



华夏中文学校

Huaxia Chinese School

华夏园地



第6期

2021年12月3日

•New Jersey •New York •Pennsylvania •Connecticut

华夏中文学校网站：<http://www.hxcs.org/>

投稿邮箱：hxcsnews@gmail.com

主编：卫亚利

责任编辑：顾庄华



小·语世界

■大纽约分校



新闻特写 -- 做环保袋的小女孩

记者 王雨菲 七年级



本周日，在华夏大纽约中文学校的行政大楼里，有一个非常有意思的展示。一位笑容可掬的小女孩站在两块精心制作的展板前，旁边放着好多可爱的布袋。这些布袋中，有的是粉红色的，上面有小动物的图案，有的是深蓝色的花纹，还有白色的。这些布袋都是可以免费领取的。如果有人想捐赠也可以，所有收入会捐给新冠病毒的受害者。

在展板最当中的位置，有一个三个箭头形成的环形图案。旁边写道：“这是我专门的标识，象征着大自然的循环。”大海报板上还展示了各种环保的理念、有趣的环保故事、小女孩如何学习做包以及她用旧衣服作包的过程。

一位爸爸和他的女儿来拿了一只包，高高兴兴地离开了。他们拿的包是蓝色的，上面有一些装饰，特别漂亮。

这位小姑娘叫陈镜米，是一位才十三岁的女孩，现在在Eastern中学读八年级。这些包都是她用旧衣服做的。

陈镜米告诉记者，她是一个环保女孩。有一次，妈妈带她去超级市场购物。结账时，她注意到，每辆购物车里都有很多一次性的购物纸袋或塑料袋，于是，她在回家的路上就思考自己能做些什么。

“这些一次性的袋子很少会被重复使用或回收，所以会给地球带来很多负担和污染。”陈镜米告诉记者。

她想到，很多人会送给她弟弟妹妹衣服，但他们的衣服实在是太多了。也许可以把不穿或变小的衣服变成购物袋。因为衣服本身就是做好的，把它剪一剪，底边连起来，袖子变成手柄剪子，这并不是很难。

陈镜米的妈妈很支持她的想法。“我在妈妈的帮助下，尝试着做了第一个购物袋。接着我想，怎样才能把这么好的想法传递给更多的人。于是我启动了《保护地球，从我做起》的宣传，用变小或不穿的衣服自己动手做购物袋的公益活动。”

为了让旧衣服做成的购物袋更受欢迎。陈镜米先向同学、朋友和邻居等收集衣物，进行洗涤消毒。同时，她请来把大学艺术系的教授授课，教她如何设计、剪裁和装饰购物袋。她还学习了使用缝纫机和手工缝纫。



镜米说，她也经历了很多困难。有时候，因为布料太厚，用手缝制，把针顶过去时，把手指扎破、流血了。缝纫机搞坏了两台，用机器时，针头会莫名其妙地断掉，线会扎歪，用剪刀剪布也不是那么容易……但她都一一克服了。

“我还得到很多鼓励，我的老师、朋友看到我做的包，他们都很喜欢我的做法和想法，这些都让我充满了动力。”

陈镜米的目标是把地球变成一个更好的地方，而且她希望大家都会帮忙。

我的小发明 -- 牙膏清洁剂

四年级 严子睿 指导老师 魏萍

小朋友们，当你们发现家里的洗洁精用完，可时间又太晚了，来不及去买时，你们会怎么办呢？如果只用清水的话，就会洗不干净餐具上的油污。

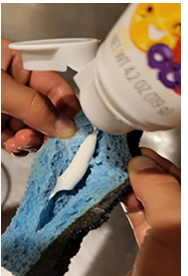
其实方法很简单，只要你有牙膏，你就可以把餐具洗得很干净。下面我们一起来看一看，我是怎么做的吧。

