



黃老師

沒錯！那我們可以想一想，吃什麼食物，可以健康又不發胖。



小明

蔬菜、水果！

Key Words and Phrases

1 慢跑 N. jogging
màn pǎo

2 打籃球 N. playing basketball
dǎ lán qiú

3 游泳 N. swimming
yóu yǒng

4 早餐 N. breakfast
zǎo cān

5 蔬菜 N. vegetable
shū cài

6 水果 N. fruit
shuǐ guǒ

7 糖果 N. candy
táng guǒ

8 油脂 N. grease; fat
yóu zhǐ

9 熱量 N. calorie
rè liàng

10 炸雞 N. fried chicken
zhá jī

11 規劃 V. to plan
guī huà



Sentence Pattern

1. 為了	不要變胖，	我	都	盡量不吃東西。
	做完作業，	他		沒有睡覺。
	買吉他，	哥哥		一直努力存錢。

2. 因為	喜歡吃東西，	所以	我	只能靠運動來瘦身。
	鼻子過敏，		他	要戴口罩。
	不會日語，		我們	聽不懂日本人在講什麼。

Discussion

- 1 你或你的朋友，是否有減重的經驗？請分享。
- 2 有的人靠不吃東西來維持身材，請談談你的想法。