LE FRANÇAIS AU QUOTIDIEN

30 天

情景法语入门挑战

每天一个故事，听懂一点法语。



30 个生活场景 / 双版本听读 / 练习与每日打卡

从一个生活故事开始

从咖啡馆的早餐，到周末一个人的旅行，这30个故事会带你认识生活里的常用法语。先跟着中文进入情境，再看看同一件事用法语怎么说。

每天这样学

01 读故事

读中法混杂版，猜猜斜体词语的意思。

02 认词语

看词汇详解，把名词和 un、une 一起记，把常用短语连起来读。

03 对照读

按句子编号阅读全法语版，找到熟悉的人物、物品和动作。

04 学一点，用一点

读语法详解，挑一句例句，换成自己想说的内容。

05 做填空，留个记录

回忆故事里的法语，再翻回故事核对。在今日打卡区写下学到的词语或句子。

每天配套两条音频：先听中法故事版，再听全法语版。三个故事版本按句子编号对照。混杂版用于记词，不是完整法语语法示范；动词通常用原形，完整句子见全法语版。

故事中的“我”是一位女性，所以你会见到 contente（开心的）、je suis allée（我去了）这样的形式。学习时，可以把人物、物品和地点换成自己的生活。

故事目录

Day 01	在咖啡馆吃早餐	6
Day 02	去超市买东西	11
Day 03	早上差点迟到	16
Day 04	在面包店买可颂	21
Day 05	第一次去健身房	26
Day 06	坐错了公交车	31
Day 07	在餐厅点午餐	36
Day 08	去药店买感冒药	41
Day 09	收到一个快递	46
Day 10	周末去公园散步	51
Day 11	去服装店试衣服	56
Day 12	朋友临时取消约会	61
Day 13	在图书馆找座位	66
Day 14	去邮局寄包裹	71
Day 15	下雨天忘记带伞	76

故事目录 · 续

Day 16	在理发店剪头发	81
Day 17	去菜市场买水果	86
Day 18	在地铁上丢了东西	91
Day 19	和朋友一起做晚饭	96
Day 20	去电影院看电影	101
Day 21	第一次去朋友家做客	106
Day 22	在酒店办理入住	111
Day 23	去火车站买票	116
Day 24	在咖啡馆遇见老朋友	121
Day 25	预约医生看病	126
Day 26	搬进新公寓	131
Day 27	去花店买花	136
Day 28	参加朋友的生日聚会	141
Day 29	在餐厅遇到点单问题	146
Day 30	一个人的周末旅行	151

学习补充

八个常用动词的现在时 156

表达与写作：常用开头＋动词原形 159

法语语法基础入门 164

我的30天打卡

每完成一天，就给对应的格子做个标记。让每一小步，都留下痕迹。

姓名：_____ 开始日期：_____

DAY 01 ____ / ____	DAY 02 ____ / ____	DAY 03 ____ / ____	DAY 04 ____ / ____	DAY 05 ____ / ____
DAY 06 ____ / ____	DAY 07 ____ / ____	DAY 08 ____ / ____	DAY 09 ____ / ____	DAY 10 ____ / ____
DAY 11 ____ / ____	DAY 12 ____ / ____	DAY 13 ____ / ____	DAY 14 ____ / ____	DAY 15 ____ / ____
DAY 16 ____ / ____	DAY 17 ____ / ____	DAY 18 ____ / ____	DAY 19 ____ / ____	DAY 20 ____ / ____
DAY 21 ____ / ____	DAY 22 ____ / ____	DAY 23 ____ / ____	DAY 24 ____ / ____	DAY 25 ____ / ____
DAY 26 ____ / ____	DAY 27 ____ / ____	DAY 28 ____ / ____	DAY 29 ____ / ____	DAY 30 ____ / ____

DAY 01 / Au café

在咖啡馆吃早餐

01 中法混杂版

1. 早上，我走进一家 *petit café*，准备吃 *petit déjeuner*。

2. 我看了看 *carte*，点了一杯 *café au lait* 和一个 *croissant*。

3. 那位 *serveur* 很 *sympa*，还帮我找了一个靠近 *fenêtre* 的位置。

4. 这里的可颂很 *frais*，咖啡也特别 *bon*。

5. 吃完以后，我准备 *payer*，却发现忘记带 *carte bancaire* 了。

6. 幸好身上还有一些 *espèces*，最后顺利 *payer en espèces*。

02 全法语版

1. Ce matin, je suis entrée dans un petit café pour prendre mon petit déjeuner.

2. J'ai regardé la carte et commandé un café au lait et un croissant.

3. Le serveur était sympa et m'a trouvé une place près de la fenêtre.

4. Le croissant était frais et le café était très bon.

5. Au moment de payer, j'ai réalisé que j'avais oublié ma carte bancaire.

6. Heureusement, j'avais des espèces et j'ai pu payer en espèces.

DAY 01 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 早上，我走进一家 _____，准备吃 _____。

2. 我看了看 _____，点了一杯 _____ 和一个 _____。

3. 那位 _____ 很 _____，还帮我找了一个靠近 _____ 的位置。

4. 这里的可颂很 _____，咖啡也特别 _____。

5. 吃完以后，我准备 _____，却发现忘记带 _____ 了。

6. 幸好身上还有一些 _____，最后顺利 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 01 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
petit café	阳性名词短语；小咖啡馆。un petit café；café 也可以指咖啡。
petit déjeuner	阳性名词短语；早餐。prendre son petit déjeuner：吃早餐。
carte	阴性名词；菜单。la carte：餐厅的菜单；regarder la carte：看菜单。
café au lait	阳性名词短语；牛奶咖啡。un café au lait；au lait 表示加牛奶。
croissant	阳性名词；可颂。un croissant；复数 des croissants。
serveur	阳性名词；服务员。un serveur；女性为 une serveuse。
sympa	形容词；友好、好相处。口语常用；单数阴阳同形，复数 sympas。
fenêtre	阴性名词；窗户。une fenêtre；près de la fenêtre 靠窗。
frais	形容词；新鲜的。阳性单数 frais，阴性单数 fraîche。
bon	形容词；好的、好喝的。阳性 bon，阴性 bonne；这里评价咖啡。
payer	动词；付款。payer 是原形；文中 j'ai pu payer 为“我得以付款”。
carte bancaire	阴性名词短语；银行卡。ma carte bancaire；刷卡可说 payer par carte。
espèces	阴性复数名词；现金。本义项用复数：avoir des espèces。
payer en espèces	动词短语；现金付款。把 en espèces 整组记为“用现金”，与 payer 连用。

DAY 01 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 形容词与名词的性数配合

法语里，名词有阳性和阴性，形容词会跟着它描述的名词变化。先从今天故事里的“新鲜”和“好吃”学起。

un croissant frais：一个新鲜的可颂（croissant 是阳性）。

une baguette fraîche：一根新鲜的法棍（baguette 是阴性）。

Le café est bon.：咖啡很好喝。

La soupe est bonne.：汤很好喝。

今天先记住两组变化：frais → fraîche，bon → bonne。

2. 用 près de 表示位置

Près de 表示“靠近……”。想说自己坐在哪里，可以把地点接在它后面。

près de la fenêtre：靠近窗户。

près du café：在咖啡馆附近。

这里的 du = de + le；在 *de la fenêtre* 中，de 和 la 分开写。

3. 用 en espèces 表示现金支付

结账时，把付款方式接在动词后面就可以了。

Je paie en espèces.：我用现金付款。

Je paie par carte.：我刷卡付款。

把 payer en espèces 和 payer par carte 分别记成一个短语，下次结账时就能用上。

DAY 01 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么？

我想试着说的一句法语

DAY 02 / Au supermarché

去超市买东西

01 中法混杂版

1. 下班后，我去附近的 *supermarché* 买 *dîner* 需要的食材。

2. 我拿了一个 *panier*，买了一些 *tomates*、*œufs* 和 *lait*。

3. 路过水果区时，我发现 *fraises* 的价签上写着 *en promotion*，于是又买了一盒。

4. 到了 *caisse*，我才发现忘记带 *sac de courses* 了。

5. 那位 *caissière* 问我要不要买一个新袋子，我觉得有点 *gaspillage*。

6. 最后，我把东西装进 *sac à dos* 里，直接 *rentrer à la maison* 了。

02 全法语版

1. Après le travail, je suis allée au supermarché du quartier pour acheter les ingrédients du dîner.

2. J'ai pris un panier, des tomates, des œufs et du lait.

3. Au rayon des fruits, une étiquette indiquait que les fraises étaient en promotion, alors j'en ai acheté une barquette.

4. À la caisse, j'ai réalisé que j'avais oublié mon sac de courses.