第一步：先把一块洗碗海绵剪开一个缺口。

第二步：在这个缺口里挤上一团牙膏。

第三步：接水，轻轻捏出泡沫，就可以用来洗碗和杯子了。

看，我把杯子洗得多干净！



我的小发明 -- 剪指甲神器

四年级 张好言 指导老师 魏萍

我想问你一个问题，你剪指甲的时候，指甲会不会乱飞呢？你想解决这个问题吗？

我有一个好办法。我给你看我做了什么：剪指甲神器！

你如果也想做，你需要准备这些东西：

- 硬纸盒
- 热胶水或者胶带
- 铅笔
- 剪刀
- 尺子
- 保鲜膜

先拿出你的硬纸盒和尺子。用尺子在盒子上量出7厘米长，7厘米宽，剪成一个正方形。做5片这样的正方形，用热胶水或者胶带粘在一起，做成一个开口的盒子。然后，用剪刀在盒子上的两边戳两个洞。你可以用铅笔画两个圆圈找好位置。你需要把一个洞剪得更宽些，所以指甲刀可以进出。最后，用保鲜膜包在上面。

我给你看看怎么用它！你要用的时候要把手指头伸进小洞。把指甲刀伸到大洞里面。现在你可以剪了！保鲜膜是透明的，所以你可以看见你的手指，这样不会剪破手指。



恭喜你！你现在也拥有剪指甲神器了！

我被困在教室里

七年级 许德忻 指导老师 杨波

2020年的九月份，我刚开始新学期。有一天下午，我在六年级英文教室里学习。我们的教室在三楼。当时，外面在刮大风。教室的窗户也是开着的，风很容易吹进来。

突然，门自己关起来了！我想，肯定是风吹的。门关上时发出“砰”的一声巨响，所以整个教室的人包括我都吓了一跳。本来，门关上不是那么大的事情，但是接下来发生的事情比我们想象的麻烦。

坐在门附近的人查看了一下，发现门档被卡住了。那个门档是一个软的玩具骆驼，所以我们也没办法把骆驼拉出来。我们一个一个地试着打开门，但是都没有成功。大家开始叽叽喳喳地讨论这件事。有的同学不安地叫起来了，我们都很紧张。

过了几分钟以后，一位老师来到我们的教室外面。原来，我的一个同学给她的朋友发了短信，报告了我们的情况。之后，这个朋友又告诉了她的老师。可是，这位老师从外面也推不动这扇门。再过了一会儿，几位清洁工来了。他们说，“你们在里面拉，我们在外面推。”几位大的同学和老师准备好，门外的人一说开始，大家就开始行动。但是门一点也不动。又过了一段时间，我的老师给校长打了电话，叫他帮忙。那时，好多人都来试，可是都推不动这个门。

这时候，我开始担心起来，心里想了很多问题：如果永远打不开门，怎么办？食物和水用完了以后，我们怎么生活？恐怕我们需要用梯子从窗户爬下去！或者，有人用斧头把门砍坏，我们才能出去！

太好了！我还没有想出我们怎样能逃出去的办法，门就被打开了。原来，清洁工用了一把锤子把门锤开。问题解决了。这时候，我看了下墙上的挂钟。噢！怎么只过了十分钟而已？情况紧急的时候，时间似乎过得特别慢。

经过这件事，我觉得，大家能在一起，共同想办法，事情就能很快被解决。尽管我被困在教室里，但大家试了各种办法，最后，还是轻松地把门打开了。



海边

七年级 杨妙伊 指导老师 李志平

我特别喜欢在Cape Cod海边踱水，尤其是太阳快落山的时候。记得那是一个晴朗又炎热的夏天，我们又来到了海边！

“大海，我们来了！”我大声地喊。

我和弟弟最喜欢搭城堡和蹚水了。

“走呀！去蹚水！”我和弟弟一起匆匆地跑向海边，但是因为有沙子，一点也不快。火烧云出现了，红彤彤的。我望着近处温柔的海浪和一望无际的海洋。

“好漂亮啊！”我一边看着弟弟玩，一边沉浸在美丽的景色中。

忽然，我忍不住大叫一声。一只螃蟹把我的脚夹了个大口子。虽然我的脚受伤了，但我玩心不改。我赶紧让弟弟拿个水桶，用铲子把螃蟹铲进桶里，再装满了水。我看着螃蟹在桶里游了一会，觉得它还是属于大海的，于是，我双手捧起小螃蟹，轻轻地把它放进海水里。远处的火烧云把小螃蟹照得红彤彤的，我一直望着它游向火烧云，直到看不见它的影子。



