

HÁN NGỮ MSUTONG 速通汉语

EXPRESSWAY TO CHINESE

Đồng chủ biên

许金生 Hứa Kim Sinh
胡文华 Hồ Văn Hoa
吴中伟 Ngô Trung Vĩ

Biên soạn

吴中伟 Ngô Trung Vĩ

Nhóm dịch giả

PGS.TS. Nguyễn Hoàng Anh
TS. Trần Hoàng Anh
TS. Trần Thị Thanh Mai
TS. Phạm Quỳnh Sơn

CAO CẤP



3

国，技术正改变着人们的支付习惯。10多年前，中国仅有700万人有信用卡，几乎所有交易都用现金完成，但现在，通过移动设备购物的人越来越多了。

相关报告显示，2015年，有3.58亿中国人曾使用移动设备进行支付，比2014年增长了将近2/3。正如很多中国人直接从个人计算机跳跃至智能手机，他们的支付习惯也发生了类似的跳跃。

在迅速发展的移动支付市场中，200多家公司在展开竞争。阿里巴巴集团的支付宝占据主导地位，占2015年总交易额的73%；腾讯公司的产品——微信支付排在第二，约占13%。

分析人士估计，2015年，中国人使用移动设备进行支付和转账的总额达16.4万亿元人民币，约为2014年的2倍，2013年的12倍多。报道称，阿里巴巴和腾讯在这方面起到了极大的推动作用，它们的支付系统不但与网上购物、外卖、叫车、通信等网上服务软件相连接，还与数以百万计的传统商店签约，从餐馆、夫妻店到超市，都可以使用这些支付系统。

移动支付最令人担心的是安全问题，但是这些互联网大公司通过制定足够安全的规则，赢得了某种程度的信任。报道称，所有这些有利因素加在一起，使中国成了移动支付领域的先锋。

1 快速阅读上面的短文，根据短文内容选择正确答案。

(1) 朴建峰已经_____没有在ATM机上取过现金了。

- A. 1个月 B. 1年 C. 2年

(2) 朴建峰用_____就能支付几乎所有日常生活消费。

- A. 手机 B. 信用卡 C. 现金

(3) 现在的移动支付市场中，占主导地位的公司是_____。

- A. 腾讯 B. 阿里巴巴 C. 华为

(4) 2015年，中国人使用移动设备进行支付和转账的总额是2014年的_____。

- A. 2倍 B. 3倍 C. 12倍

2 听第二遍录音, 填空。

- (1) 与每天开车 15 分钟以下者相比, 每天开车 _____ 1 个小时的人体重平均增加 2.3 公斤。
- (2) 澳大利亚国家统计局数据显示, _____ 的澳大利亚人开车上班。
- (3) 长时间开车对健康造成的危害等同于 _____ 的生活方式对人的影响。
- (4) 应鼓励人们 _____ 乘公交 _____ 开车, 这不仅是为了减少交通拥堵和空气污染, 更多的是考虑到开车对人体健康的影响。

3 听第三遍录音, 回答问题。

- (1) 每天开车多长时间的人体重可能会上升?
- (2) 有多少澳大利亚人开车上班?
- (3) 说话人认为长时间开车的危害等同于什么样的生活方式对人的影响?
- (4) 说话人认为多乘公交少开车的建议更多的是为了什么?



听力 B



02-2

关键词语

1	神奇	shénqí	形	thần kì, kì diệu
2	自愈	zì yù		tự lành, tự khôi
3	管家	guǎnjiā	名	quản gia, người quản lý
4	激发	jīfā	动	kích thích, thôi thúc
5	骨折	gǔzhé	动	gãy xương
6	遗憾	yíhàn	形	đáng tiếc

1 听第一遍录音, 判断正误。

- (1) () 有时, 当你得了普通的感冒, 即使不吃药, 一两周后也能恢复健康。
- (2) () 自愈力是成年人才有的能力。

四、表达活动

3~5人一组,谈谈哪些生活习惯对健康不利,交流一下对“健康生活”的建议。

(1) 先把你的看法写在一张纸上,你可以选用下面括号内的词语。

(危害 与……有关 有助于 导致 建议 惹祸 养成……习惯)

(2) 在小组里互相交流各自的看法。

(3) 每个小组派一个代表向全班汇报小组的交流情况。

五、拓展练习



听力



02-3

关键词语

1	维生素	wéishēngsù	名	vitamin
2	矿物质	kuàngwùzhì	名	khoáng chất
3	情绪	qíngxù	名	tâm trạng, tinh thần; dỗi, buồn (tâm trạng không vui)
4	显著	xiǎnzhù	形	rõ rệt, nổi bật