5. La caissière m'a demandé si je voulais acheter un sac, mais j'ai trouvé que c'était du gaspillage.

6. Finalement, j'ai tout mis dans mon sac à dos et je suis rentrée directement à la maison.

DAY 02 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 下班后，我去附近的 _____ 买 _____ 需要的食材。

2. 我拿了一个 _____，买了一些 _____、_____ 和 _____。

3. 路过水果区时，我发现 _____ 的价签上写着 _____，于是又买了一盒。

4. 到了 _____，我才发现忘记带 _____ 了。

5. 那位 _____ 问我要不要买一个新袋子，我觉得有点 _____。

6. 最后，我把东西装进 _____ 里，直接 _____ 了。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 02 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
supermarché	阳性名词；超市。aller au supermarché；à + le = au。
dîner	阳性名词；晚餐。le dîner；也可作动词“吃晚饭”。
panier	阳性名词；篮子。un panier；此处为购物篮。
tomates	阴性复数名词；西红柿。单数 une tomate；购买一些用 des tomates。
œufs	阳性复数名词；鸡蛋。单数 un œuf；注意 œ 连字。
lait	阳性名词；牛奶。du lait 表示未指定量的牛奶。
fraises	阴性复数名词；草莓。une fraise；一盒为 une barquette de fraises。étiquette 是价签；une étiquette indiquait… 是“价签上写着……”。
en promotion	介词短语；促销中。être en promotion：正在促销；适合描述商品价格优惠。
caisse	阴性名词；收银处。à la caisse：在收银处；payer à la caisse：到收银处付款。
sac de courses	阳性名词短语；购物袋。un sac de courses；courses 在这里用复数。
caissière	阴性名词；女收银员。阳性为 un caissier。
gaspillage	阳性名词；浪费。du gaspillage；对应动词 gaspiller。
sac à dos	阳性名词短语；背包。mon sac à dos；à dos 表示背在背上。
rentrer à la maison	动词短语；回家。文中 je suis rentrée；女性主语加 e。

DAY 02 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 des 和 du 说“买一些……”

买几个西红柿、一些鸡蛋时，可以用 *des*。牛奶 lait 是阳性名词，说买一些牛奶时，可以用 *du lait*。

J'achète des tomates.：我买一些西红柿。

J'achète du lait.：我买一些牛奶。

J'achète 是“我买”。记住“动作＋食物”，就能说出一条简单的购物句子。

2. 用 une barquette de 表示“一盒……”

买草莓时，可以按盒来数。把食物放在 une barquette de 后面即可。

une barquette de fraises：一盒草莓。

deux barquettes de fraises：两盒草莓。

从一盒变成两盒，barquette 后面加 s，写成 *barquettes*。

DAY 02 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 03 / Un matin pressé

早上差点迟到

01 中法混杂版

1. 早上，*réveil* 响了三次，我才终于从 *lit* 上爬起来。

2. 我看了一眼时间，发现距离上班只剩 *une demi-heure* 了。

3. 我赶紧 *se brosser les dents*、*se laver le visage*，连 *petit déjeuner* 都来不及吃。

4. 出门以后，我一路跑向 *station de métro*，却刚好 *rater* 了一班地铁。

5. 我只好在 *quai* 上等下一班，心里越来越 *inquiète*。

6. *Heureusement*，今天 *patron* 也 *en retard*，我到 *bureau* 的时候还没有人发现。

02 全法语版

1. Ce matin, mon réveil a sonné trois fois et j'ai fini par sortir du lit.

2. J'ai regardé l'heure : il ne restait qu'une demi-heure avant le début du travail.

3. Je me suis brossé les dents et je me suis lavé le visage en vitesse, sans avoir le temps de prendre mon petit déjeuner.

4. J'ai couru jusqu'à la station de métro, mais j'ai raté le métro de justesse.

5. J'ai attendu le suivant sur le quai et j'étais de plus en plus inquiète.

6. Heureusement, mon patron était lui aussi en retard et, à mon arrivée au bureau, personne n'a remarqué mon retard.

DAY 03 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 早上，_____ 响了三次，我才终于从 _____ 上爬起来。

2. 我看了一眼时间，发现距离上班只剩 _____ 了。

3. 我赶紧 _____、_____，连 _____ 都来不及吃。

4. 出门以后，我一路跑向 _____，却刚好 _____ 了一班地铁。

5. 我只好在 _____ 上等下一班，心里越来越 _____。

6. _____，今天 _____ 也 _____，我到 _____ 的时候还没有人发现。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 03 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
réveil	阳性名词；闹钟。mon réveil a sonné；sonner 响铃。
lit	阳性名词；床。sortir du lit；de + le = du。 finir par sortir du lit：终于起床。
une demi-heure	数量短语；半小时。une demi-heure：半小时；une heure：一小时。
se brosser les dents	代词式动词短语；刷牙。je me brosse les dents；se 随主语变成 me。
se laver le visage	代词式动词短语；洗脸。je me lave le visage；身体部位前常用定冠词。
petit déjeuner	阳性名词短语；早餐。prendre son petit déjeuner 吃早餐。
station de métro	阴性名词短语；地铁站。une station de métro：地铁站；une gare：火车站。
rater	动词；错过。j'ai raté；这里指没赶上地铁。 de justesse：只差一点；le métro suivant：下一班地铁。
quai	阳性名词；站台。sur le quai；在站台上。
inquiète	阴性形容词；担心的。阳性 inquiet；对应女性叙述者。
Heureusement	副词；幸好。句首大写，词典形 heureusement。
patron	阳性名词；老板。mon patron；女性形式 patronne。
en retard	介词短语；迟到。être en retard；到达时晚了。
bureau	阳性名词；办公室。au bureau；也可指书桌。

DAY 03 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 être en retard 表示迟到

Être en retard 是“迟到”。说“我迟到了”时，être 变成 suis；说“他迟到了”时，être 变成 est。

Je suis en retard.：我迟到了。

Il est en retard.：他迟到了。

故事里的 *mon patron était en retard* 是“老板当时也迟到了”；现在表达自己的情况，可以直接用 *Je suis en retard.*

2. 用 de plus en plus 表示“越来越……”

把描述感觉的词接在 de plus en plus 后面，就能说出感觉正在发生的变化。

Je suis de plus en plus inquiète.：我越来越担心。

Je suis de plus en plus fatiguée.：我越来越累。

两句中的 *inquiète* 和 *fatiguée* 都是女性说话时的形式。

DAY 03 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 04 / À la boulangerie

在面包店买可颂

01 中法混杂版

1. 下午，我路过一家 *boulangerie*，闻到了刚出炉的 *pain* 香味。

2. 我走进去，看见 *vitrine* 里摆着各种面包和 *pâtisseries*。

3. 我想买两个 *croissants*，但那位 *vendeuse* 说只剩 *le dernier* 了。

4. 于是我拿了那个可颂，又挑了一块 *gâteau au chocolat*。

5. 结账时，她问我是 *sur place* 吃，还是 *à emporter*。

6. 我选择打包，准备 *rentrer* 后配一杯 *thé chaud*。

02 全法语版

1. Cet après-midi, je suis passée devant une boulangerie et j'ai senti l'odeur du pain tout juste sorti du four.

2. Je suis entrée et j'ai vu toutes sortes de pains et de pâtisseries dans la vitrine.

3. Je voulais deux croissants, mais la vendeuse m'a dit qu'il ne restait que le dernier.

4. J'ai donc pris ce croissant et une part de gâteau au chocolat.

5. À la caisse, elle m'a demandé si je voulais manger sur place ou emporter ma commande.

6. J'ai choisi de les emporter pour les déguster à la maison avec une tasse de thé chaud.

DAY 04 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 下午，我路过一家 _____，闻到了刚出炉的 _____ 香味。

2. 我走进去，看见 _____ 里摆着各种面包和 _____。

3. 我想买两个 _____，但那位 _____ 说只剩 _____ 了。

4. 于是我拿了那个可颂，又挑了一块 _____。

5. 结账时，她问我是 _____ 吃，还是 _____。

6. 我选择打包，准备 _____ 后配一杯 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 04 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
boulangerie	阴性名词；面包店。une boulangerie；à la boulangerie 在面包店。
pain	阳性名词；面包。du pain；不同种类可说 des pains。
vitrine	阴性名词；玻璃展示柜、橱窗。dans la vitrine；此处为摆放糕点的展示柜。
pâtisseries	阴性复数名词；糕点。une pâtisserie 也可指糕点店。
croissants	阳性复数名词；可颂。deux croissants；数量为二要加 s。
vendeuse	阴性名词；女店员。une vendeuse：女店员；un vendeur：男店员。
le dernier	名词化形容词；最后一个。代替阳性的 croissant；阴性为 la dernière。
gâteau au chocolat	阳性名词短语；巧克力蛋糕。une part de gâteau au chocolat 一块蛋糕。
sur place	副词短语；在店内、当场。manger sur place 堂食。
à emporter	动词不定式短语；供外带。点餐时常与 sur place 成对出现。
rentrer	动词；回去、回家。rentrer à la maison：回家。正文用 à la maison（在家）表达回家后享用点心的场景，并未出现 rentrer 的变位。
thé chaud	阳性名词短语；热茶。une tasse de thé chaud；chaud 修饰 thé。

DAY 04 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 vouloir 表示“想要”

故事里的 *je voulais* 表示“我当时想要”。现在买东西时，可以先学会 Je voudrais…，意思是“我想要……”，语气礼貌。

Je voudrais deux croissants.：我想要两个可颂。

Je voudrais une part de gâteau.：我想要一块蛋糕。

Une part de 表示一份、一块，点蛋糕时很好用。

2. 堂食和外带怎么说

Sur place 表示在店里吃，*à emporter* 表示打包带走。听到店员询问时，可以用一句短话回答。

Sur place, s'il vous plaît.：在这里吃，谢谢。

À emporter, s'il vous plaît.：请打包带走。

S'il vous plaît 表示“请”，加在点单的话后面，会让表达更礼貌。

DAY 04 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 05 / À la salle de sport

第一次去健身房

01 中法混杂版

1. 最近总坐着工作，我决定去家附近的 *salle de sport* 做 *sport*。

2. 我换上 *baskets*，带了一瓶 *eau* 和一条 *serviette*。

3. 到了那里，我先在 *tapis de course* 上 *courir* 了 *quinze minutes*，速度不快。

4. 后来我想试试 *appareil de musculation*，却不知道怎么调整器械的 *charge*。

5. 旁边的一位女生主动过来，教我 *utiliser* 那台器械。

6. 运动结束后，我虽然很 *fatiguée*，却特别 *de bonne humeur*。

02 全法语版

1. J'ai décidé d'aller à la salle de sport près de chez moi, car ces derniers temps, je travaillais toujours assise.

2. J'ai mis mes baskets et pris une bouteille d'eau et une serviette.

3. À la salle, j'ai d'abord couru doucement sur un tapis de course pendant quinze minutes.