一次难忘的经历

七年级 沈嫣然 指导老师 李志平

记得有一天，爸爸妈妈和我一起骑自行车。快要结束时，突然有一只大黑狗跑到我的身边。好可爱的狗狗啊！我把自行车放慢了速度。但是狗一看见我，嘴立刻张大了，它伸着大舌头，用后腿站起来，把前腿搭在我的屁股上咬了我一口。

我感到了疼痛，虽然不是特别疼，但我非常害怕，就开始哭起来。爸爸妈妈跑到我身边，看到了我的屁股上有一块青，青上还有一个牙印和一点血。

爸爸妈妈马上问了狗主人的一些情况和电话号码。我们很快地回到了车里，爸爸妈妈怕那只狗有病，所以带我去了一个医院急诊科，那一天，我打了两针疫苗，竟然花了500多元钱。之后的一个月里，我又先后打了四针。

后来，我们发现狗主人的电话号码是假的。等爸爸妈妈再给他们打电话时，接电话的是一个陌生人，他根本不知道怎么回事。爸爸妈妈知道我们上当受骗了。

我喜欢狗，但是没有想到却被狗咬了。以后我见了狗，都躲得远远的。



绳索攀爬

七年级 赖宇俊 指导老师 李志平

暑假的一天，我们一大早就起床，爸爸休假带我们全家一起去吃港式早餐。因为疫情，我们很久没吃过了。吃完早餐之后，我们跟朋友一家一起去玩绳索攀爬。我们来到一个沙滩，那天的天气格外热，还没有一点儿风。

我们购票入园，大家都已经汗流浹背。然而，我们还必须穿上又重又热的装备，因为它会保护我们的。

开始的时候，我先爬上一个木头梯子。当我爬上梯子的时候，才意识到这个沙滩好大。我脚下有很多不同形状的木头，都是由绳索连接。有桥，也有爬的，还有要保持平衡的。

过了几个滑索和障碍，我就到了最困难的两个障碍。第一个，有十七块木板，但是每个木板只有两条绳子保持平衡。我刚爬上去的时候，感觉很难保持平衡。我试着试着，终于起来了，但是还有很多块木板要过。我觉得很害怕，因为只有两条绳子让这些木头保持平衡，所以非常摇摆。

另一个障碍特别难，有很多的大木球，每个球都只有两条绳子连着，我踩着那两条绳，然后慢慢地过了一个又一个。

最后，我终于完成了这项活动。虽然很难，虽然我很害怕，但是，我没有后悔，它让我变得很勇敢。我希望能再去那地方，玩难度更大的障碍赛。



2022 华夏演讲朗诵比赛拉开序幕

华夏中文学校教学部 杨剑虹

继2021华夏教师研讨年会交流活动成功举办后，华夏总校的义工们又马不停蹄地开始了演讲朗诵比赛的筹备工作。

在总校长张凉女士、副校长游牧女士的带领下，教学部赵昀昀部长主持了若干会议，会议讨论并确定了比赛方式和规章制度，考虑到疫情的特殊情况，制定了相应的对应防范措施，一切都在有条不紊、管理有序的状态下顺利进行。在大家的共同努力下，比赛通告如期在感恩节前向所有22所分校发布，正式拉开了比赛的序幕。

