



华夏中文学校

Huaxia Chinese School

• New Jersey • New York • Pennsylvania • Connecticut •

第34期

2017年5月12日

华夏中文学校网站: <http://www.hxcs.org/>

华夏园地

华夏中文学校刊物《华夏园地》投稿: hxyonline@yahoo.com

华夏中文学校刊物《小语世界》投稿: Huaxia_XYSJ@yahoo.com

稿件提供: 华夏中文学校桥水分校

小语世界

我和中医

■华夏桥水分校AP中文班 张璐
指导老师 龚泽和

很多人都听说过中医。中医起源在中国,有五千年的历史。中国人很早就知道有些植物能治病,积累了很多用草药治病的经验。两千多年来,他们一直把这些经验写下来,流传下来,成为现代中医的基础。中国著名的医学药物学家李时珍花了18年时间,编著了192万字的《本草纲目》是其中杰出的代表。

中医是最古老神秘的医学。今天,中医已经不只在中国使用了。很多美国人都渐渐开始接受中医,同时用中医和西医来治病。针灸和拔罐在美国越来越流行,甚至连奥运游泳明星Michael Phelps都用拔罐来增加血流。每次在电视上看到他就想到他身上的紫色圆圈,那是五千年历史积累的智慧和。

我是住在美国的华人,也感受到中医的影响。我经常用中药和中药一起来治疗各种日常病症。每次出去徒步都会喷西方的驱虫药,但要是还是被虫咬了就会用中国的清凉油或风油精来治疗。喉咙痛可以吃西方的咳嗽药,但我妈妈经常会给我泡板蓝根茶来增强体质,预防感冒。嘴里含茶包可以用西药的漱口水,但我总觉得中国的西瓜霜更有效。我的外公得了皮肤癌后,他先用了西方的医药来治病,西医的习惯就是让他做手术,然后经常回医院检查。外公做完手术后去看了中医。中医为他配了一些草药。外公每天早上自己煎中药来喝,现在身体已经调理的很好。我外公用了中医和西医结合一起才把他的病治好了。

长城

■华夏桥水分校AP中文班 赵祚雨
指导老师 龚泽和

当人谈论起中国文化的时候,我总是首先想到长城。小时候就经常听人们说“不到长城非好汉”,“长城是唯一的可以在太空看到的人造建筑”,等等。那时候我并不能理解这些说法的意思。但“长城”二字却深深印在了我的脑海里。

等我大一点的时候,我读了一些关于长城的资料,才对长城有了一些了解。长城又称万里长城。她是从春秋战国时代就开始修建了。那个时代,战乱纷起,各个国家为了防御敌国的入侵,就开始修建长城。但开始修建的长度都比较短。秦灭六国统一天下后,秦始皇就把这些较短的长城连在了一起并对它们进行了重新修建,这才有了万里长城。明朝是最后一个大修长城的朝代。今天我们看到的长城多是那时修建的。在建筑材料和建筑结构上,长城的修建者们创造了多种混合结构:有夯土、块石片石、砖石混合等结构;在沙漠中还利用了红柳枝条、芦苇与砂土层铺筑的结构。随着社会生产进步,制砖技术不断发展,明代砖制品产量大增,已不再是珍贵的建筑材料,所以明长城不少地方的城墙内外檐墙都以砖砌。长城是世界建筑史上的奇迹。1987年,联合国教科文组织将长城列入世界文化遗产。长城对于世界了解中国、中国走向世界都有着不可替代的作用。

我前年夏天和父母一起回中国旅游,参观的第一个景点就是长城。我们从八达岭开始登长城,我就体会到了长城是多么的著名。一眼望去,整个长城上都是来自世界各地的游人,拥挤拥挤。在往上爬长城时,有些地方很陡,所以爬起来还很难。我们边走边休息。一路走着,出于好奇,我就不停的停下来摸一摸长城的砖石,又仔细地看一看这些砖石是如何砌在一起的。我发现长城修建是这样的结实,每一块砖石都砌得严丝合缝,难怪长城经历了几千年的风雨侵蚀,承受了多少人的踩踏,依然屹立不倒。我不禁边走边想,古代的人们没有现代的运输工具,他们是怎样把大块的砖石运上来的,并且修建的这么结实。以前父母总说中华民族是勤劳伟大的民族。也许长城正是这种勤劳伟大的体现。在感慨的同时,我又不禁想起了另一个故事“孟姜女哭长城”,不得不感叹,在修建长城的过程中,有多少血肉包含其中啊!