4. Ensuite, j'ai voulu essayer un appareil de musculation, mais je ne savais pas comment régler la charge.

5. Une jeune femme à côté de moi est venue me montrer comment utiliser l'appareil.

6. Après la séance, j'étais très fatiguée, mais de très bonne humeur.

DAY 05 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 最近总坐着工作，我决定去家附近的 _____ 做 _____。

2. 我换上 _____，带了一瓶 _____ 和一条 _____。

3. 到了那里，我先在 _____ 上 _____ 了 _____，速度不快。

4. 后来我想试试 _____，却不知道怎么调整器械的 _____。

5. 旁边的一位女生主动过来，教我 _____ 那台器械。

6. 运动结束后，我虽然很 _____，却特别 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 05 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
salle de sport	阴性名词短语；健身房。aller à la salle de sport。
sport	阳性名词；运动。faire du sport；做运动用 faire。
baskets	阴性复数名词；运动鞋。mes baskets；单只为 une basket。
eau	阴性名词；水。une bouteille d'eau；de 遇元音省音为 d'。
serviette	阴性名词；毛巾。une serviette；也可指餐巾，依语境判断。
tapis de course	阳性名词短语；跑步机。un tapis de course；tapis 单数也带 s。
courir	动词；跑步。j'ai couru；过去分词 couru。
quinze minutes	数量短语；十五分钟。pendant quinze minutes 表示持续时长。
appareil de musculation	阳性名词短语；力量训练器械。un appareil；musculation 为力量训练。
charge	阴性名词；负荷、负重。la charge；régler la charge 调整器械上的训练负重。 régler：调节；la séance：这一轮训练。
utiliser	动词；使用。comment utiliser… 如何使用……。
fatiguée	阴性形容词；累的。阳性 fatigué；女性叙述者用 fatiguée。
de bonne humeur	介词短语；心情好。être de bonne humeur；humeur 是阴性。

DAY 05 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 vouloir＋动词原形表达想做的事

Je veux 是“我想”，后面接一个动作，就能表达自己的想法。动词原形就是词典里的形式，例如 *courir*（跑步）、*essayer*（尝试）。

Je veux courir.：我想跑步。

Je veux essayer cet appareil.：我想试试这台器械。

记住前面的 *je veux*，再替换后面的动作，就能说出更多句子。

2. 用 pendant 表示做了多久

Pendant 后面接一段时间，说明动作持续多久。

Je cours pendant quinze minutes.：我跑十五分钟。

Je marche pendant dix minutes.：我走十分钟。

故事里的 *j'ai couru* 是“我跑了”；这里的 *je cours* 是“我跑”。

DAY 05 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 06 / Dans le bus

坐错了公交车

01 中法混杂版

1. 为了去 *centre-ville* 见朋友，我在家附近坐了一辆 *bus*。

2. 上车后，我找了一个靠 *fenêtre* 的 *place*，戴上 *écouteurs* 听 *musique*。

3. 过了二十分钟，我发现窗外的 *rues* 越来越陌生。

4. 我打开手机上的 *carte*，才发现自己坐反了 *direction*。

5. 我赶紧在下一个 *arrêt* 下车，走到 *en face* 的车站。

6. 最后我迟到了 *dix minutes*，只好向朋友 *présenter mes excuses*。

02 全法语版

1. Pour retrouver une amie au centre-ville, j'ai pris un bus près de chez moi.

2. Je me suis installée à une place près de la fenêtre et j'ai mis mes écouteurs pour écouter de la musique.

3. Au bout de vingt minutes, les rues me semblaient de moins en moins familières.

4. J'ai ouvert la carte sur mon téléphone et j'ai compris que j'allais dans la mauvaise direction.

5. Je suis vite descendue à l'arrêt suivant et j'ai traversé la rue pour rejoindre l'arrêt d'en face.

6. Finalement, je suis arrivée avec dix minutes de retard et j'ai présenté mes excuses à mon amie.

DAY 06 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 为了去 _____ 见朋友，我在家附近坐了一辆 _____。

2. 上车后，我找了一个靠 _____ 的 _____，戴上 _____ 听 _____。

3. 过了二十分钟，我发现窗外的 _____ 越来越陌生。

4. 我打开手机上的 _____，才发现自己坐反了 _____。

5. 我赶紧在下一个 _____ 下车，走到 _____ 的车站。

6. 最后我迟到了 _____，只好向朋友 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 06 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
centre-ville	阳性名词；市中心。au centre-ville；保留连字符。
bus	阳性名词；公交车。prendre un bus；单复数都写 bus。
fenêtre	阴性名词；窗户。près de la fenêtre 靠窗。
place	阴性名词；座位、位置。une place près de la fenêtre：一个靠窗的座位。
écouteurs	阳性复数名词；耳机。mettre ses écouteurs 戴上耳机；此处为耳塞式。
musique	阴性名词；音乐。écouter de la musique。
rues	阴性复数名词；街道。une rue；traverser la rue 过马路。
carte	阴性名词；地图。la carte sur mon téléphone：手机上的地图。
direction	阴性名词；方向。dans la mauvaise direction 朝错误方向。
arrêt	阳性名词；车站、停靠点。un arrêt de bus；地铁站通常用 station。
en face	副词短语；在对面。l'arrêt d'en face 对面的车站。
dix minutes	数量短语；十分钟。avec dix minutes de retard 晚了十分钟。
présenter mes excuses	动词短语；表达歉意。présenter ses excuses à quelqu'un；mes 随“我”选择。

DAY 06 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 prendre 表示乘坐交通工具

说自己坐公交或地铁，可以用 Je prends…。

Je prends le bus.：我坐公交车。

Je prends le métro.：我坐地铁。

Prends 来自 prendre。故事里的 *j'ai pris un bus* 是“我坐了一辆公交车”。

2. 用 en face 表示“在对面”

En face 可以帮助你找到马路对面的地方。

L'arrêt est en face.：车站在对面。

Le café est en face de la gare.：咖啡馆在火车站对面。

后面接具体地点时，用 en face de＋地点。

DAY 06 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 07 / Au restaurant

在餐厅点午餐

01 中法混杂版

1. 中午，我和朋友去一家新开的 *restaurant* 吃饭。

2. 我们坐在 *terrasse* 上，*serveur* 拿来了两份 *cartes*。

3. 我点了一份 *salade au poulet*，朋友则选了 *steak* 和 *frites*。

4. 等了很久，他却把我的沙拉送到了 *table d'à côté*。

5. 我叫住他，告诉他这道 *plat* 应该是我的。

6. 他马上 *présenter ses excuses*，还 *offrir* 了我们一瓶 *eau minérale*。

02 全法语版

1. À midi, je suis allée déjeuner avec une amie dans un restaurant récemment ouvert.

2. Nous nous sommes installées en terrasse et le serveur nous a apporté deux cartes.

3. J'ai commandé une salade au poulet et mon amie a choisi un steak avec des frites.

4. Après une longue attente, le serveur a apporté ma salade à la table d'à côté.

5. Je l'ai appelé et je lui ai dit que ce plat était pour moi.

6. Il a aussitôt présenté ses excuses et nous a offert une bouteille d'eau minérale.

DAY 07 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 中午，我和朋友去一家新开的 _____ 吃饭。

2. 我们坐在 _____ 上，_____ 拿来了两份 _____。

3. 我点了一份 _____，朋友则选了 _____ 和 _____。

4. 等了很久，他却把我的沙拉送到了 _____。

5. 我叫住他，告诉他这道 _____ 应该是我的。

6. 他马上 _____，还 _____ 了我们一瓶 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 07 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
restaurant	阳性名词；餐厅。un nouveau restaurant 新餐厅。 récemment ouvert：最近开业。
terrasse	阴性名词；露台、露天座区。en terrasse 在露天座区用餐。
serveur	阳性名词；服务员。le serveur；女性 serveuse。
cartes	阴性复数名词；菜单。deux cartes 两份菜单。
salade au poulet	阴性名词短语；鸡肉沙拉。une salade au poulet；au = à + le。
steak	阳性名词；牛排。un steak；外来词也有语法性别。
frites	阴性复数名词；薯条。des frites；单根可用 une frite。
table d'à côté	阴性名词短语；隔壁桌。à la table d'à côté 到隔壁桌。
plat	阳性名词；菜肴。ce plat 这道菜；也可指盛菜的盘子。
présenter ses excuses	动词短语；道歉。文中 il a présenté ses excuses，ses 指他的。
offrir	动词；赠送、请客。il nous a offert… 他送了我们……；过去分词 offert。
eau minérale	阴性名词短语；矿泉水。une bouteille d'eau minérale；minérale 用阴性。

DAY 07 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 je commande 说出自己的点单

Commander 是“点餐”。说“我点……”时，可以使用 Je commande…。

Je commande une salade.：我点一份沙拉。

Je commande un steak.：我点一份牛排。

Une 搭配阴性名词 salade，*un* 搭配阳性名词 steak。把名词和前面的 un、une 一起记，会更容易使用。

2. 用 pour moi 表示“给我的”