1 听第一遍录音,判断正误。

- (1) () 调查显示:喜欢吃蔬菜的人往往觉得自己压力比较大。
- (2) () 这项调查是由悉尼大学的科研人员进行的。
- (3) () 被调查的人都在45岁以上。
- (4) () 调查发现,食用蔬菜和水果越多越好。

2 听第二遍录音,填空。

- (1) 悉尼大学的研究人员对_____名45岁以上的澳大利亚人做了一些调查。
- (2) 这项研究是在两个时间段内进行的,分别是_____年以及_____年。
- (3) 我们发现水果和蔬菜对_____的保护作用比对_____更强。

格，都很符合越南消费者的需求，质量也很不错。大部分越南人的生活离不开“中国制造”。

41岁的河内市民范春鹏是一家外企员工，在他的印象中，从20世纪90年代开始，越南市场上就已经有很多中国商品了。

随着中国—东盟自由贸易区的建立和关税降低，目前，在越南市场上的中国商品的价格比以前明显下降了。

澳大利亚

澳大利亚财政部的官员乔安娜对记者说，今年中国成为澳大利亚最大的贸易伙伴国，中国制造的产品对澳大利亚市场是个很好的补充，并且没有同本地厂家形成竞争局面。乔安娜还说，这些年，中国出口的产品在质量上进步很大。一般来说，澳大利亚人对“中国制造”的评价还是相当正面的，相信中国制造的产品很快会成为世界一流产品。

1 快速阅读上面的短文，根据短文内容选择正确答案。

- (1) 美国的普通民众对中国制造的产品_____。
- A. 很熟悉 B. 不太熟悉 C. 很不熟悉
- (2) 从_____开始，越南市场上就已经有不少中国商品了。
- A. 20世纪90年代 B. 21世纪初 C. 10年前
- (3) 中国的产品跟澳大利亚本国的产品是一种相互_____的关系。
- A. 竞争 B. 模仿 C. 补充
- (4) 澳大利亚人觉得中国制造的产品_____。
- A. 世界一流 B. 总体不错 C. 不太好用

2 再读一遍短文，根据短文内容填空。

- (1) _____中国的改革开放，中国生产的各种商品大量出口到全球，无论是衣帽鞋袜，还是电子产品，都能看到“中国制造”的标识。
- (2) _____美国普通民众_____，从服装到日常用品，再到电子产品，“中国制造”已经是他们生活中必不可少的一部分了。
- (3) 中国商品_____款式、品种_____价格，_____很符合越南消费者的需求，质量_____很不错。

- (2) _____, 已经被看作“21世纪的曼哈顿”。
- A. 上海 B. 北京 C. 纽约
- (3) 专家认为, 一个国家的_____就是这个国家的文化、经济、生活等各个方面的代表。
- A. 城市 B. 产品 C. 品牌
- (4) 专家认为, 中国在_____传播方面, 可以通过文化艺术节、饮食节、旅游节等向世界扩大自己的影响。
- A. 品牌文化 B. 城市文化 C. 饮食文化

2 再读一遍短文, 根据短文内容填空。

- (1) 中国的品牌设计一定要体现中国的_____文化, 要把现代生活和传统文化结合起来。
- (2) 中国一定会从一个简单的“中国_____”发展到“中国_____”, 这是大势所趋。
- (3) 中国_____品牌文化传播_____, 可以_____文化艺术节、饮食节、旅游节等向世界_____自己的影响。

3 根据短文内容, 用括号内的词语或格式回答问题。

- (1) 现在, 外国人是怎么看北京的?(被看作)
- (2) 专家认为, 中国的品牌设计应该有什么特色?(把……和……结合起来)
- (3) 专家对推广中国的品牌文化, 提了什么建议?(在品牌文化传播方面通过扩大影响)

六、语言实践

1. 通过在网上查找资料等方式, 看看中国去年的进出口总额是多少, 在国际上有一定影响力的中国品牌有哪些。与同学交流一下。
2. 通过在网上查找资料等方式, 看看你的国家的消费者对中国制造的产品有哪些评价, 写一篇调查报告。

认,她其实每周也就运动一次,同学们一开始决心都很大,但真正坚持下来的,还是那些原来就很愿意运动的人。

由此可见,大学生“说得多、做得少”,真正坚持运动的实在很少。究其原因,60%的受访大学生表示全都是因为懒,打游戏、看电影更轻松。还有的受访大学生表示缺少一个健身的同伴,另外近30%的受访大学生说自己学习负担太重。

