最容易被人吵醒。第三个阶段是最深的睡眠。在这个时候,你的身体在恢复成你早晨的样子。第四个阶段叫 REM 睡眠,是做梦的时候。每一个阶段都是七十到一百二十分钟。

我的妈妈和弟弟都是一躺下就能睡着的人。可是爸爸和我要过一会儿才能睡着。如果我爸很累的话,大概一个小时能睡着。如果我不累的话,我可能过两三个小时还没睡着。我在吃一种帮助我睡觉的药,叫 Diphenhydramine。我以前是吃 Melatonin 的,但是听说 Diphenhydramine 更有用。

通常睡眠不足是由于睡前吃东西太近或睡前使用电子产品造成的。但睡眠不足还有其他因素。例如,如果你生活中的某些事情给你带来压力,可能会导致失眠。

你们肯定在想,那我怎么能睡得好一点呢?睡前三十分钟不要使用电子产品是哪个好处的秘诀。这很重要,因为电子产品发出的蓝光会阻止大脑产生褪黑素。另外一个主意是每天锻炼一会儿,那你晚上可以睡得更好。最后是每天同一时间去睡觉。这样做的话,你的身体会习惯这个睡觉的时间。

希望你下次睡不着的时候,会有些好办法。

精彩的新年演出

王威廉 指导老师 周佳

新年演出那天到了,大家都穿着漂漂亮亮的衣服走进学校。

我今年在六年级一班张老师的班级,我们要表演歌舞《阳光彩虹小白马》。我们班在台上表演以前赶紧排练了几遍。轮到了我们上台时,我感觉到空气中萦绕着害怕和紧张。

我们走到了台上,音乐响起,大家开始跳舞。前排中间的那三个人跳得很好!是我们的榜样。我们跳舞还没结束的时候,观众席上已经响起一片掌声。跳舞结束,我们全班跟观众说:“马立平六年级一祝你龙年大吉!”然后我们列队走下了舞台。完成了这次演出,我感到很轻松又高兴。

春节联欢会里我还看到了很多熟悉的老师表演的节目。例如我班表演前,我看到了我们班的张老师,我还看到了教我学前班的韩老师。她们表演的舞蹈节目《火热的萨日朗》,三个老师穿着红裙子,一个穿着蓝色的裙子,她们跳得真好!我好自豪有那么优秀的老师!



2024 年春节记事

马立平九年级一班 邱迪 指导老师 傅耘

春节是中国的一个传统节日。而我今天要讲的是我家今年是怎样在美国过春节的。

今年春节是 2024 年 2 月 10 号。早晨我向父母拜年,父母也给了红包。我和弟弟准备了一下就出发去法拉盛中国城了。我很开心。到了法拉盛,我们在街上到处走。我们先去了一家店,我被屋顶上的龙震撼到了,于是拍了照片。后来我又被一家盲盒店迷住了,于是用压岁钱买了一个盲盒还有一个小挂件。爸爸还给我买了糖葫芦,我开心地一边吃着糖葫芦,一边跑去餐馆吃饭。吃完饭后,我们一家人一起看了新春游行,有舞龙舞狮、腰鼓表演等等。

看完我们要去朋友家。我们到的时候朋友家里没人,朋友让我们先进去。于是,我们就从她家后门进去了,她家有一条非常可爱的狗,我和弟弟就和小狗玩了起来。后来又有另外一家朋友来了,可是主人却还没有回来,于是我们两家一起等着主人回来。主人回家以后表示感觉他们才是客人,大家都笑了。



