

Relaxation Routine



闭上眼睛

在你的椅子上坐直

手放在膝盖上

鼻子深吸一口气

嘴巴慢慢深呼一口气 *2

睁开眼睛

两手向上伸展

慢慢向两边伸展，左边，右边

两手在身后握紧

把头向右轻轻偏斜，拉伸，坚持三秒钟，一 二 三

把头向左轻轻偏斜，拉伸，坚持三秒钟，一 二 三

把头向后倾，拉伸，坚持三秒钟，一 二 三 *2

好了，完成！



Prayer

感谢 (Gǎnxiè) 上帝 (Shàngdì)

赐予 (cìyǔ) 我们 (wǒmen):

丰盛的 (fēngshèng de) 食物 (shíwù),

温暖的 (wēnnuǎn de) 家庭 (jiātíng),

友善的 (yǒushàn de) 朋友 (péngyǒu),

美丽的 (měilì de) 校园 (xiàoyuán),

和谐的 (héxié de) 环境 (huánjìng).

阿门 (Āmén)!

Mandarin Class Chant

1

准备好了吗？

准备好了吗？

准备好了吗？

我们开始！

我是谁？

我是谁？

你是谁？

你是谁？

我们在哪里？

美国哪个州？

还没有 (摆手) *shake*

快好了

准备好了！ (拍手) *clap*

你是 Mrs. Diamond *point*

你是我的中文老师！

我是 _____

我是你的学生。

我们在美国。

美国加州！

2

你们好！

请举手

请放下

点点头

摇摇头

拍拍手

老师好！

我有一个问题！ *raise hand*

好的 老师！

我知道了！

不行 不可以！

你真棒！

3

站起来

弯弯腰

跺跺脚

捂住耳朵

眨眨眼睛

大家好！

欢迎光临

加油加油

我听不懂

你在说什么

4

转两圈

请坐下

好了，完成！

一圈，两圈

谢谢你！

再见，再见，明天见！