专家表示,大学生的身体素质不令人满意,不仅是高校问题,更是社会问题。中国学生在中小学阶段,除了体育课,平时参加体育锻炼的人数不到8%,而日本达到了65%,美国也有63%。当代大学生还没有把运动当成一种生活习惯和生活必需。

1 快速阅读上面的短文,根据短文内容选择正确答案。

- (1) 在本次调查中,_____左右的受访大学生每周锻炼不足1次。
A. 1/2 B. 1/3 C. 1/4
- (2) 小刘同学认为真正坚持下来健身的,还是那些原来就_____的人。
A. 很想减肥 B. 身体很差 C. 很愿意运动
- (3) 下面哪项是大学生不能坚持运动的真正原因?
A. 太懒 B. 太忙 C. 太累

2 再读一遍短文,根据短文内容填空。

- (1) 近些年,跑步热、健身热在年轻人中_____,但大部分大学生体质_____仍是事实。
- (2) 大学生“_____得多、_____得少”,真正坚持运动的实在很少。
- (3) 专家表示,大学生的身体素质不令人满意,不仅是高校问题,更是_____问题。
- (4) 中国学生_____中小学_____,除了体育课,平时参加体育锻炼的人数不到8%,而日本达到了65%,美国也有63%。

3 根据短文内容,用括号内的词语或格式回答问题。

- (1) 小刘周围的同学是怎么健身的?(有的……有的……)

运动和健康关系密切，近年来，高血压发病率在年轻人，特别是城市白领中日益增高，长期久坐办公室、缺少运动是首要原因。可喜的是，现在参加运动的年轻人越来越多了，这对增强年轻人的体质大有好处。

本文改编自经济网2016年12月30日文章《QQ大数据发布〈中国人运动报告〉：情人节前一天国人最“懒”》，记者劳佳迪

1 快速阅读上面的短文，根据短文内容选择正确答案。

- (1) 根据报告，运动意愿最高的城市是_____。
- A. 北京 B. 上海 C. 贵阳
- (2) 中国人最常进行的运动是_____。
- A. 健步走 B. 跳广场舞 C. 骑自行车
- (3) 参加马拉松比赛的人_____最多。
- A. “80后” B. “70后” C. “90后”

2 再读一遍短文，根据短文内容填空。

- (1) 据分析，排名靠前的城市有一个_____——空气质量较好，如贵阳长期处于空气质量“优”的级别，_____城市环境对于运动有很大影响。
- (2) 中国人更喜欢在日常生活中可以_____的运动。
- (3) _____，这是因为马拉松更强调体力和耐力，年轻人更擅长；_____，马拉松是一项集体运动，有群体属性的年轻人更愿意参加。
- (4) _____，高血压发病率在年轻人，特别是城市白领中_____增高，长期久坐办公室、缺少运动是首要原因。

3 根据短文内容，用括号内的词语或格式回答问题。

- (1) 运动意愿排名靠前的城市有什么特点？(据分析 共同点)
- (2) 报告显示，中国人最喜欢什么类型的运动？(随时)
- (3) 为什么参加马拉松比赛的人中“90后”和“95后”最多？(一方面……另一方面……)

四、表达活动

3~5人一组，交流一下对于中国人健身情况的看法，并将中国人喜爱的运动健身项目与自己国家国民喜爱的运动健身项目做个对比。

(1) 先把你的看法写在一张纸上，你可以选用下面括号内的词语。

(近年来 日益 据分析 共同点 一方面……另一方面……)

(2) 在小组里互相交流，然后派一名代表向全班汇报小组的交流情况。

五、拓展练习



听力



07-3

关键词语

1	肌肉	jīròu	名	bắp thịt, cơ bắp
2	荒唐	huāngtáng	形	hoang đường, nhảm nhí
3	朴素	pǔsù	形	đơn giản, mộc mạc, tự nhiên
4	脂肪	zhīfáng	名	mỡ, chất béo
5	失眠	shī mián	动宾结构	mất ngủ

1 听第一遍录音，判断正误。

- (1) () 朋友约“我”去健身房运动。
- (2) () 健身房的机器使用起来很简单。
- (3) () “我”一边运动一边流汗，感觉很荒唐。
- (4) () “我”认为在大自然中劳动是最好的运动。

2 听第二遍录音，填空。

- (1) 健身房里有一架结构_____的机器，朋友为我介绍了机器不同的功能。要练胳膊或腿的肌肉，必须拉动或推动机器不同的部位。
- (2) 我们_____那部机器练不同的肌肉，练到全身酸痛、不停地喘气，但我_____却没有流一滴汗，因为健身房的冷气实在太强了。

