

# INTEGRATED CHINESE Level 2 Part 2

## LESSON 14: 健康

### Previewing Activity

#### Talk about health:

你重视健康问题吗？你有哪些良好的生活习惯？

你每天锻炼吗？在哪里锻炼？做什么运动？

### Viewing Activities

#### A. Watch the video. Check True (对) or False (错).

- |                             | 对                        | 错                        |
|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 从以前到现在中国老百姓都可以随便到天坛去玩。   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 这些老人到天坛锻炼需要买门票。          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 那个听不清齐晓庆说话的老人已经九十多岁了。    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 苏菲觉得齐晓庆不敢做那些动作。          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 齐晓庆一直很想学太极拳。             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 齐晓庆想现在开始锻炼是为了将来能在天坛公园倒挂。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

天坛  
Tiāntán  
Temple of Heaven  
倒挂  
dǎo guà  
to hang upside down

#### B. Watch the video again. Answer the questions in Chinese.

1. 每天早上有很多老人在天坛做什么？

2. 那个老人说，为什么他要来这儿，而不去健身房？

3. 苏菲觉得齐晓庆老了以后能做这么难的动作吗？她为什么这么觉得？

4. 张师傅说健康的秘诀是“坚持”。你知道“坚持”是什么意思吗？

秘诀  
mìjué  
secret (of success); key  
(to success)

5. 齐晓庆说，和张师傅学习太极拳使她意识到什么？

---

6. 你现在能做那些老人做的动作吗？你觉得你七十岁的时候能做那些动作吗？

---

意识  
yishi  
to realize

### Post-Viewing Activity

**A. For the elderly people in the video, the secret to health is to exercise. Can you share at least two health tips of your own? (Write in Chinese.)**

---

---

---

---

**B. How do people of your country keep fit and healthy? What exercise do they do? Where do they go to exercise? Compare it to the Chinese way. (Answer in Chinese.)**

---

---

---

---