长城是一个伟大的建筑,它不仅在中国的历史文化史中占有重要的地位,而且在世界历史中也是独一无二的。我生长在外国,对中国文化的了解不是很多,能亲身体验的就更少,但是北京的长城之行给我留下了永远难忘的回忆。

成功的要素

■华夏桥水分校六年级 楼安达
指导老师 刘有任

“哦,太难了!”每当人们尝试新的运动,或者事情的时候,常常会说这样的话。这包括足球,棒球,和游泳

的活动,也包括在学校学习新的知识。当数学老师上一个新课,你开始时不懂,然后经过不断练习你会越来越理解直至最后完全掌握。我就是这样,经过了一段时间,我才明白了成功的要素。

记得在四年级的时候,PARCC测试一周后开始。“这个测试很重要,它会告诉你五年级的老师你理解解和掌握了什么,好好复习。我知道大家都很聪明,期望都能有个好成绩。”老师这么说,还给我们安排了额外的作业。

放学以后,我象往常一样做完作业,就玩别的。第二天,有一个数学测验,我先做了几个题,就碰到一个不明白的题目。“这个不在作业上”,我对老师说。“这个是在课本上的练习,你应该复习。”老师说。这时我才意识到好多题目都是在课本上的。如果我认真复习课本上的东西,我就会答出来。经过学习课本的题目,第二天我都考过了。从那以后,我认真学习课本,多做题目,不断练习。到了PARCC考试的那一天,我考得非常顺利,也取得了很好的成绩。

从此以后,我认真学习,保证每次测验都尽可能地做好。只要你把最难的和最不喜欢的题目搞明白,你就可以考好。

你要成功,一定要认真和努力。让我们一起成功吧!

愉快的旅游

■华夏桥水分校 八年级 张骏
指导老师 彭彬

今年夏天,我们全家和我的两个好朋友的全家去了加拿大的班芙公园,还坐游轮去了阿拉斯加。

加拿大的班芙公园是世界有名的公园。那儿的景色真是太美了!有好多各种各样的湖,湖的周围都是一座座的大山。有些山很高,我甚至可以看到上面还有积雪呢!记得有一天,我和我的朋友们一边爬山一边说说笑笑,虽然觉得非常累,但是大家在一起非常开心。两小时后我们终于爬到了接近山顶的地方。让人高兴的是,那儿还有一个茶室,我们终于可以坐下来休息了。妈妈买了热巧克力和饼干,我们一边吃一边看着山下的风景,感觉真是太好了!

在班芙玩了一个星期后,我们大家一起坐飞机来到了西雅图,然后坐游轮去阿拉斯加。虽然这是我第四次坐游轮,但是这次有我的几个好朋友和我一起坐,我觉得真是太开心了!在游轮上,我们每天都在一起,要么玩桌上游戏,要么就打篮球。让我印象最深的是,当游轮靠近冰山的时候,我的爸爸妈妈叫我到阳台去看。我刚一出来就看见前面有好大一座冰山。有些冰山正在融化,我还能听到“咔嚓”的声音呢!