Pour moi 是“给我、给我的”。餐厅里确认菜品时，这个短语很实用。

Ce plat est pour moi.：这道菜是我的。

Un café pour moi, s'il vous plaît.：请给我一杯咖啡。

Ce plat 是“这道菜”，可以连起来一起记。

DAY 07 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 08 / À la pharmacie

去药店买感冒药

01 中法混杂版

1. 起床后，我觉得 *gorge* 有点痛，还一直 *éternuer*。

2. 我怀疑自己得了 *rhume*，于是去了附近的 *pharmacie*。

3. 那位 *pharmacienne* 问我有没有 *fièvre*，以及这些 *symptômes* 持续了多久。

4. 我告诉她自己没有发烧，只是有点 *tousser*，还有 *le nez qui coule*。

5. 她介绍了一种 *médicament*，用来 *soulager* 不适，并提醒我按照 *notice* 服用。

6. 回家后，我喝了一杯 *eau tiède*，决定早点 *se reposer*。

02 全法语版

1. Au réveil, j'avais mal à la gorge et j'éternuais sans arrêt.

2. Je pensais avoir un rhume, alors je suis allée à la pharmacie du quartier.

3. La pharmacienne m'a demandé si j'avais de la fièvre et depuis combien de temps j'avais ces symptômes.

4. Je lui ai expliqué que je n'avais pas de fièvre, mais que je toussais un peu et que j'avais le nez qui coulait.

5. Elle m'a proposé un médicament pour soulager les symptômes et m'a rappelé de suivre les indications de la notice.

6. De retour à la maison, j'ai bu un verre d'eau tiède et décidé de me reposer tôt.

DAY 08 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 起床后，我觉得 _____ 有点痛，还一直 _____。

2. 我怀疑自己得了 _____，于是去了附近的 _____。

3. 那位 _____ 问我有没有 _____，以及这些 _____ 持续了多久。

4. 我告诉她自己没有发烧，只是有点 _____，还有 _____。

5. 她介绍了一种 _____，用来 _____ 不适，并提醒我按照 _____ 服用。

6. 回家后，我喝了一杯 _____，决定早点 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 08 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
gorge	阴性名词；喉咙。avoir mal à la gorge 喉咙疼。
éternuer	动词；打喷嚏。j'éternuais 表示当时反复打喷嚏。
rhume	阳性名词；感冒。avoir un rhume：感冒；je pense avoir un rhume：我觉得自己感冒了。
pharmacie	阴性名词；药店。à la pharmacie：在药店；une pharmacienne：女药剂师。
pharmacienne	阴性名词；女药剂师。阳性 un pharmacien。
fièvre	阴性名词；发烧、发热。avoir de la fièvre；否定 pas de fièvre。
symptômes	阳性复数名词；症状。un symptôme；注意 ô。
tousser	动词；咳嗽。je toussais 我当时在咳嗽。
le nez qui coule	表达片段；流鼻涕。avoir le nez qui coule；文中 j’ avais le nez qui coulait 是过去的状态。
médicament	阳性名词；药物。prendre un médicament；服药用 prendre。
soulager	动词；缓解。soulager les symptômes：缓解症状。
notice	阴性名词；说明书。la notice du médicament 药品说明书。
eau tiède	阴性名词短语；温水。tiède 为温的；chaud 为热的。
se reposer	代词式动词；休息。je me repose；文中 de me reposer。

DAY 08 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 avoir mal à 描述哪里疼

“我……疼”可以说 J'ai mal à…，后面接身体部位。

J'ai mal à la gorge.：我喉咙疼。

J'ai mal au dos.：我背疼。

La gorge 是喉咙，*le dos* 是背。À＋le 合成 au，所以“背疼”用 *mal au dos*。

2. 用 je n'ai pas de 说明自己没有什么症状

J'ai 表示“我有”，je n'ai pas de 表示“我没有……”。

J'ai de la fièvre.：我发烧了。

Je n'ai pas de fièvre.：我没有发烧。

对照读这两句，就能向药剂师说明有没有发烧。

DAY 08 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 09 / Un colis est arrivé

收到一个快递

01 中法混杂版

1. 下午，我收到一条 *SMS*，说我的 *colis* 已经送到了。

2. 我打开家门，却没有看见 *livreur* 送来的 *carton*。

3. 查看 *suivi de livraison* 后，我发现包裹被放在楼下的 *consigne* 里。

4. 我拿着 *téléphone* 下楼，输入 *code de retrait*，终于找到自己的包裹。

5. 回家后，我迫不及待地 *ouvrir* 箱子，里面是新买的 *écouteurs*。

6. 可惜 *couleur* 和 *photo* 不太一样，我有点 *déçue*。

02 全法语版

1. Cet après-midi, j'ai reçu un SMS : mon colis était arrivé.

2. J'ai ouvert la porte, mais le livreur n'avait laissé aucun carton devant chez moi.

3. En consultant le suivi de livraison, j'ai découvert que mon colis était dans une consigne en bas de l'immeuble.

4. Je suis descendue avec mon téléphone, j'ai saisi le code de retrait et j'ai enfin récupéré mon colis.

5. De retour chez moi, j'ai ouvert le carton avec impatience : il contenait mes nouveaux écouteurs.

6. Malheureusement, leur couleur était un peu différente de celle de la photo et j'étais un peu déçue.

DAY 09 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 下午，我收到一条 _____，说我的 _____ 已经送到了。

2. 我打开家门，却没有看见 _____ 送来的 _____。

3. 查看 _____ 后，我发现包裹被放在楼下的 _____ 里。

4. 我拿着 _____ 下楼，输入 _____，终于找到自己的包裹。

5. 回家后，我迫不及待地 _____ 箱子，里面是新买的 _____。

6. 可惜 _____ 和 _____ 不太一样，我有点 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 09 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
SMS	阳性名词；短信。un SMS：一条短信；des SMS：多条短信，字母逐个读。
colis	阳性名词；包裹。mon colis；单数也有 s。
livreur	阳性名词；配送员。un livreur；女性 une livreuse。
carton	阳性名词；纸箱。un carton；此处指装快递的箱子。 laisser：留下；devant chez moi：在我家门口。
suivi de livraison	阳性名词短语；配送追踪信息。consulter le suivi 查看物流。
consigne	阴性名词；自助取件柜。dans une consigne：在取件柜里；retirer un colis：取包裹。
téléphone	阳性名词；电话、手机。mon téléphone；此处为手机。
code de retrait	阳性名词短语；取件码。saisir le code 输入代码。
ouvrir	动词；打开。j'ai ouvert；过去分词 ouvert。
écouteurs	阳性复数名词；耳机。mes nouveaux écouteurs；nouveaux 为阳性复数。
couleur	阴性名词；颜色。leur couleur 它们的颜色；leur 对应复数物主。
photo	阴性名词；照片。la photo；photographie 的常见简写。
déçue	阴性形容词；失望的。阳性 déçu；注意 ç。

DAY 09 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 mon、ma、mes 说“我的”

这三个词都表示“我的”，通常按后面名词的性数选择；阴性单数词前若紧接元音或哑音 h 开头的词，也用 mon，如 mon amie。

mon colis：我的包裹（阳性单数）。

ma photo：我的照片（阴性单数）。

mes écouteurs：我的耳机（复数）。

先把它们当作三个常用的小短语来读，慢慢熟悉词形。

2. 用 dans 表示“在……里面”

想说明东西放在哪里，可以用 dans＋地点或容器。

Le colis est dans la consigne.：包裹在取件柜里。

Les écouteurs sont dans le carton.：耳机在纸箱里。

一个包裹用 *est*；复数的耳机用 *sont*。

DAY 09 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 10 / Au parc le dimanche

周末去公园散步

01 中法混杂版

1. 星期天，*temps* 很好，*soleil* 也暖暖的。

2. 我决定去附近的 *parc se promener*，顺便呼吸一点 *air frais*。

3. 那里有很多人在 *courir*，还有小朋友在 *pelouse* 上玩。

4. 我找了一条 *banc* 坐下，一边喝 *café* 一边看 *livre*。

5. 突然，一只小 *chien* 跑来，把鼻子凑到我的 *chaussures* 旁边。

6. 它的 *propriétaire* 连忙过来道歉，我却觉得它特别 *mignon*。

02 全法语版

1. Dimanche, il faisait beau et le soleil réchauffait doucement l'air.

2. J'ai décidé d'aller me promener dans le parc du quartier pour prendre l'air.

3. Beaucoup de gens couraient et des enfants jouaient sur la pelouse.

4. Je me suis assise sur un banc et j'ai lu un livre en buvant mon café.

5. Soudain, un petit chien est arrivé en courant et a approché son nez de mes chaussures.

6. Son propriétaire est vite venu s'excuser, mais j'ai trouvé le chien vraiment mignon.

DAY 10 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 星期天，_____ 很好，_____ 也暖暖的。

2. 我决定去附近的 _____ _____，顺便呼吸一点 _____。

3. 那里有很多人在 _____，还有小朋友在 _____ 上玩。

4. 我找了一条 _____ 坐下，一边喝 _____ 一边看 _____。

5. 突然，一只小 _____ 跑来，把鼻子凑到我的 _____ 旁边。

6. 它的 _____ 连忙过来道歉，我却觉得它特别 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 10 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
temps	阳性名词；天气。此处指天气；也可表示时间。
soleil	阳性名词；太阳、阳光。le soleil；réchauffer l’ air 表示让空气变暖，呼应暖暖的阳光。 réchauffer：使变暖；air：空气。
parc	阳性名词；公园。dans le parc；去散步常说 aller au parc。
se promener	代词式动词；散步。aller me promener；主语为我时 se 变 me。
air frais	阳性名词短语；新鲜空气。prendre l'air 是自然的“出去透气”。
courir	动词；跑步。des gens couraient，未完成过去时复数。
pelouse	阴性名词；草坪。sur la pelouse；介词用 sur。
banc	阳性名词；长椅。un banc：一条长椅；sur un banc：在长椅上。
café	阳性名词；咖啡。un café 可指一杯咖啡。
livre	阳性名词；书。un livre；此义项为阳性。
chien	阳性名词；狗。un petit chien；雌性可用 une chienne。
chaussures	阴性复数名词；鞋。mes chaussures；单数 une chaussure。
propriétaire	名词；主人、所有者。此处 son propriétaire 为男性主人；女性可说 sa propriétaire。
mignon	形容词；可爱的。阳性 mignon，阴性 mignonne。

