LUMI CHINESE ACADEMY

小四中文免費練習包

香港本地班 P4 課程 • 資深老師命題 • 附答案與寫作錦囊

📚**三篇閱讀理解**：日常作息 • 北京之旅 • 健康生活

✍️**四大題型**：成語運用 • 選擇題 • 短答 • 150 字小作文

🎯**對齊學校進度**：依香港小四中文科要求編寫

🖨️**A4 打印即用**：每日一篇，二十分鐘完成

練習一：作息有規律的我

日常作息 ・ 閱讀理解 ・ 小四（P4）

俗話說：「早睡早起身體好。」我一直保持有規律的作息，從不馬虎，也從不偷懶。

每天早上六點半，鬧鐘一響，我就一骨碌爬起來，從不賴牀。洗漱後，我在陽台上晨讀十五分鐘，新鮮空氣讓人精神抖擻，連上學的腳步都格外輕快。

上課時，我聚精會神地聽講，積極舉手回答問題；小息時，我到操場活動筋骨，和同學跳繩、跑步，下午上課更有精神。

晚上吃完晚飯、做完功課，我九點半準時上牀睡覺，從不熬夜看電視。正因為作息有規律，我每天都精力充沛，學習也事半功倍！

一、成語與詞語運用（從方框中選出正確答案）

1. 新鮮空氣讓人_____。
   精神抖擻　精力充沛　聚精會神

2. 上課時，我_____地聽講。
   聚精會神　精神抖擻　事半功倍

3. 我每天都_____，學習也_____！
   精力充沛；事半功倍　事半功倍；精力充沛　精神抖擻；合不攏嘴

4. 小息時，我到操場____筋骨。
   活動　運動　伸展

二、選擇題（圈出正確答案）

1. 「事半功倍」的意思是什麼？
   A. 花很多力氣沒效果　B. 用力少效果好　C. 又慢又累　D. 做很多事

2. 課文認為「我」學習好的原因是什麼？
   A. 天生聰明　B. 作息有規律　C. 補習很多　D. 運動太多

三、短答

1. 課文開頭引用俗語，作用是什麼？

四、小作文

1. 寫一段話（約 150 字）：你的日常作息是怎樣的？用上「精神抖擻」。

> 💡 寫作小錦囊：按早、中、晚順序寫；用上一個四字詞語；寫出作息帶來的好處。

練習二：難忘的北京之旅

城市與旅行 ・ 閱讀理解 ・ 小四（P4）

暑假裏，我們一家去了北京旅行，這次旅程讓我大開眼界，至今難忘。

第一站是故宮。宏偉的宮殿鱗次櫛比，金黃色的琉璃瓦在陽光下閃閃發光。導遊說，這裏的一磚一瓦都有幾百年的歷史，我聽得入了迷，彷彿穿越到古代。

第二站是長城。站在長城上遠眺，羣山連綿起伏，景色一覽無遺。俗話說「不到長城非好漢」，我一步一步堅持往上爬，雖然累得氣喘吁吁，但我沒有半途放棄，終於爬到了頂，心裏自豪極了。

這次旅行既讓我欣賞了名勝古蹟，又讓我學到了歷史知識，真是獲益良多！

一、成語與詞語運用（從方框中選出正確答案）

1. 這次旅程讓我_____。
   大開眼界　獲益良多　鱗次櫛比
2. 宏偉的宮殿_____。
   鱗次櫛比　一覽無遺　大開眼界
3. 羣山____起伏，景色____無遺。
   連綿；一覽　鱗次；大開　閃閃；獲益
4. 這次旅行真是_____！
   獲益良多　大開眼界　鱗次櫛比

二、選擇題（圈出正確答案）

1. 「一覽無遺」寫的是什麼景色？
   A. 故宮的宮殿　B. 長城上的遠眺　C. 北京的馬路　D. 旅館的房間
2. 課文按什麼順序寫旅行？
   A. 時間（第一站→第二站）　B. 人物　C. 大小　D. 顏色

三、短答

1. 為什麼「我」爬到長城頂「自豪極了」？

四、小作文

1. 寫一段話（約 150 字）：一次難忘的旅行，用上「大開眼界」。

> 💡 寫作小錦囊：開頭交代時間地點；按順序寫兩三個景點；結尾寫收穫。

練習三：健康生活小秘訣

健康習慣 • 閱讀理解 • 小四（P4）

健康是最大的財富，我的健康生活有三個小秘訣：飲食、運動和睡眠。

第一是均衡飲食。我每天多吃蔬菜水果，少吃零食，從不挑食，每餐都吃得營養又開心。媽媽常說，我的飯碗就像彩虹一樣色彩繽紛。

第二是適量運動。我每星期游泳兩次、跑步三次，風雨不改。剛開始跑步時我氣喘吁吁，現在已經健步如飛了，連體育課測驗也名列前茅。

第三是充足睡眠。我每晚十點前睡覺，睡前不看手機。有了這三個秘訣，我一年到頭都很少生病，精神飽滿地面對每一天！

一、成語與詞語運用（從方框中選出正確答案）

1. 剛開始跑步時我_____。
   氣喘吁吁　健步如飛　精神飽滿
2. 現在已經_____了。
   健步如飛　氣喘吁吁　大開眼界
3. 我每晚十點前睡覺，____不看手機。
   睡前　飯前　早上
4. 我一年到頭都很少生病，_____地面對每一天。
   精神飽滿　健步如飛　風雨不改

二、選擇題（圈出正確答案）

1. 「風雨不改」寫「我」怎樣運動？
   A. 看天氣決定　B. 堅持不間斷　C. 下雨就不去　D. 偶爾去一次
2. 「我」的第一個健康秘訣是什麼？
   A. 均衡飲食　B. 適量運動　C. 充足睡眠　D. 不吃東西

三、短答

1. 「氣喘吁吁」和「健步如飛」形成什麼對比？寫出了什麼？

四、小作文

1. 寫一段話（約 150 字）：你的健康生活小秘訣，用上「精神飽滿」。

> 💡 寫作小錦囊：開頭總起；分點寫兩三個秘訣；結尾寫效果。

參考答案

練習	一、成語與詞語運用	二、選擇題	三、短答（示例）
作息有規律的我	精神抖擻　聚精會神　精力充沛；事半功倍　活動	B　B	用俗語引出「作息有規律」這個主題，讓道理更有說服力。
難忘的北京之旅	大開眼界　鱗次櫛比　連綿；一覽　獲益良多	B　A	因為爬長城很累，「我」一步一步堅持爬到頂，做到了「不到長城非好漢」，所以自豪。
健康生活小秘訣	氣喘吁吁　健步如飛　睡前　精神飽滿	B　A	以前跑步累得喘氣，現在跑得飛快，對比寫出「我」堅持運動的進步。

四、小作文為開放題：內容切題、結構完整（起承轉合）、約 150 字、標點正確即可。家長可參考「寫作小錦囊」三步引導，先口頭說一遍再下筆。

想知道孩子的中文水平在哪一級？

LUMI 免費 AI 定級測試：15 分鐘一對一線上面試，遊戲、圖畫和對話中完成評估，即場出六級水平報告＋個人化學習建議。

免費 ・ 無需下載 ・ 無需登記信用卡

https://lumi-chinese.com/placement/