愉快的暑假旅行很快就结束了,大家玩得很开心,我们都不想回家了。大家约好明年再一起出去玩。

游国家公园

■华夏桥水分校 八年级 王孟骁
指导老师 彭彬

今年夏天我们全家一起游览了三个国家公园:黄石,大提顿,和优胜美地。

我最喜欢的是黄石。黄石是美国最老的国家公园,有一百四十四年历史!公园里面有高山、峡谷、瀑布、喷泉和各种各样的动物。有一次我们在开车,前面突然有很多车停在路边,啊!原来有一只狼边走边看,妈妈急忙拿出手机拍照。还有一次我们开着车,突然发现一只野牛钻到树林里。我们总以为野牛是成群结队的,但这头牛却单独行动。黄石的动物真有趣。

从黄石往南不远就是大提顿公园。我们第一次走进Jackson 湖边的森林木屋。晚上很冷,要烧暖气。晚上的星星看起来离我们很近。大家坐在露天剧场听森林管理员讲述公园形成的地质历史,大提顿是地震挤压形成的,是最年轻的山脉,山顶终年积雪。

我们从大提顿到优胜美地往西南要开两天,一路非常壮观。我们驶过高原,驶过峡谷里,还穿过干燥荒芜的沙漠。在内华达州的五十七号公路号称美国最孤独的公路。我们停在一个叫“Middlegate”的小镇,整个小镇只有十七个居民。“Middlegate”有一个有名的汉堡店。这是我见过的最大汉堡,比我弟弟的脑袋还大。每人只吃四分之一,汉堡就饱了。这汉堡非常美味多汁,是我吃过的最好吃的汉堡。

两天后我们终于到达优胜美地。印象最深的景点是酋长岩,它是一个垂直岩壁,是世界最高的单体花岗岩。很多勇敢的攀岩者要挑战这个可怕的岩石。

这次旅行给我留下了很深刻的印象。我看到了美丽的景色,有趣的

动物。我希望将来还能游览更多景色壮美的西部国家公园。

海边最好玩的运动

■华夏桥水分校 六年级 祁焯
指导老师 黄德玉

去年暑假,我们全家去夏威夷度假。一天早上,妈妈对我说:“你想学冲浪吗?你今天去冲浪吧。”我说:“真的?那太好了!”我们准备好东西,就去了海边。

到了海边,妈妈帮我找了个冲浪教练。这个教练先在沙滩上教我基本的冲浪动作。他先教我划手的动作,又教我从冲浪板上站起来的动作。在板上站起来的时候,要先把腿收起来,膝盖跪在板上,然后用双手把上身给撑起来,再把双脚一前一后地放在板上,等重心稳了以后,最后再站起来。教练还教我把冲浪板给停下来。等我学会这些基本的冲浪动作以后,教练终于带我一起出海了。

哗啦,哗啦,浪打在我的冲浪板上。这是我第一次冲浪。教练在前面,我跟在后面。这时,一个大浪从身后向我冲过来了。我问:“我需要抓住这个大浪吗?”教练回答:“是的。你需要。准备好。”

大浪来了,教练使劲地推了我的冲浪板。“快用手划!”他大声地喊道。

我用手使劲地划。等到大浪追上来,把我往岸边推,我都没有停止划手。浪追过来了,我按照教练教我的方法站了起来。我站在冲浪板上,就像在水上飞一样。我享受着“飞”的感觉,一会儿,浪小了,冲浪板慢慢停下来了。我觉得真有意思,想再来一次,就调整冲浪板的方向,又往海中划去了。

后来,我发现把冲浪板划向海中的时候,就像在一个“船”上。“船”上下地晃动,有时候会撞到一个大浪,要从浪里面钻过去,像一艘船在大台风里面开。不一会儿,我又划到了教练在的地方。接着,我又在水面上飞了。等“飞”到岸边,我再开“船”回到海中教练在的地方。虽然是重复,但是我却很高兴。我学会冲浪了。

就是在那一天,我才知道在海边最好玩的运动是冲浪。

一次难忘的钢琴比赛

■华夏桥水分校 六年级 邹致臻
指导老师 黄德玉

去年十一月,我参加了新泽西的音乐老师协会(MEANJ)的钢琴比赛。

我的老师让我参加九到十岁年龄组的钢琴协奏曲比赛。一开始我练的是巴赫,但是练了一段时间以后,老师觉得这首曲子不太适合我,又换了一首米索的曲子。我有些失望,所以没有练的那么专心。比赛日益临近,老师对我仍然出错非常生气,流下了眼泪。我再也不敢不好好准备,开始加紧练琴。跟老师的协奏也配合得也越来越好。老师很开心,说我有机会得奖。