本次比赛拟定于2022年1月8日至9日举行，这是继华夏年会后又一次全校性的线下教学交流活动。华夏所有分校即将分赴三个区参加本次大赛。

三个分区拟定比赛时间汇总如下：

- 北区（博根、康州、长岛、哈德逊、大纽约、纽约中心）：**
拟定时间：1月9日
承办方：纽约中心
北区负责人：曹作军
- 中区（桥水、里海谷、李文斯顿、奔腾、北部、史泰登岛、伯克利、密尔本）：**
拟定时间：1月8日
承办方：李文斯顿分校
分区负责人：唐晓松
- 南区（爱迪生、樱桃山、东部、南部、中部、普兰斯堡、大费城）：**
拟定时间：1月8日
承办方：南部分校
分区负责人：杨剑虹

参赛分校报名截至日期是12月19日。

由于疫情的原因，各个分校的场地租赁方对学校的运行都有些严格的规定，再加上疫情发展的不确定性，

都给一些分校承办实体活动带来了一定的难度。张总校长在了解到分校的困难后，即刻召集了数位经验丰富的总校义工和分校负责老师视频会议，听取情况，分享经验，商量办法。会后，大家各负其责，从资源、技术等各方面给与分校多方面的支持，以确保活动的正常进行。正所谓万众一心，众志成城。每一个分校的背后都有着总校强大无私的支持，华夏大家庭都为着共同的目标努力！

比赛通告发布后，各分校负责人也是利用感恩节假期，联络活动承办有关人员，制定报名相关事宜，确定校内筛选规则等，确保校内学生有足够的的时间准备这次大赛。总校延续往年的传统，继续组织赛前培训，又特别邀请到专业播音主持王旭萍老师为小选手进行3次赛前集体培训。王老师去年线上的培训获得了选手和家长的一致好评，有的选手因为参加了培训，在比赛中脱颖而出，获得了非常好的成绩。希望今年有更多的小选手可以获益于王老师的指导，在比赛中拿到好成绩！

从线上比赛转到线下比赛，大家都为这次回归常态的活动感到兴奋，太久没有这样群贤毕集，济济一堂了！我们衷心地祝愿2022华夏演讲朗诵比赛顺利圆满，也祝愿每位参赛地选手发挥最佳实力，取得优异的成绩！



分校消息

大纽约分校

新学年，乘风破浪，顺利启航

大纽约分校 校委会 袁晓川

开学已经十周了，回首从九月初到现在，这两个多月，从持续一年半的线上教育，转成实体课堂教育，学校全体管理团队和老师们付出了巨大努力。

每周日，在校园里看到孩子们认真读书的样子，看见一个个活泼可爱的身影，心里感到非常欣慰。为遵守学区防疫要求，学校今年出台了严格的防疫规定，家长们也自觉地遵守，在教学期间不在教学楼里停留，所有的师生家长在校内全部全程戴口罩，教学楼多处地点提供洗手液，不留死角。

在严格的防疫管控下，学校顺利地组织了中秋野餐会和传统的万圣节校园游行活动，让所有的家长学生又重温了疫情前时光，大家感到非常开心。每年一度的万圣节游行是小朋友们最喜欢的活动之一，今年也不例外，每个学生都花心思打扮出最炫的样子。老师和管理团队们也都穿上精灵古怪的衣服，学

生在老师的带领下，绕校园游行，爸爸妈妈爷爷奶奶一起来户外为他们喝彩。

其他教学活动也在有条不紊地进行中。目前进行的演讲比赛，学生们踊跃报名，在班级里认真进行演讲练习，争取代表班级参加学校比赛的资格。我们高兴地看到经过长时间的线上学习，孩子们对中文的兴趣没有减少，仍然充满激情地参加演讲比赛。有的年级还出现参加比赛的学生太多，老师家长们找学校要求更多的选手配额。学生家长们对中文活动的重视，是我们学校常年持续深化中文教育，提升文化认同感的结果。感恩节过后，学校组织的选拔赛马上开始，我们期待着在全校比赛中看到小朋友们踊跃的身影。