DAY 10 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 il fait 说天气

聊天气时，可以从 Il fait… 开始，后面加描述天气的词。

Il fait beau.：天气很好。

Il fait chaud.：天气很热。

故事里的 *il faisait beau* 表示“那天天气很好”。说今天的天气，先用 *il fait* 就很方便。

2. 用 sur 表示“在……上面”

公园里坐在长椅上、走在草坪上，都可以用 *sur* 来说明位置。

Mon livre est sur le banc.：我的书在长椅上。

Le chien est sur la pelouse.：小狗在草坪上。

Un banc 是一条长椅，*la pelouse* 是草坪。

DAY 10 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 11 / Dans un magasin de vêtements

去服装店试衣服

01 中法混杂版

1. 下午，我去 *centre commercial*，想买一件 *automne* 穿的外套。

2. 我看中一件 *veste*，颜色是 *beige*，却不确定自己的 *taille*。

3. 那位 *vendeuse* 帮我拿了 *taille M*，还说 *cabine d'essayage* 的位置是 *à droite*。

4. 穿上后，我发现 *épaules* 有点紧，便换了大一号。

5. 新的尺码很合适，可惜 *prix* 比预计高，买下来有点 *cher*。

6. 最后我决定先不买，等 *soldes* 时再来。

02 全法语版

1. Cet après-midi, je suis allée au centre commercial pour acheter une veste pour l'automne.

2. J'ai repéré une veste beige, mais je n'étais pas sûre de ma taille.

3. La vendeuse m'a apporté une taille M et m'a indiqué la cabine d'essayage à droite.

4. La veste était un peu serrée aux épaules, alors j'ai essayé la taille au-dessus.

5. Cette taille m'allait bien, mais la veste coûtait plus cher que prévu.

6. Finalement, j'ai décidé de ne pas l'acheter et de revenir pendant les soldes.

DAY 11 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 下午，我去 _____，想买一件 _____ 穿的外套。

2. 我看中一件 _____，颜色是 _____，却不确定自己的 _____。

3. 那位 _____ 帮我拿了 _____，还说 _____ 的位置是 _____。

4. 穿上后，我发现 _____ 有点紧，便换了大一号。

5. 新的尺码很合适，可惜 _____ 比预计高，买下来有点 _____。

6. 最后我决定先不买，等 _____ 时再来。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 11 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
centre commercial	阳性名词短语；购物中心。au centre commercial；commercial 修饰 centre。
automne	阳性名词；秋天。pour l'automne 适合秋天；en automne 在秋天。
veste	阴性名词；夹克、外套。une veste；比长大衣 manteau 范围更具体。
beige	形容词；米色的。单数阴阳同形；复数 beiges。
taille	阴性名词；尺码。ma taille 我的尺码；也可表示身高。
vendeuse	阴性名词；女店员。la vendeuse；阳性 vendeur。
taille M	阴性名词短语；中号。une taille M；M 为尺码标记。
cabine d'essayage	阴性名词短语；试衣间。essayer 试穿；d' 来自 de。
à droite	副词短语；在右边。la cabine est à droite：试衣间在右边。
épaules	阴性复数名词；肩膀。aux épaules 在肩部；à + les = aux。
prix	阳性名词；价格。le prix；单复数均为 prix。
cher	形容词或副词；贵、价格高。coûter cher：价格高；une veste chère：一件昂贵的外套。
soldes	阳性复数名词；折扣季、特卖。pendant les soldes；商品打折也可说 en solde。

DAY 11 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 aller 说衣服合身

买衣服时，Ça me va bien 是一句很好用的话，意思是“这很合我身、很适合我”。

Cette veste me va bien.：这件外套很合我身。

Cette taille me va bien.：这个尺码很适合我。

故事里的 *m'allait bien* 表示“当时很合身”，平时试穿可以直接用 *me va bien*。

2. 用 je peux＋动词原形提出请求

Je peux… ? 是“我可以……吗？”。试衣服时，把想做的动作接在后面。

Je peux essayer cette veste ?：我可以试试这件外套吗?

Je peux essayer la taille au-dessus ?：我可以试大一号吗?

Essayer 是试穿，*la taille au-dessus* 是大一号。

DAY 11 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 12 / Au cinéma en solo

朋友临时取消约会

01 中法混杂版

1. 晚上，我原本和 *amie* 约好去 *cinéma*。

2. 我提前买了两张 *billets*，还特意选了靠 *milieu* 的 *places*。

3. 正准备 *sortir*，朋友忽然发来 *message*，说身体不舒服。

4. 我有点 *déçue*，但还是让她好好 *se reposer*。

5. 后来我决定 *seule* 去看电影，还买了一大桶 *pop-corn*。

6. 没想到一个人看电影也很 *agréable*，我甚至有点喜欢这种感觉。

02 全法语版

1. Ce soir, j'avais prévu d'aller au cinéma avec une amie.

2. J'avais acheté deux billets à l'avance et choisi des places vers le milieu de la salle.

3. Au moment de sortir, j'ai reçu un message de mon amie : elle ne se sentait pas bien.

4. J'étais un peu déçue, mais je lui ai dit de bien se reposer.

5. Finalement, je suis allée seule au cinéma et j'ai acheté un grand pot de pop-corn.

6. À ma surprise, j'ai trouvé cette sortie en solo très agréable et j'ai même commencé à aimer aller au cinéma seule.

DAY 12 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 晚上，我原本和 _____ 约好去 _____。

2. 我提前买了两张 _____，还特意选了靠 _____ 的 _____。

3. 正准备 _____，朋友忽然发来 _____，说身体不舒服。

4. 我有点 _____，但还是让她好好 _____。

5. 后来我决定 _____ 去看电影，还买了一大桶 _____。

6. 没想到一个人看电影也很 _____，我甚至有点喜欢这种感觉。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 12 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
amie	阴性名词；女性朋友。une amie；男性 un ami。
cinéma	阳性名词；电影院、电影艺术。aller au cinéma 去电影院。
billets	阳性复数名词；票。deux billets；一张为 un billet。
milieu	阳性名词；中间。vers le milieu 朝中部、靠中间。
places	阴性复数名词；座位。des places；这里指影厅座位。
sortir	动词；出门、出去。au moment de sortir 正准备出门时。
message	阳性名词；消息。recevoir un message 收到消息。
déçue	阴性形容词；失望的。j'étais déçue；阳性 déçu。
se reposer	代词式动词；休息。lui dire de se reposer 让她休息。
seule	阴性形容词；独自的。je suis allée seule；男性 seul。
pop-corn	阳性名词；爆米花。un grand pot de pop-corn 一大桶。
agréable	形容词；愉快、舒适的。单数阴阳同形；une sortie agréable。 à ma surprise：让我没想到的是。

DAY 12 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 se sentir 表达身体感觉

Se sentir 是“感觉”。说自己的感觉时，可以从 Je me sens… 开始。

Je me sens bien.：我感觉很好。

Je ne me sens pas bien.：我感觉不太舒服。

故事里的 *elle ne se sentait pas bien* 是“她当时不舒服”。先学会这两句，就能简单描述自己的状态。

2. 用 seul、seule 表示独自一人

说“我一个人去”时，可以在动作后面加 *seul* 或 *seule*。

Je vais seule au cinéma.：我一个人去电影院（女性说）。

Je vais seul au cinéma.：我一个人去电影院（男性说）。

女性形式是在 *seul* 后面加 e，成为 *seule*。

DAY 12 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 13 / À la bibliothèque

在图书馆找座位

01 中法混杂版

1. 下午，我带着 *ordinateur* 去 *bibliothèque*，准备安静地 *étudier* 几小时。

2. 可是里面坐满了人，几乎没有 *place libre*。

3. 我绕着 *salle de lecture* 走了两圈，终于在 *coin* 找到一张 *table*。

4. 刚坐下，旁边的男士正在 *téléphoner*，声音特别大。

5. 我犹豫了一下，还是 *poliment* 请他 *parler moins fort*。

6. 他向我说了 *pardon*，我终于能 *se concentrer* 了。

02 全法语版

1. Cet après-midi, je suis allée à la bibliothèque avec mon ordinateur pour étudier au calme pendant quelques heures.

2. Mais il y avait beaucoup de monde et presque aucune place libre.

3. J'ai fait deux fois le tour de la salle de lecture avant de trouver une table dans un coin.

4. À peine assise, j'ai remarqué que l'homme à côté de moi parlait très fort au téléphone.