比赛那天,我的心砰砰直跳,紧张极了。轮到我了,我和老师走进教室,里面比较小,两架三角钢琴占据了大部分空间。教室前面坐了两位裁判。当我示意老师开始弹奏时,琴声从指尖流出,像小溪奔流,时快时慢。突然我在一个转折处卡了一下,像一枚别针掉到了地上,安静极了。一秒的停留以后,我更加集中精神,乐曲起伏荡漾,如同小河汇流,奔涌向前。老师的伴奏完美无缺,让钢琴的主题更加突出。曲终结束,我还久久不能平静。因为犯了一个错,我以为自己会不会得奖。但是当老师告诉我得了第一名时,我高兴极了!失而复得的胜利更让人开心。

我的童年趣事

■华夏桥水分校 七年级 周雨婷
指导老师 邵天毅

我童年有很多有趣的事情,很多事我慢慢忘了,但有一件事却一直在我的记忆里。

我差不多七岁的时候,和亲戚们一起在成都的一个公园里为奶奶过生日。那天我穿着一件鲜艳的红色旗袍,上面的凤凰像飘在裙子上一样,特别漂亮。我哥哥和表弟也打扮得很帅气。

我记得公园里有一个很大的湖,上面飘满了荷叶和睡莲。以前我从来也没见过真正的睡莲,只是在网看看照片而已。所以那天我好开心,马上跑到湖边。我跪在水边,伸出手想摘一个睡莲。但不小心脚一滑,咚的一声,我就掉进了水里。漂亮的旗袍全湿了,身体也感觉越来越沉重,当时我还会游泳,怕极了。爸爸正好在边上,他赶紧把我拉上来,使劲抱着我,不停地哭。看着湿了的旗袍还有

脸上、身上和脚上都带着绿色的藻类,太难看了。那天恰好姑姑给表弟带了一套

总校消息

“2017华夏中文学校-AIG田径运动会”盛况空前

五月七日,十二所分校的六百多名华夏健儿从纽约长岛,从宾州费城,从新泽西的东南西北又一次相聚在普兰斯堡分校的运动场上。他们带着高昂的激情,踏着自信的步伐,在嘉宾和观众的喝彩声中步入的运动场,拉开了2017华夏中文学校-AIG田径运动会的序幕。赵长军武术队的武术和气功表演气贯长虹,咏咏艺术团的美少女爵士舞的表演更是青春洋溢,将运动会开幕式推向高潮。

华夏运动会是两代人共同书写拼搏的故事,一边是稚气未脱的小中学生,他们在努力地冲向青春;另一边是四五十岁的爸爸妈妈们,他们坚持奋斗,永不放弃,让青春不断地延续。看他们在跑道上奔驰,在投掷场甩臂,向沙坑里奋力跳跃。每一场比赛都是那样让人振奋,每一个瞬间都是那样的感人。来到华夏运动场不仅仅是来会友和交流的,赛前数月健儿们就磨拳擦掌,积极准备,就是来争取好成绩的。每届运动会总会涌现出一些惊人的成绩;本届运动会的各热门项目的争夺则非常激烈,奖牌被各分校瓜分。只是在运动会的压轴戏男子4x100米接力赛中,由普林斯堡足球队组成的三支队伍夺得金银铜,展现了统治性实力。经过一天比拼,人多势众的普林斯堡、爱迪生和桥水分校分别取得团体总分前三名。远道而来的樱桃山分校捧走拔河比赛的冠军。

每次运动会的成功举行总是离不开志愿者和幕后工作人员的辛勤劳动,有太多的人需要感谢。本次运动会首次采用比赛成绩网络输入,让大家能够及时看到比赛结果。因为没有大规模的测试和培训,成绩录入的工作量很大,幸亏爱迪生和桥水分校的几位学生志愿者出马相助;他们非常敬业,风雨无阻,不停忙碌。有位小朋友到了运动会快结束才想起吃饭。我们在感谢之余,为拥有这样优秀的下一代感到骄傲。