我们开始狗也很想上桌吃饭。我前面吃太多了所以很快就好吃了,

后面我几乎全程抱着狗不让它上桌。我弟把一个东西摔坏了大家都吓了一跳,大人们连忙说:“碎碎(岁岁)平安”。吃完后,大家一起聊天玩游戏。

我回家的路上还在想着这次难忘的春节。希望明年还能有这么好吃的。

第一次包饺子

马立平九年级一班 许德忻 指导老师 傅耘

今年在中文学校,我学到中国人过春节的传统。当我们回到家,就好奇地问我的父母:“中国人过春节的时候吃饺子,但是我们为什么春节从来不吃饺子?”妈妈回答:“因为我们都是南方人,没有春节包饺子的习惯。只有北方人才包饺子。”我觉得包饺子有意思,而且是全家参加的活动,就要求今年包饺子。大年夜,爸爸先把韭菜和虾仁切碎,和猪肉混在一起,做成饺子馅。接着,我和妈妈用买来的饺子皮把馅包起来,成了金元宝的形状。有意思的是,每人包出来的饺子样子都不同。结果,我们包得比较慢,有些饺子皮干掉了。有些饺子馅太多,包不起来,又有些饺子包得很难看。煮好以后,滚水流到饺子锅里了,把我们舌头都烫伤了。吃了以后,我们发现馅里忘记加盐了,味道很淡。我们第一次包饺子简直是一个灾难!尽管包出来的饺子不完美,全家人一起包饺子的过程却很热闹和欢乐。于是,在我们家,2024 年的春节开创了年年包饺子的传统。



在美国过春节

马立平九年级一班 赖宇俊 指导老师 傅耘

虽然在美国我没有亲戚,每年春节我和家人都会邀请我们的朋友到我家一起过春节。春节前,我们一起去超市买各种各样的菜来做年夜饭。有鱼、鸡、猪肉、牛肉,还有各种蔬菜水果。年初一早起,我会帮妈妈一起打扫和清理房间。朋友们来到时,第一件事,我们大家拜年。妈妈爸爸发给每个小朋友两个红包。我和妹妹也收到很多红包,高兴极了。妈妈一边煮饭,一边跟朋友聊天,真棒!到晚上的时候,我家坐满了家人和朋友,大约有二十多人,吃饭的时候要开多个桌子。每个桌子上摆放着各种美食,有糖醋鱼、大虾、洋葱猪排、牛肉炒青菜、干贝节瓜、西红柿炒鸡蛋等等,还有一锅汤。最后,我们拿出做好的年糕和汤圆一起吃。晚饭后,我们小孩在后院放烟花。今年还有人表演舞龙舞狮呢,大家看得很兴奋,热闹极了!



庆祝春节

马立平九年级一班 王宇诚 指导老师 傅耘

今年春节一个星期之前,我和我学校的 AP 中文班级去法拉盛给一位牧师演讲我们关于纽约市老华人情况的项目。后来我和老师同学们一起在法拉盛的大街上逛逛。我们看到好多春节装饰挂在灯柱上,也有小商店正在卖新年的装饰品,比如年画、鞭炮、灯笼、纸龙等等。我的老师还买了一个小农房挂在教室的墙上。在中文老师的教室外面,她也放了很多小装饰,天花板挂了纸龙和灯笼,门上贴了“福到了”画和龙的图画,门外还贴了春联。

春节之前就是团圆夜,这是华人家庭的很重要的日子。我从学校回去,就看到妈妈、奶奶和爷爷在煮东西。有很多好吃的,比如虾、鱼、青菜和龙虾。我妈妈还烤了一只鸭,把鸭肉放在包里跟葱和酱太好了!春节就是华人的家庭团圆庆典,虽然每个家庭庆祝方式不一样,但我们一起庆祝这个华人最著名的传统节日。



我家在美国过春节

马立平九年级一班 王博涵 指导老师 傅耘

春节是中国的新年,是一个盛大隆重的节日。春节是庆祝旧年的结束和新年的到来。虽然我和我的家人在美国,我们也会庆祝春节。我们会清扫家里,把旧的东西扔了或者捐掉。爸爸妈妈会叫我们洗澡,换上新的衣服。爸爸还会买一只烤鸭,妈妈爷爷奶奶会炒很多菜给我们做春饼吃。爸爸会写春联,我还会帮爸爸把春联贴在墙上。吃年夜饭前我和哥哥会给爷爷、奶奶、爸爸和妈妈拜年,很高兴地拿到压岁钱。在吃饭的时候,我们还会看春节联欢会。我最喜欢的节目是相声。