5. J'ai hésité, puis je lui ai demandé poliment de parler moins fort.

6. Il m'a dit « pardon » et j'ai enfin pu me concentrer sur mon travail.

DAY 13 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 下午，我带着 _____ 去 _____，准备安静地 _____ 几小时。

2. 可是里面坐满了人，几乎没有 _____。

3. 我绕着 _____ 走了两圈，终于在 _____ 找到一张 _____。

4. 刚坐下，旁边的男士正在 _____，声音特别大。

5. 我犹豫了一下，还是 _____ 请他 _____。

6. 他向我说了 _____，我终于能 _____ 了。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 13 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
ordinateur	阳性名词；电脑。mon ordinateur；笔记本电脑可说 ordinateur portable。
bibliothèque	阴性名词；图书馆。à la bibliothèque；librairie 才是书店。
étudier	动词；学习、研究。pour étudier 为了学习。
place libre	阴性名词短语；空位。une place libre；复数 des places libres。
salle de lecture	阴性名词短语；阅览室。faire le tour de la salle 绕阅览室走一圈。
coin	阳性名词；角落。dans un coin：在一个角落；une table dans un coin：角落里的一张桌子。
table	阴性名词；桌子。une table；图书馆里的学习桌。 à peine assise：刚坐下。
téléphoner	动词；打电话。完整故事用 parler au téléphone 同义表达。
poliment	副词；礼貌地。demander poliment：礼貌地询问；说话时可加 s’il vous plaît（请）。
parler moins fort	动词短语；说话小声一点。moins 表示更少；fort 在此为副词。
pardon	阳性名词／礼貌用语；原谅、对不起。demander pardon à quelqu'un 向某人道歉。
se concentrer	代词式动词；集中注意力。se concentrer sur son travail 专心工作。

DAY 13 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 il y a 表示“有……”

介绍一个地方有什么，可以从 Il y a… 开始。

Il y a une table.：这里有一张桌子。

Il y a beaucoup de monde.：这里有很多人。

Beaucoup de monde 是“很多人”，作为一整组表达来记很方便。故事里的 *il y avait* 表示“当时有”。

2. 用 moins 表示“更少、更轻”

请别人小声一点时，可以用 parler moins fort。

Vous pouvez parler moins fort ?：您可以小声一点说话吗？

Parlez moins fort, s'il vous plaît.：请您小声一点。

Parler 是说话，*fort* 在这里表示声音大；*moins fort* 就是小声一点。

DAY 13 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 14 / À la poste

去邮局寄包裹

01 中法混杂版

1. 我要给住在另一座 *ville* 的朋友寄一份 *cadeau d'anniversaire*。

2. 我把礼物装进 *carton*，带到附近的 *poste*。

3. 那位 *employé* 先帮我 *peser* 包裹，再问我要 *envoi standard* 还是 *envoi express*。

4. 我选了其中最 *rapide* 的服务，因为朋友生日就在 *semaine prochaine*。

5. 付完 *frais de port*，我拿到一张写着 *numéro de suivi* 的 *reçu*。

6. 希望包裹能 *à temps* 送到，给朋友一个小惊喜。

02 全法语版

1. Je voulais envoyer un cadeau d'anniversaire à une amie qui habite dans une autre ville.

2. J'ai mis le cadeau dans un carton et je l'ai apporté à la poste du quartier.

3. L'employé a pesé le colis, puis m'a demandé si je préférais un envoi standard ou un envoi express.

4. J'ai choisi le service le plus rapide, car l'anniversaire de mon amie est la semaine prochaine.

5. Après avoir payé les frais de port, j'ai obtenu un reçu avec un numéro de suivi.

6. J'espère que le colis arrivera à temps pour lui faire une petite surprise.

DAY 14 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 我要给住在另一座 _____ 的朋友寄一份 _____。

2. 我把礼物装进 _____，带到附近的 _____。

3. 那位 _____ 先帮我 _____ 包裹，再问我要 _____ 还是 _____。

4. 我选了其中最 _____ 的服务，因为朋友生日就在 _____。

5. 付完 _____，我拿到一张写着 _____ 的 _____。

6. 希望包裹能 _____ 送到，给朋友一个小惊喜。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 14 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
ville	阴性名词；城市。dans une autre ville 在另一座城市。
cadeau d'anniversaire	阳性名词短语；生日礼物。un cadeau；d'anniversaire 说明用途。
carton	阳性名词；纸箱。mettre le cadeau dans un carton。
poste	阴性名词；邮局、邮政。à la poste；具体网点也叫 bureau de poste。
employé	阳性名词；工作人员。un employé；女性 une employée。
peser	动词；称重。il a pesé；现在时 je pèse 有重音变化。
envoi standard	阳性名词短语；普通寄送。un envoi；这里泛指服务档次。
envoi express	阳性名词短语；加急寄送。express 在这里修饰 envoi。
rapide	形容词；快的。le plus rapide 最快的；单数阴阳同形。
semaine prochaine	阴性名词短语；下周。la semaine prochaine；prochaine 放在 semaine 后。
frais de port	阳性复数名词短语；邮费。payer les frais de port：支付邮费；frais 在这个短语里表示费用。
numéro de suivi	阳性名词短语；追踪号码。un numéro de suivi；suivi 作名词。
reçu	阳性名词；收据。un reçu；也是 recevoir 的过去分词。
à temps	副词短语；及时。arriver à temps：及时到达；à temps pour l’ anniversaire：赶上生日。

DAY 14 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 envoyer… à… 说寄什么给谁

Envoyer 是寄、发送。先说寄的东西，再用 à 接收件人。

J'envoie un colis à mon amie.：我给朋友寄一个包裹。

J'envoie un cadeau à ma sœur.：我给姐姐或妹妹寄一份礼物。

J'envoie 是“我寄”。把中间的物品和后面的收件人换掉，就能说自己的情况。

2. 用 prochain、prochaine 表示“下一个”

安排时间时，*prochain* 可以表达下一周、下个月等时间。

la semaine prochaine：下周。

le mois prochain：下个月。

Semaine 是阴性，搭配 *prochaine*；*mois* 是阳性，搭配 *prochain*。

DAY 14 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 15 / Une averse après le travail

下雨天忘记带伞

01 中法混杂版

1. 早上出门时，*ciel* 还很晴朗，所以我没带 *parapluie*。

2. 下午下班后，外面突然下起 *forte pluie*。

3. 我在公司 *entrée* 等了 *dix minutes*，雨却一点也没变小。

4. 我只好跑进旁边的 *supérette*，买了一把 *bon marché* 的伞。

5. 没想到刚 *sortir*，雨就慢慢 *s'arrêter* 了。

6. *Maintenant*，*chez moi* 已经有 *cinq parapluies*，真不知道怎么办。

02 全法语版

1. Ce matin, le ciel était dégagé quand je suis sortie, alors je n'ai pas pris de parapluie.

2. Après le travail, une forte pluie s'est soudain mise à tomber.

3. J'ai attendu dix minutes à l'entrée de l'entreprise, mais la pluie ne diminuait pas.

4. J'ai donc couru jusqu'à la supérette d'à côté pour acheter un parapluie bon marché.

5. À peine sortie du magasin, j'ai vu la pluie diminuer, puis s'arrêter.

6. Maintenant, j'ai cinq parapluies chez moi et je ne sais vraiment pas quoi en faire.

DAY 15 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 早上出门时，_____ 还很晴朗，所以我没带 _____。

2. 下午下班后，外面突然下起 _____。

3. 我在公司 _____ 等了 _____，雨却一点也没变小。

4. 我只好跑进旁边的 _____，买了一把 _____ 的伞。

5. 没想到刚 _____，雨就慢慢 _____ 了。

6. _____，_____ 已经有 _____，真不知道怎么办。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 15 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
ciel	阳性名词；天空。le ciel était dégagé 天空晴朗无云。
parapluie	阳性名词；雨伞。un parapluie；复数 parapluies。
forte pluie	阴性名词短语；大雨。une forte pluie；forte 与 pluie 一致。
entrée	阴性名词；入口。à l'entrée de… 在……入口处。
dix minutes	数量短语；十分钟。attendre dix minutes：等十分钟。
supérette	阴性名词；小型超市。une supérette：街边的小型超市，可以买日常用品。
bon marché	形容词短语；便宜的。un parapluie bon marché：一把便宜的雨伞；整组记住 bon marché。
sortir	动词；出去。je suis sortie；文中 à peine sortie 是“我刚走出来”，sortie 与女性叙述者配合。
s'arrêter	代词式动词；停止。la pluie s’arrête 雨停了；在 j’ai vu la pluie… s’arrêter 中保留原形。
Maintenant	副词；现在。句首大写；说明叙述回到写日记的此刻。
chez moi	介词短语；在我家。chez moi：在我家；chez toi：在你家；chez elle：在她家。
cinq parapluies	数量短语；五把雨伞。cinq 是五；parapluies 是 parapluie 的复数。

DAY 15 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 chez moi 表示“在我家”

Chez 后面接一个人，可以表达在谁家。先从最常用的两组学起。

chez moi：在我家。

chez toi：在你家。

放进句子里：*J'ai cinq parapluies chez moi.*——我家里有五把雨伞。

2. 用数字说明物品数量

数物品时，把数字放在名词前面。多个雨伞用复数 *parapluies*。

un parapluie：一把雨伞。

deux parapluies：两把雨伞。

cinq parapluies：五把雨伞。

今天记住 *un*、*deux*、*cinq*，再留意复数词尾的 s。

DAY 15 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 16 / Chez le coiffeur

在理发店剪头发

01 中法混杂版

1. 我的 *cheveux* 有点太长了，于是去了一家 *salon de coiffure*。

2. 那位 *coiffeur* 问我想剪什么 *coupe*，我给他看了手机里的 *photo*。

3. 我说只想剪短 *un peu*，不要 *trop court*。

4. 他一边剪一边和我 *bavarder*，还问是不是 *première fois* 来。

5. *Une demi-heure* 后，我照了照 *miroir*，发现比想象中短。

6. 虽然不太习惯，但朋友说看起来 *joli*。

02 全法语版

1. Mes cheveux étaient un peu trop longs, alors je suis allée dans un salon de coiffure.

2. Le coiffeur m'a demandé quelle coupe je voulais et je lui ai montré une photo sur mon téléphone.

3. Je lui ai dit de couper juste un peu, pas trop court.

4. Il a bavardé avec moi pendant la coupe et m'a demandé si c'était la première fois que je venais dans ce salon.

5. Une demi-heure plus tard, je me suis regardée dans le miroir : mes cheveux étaient plus courts que prévu.

6. Je n'étais pas encore habituée à cette coupe, mais une amie m'a dit que c'était joli.

DAY 16 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 我的 _____ 有点太长了，于是去了一家 _____。