疫情给我们带来了挑战，但也把管理团队更紧密地团结在一起。我们相信，只要专注、团结、认真，这个学年的中文教学，会办得更出色。

华夏教坛

大纽约分校

公众演讲的几个基础实战技巧

大纽约分校 马立平六年级老师（原北京电视台主持人） 刘又玲

公众演讲是一门涵盖语言表达、逻辑思维、情感交流等方面的语言艺术。本文从演讲的实用性出发，对公众演讲中三个重要的基础实战技巧进行介绍，以期对意在参与公众演讲实操或进一步提升自身语言表达能力的朋友们有所帮助和启发。

一、形体仪态和身体语言

形体仪态和身体语言是演讲者在短期内最容易通过学习和训练得到提高的方面；而它们也是除了有声语言之外，增强公众演讲表现力和感染力最有效的手段之一。

形体仪态主要包括站姿、坐姿、走路步伐快慢、手势、身体位置等各方面。在进行公众演讲时，以上这些方面都是有一定讲究的，与我们平时在生活中的一些习惯很可能不太一样，但也切忌做的僵硬、故作和刻意。

我总结出来的一个原则就是，演讲者应在平时自己所习惯的姿势和手势动作的基础上，在自认为比较舒服自然的范围内，将自己的形体仪态更加规范化，以体现出精神饱满、文雅大方的形象。

二、短期内如何提升有声语言的质量

尽管练声、正音以及有声语言的外部技巧等训练是一个长期、系统和厚积薄发的过程，但这其中也有一些小窍门可供感兴趣的朋友在短期内学习和掌握。

例如，我们可以通过口部操（咧唇、撇唇、转唇、喷唇、顶舌、弹舌、牙关开合等动作）以及气息练习（胸腹式呼吸练习、“嘿哈”练习、气息延长练习等）来提高自己的声音质感以及吐字发音规范性。

另外，一场精彩的公众演讲，必定是体现了充分思想感情的有声语言表达。而要展现出丰富多彩的思想感情，就必须让自己的语言富于变化——在演讲中，这主要是体现在语气和节奏的变化中，而这也必须建立在演讲者对稿件内容的深度理解上。我们常说，言为

心声。演讲者应该根据稿件内容不同、所要表达的思想感情不同，选择与之相适应的语气节奏来进行表达。

总之，在整场演讲中，演讲者的语气和节奏应该有高有低、有轻有重、有停有连、有快有慢，这样才能表现出语言的感染力和达到理想的传播效果。

三、如何调节演讲前的心理状态

要调节好演讲前的心理状态，我总结出这三点：自信是基础、微笑是法宝、放松是关键。

在做演讲前准备时，我们可以尽量对着镜子进行练习。一方面，这可以帮助我们改善自己的表情、动作等细节；另一方面，通过镜子里映射出来的自己的最佳状态，特别是自己微笑的样子，还能在潜意识里提升我们的自信心和成就感。

演讲前，如果感觉到自己有紧张情绪，可以通过连续几个深呼吸来进行放松，并尽可能转移注意力。我们在之前所做的演讲练习想必已经足够，那么在演讲前的这几分钟，我们不妨暂时把注意力从演讲稿件上转移开来，想想其它一些能让我们轻松的话题或者画面。

另外，演讲中如果说错了词或者忘了词，千万不要做一些吐舌、摇头、挠头的小动作，更不能就僵在原地、大脑一片空白，这只会无限放大我们的紧张情绪。要知道，演讲其实就是比生活中的讲话稍微正式一点的语言表达。生活中我们跟人聊天时，如果偶尔说错一个词绝对没什么大不了。那么在演讲中，我们也应该抱着这种平常心。说错了词，没关系，找个能替代的词继续下去，就这么简单。

以上就是公众演讲的三个最基本的实战技巧。当然，作为一门实战性非常强的语言表达艺术，演讲的技巧和训练还涉及到其它很多方面。不过对于初次接触公众演讲的朋友来说，如果能够掌握以上这三个基本技巧，我相信还是会很有助益的。