春节家里会来很多爸爸妈妈的中国朋友,他们很高兴地互相拜年,一起聊天吃饭。我们也会到爸爸妈妈的中国朋友家里拜年做客。中国的春节一直要过到正月十五,元宵



节。元宵节这天爸爸妈妈会去买汤圆,我最喜欢吃的是芝麻汤圆。春节是我最喜欢的中国节日。

春节

马立平九年级一班 杨妙伊 指导老师 傅耘

今天就是春节。这一年会跟我所知的春节不同吗?会有多喜庆?好像每一个新年我都会问自己这个问题。一年一年过去得像流星一样快,一转眼就消失了。

我在中文学校上九年级,是毕业班。也就是说我已经参加第九次学校组织的春晚了,如果不算疫情的话。今年我们班要表演的是舞龙,恰好是龙年。我看过大街上的舞龙,看过视频和照片上的表演,但从来没有真正试过。这个春节,我决定去体验一把舞龙,去亲身感受一下中国的传统。我们用来排练的龙有六个铁棍子支撑它,长度有三米长。从远处看,龙的身子就是一片五彩缤纷的云彩。龙头上画着两只大的黑眼睛,它的羽毛包围着大大的脸。教我们动作的是一位家长。他不但教我们怎样表演,还会敲鼓。听着鼓的节奏左右摇摆龙的身子,让龙转圈,一直到结尾的动作。飞舞的龙仿佛就是一种中国传统文化的精神,威武而神圣。

每一个春节的到来不限于庆祝,它也是一个提醒。提醒你,身边的人都在长了一岁,然后能够团圆的机会又变少了。更重要的是,这一切让你更清楚地了解家人对自己的重要。我一直认为这里的春节永远无法跟中国的相比,也许这个想法是对的。尽管如此,参加舞龙让我意识到一种积极向上的中国精神,一种可以将两个很不同的地方结合的精神。总之,无论你在哪里都能感到人们对春节的庆祝。

我在美国过春节

马立平九年级一班 徐安娜 指导老师 傅耘

我小时候,一直以为春节是为了迎接春天到来的节日。后来知道了春节是中国的传统节日,也是最受重视的节日。

每年快到春节的时候,爸爸妈妈就会买或做一些平时不常做的菜来庆祝。妈妈经常会说“过节了,买点儿这个吧,买点儿那个吧……”今年的春节爸爸还炸了虾仁和薯条。这是我第一次吃家里做的油炸的食品。平时为了饮食健康,家里从来没做过油炸的菜。

春节让我记忆最深的还是参加各种各样的联欢会。我们住的地方有三个经典大型的春节庆祝会:第一个是我所在的中文学校举办的;第二个是我们村华人协会主办的;第三个是我们郡举办的。小时候我在中文学校学跳民族舞和芭蕾,我们的跳舞节目基本上每年都会在这三个晚会上演出。晚会上有各种节目和丰富的中国食品。每次参加晚会我都很高兴,表演完自己的节目就和小朋友一起看别人的节目。

在我平时上学的学校也会庆祝春节。那天会有一些志愿者父母来学校宣传介绍中国文化,并举办一些生动有趣的活动。今年的“变脸”魔术实在是太神奇了!我到现在都想不明白他是怎么做到的!

我希望以后春节时学校的作业不要太多,这样我就可以尽量多地参加这些联欢会!

我爱看春晚

马立平九年级一班 陶康依 指导老师 傅耘

我最喜欢的节日是中国新年。今年我特别兴奋因为新年正好在周末。我不仅可以不去上学,还可以与家人一起庆祝。春节联欢晚会从周五开始,那天晚上放学后我就可以观看了。我在春晚上看许多表演者和观众一起欢笑的时候总是能感觉又高兴又激动。

今年的春晚有两个魔术节目让我感到震撼。魔术师刘谦用扑克牌做了个魔术。他神奇地把一副打乱的牌排序成当时的时间、日期和年份!还有一个大变活人的魔术。魔术师找了个观众让他在一副牌中任意选一张。这张牌上有一个明星的名字。结果魔术师从脸上摘掉了一个面具,他竟然就是那位明星!我真的想不通他们是怎么做到这些魔术的。

大年初一,我还从爸爸妈妈和爷爷收到了两个特别厚的红包!我真的很高兴因为我从来没有得到过这么大的笔钱。我现在想买什么都可以!春节真的又好玩又热闹。希望明年的春节也能过得一样开心。

希望能回中国过春节

马立平九年级一班 邹卓文 指导老师 傅耘

春节是我最喜欢的节日。每年,我和我的哥哥都会从爸爸妈妈那里收到红包。我们平常每年都回中国,但这几年我们一直没回去。今年也只有我妈妈回国见了家人。虽然我没能去,但我很高兴她玩得开心。