2. 那位 _____ 问我想剪什么 _____，我给他看了手机里的 _____。

3. 我说只想剪短 _____，不要 _____。

4. 他一边剪一边和我 _____，还问是不是 _____ 来。

5. _____ 后，我照了照 _____，发现比想象中短。

6. 虽然不太习惯，但朋友说看起来 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 16 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
cheveux	阳性复数名词；头发。mes cheveux；一根头发为 un cheveu。
salon de coiffure	阳性名词短语；理发店。un salon de coiffure；也可说 chez le coiffeur。
coiffeur	阳性名词；理发师。un coiffeur；女性 une coiffeuse。
coupe	阴性名词；发型、剪发。une coupe de cheveux：一个发型；une coupe courte：短发造型。
photo	阴性名词；照片。montrer une photo à quelqu'un 给某人看照片。
un peu	副词短语；一点。couper un peu 稍微剪一点。
trop court	副词短语；过短。couper trop court 剪得太短；court 此处作副词。
bavarder	动词；闲聊。bavarder avec quelqu'un 与某人聊天。
première fois	阴性名词短语；第一次。la première fois；la première fois que je venais 是“我第一次来”。
Une demi-heure	数量短语；半小时。une demi-heure plus tard 半小时后。
miroir	阳性名词；镜子。dans le miroir 在镜中。
joli	形容词；好看的。c'était joli 是笼统评价；une jolie coupe 为阴性。

DAY 16 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 un peu 和 trop 说清楚程度

剪头发时，*un peu* 是一点，*trop* 是太、过于。这两个小词可以帮你说清自己的想法。

Coupez un peu, s'il vous plaît.：请稍微剪一点。

C'est trop court.：这太短了。

Coupez 是对理发师说的“请剪”，*court* 表示短。

2. 用 mes cheveux 说“我的头发”

法语里，一头头发通常用复数 *cheveux*，描述长短的词也跟着用复数。

Mes cheveux sont longs.：我的头发很长。

Mes cheveux sont courts.：我的头发很短。

Longs 和 *courts* 后面的 s，都呼应前面的复数 cheveux。

DAY 16 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 17 / Au marché

去菜市场买水果

01 中法混杂版

1. 早上，我去家附近的 *marché en plein air* 买 *fruits*。

2. 一个 *étal* 上摆满了 *pommes*、*oranges*、*raisins* 和 *fraises*。

3. 我问 *vendeur* 草莓每 *barquette* 多少钱，他说今天有 *offre spéciale*。

4. 我挑了两盒草莓和 *un kilo* 苹果，准备做 *salade de fruits*。

5. 付钱时，他还多送了一个橙子，我向他道了谢。

6. 提着水果离开时，我觉得今天真有 *chance*。

02 全法语版

1. Ce matin, je suis allée au marché en plein air près de chez moi pour acheter des fruits.

2. Sur un étal, il y avait des pommes, des oranges, des raisins et des fraises.

3. J'ai demandé au vendeur le prix d'une barquette de fraises et il m'a dit qu'il y avait une offre spéciale ce jour-là.

4. J'ai choisi deux barquettes de fraises et un kilo de pommes pour préparer une salade de fruits.

5. Au moment de payer, le vendeur m'a offert une orange en plus et je l'ai remercié.

6. En repartant avec mes fruits, je me suis dit que j'avais vraiment de la chance aujourd'hui.

DAY 17 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 早上，我去家附近的 _____ 买 _____。

2. 一个 _____ 上摆满了 _____、_____、_____ 和 _____。

3. 我问 _____ 草莓每 _____ 多少钱，他说今天有 _____。

4. 我挑了两盒草莓和 _____ 苹果，准备做 _____。

5. 付钱时，他还多送了一个橙子，我向他道了谢。

6. 提着水果离开时，我觉得今天真有 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 17 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
marché en plein air	阳性名词短语；露天市场。au marché en plein air；en plein air 为户外。
fruits	阳性复数名词；水果。des fruits；单数 un fruit。
étal	阳性名词；摊台。sur un étal；这里为陈列水果的摊位。
pommes	阴性复数名词；苹果。une pomme；un kilo de pommes。
oranges	阴性复数名词；橙子。une orange：一个橙子；des oranges：一些橙子。
raisins	阳性复数名词；葡萄。des raisins 指葡萄果粒；葡萄干为 raisins secs。
fraises	阴性复数名词；草莓。des fraises；une barquette de fraises。
vendeur	阳性名词；男摊主、售货员。au vendeur 表示向摊主；à + le = au。
barquette	阴性名词；小托盒。une barquette；水果常用此容器计量。
offre spéciale	阴性名词短语；特别优惠。une offre spéciale；spéciale 阴性加 e。
un kilo	数量短语；一公斤。kilo 是 kilogramme 的常用简写；后接 de。
salade de fruits	阴性名词短语；水果沙拉。une salade de fruits；fruits 通常用复数。
chance	阴性名词；好运。avoir de la chance：运气好；j’ai de la chance：我运气真好。 je me suis dit：我心想。

DAY 17 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 combien 问价格

Combien 表示“多少”。问一样东西多少钱，可以使用 Combien coûte… ?

Combien coûte une barquette de fraises ?：一盒草莓多少钱?

Combien coûte un kilo de pommes ?：一公斤苹果多少钱?

先记住 *Combien coûte... ?*，再把商品名称接在后面。

2. 用 un kilo de 表示“一公斤……”

买水果时，重量后面接 de＋水果名称。

un kilo de pommes：一公斤苹果。

deux kilos d'oranges：两公斤橙子。

Oranges 以元音开头，de 写成 *d'*，读起来更连贯。

DAY 17 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 18 / Une écharpe perdue

在地铁上丢了东西

01 中法混杂版

1. 坐 *métro* 回家时，我一直低头看 *téléphone*。

2. 下车后，我突然发现自己的 *écharpe* 不见了。

3. 我仔细回想，觉得可能落在刚才的 *siège* 上。

4. 我赶紧找 *agent*，向他描述围巾的 *couleur* 和 *forme*。

5. 他让我 *remplir* 一张 *formulaire de déclaration de perte*，并留下 *numéro de téléphone*。

6. 虽然 *pour le moment* 还没找到，我仍希望有人把它送到 *objets trouvés* 的服务处。

02 全法语版

1. Dans le métro, sur le chemin du retour, je regardais sans arrêt mon téléphone.

2. Après être descendue, j'ai soudain remarqué que mon écharpe avait disparu.

3. En y repensant, je me suis dit que je l'avais peut-être laissée sur mon siège.

4. Je suis vite allée voir un agent et je lui ai décrit sa couleur et sa forme.

5. Il m'a demandé de remplir un formulaire de déclaration de perte et de laisser mon numéro de téléphone.

6. Pour le moment, je n'ai pas retrouvé mon écharpe, mais j'espère que quelqu'un la rapportera au service des objets trouvés.

DAY 18 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 坐 _____ 回家时，我一直低头看 _____。

2. 下车后，我突然发现自己的 _____ 不见了。

3. 我仔细回想，觉得可能落在刚才的 _____ 上。

4. 我赶紧找 _____，向他描述围巾的 _____ 和 _____。

5. 他让我 _____ 一张 _____，并留下 _____。

6. 虽然 _____ 还没找到，我仍希望有人把它送到 _____ 的服务处。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 18 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
métro	阳性名词；地铁。dans le métro 在地铁里。
téléphone	阳性名词；手机。regarder son téléphone 看手机。
écharpe	阴性名词；围巾。une écharpe：一条围巾；mon écharpe：我的围巾，元音前使用 mon。 avait disparu：已经不见了。
siège	阳性名词；座椅。sur mon siège 在我的座椅上。
agent	阳性名词；工作人员。un agent；这里为地铁工作人员。
couleur	阴性名词；颜色。décrire sa couleur 描述其颜色。
forme	阴性名词；形状、外形。sa forme；sa 指围巾的外形。
remplir	动词；填写、装满。remplir un formulaire 填表。
formulaire de déclaration de perte	阳性名词短语；遗失申报表。un formulaire；déclaration de perte 为“遗失申报”，整个短语的中心词是 formulaire。
numéro de téléphone	阳性名词短语；电话号码。laisser son numéro 留下号码。
pour le moment	副词短语；目前、暂时。限定叙述此刻的情况。
objets trouvés	阳性复数名词短语；失物招领中的拾获物。le service des objets trouvés 失物招领处。

DAY 18 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 j'ai perdu 表达“我丢了……”

J'ai perdu 是一组很实用的表达，后面接丢失的物品。

J'ai perdu mon écharpe.：我把围巾弄丢了。

J'ai perdu mon téléphone.：我把手机弄丢了。

Perdu 来自 perdre（丢失）。先把 *j'ai perdu* 作为一个整体记住，寻求帮助时就能说出来。

2. 用 mon、ma 介绍物品

Mon 和 *ma* 都表示“我的”。日常可以把它们和物品一起记。

mon téléphone：我的手机，téléphone 是阳性。

ma valise：我的行李箱，valise 是阴性。

mon écharpe：我的围巾，écharpe 是阴性，但元音开头让它搭配 mon。

连着读 *mon écharpe*，会更容易记住这组搭配。

DAY 18 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 19 / Cuisiner entre amies

和朋友一起做晚饭

01 中法混杂版

1. 晚上，朋友来我家吃饭，我们决定一起做 *pâtes*。

2. 我负责 *couper tomates* 和 *oignons*，她负责煮面和做 *sauce*。

3. 我们一边听 *musique*，一边聊最近的事。

4. 可是我不小心放了 *trop de sel*，酱汁变得有点 *salée*。

5. 朋友笑着 *ajouter* 了一些番茄，*goût* 终于好多了。

6. 最后我们把 *dîner* 吃光，还约好 *la prochaine fois* 一起做 *pizza*。

02 全法语版

1. Ce soir, une amie est venue dîner chez moi et nous avons décidé de faire des pâtes ensemble.

2. J'ai coupé les tomates et les oignons pendant qu'elle faisait cuire les pâtes et préparait la sauce.

3. En cuisinant, nous écoutions de la musique et parlions de ce qui se passait dans nos vies.

4. Mais j'ai mis trop de sel par erreur et la sauce était un peu trop salée.

5. Mon amie a ajouté des tomates en riant et la sauce avait enfin bien meilleur goût.

6. Nous avons tout mangé et décidé de faire une pizza ensemble la prochaine fois.

DAY 19 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 晚上，朋友来我家吃饭，我们决定一起做 _____。