中国大陆的一线城市

北京、上海、广州和深圳这四座城市，一般被称为中国大陆的一线城市。

北京有约 2200 万人口，是中华人民共和国的首都，中国的政治、文化和教育中心。作为一座有着 3000 多年历史的古都，它拥有众多名胜古迹，是全球拥有世界文化遗产最多的城市之一。北京大学、清华大学也位于北京。

上海有约 2400 万人口，是中国的经济、金融、贸易和航运中心。上海有着深厚的近代城市文化和众多历史古迹，举办过 2010 年世博会。江南的传统文化与移民带入的新文化融合，逐渐形成了上海独特的“海派文化”。

广州有约 1500 万人口，是中国著名的港口城市，有着 2000 多年的历史，是中国最大、历史最悠久的对外通商口岸之一，也是海上丝绸之路的起点之一，是全国华侨最多的城市之一。

深圳是一座非常年轻的城市，1979 年才正式设立，它有约 1300 万人口，是中国最早对外开放的城市之一，是中国第一个经济特区，与香港就隔了一条河。深圳从一个边远的渔村迅速发展成有一定国际影响力的国际化城市，创造了令人吃惊的“深圳速度”。

这四座城市在中国的经济发展中有着重要的地位，也不断地吸引着海内外的年轻人不断涌入。

1 快速阅读上面的短文，根据短文内容选择正确答案。

(1) 中国大陆的一线城市有 _____ 个。

A. 4

B. 5

C. 6

(2) _____ 是一座古老的城市。

A. 北京

B. 深圳

C. 上海

(3) _____ 曾经举办过世博会。

A. 北京

B. 上海

C. 广州

2 再读一遍短文，根据短文内容填空。

(1) 北京、上海、广州和深圳这四座城市，一般 _____ 中国大陆的一线城市。

深，去一些经济发展相对较好的中小城市工作，这就是所谓的“逃离北上广深”。这个群体虽然还不算大，但和多年来人才流动的潮流——“奔向北上广深”——形成了鲜明对比。当他们到了中小城市就业后，尽管工作压力大大减轻，但新的痛苦又产生了，在人员素质、就业机会、工资福利、公共设施、未来发展等方面，中小城市和北上广深等一线城市相比，还是有很大差距的。于是在几番犹豫之后，这些白领们又重新回到大城市来了。

就像一位白领在博客上写的那样：“我经历了逃离北上广，又逃回北上广。逃离是想找回生活，不要有太大的压力，但真的回到小城市，发现工作没有挑战，感觉不到自己的成长，有了不安全感，于是又逃回了，觉得自己还是想奋斗，也完全可以在大城市立足。但回来又是拥挤的城市、匆忙的行人，又有点儿后悔了……只能说每个人的情况都不同，这样的问题没有标准答案。”

1 快速阅读上面的短文，根据短文内容选择正确答案。

(1) 每当什么时候，会有大量的年轻人从家乡回到大城市继续工作或学习？

- A. 毕业时 B. 春节假期结束时 C. 留学时

(2) 根据短文，下面哪项不是白领“逃离北上广深”的理由？

- A. 北上广深压力太大
B. 北上广深经济衰退
C. 北上广深环境恶化

(3) 根据短文，下面哪项不是白领“逃回北上广深”的理由？

- A. 中小城市的环境不安全
B. 中小城市的工作缺乏挑战性
C. 中小城市的个人发展空间太小

2 再读一遍短文，根据短文内容填空。

(1) 长期以来，北京、上海、广州、深圳等大城市是中国人的向往之地，特别是大学毕业生_____把工作、生活在大城市_____自己的首选。

(2) 越来越多的白领选择离开北上广深，去一些经济发展相对较好的中小城市工作，这就是_____的“逃离北上广深”。

3 根据短文内容, 用括号内的词语或格式回答问题。

- (1) 中国大学毕业生就业时最看好哪些城市?(把……作为首选)
- (2) 为什么有些人要逃离北上广深?(随着……选择)
- (3) 为什么很多人又从小城市回到了大城市工作?(在……等方面)

四、表达活动

3~5人一组, 交流一下对在大城市奋斗的年轻人看法。

(1) 先把你的看法写在一张纸上, 你可以选用下面括号内的词语。

(随着 越来越 把……作为 受到……影响 从……上看
在……等方面 潮流 差距)

(2) 在小组里互相交流对“在大城市奋斗的年轻人”的看法。

(3) 每个小组派一个代表向全班汇报交流的情况。

五、拓展练习



听力



08-3

关键词语

1	机构	jīgòu	名	cơ quan, đơn vị
2	形势	xíngshì	名	tình hình
3	省会	shěng huì	名	tỉnh lỵ
4	频率	pín lǜ	名	tần số, số lần

