



Dialogue/对话

A: Hey Mark, are you going for a walk?

A: 嘿，Mark，你要去散步吗？

B: Yeah, I always go for a walk after dinner.

B: 是的，我总是在晚饭后散步。

A: That's a great habit. It's really good for your health.

A: 这是个好习惯。非常有利于健康。

B: What about you? What do you do in the evening?

B: 那你呢？你晚上都做些什么？

A: I usually read books and drink some wine.

A: 我通常会读读书，喝点葡萄酒。

B: Oh, that sounds nice.

B: 哦，听起来不错。

A: Yeah, but maybe we can go for a walk together sometime.

A: 是的，不过也许我们可以找个时间一起散步。

B: Sure, I'd love to.

B: 好的，非常乐意。

Key vocabulary/重点词汇

going for a walk /'gəʊɪŋ fɔːr ə wɔːk/ 散步

always /'ɔːlweɪz/ 总是

habit /'hæbɪt/ 习惯

health /helθ/ 健康

usually /'juːʒuəli/ 通常

wine /waɪn/ 葡萄酒

sometime /'sʌmtaɪm/ 某时

Supplementary vocabulary/补充词汇

often /'ɔːfən/ 经常

all the time /ɔːl ðə taɪm/ 总是，一直

sometimes /'sʌmtaɪmz/ 有时

brush my teeth /brʌʃ maɪ tiːθ/ 刷牙

get up /get ʌp/ 起床

Expansion/例句

habit

1. Reading the news every morning is a good habit.

每天早上看新闻是个好习惯。

2. Do you have any bad habits?

你有什么不良习惯吗？

3. She has a habit of being late.

她有迟到的习惯。

health

1. His health is bad because he doesn't exercise.

他身体不好，因为他不锻炼。

2. I'm a pretty healthy person.

我是一个非常健康的人。

3. Eating pizza every day is very unhealthy.

每天吃披萨很不健康。

sometime

1. We should go to a movie sometime.

我们应该找个时间去看电影。

2. Let's hang out sometime soon!

我们尽快找个时间出去玩吧！

3. I'll visit her sometime next week!

我下周抽时间去看她！

Grammar/语法

频率副词

本课我们学到了这样两个句子：

I always go for a walk after dinner. (我总是在晚饭后散步。)

I usually read books and drink some wine. (我通常会读读书，喝点葡萄酒。)

第一个句子中的"always (总是)"和第二个句子中的"usually (通常)"都表示动作发生的频率。

但两者的区别是，"always"表示每天都做或者一直都做的事，"usually"则表示通常会做、但并非一直都做的事。

回到我们的句子中来，“always go for a walk”，这表明散步这件事一直在做。

“usually read books and drink some wine”，这表明读书和喝葡萄酒这两件事通常会做，但并不是一直都做。

需要注意的是，像always、usually这样的词，在句子中要放在多数的动词之前。

比如：

I always drink coffee in the morning. (我总是在早上喝咖啡)

这里drink是动词，always放在了drink的前面。

I usually have salad for lunch. (我通常午饭吃沙拉)

这里have是动词，usually放在了have的前面。

但是，当一个句子中有be动词（am, is, are），always和usually要放在be动词之后。

比如：

The weather in Hangzhou is always nice. (杭州的天气一直很好)

这个句子中的动词是is，它属于be动词，所以always就要放在is之后。

以下例句能更好地帮助你学习：

1. I always get up late on weekends.

我周末总是起得很晚。

2. She usually goes to the gym on Thursday.

她通常周四去健身房。

3. His room is usually clean.

他的房间通常都很干净。