妈妈前天就回来了。她觉得最好玩



听课笔记: “学而时习之”——联想加重复,迎接遗忘曲线的挑战

副教务长 来冰

海外孩子的中文教育有黄金六年,那就是从 6 岁到 12 岁。在这六年里如果孩子能够积累到一定的认字量,那么后期的阅读写作就相对轻松。一二年级的小学生处于语言敏感期,其它课外活动也多在探索阶段,家长能拿出更多的时间陪伴中文学习,这正是认识汉字的黄金时间段。马立平《中文》教材在一到四年级期间要求学生认识 1500 个汉字,每个单元学习认字 100 个。对周末中文学校来说,意味着每次课程学生认识起码 30 个左右的新字。这对老师和孩子们都是一个挑战,一个面对遗忘曲线的挑战。



李谦云老师是大纽约华夏中文学校最资深的教师之一,拥有近二十余年中文教学经验,是获得国务院侨办表彰的优秀海外华文教师。她常年担任马立平二年级教学,深受大家爱戴。这次我有机会旁听她的现场教学,正是学习新字词的内容,受益匪浅!

心理学和记忆学的理论告诉我们,联想记忆法和重复记忆法是帮助记忆的有效手段。而李老师在教汉字的时候充分地运用这两个方法。她把要学习的字和词语用大字体写在课堂演示 PPT 上。形声字的上方,用不同的颜色表明了形旁和声旁,而象形字和会意字则常常会有类似的字一起比较。比如学习“窝”这个新字的时候,她会把穴字头,宝盖头和秃宝盖放在一起,引导孩子们联想已经学过的“宝”字,和“写”二字。宝盖头下面加了一个八以后变成了穴字头。解释了部首有洞穴的意思以后,又根据穴的发音,提到穴和学习的字同音。

在教新字的过程中,李老师充分运用了以下几种联想方法:

一、**字义联想** 通过联想字形中各部分所代表的意义,记忆该字的整体意义。主要是形声字的拆分。

二、**字源联想** 通过汉字的来源及演变的历史,来记忆汉字的字形和字义。

大纽约华夏中文学校近期活动

活动部长 吴颖灏



龙年春节联欢会

3 月 3 日,大纽约华夏中文学校在 White Plains 高中举行了 2024 龙年春节联欢会。当日,会场处处张灯结彩,人人欢笑颜开,祥和喜庆的节日气氛洋溢着每一个角落。数百华夏家庭齐聚一堂,共渡佳节。近千人的礼堂人头攒动,座无虚席。一曲由学校志愿者团队带来的精彩歌舞《龙的传人》,拉开了文艺演出的序幕。接下的三个小时里,三十四

演讲比赛

12 月 3 日下午,大纽约华夏中文学校 2023-24 学年演讲比赛顺利举行。比赛分为低、高年级组分别举行,10 位独立评委为选手们现场评审。各年级选手们发挥优异,评委对选手们的表现给出了精彩点评。今年高年级学生原创文章

视觉艺术系列展

11 月 19 日和 12 月 3 日上午,大纽约华夏中文学校成功举办了首次视觉艺术系列展。有四位老师分别代表中国书法、摄影、折纸和绘画学科参加两次艺术展,还有一位年轻的助教也提供油画作品参加了展览。两次展览取得了空前的轰动效应,吸引了众多

的就是逛南京夫子庙的庙会。庙会里面人山人海,非常热闹。因为他们人多,过一会儿就得数人数,怕人丢了。妈妈在庙会给我买了很多好吃好玩的。他们还穿新衣服,互相拜年。作为传统的一部分,我的姥姥姥爷还做了漂亮的看起来像小白菜的饺子。所有的大人都给年轻人发了红包。我的表弟还会自己放鞭炮和烟花了!春节一直是与家人一起过的一个超级好玩的节日。我希望我也能回中国过节,听起来我的家人们玩得很开心。

我的元宵节

马立平四年二班 黄子轩 指导老师 魏萍

今天是农历正月十五元宵节。上午,我在家上了中文课。魏老师向我们介绍了元宵节。让我了解到元宵节是中国的传统节日,我们要吃汤圆,晚上可以看到圆月的月亮。

上完课,爸爸妈妈带我去法拉盛。法拉盛好热闹啊!大街上人山人海,商店里到处都挂着红色的中国结和灯笼。我们去了一家我最喜欢的餐馆吃饭,我点了我最爱吃的烤鸭,爸爸妈妈点了烤鱼。饭后服务员叔叔端上热腾腾的汤圆。我们吃得很开心。