感谢东道主分校普兰斯堡分校对华夏运动会的一贯支持。本次运动会得到了全球最大保险公司AIG的独家冠名赞助,也得到其他朋友如“新州中国日”和“乐和声”等的慷慨解囊,特此鸣谢。



(体育部孙儒林 供稿 摄影/王开春)



2017华夏杯排球赛圆满结束

“2017华夏杯排球赛”于5月7日在普兰斯堡中文学校体育馆和华夏田径运动会同时举行,来自华夏八个分校的九支成人队和四支青少年队参加了两个组别的比赛。最终上届冠军爱迪生队实力雄厚,成人队和青少年队双双夺冠。

本届比赛因为和华夏田径运动会同时举行,各分校都非常重视,派出极为强劲的阵容。成人队经过分组循环比赛,A组的普兰斯堡一队、爱迪生队和中部队;B组的李文斯堡队、东部队和大费城队脱颖而出。在随后的淘汰赛中,普兰斯堡一队和爱迪生队一路斩关夺将杀入决赛,上演一场大决战。普兰斯堡一队召回曾带领他们夺冠的青年小将赵杰夫,杀伤力极强,一路领先。然而爱迪生队的队员实力均衡,配合默契,渐渐追上比分。在比分23:23的最后关头,普兰斯堡一队出现失误,运气的天平偏向于准备更为充分的爱迪生队,再次诠释了团队合作胜于个人能力。最终爱迪生队成功卫冕。少年组的比赛中,爱迪生队也是三战全胜顺利夺冠。

当我们看到拼搏二十多年的老将们,依然上跳下窜的蹦跶在华夏杯的排球赛场上,我们深深地感到他们对这项运动的热爱。更欣慰的是,正是他们培养了很多非常优秀的下一代排球运动员。他们的儿女中不少曾经或者正在参加学校高中校队、地区和全国青少年排球比赛。让我们为华夏排球的老将们再次喝彩。



备用衣服,就让我穿。等我换完后,大家都哈哈大笑。表弟的衣服太小了,我看起来很滑稽也很狼狈。我真想找地方躲起来。经过这件事情,我记住以后出去玩儿一定要小心,而且我下定决心要学会游泳。

现在我已经加入游泳队了,回想起小时候的这件趣事,有时候自己也忍不住笑起来,印象还是十分深刻。

我最喜欢的地方

■华夏桥水分校 五年级 林一珊
指导老师 张艳

我最喜欢的地方是瑞士。我去过两次,第一次跟着旅游团玩了大城市;第二次,去了少女峰。乡村的风景很漂亮,也很好玩。有很高的山,山上有很大的湖,山顶夏天都有雪。

到瑞士的第二天我们就上了少女峰最高的地方。山顶都是雪,太阳特别晃眼,我们买了太阳眼镜。山

顶有滑雪、雪橇、雪上自行车和其它说不上名字东西。最好玩的是空中绳索。先要爬上很高的楼梯,把结实的绳子绑在身上,再把绳子挂到绳索上,然后两只手一松就滑出去了,在空中像飞一样。快到的时候腿撞进雪里才会停下来。特别好玩儿。

从山顶往下看,山坡上有绿绿的草,还有很多牛。它们脖子上戴着大铃铛,风吹的时候,从很远的地方都能听见铃铛的声音。有的牛头上有大角,我和一只大角的牛一起照了相。可是我哥哥去照相的时候,牛就轻轻的用大角撞了他一下。后来我一看牛就赶紧跑。要是累了,有缆车可以直达山顶,还有专门上山的火车。我爬山的时候还看见一架直升机在山顶飞来飞去,大概是给旅游者观光用的。瑞士有一种特别的饭叫raclette。是把小土豆、起司、肉放在一起烤,味道很香。他们还有泡泡苹果汁,果汁,尝起来有点像中国的北冰洋。瑞士真是一个好玩的地方。