1 听第一遍, 判断正误。

- (1) () 海外留学人员选择回国就业的最主要原因是中国经济前景好。
- (2) () 海归就业最多的是信息技术行业。
- (3) () 海归的跳槽率不高。

2 听第二遍录音, 填空。

- (1) 海外留学人员选择回国就业的主要原因, _____ 是“情感与文化因素的影响”, 占43.7%。

听力 B

“卫星城”里的年轻人

当无数青年进入大城市后，流动人口短时间内高度集中，使得城市人口越来越多。不断上涨的房价，成了影响年轻人进入城市的最大障碍，同时也产生了都市的“漂一族”。所谓的“漂一族”，也就是没有固定的房子、没有稳定工作的年轻人。由于市中心地价高，住宅区纷纷向城市郊区扩散，出现了“卫星城”这样的新名词，很多“漂一族”就住到了“卫星城”里。

这些“卫星城”离市区都比较远。据调查，目前城市上班族中，居住地点与工作地点相距 10 公里以上的占 7.6%，在 20 公里以上的有近 3%。特大城市诸如北上广深的上班族，工作地点与居住地点相距 10 公里以上的达到了 11.1%。

住在北京通州的龚浩就是个标准的“卫星城”居民，为了赶在 8 点半前到单位，他每天 6 点半起床，放弃早饭，在路上换乘 3 次地铁，每次换乘都要在排队的长龙里走上 10 多分钟，然后拼命地挤上车，再努力地挤下车，在完全没有耽搁的情况下冲到公司，这时离上班也只剩 5~10 分钟了。忙碌的一天结束后再原路返回，遇到加班的情况，龚浩到家已是深夜甚至凌晨，睡眠时间只有五六个小时。因此，这些“卫星城”也被称为“睡城”。

每天往返于“卫星城”和市中心的这些年轻人被称为“BMW 族”，也就是“公共汽车 (BUS) + 地铁 (METRO) + 徒步 (WALK)”。这些“BMW 族”自己也不知道究竟还要在这样的生活里折腾多久。

拓展练习·听力

海归就业

日前，有调查机构发布了《中国海归就业与创业报告》。报告显示，海外留学人员选择回国就业的主要原因，排在首位的是“情感与文化因素的影响”，占 43.7%，随后分别是“国内整体经济前景好，政治稳定”“国外形势不利于外国学生就业”，分别占 37.1% 和 23.4%。此外，国内的社会网络、海归政策、所学专业的就业前景也是海归考虑的主要因素。

根据这份报告，北京、上海、广州、深圳等一线城市和省会是海归聚集地

听力 B

回到小城市

对于中国的消费活力上升有很多种解释，比如人均收入上升、中产阶级扩大，但其背后的动力是城市化的发展。但中国的城市化并不是单方向的，一些人跑到京沪等一线大城市奋斗，往往发现在那里生活并不容易，于是又回到原来较小的城市寻找机会。小城市工资水平较低，但生活成本也低，所以最终来说，收入是保持不变或有所提高的。

就拿 24 岁的小林来说吧，他是四川省绵阳人，那是一个人口 450 万的小城市。小林的父母为了更好的教育、医疗条件和收入来到上海。但小林随父母到上海后，发现工作很辛苦，在文化上，他与当地人也不太合得来。

于是他回到绵阳，在一家网上零售公司找了份工作。如今，他的收入比在上海时少了 25%，但房子租金低，而且省下了交通费。所以，尽管小林的收入减少了，但手头的钱反而增加了，生活质量也提高了。

近年来，中国的中小城市发展迅速，那里如今有现代化的交通设施、便捷的互联网以及比较便宜的房子。小林说自己回到绵阳后，觉得生活上舒适多了。

像小林这样从大城市回流到中小城市的人，在中国有千百万。

本文改编自《环球时报》2015 年 12 月 5 日文章《美媒：中国城市化是条双向道 千百万人回流三四线城市》，作者塔索斯·斯塔索普洛斯，陈俊安译

拓展练习·听力

中国城市化的惊人发展

据统计，中国目前有 102 个人口超百万的城市，而今后 10 年这一数字可能将翻倍，这也体现了中国城市化的惊人规模。世界银行估计，到 2030 年，中国将有 10 亿人——占全国人口的 70%——生活在城镇。

在中国近代历史上，这种向城市的转变前所未有的。现在，政府正在研究各种改革措施，以便为农民提供城镇户口和更好的福利。此外，据说中国政府还计划打造超级城市群：把北京与邻近的天津市和河北省连在一起，建成的超级城市群将有 1 亿多人口，面积是韩国的 2 倍。