三、**字形联想** 根据现代汉字字形像什么或者接近什么,从而进行记忆或者比较记忆的一种方法。例如,她在教“饶”字的时候提到两点口水,又让孩子们联想到妈妈做的红烧肉。另外就是通过形近字的联想,这样不断通过形近字比较,提高学生认知汉字的能力。比如“免”和“兔”的差别在于少了一点小尾巴,又形象又有趣。

四、**词汇联想** 通过由单字构成的词语,而联想到这个字的写法,再联想课文内容,继续刺激大脑反应,从而加深印象。

五、**字音联想** 通过和同音字、多音字的比较来记忆生字,生词。提醒学生有意识地思考两者之间的区别,并且借此机会复习多个单字和词语。

短期的重复记忆也是李老师的教学识字的妙招。每教十个字左右,老师会带领孩子们大声朗读新字及其部首,加深短期记忆。在学习完新字后,就有孩子们最爱的认字游戏。抢答在 PPT 上不同的方框里冒出的字词。此时孩子们几乎都是异口同声地回答,表示他们都在思想高度集中地学习和听讲。在“小手练笔划”的环节,孩子们举着手跟着 PPT 的笔画顺序,在空中练习笔顺,为回家写字做好准备。听着孩子们脆生生的童音,看着孩子们空中挥舞的小手,我觉得这些汉字像一个一个音符在孩子们中间跳跃、奏响,而李老师就是那个指挥家。

李老师的重复记忆教学,并不仅限于教学新字词中。她和家长们从一开学就有良好的互动。每次 PPT 都会发到家长微信群里,请家长们在家里陪着孩子们复习新学的字,朗读课文和字卡。再加上每星期的课堂听写复习,老师和家长一起配合带领孩子们战胜遗忘曲线,巩固学到的汉字,给以后的汉语学习打下扎实的基础。

个节目一气呵成,个个经典。不但有低年级同学带来的舞蹈和合唱,更有高年级同学献上的相声和脱口秀。多才多艺的华夏女老师们还给大家表演了美妙绝伦的蒙古舞蹈《火热的萨日朗》。大礼堂里的节目精彩纷呈,大礼堂外的展厅也是热闹非凡。大孩子做志愿者,带着小孩子做各种游戏,手工和剪纸,大小孩子们尽情享受快乐时光,品味中国传统节日的乐趣。为了此次活动,志愿者团队和老教师家长们足足准备了两个多月。活动当天一大早,志愿者们团队的各个部门通力合作,所有人从 9 点忙到晚上 6 点不停歇,保证了一千多人的春节联欢有条不紊的顺利进行。



数量多,质量高,精彩纷呈。在随后总校组织的 2024 朗诵演讲比赛中,我校选手取得了优异的成绩。在总校组织的北区演讲比赛,我校获得了 6 个一等奖中的 3 个,并取得多个二等奖和三等奖。



多家长 and 同学前来观展,甚至有些观众来自校外,远程慕名而来。这两次视觉艺术展不仅有助于弘扬展示我校扎实高超的艺术教师素养,同时为培养学生的审美意识和艺术鉴赏能力提供了有力的平台。



纽约分校专刊 图文组稿: 周佳

在回家的路上,天渐渐黑了,一轮圆月的月亮慢慢地升起来了,照亮了夜空。晚上,我通过视频向爷爷奶奶和外公外婆问好,并祝他们元宵节快乐。

今年的元宵节真是愉快又充实啊!

我的春节

马立平四年二班 吴君阳 指导老师 魏萍

晚饭,妈妈做了鱼、面条和豆芽。妈妈也做了汤圆给我们吃!我和姐姐哥哥给爷爷和奶奶打电话。

几天之前,我的外公给了我们很多巧克力和零食。妈妈说他给太多了,叫我和姐姐去邻居家分给他们一点。我们的邻居也给了我们姐姐红包!

星期天我们去别人家看超级碗。他们也在他们家吃了很多好东西。我们家的孩子比我和姐姐大,他们不想跟我们玩,爸爸就让我们和姐姐看手机。

新年比圣诞节好,因为新年有红包,圣诞节没有!我的新年很开心。

