

第 23 篇：運動身體好、佢好做個運動

關鍵詞彙：灌籃高手、羽毛球、汗流脈絡、紅目珠、傳染病

第一格圖：

人講：「運動身體好，懶尸催人老」，從細阿爸、阿姆就帶等佢摻阿姐做運動願康健，故所佢摻阿姐輒常共下做運動，打籃球就係佢倆儕最常做個運動。阿爸講：打籃球做得增加身高，佢希望自家較高兜，常透會湊阿姐去打籃球。阿姊係學校個籃球校隊個一員，佢投籃個時節做得跳到當高，係一個灌籃高手喔！

第二格圖：

打羽毛球也係佢摻阿姐盡好做個運動，屋下就近公園肚就有一個羽毛球場，羽毛球細細隻仔，毋過打起來盡恹喔，教練講打羽毛球好處當多，做得促進新陳代謝，分心臟還較有力，打無幾久就汗流脈絡，當然身材也維持異好，為著保持好身材，難怪阿姐輒常湊佢去打羽毛球。

第三格圖：

泗水也係一項盡好個運動，做得在水肚泗來泗去，歸隻人心情斯當快樂，佢輒常摻阿姐比賽看麼儕泗較遠，佢已經學會兩種個泗水方式；自由式摻蚬仔式，毋過在公共泳池泗水，可做得容易分人傳染到腳氣，紅目珠，摻其它傳染病，自家愛細意，先生有交代假使愛去海脣搞水，一定愛注意安全，無好去水深個位所。

第四格圖：

走追仔也係佢摻阿爸、阿姆、阿姐一屋人輒常共下做個運動，阿爸常透講啊：飯後百步行，壽年到百零、愛停動，正靈通，離屋下無幾遠個學校運動坪，又新又好行，阿爸、阿姆輒常去該位散步，阿姐盡好尋佢比賽走相逐，平常有練習，有一擺佢參加學校個 400 公尺走追仔比賽，佢得到第二名，走追仔係最經濟個一項運動，因為毋使買運動器材斯做得自家運動。

自家經驗：人講：「留得青山在 毋怕無柴燒」，佢認為一生人最好個投資係身體個康健，係無康健個身體有較多錢也無用，身體康健係自家個，靠山山會崩，靠牆牆會轉，靠人人會老，靠自家最好，祝福大家身體康健食百零。

提問：

1. 小朋友，你好做麼個運動？

答：承蒙先生，佢最好做個運動係打球仔，因為做得摻朋友共下，大家打球打到汗流脈絡，緊打感情緊好，當歡喜喔！

2. 請問你會同屋下人共下運動無？

答：承蒙先生，佢會摻屋下人共下去蹶山，做得一路打嘴鼓，阿姆還會準備當多好食個東西。

3. 請問你疫情期間大家毋敢出門，你會仰般來運動願健康？

答：承蒙先生，佢會在屋下放音樂跳舞，又也會出一身汗。