2. 我负责 _____ _____ 和 _____，她负责煮面和做 _____。

3. 我们一边听 _____，一边聊最近的事。

4. 可是我不小心放了 _____，酱汁变得有点 _____。

5. 朋友笑着 _____ 了一些番茄，_____ 终于好多了。

6. 最后我们把 _____ 吃光，还约好 _____ 一起做 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 19 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
pâtes	阴性复数名词；意大利面。des pâtes；复数与单数 pâte 面团需区分。
couper	动词；切。couper les tomates；j'ai coupé。
tomates	阴性复数名词；西红柿。des tomates；做饭时可用已指明的 les tomates。
oignons	阳性复数名词；洋葱。un oignon：一个洋葱；couper les oignons：切洋葱。
sauce	阴性名词；酱汁。préparer la sauce 准备酱汁。 en cuisinant：一边做饭；par erreur：不小心。
musique	阴性名词；音乐。écouter de la musique。
trop de sel	数量短语；过多的盐。trop de + 名词；sel 为阳性。
salée	阴性形容词；咸的。la sauce est salée；阳性 salé。
ajouter	动词；添加。ajouter des tomates à la sauce。
goût	阳性名词；味道。avoir meilleur goût 味道更好；注意 û。
dîner	阳性名词／动词；晚餐／吃晚餐。venir dîner 过来吃晚饭；le dîner 指这顿饭。
la prochaine fois	时间短语；下次。fois 为阴性；prochaine 放在前面。
pizza	阴性名词；披萨。faire une pizza 做一个披萨。

DAY 19 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 trop de 表示“太多……”

做饭时，盐放多了可以说 trop de sel。把其他食材接在 *trop de* 后面，也能表达同样的意思。

Il y a trop de sel.：盐太多了。

Il y a trop de sucre.：糖太多了。

Sel 是盐，*sucre* 是糖；*il y a* 表示有。

2. 用 salé、salée 描述味道

Salé 是咸的。描述阴性名词时，加上 e，写成 *salée*。

Le plat est salé.：这道菜很咸。

La sauce est salée.：酱汁很咸。

前面的 le、la 能帮你看见名词的性别，再选择后面的形容词。

DAY 19 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 20 / Une place au cinéma

去电影院看电影

01 中法混杂版

1. 晚上，我想去看一部刚 *sortir* 的 *comédie*。

2. 我 *en ligne* 查了 *horaires*，选了 *dix-neuf heures* 的一场。

3. 到了 *cinéma*，我先取 *billet*，再买一杯 *coca*。

4. 走进 *salle* 后，我发现有人坐在我的 *place* 上。

5. 我给他看票，他才发现自己弄错了 *numéro de siège*。

6. 电影 *commencer* 后，大家安静下来，而我整场笑了很多次。

02 全法语版

1. Ce soir, je voulais voir une comédie qui venait de sortir.

2. J'ai consulté les horaires en ligne et choisi la séance de dix-neuf heures.

3. Au cinéma, j'ai d'abord retiré mon billet, puis acheté un coca.

4. En entrant dans la salle, j'ai vu quelqu'un assis à ma place.

5. Je lui ai montré mon billet et il a compris qu'il s'était trompé de numéro de siège.

6. Quand le film a commencé, nous nous sommes tous tus et j'ai beaucoup ri pendant la séance.

DAY 20 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 晚上，我想去看一部刚 _____ 的 _____。

2. 我 _____ 查了 _____，选了 _____ 的一场。

3. 到了 _____，我先取 _____，再买一杯 _____。

4. 走进 _____ 后，我发现有人坐在我的 _____ 上。

5. 我给他看票，他才发现自己弄错了 _____。

6. 电影 _____ 后，大家安静下来，而我整场笑了很多次。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 20 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
sortir	动词；上映、推出。un film sort：一部电影上映；venir de sortir：刚上映。
comédie	阴性名词；喜剧。une comédie：一部喜剧片；voir une comédie：看一部喜剧片。
en ligne	副词短语；在网上。consulter les horaires en ligne。
horaires	阳性复数名词；时间安排。les horaires des séances 场次时刻表。
dix-neuf heures	时间短语；十九点。相当于晚上七点；场次为 la séance de…。
cinéma	阳性名词；电影院。au cinéma；à + le = au。
billet	阳性名词；票。retirer son billet 取票。
coca	阳性名词；可乐。un coca；口语常用于一杯可乐，正式泛称可用 cola。
salle	阴性名词；厅、房间。la salle 此处为放映厅。
place	阴性名词；座位。à ma place 在我的座位上。
numéro de siège	阳性名词短语；座位号。se tromper de numéro 弄错号码。
commencer	动词；开始。le film a commencé；过去分词 commencé。 nous nous sommes tous tus：我们都安静了下来。

DAY 20 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 à 表示具体几点

说电影几点开始，可以把时间接在 à 后面。

Le film commence à dix-neuf heures.：电影十九点开始。

Le film commence à vingt heures.：电影二十点开始。

Dix-neuf heures 是晚上七点，*vingt heures* 是晚上八点。

2. 用 c'est 介绍或确认一件事

C'est 是“这是”。发现座位被别人坐了，可以先礼貌地提醒对方。

C'est ma place.：这是我的座位。

C'est mon billet.：这是我的票。

加上 *Excusez-moi*，就成了：*Excusez-moi, c'est ma place.*——不好意思，这是我的座位。

DAY 20 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 21 / Une invitation à dîner

第一次去朋友家做客

01 中法混杂版

1. 晚上，一位法国朋友邀请我去她家吃 *dîner*。

2. 我提前买了一束 *fleurs*，当作小 *cadeau*。

3. 到了门口，我按了 *sonnette*，她热情地邀请我 *entrer*。

4. 我挂好 *manteau*，坐在 *salon* 里和其他 *invités* 聊天。

5. 饭后，我主动提出 *débarrasser la table*，她说不用我帮忙。

6. *Partir* 时，我感谢她的 *invitation*，还约好下次请她来 *chez moi*。

02 全法语版

1. Ce soir, une amie française m'a invitée à dîner chez elle.

2. J'ai acheté un bouquet de fleurs à l'avance pour lui offrir un petit cadeau.

3. À mon arrivée, j'ai sonné et elle m'a chaleureusement invitée à entrer.

4. J'ai accroché mon manteau, puis je me suis assise dans le salon pour discuter avec les autres invités.

5. Après le repas, j'ai proposé de l'aider à débarrasser la table, mais elle m'a répondu qu'elle n'avait pas besoin d'aide.

6. Avant de partir, je l'ai remerciée pour son invitation et nous avons décidé ensemble de dîner chez moi la prochaine fois.

DAY 21 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 晚上，一位法国朋友邀请我去她家吃 _____。

2. 我提前买了一束 _____，当作小 _____。

3. 到了门口，我按了 _____，她热情地邀请我 _____。

4. 我挂好 _____，坐在 _____ 里和其他 _____ 聊天。

5. 饭后，我主动提出 _____，她说不用我帮忙。

6. _____ 时，我感谢她的 _____，还约好下次请她来 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 21 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
dîner	动词／阳性名词；吃晚饭／晚餐。inviter à dîner 邀请吃晚饭；此处 dîner 为原形。
fleurs	阴性复数名词；花。un bouquet de fleurs 一束花。
cadeau	阳性名词；礼物。offrir un cadeau à quelqu'un 送礼物给某人。
sonnette	阴性名词；门铃。sonner 按铃；appuyer sur la sonnette 也可表达。
entrer	动词；进入。inviter quelqu'un à entrer 邀请某人进来。chaleureusement：热情地。
manteau	阳性名词；外套、大衣。accrocher son manteau 挂好外套。
salon	阳性名词；客厅。dans le salon：在客厅；s’ asseoir dans le salon ：在客厅坐下。
invités	阳性复数名词；受邀客人。混合或未明确性别的一组可用 invités；全女性为 invitées。
débarrasser la table	动词短语；收拾餐桌。饭后把餐具和盘子收走，常说 aider à débarrasser la table（帮忙收拾餐桌）。
Partir	动词；离开。词典形 partir；avant de partir 离开前。
invitation	阴性名词；邀请。remercier quelqu'un pour son invitation。
chez moi	介词短语；在我家、到我家。dîner chez moi 在我家吃晚饭。

DAY 21 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 chez 表示去谁家

Chez 可以用在吃饭、做客等句子里，说明地点是谁的家。

Je dîne chez mon amie.：我在朋友家吃晚饭。

Elle dîne chez moi.：她在我家吃晚饭。

Je dîne 是“我吃晚饭”，*elle dîne* 是“她吃晚饭”。

2. 用 merci pour 表达感谢

Merci pour… 表示“谢谢你带来的……／谢谢你的……”。把想感谢的事情接在后面即可。

Merci pour l'invitation.：谢谢你的邀请。

Merci pour le dîner.：谢谢你的晚餐招待。

去朋友家做客后，这两句话都很自然。

DAY 21 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 22 / À la réception de l’ hôtel

在酒店办理入住

01 中法混杂版

1. 我来到一座陌生城市，准备住 *deux nuits*。

2. 拖着 *valise* 走进 *hôtel* 后，我来到 *réception* 办理入住。

3. 那位 *réceptionniste* 请我出示 *pièce d'identité*，并确认 *réservation*。

4. 我问 *petit déjeuner* 几点开始，她说从 *sept heures* 到十点。

5. 拿到 *carte de la chambre* 后，我乘 *ascenseur* 来到 *troisième étage*，找到了房间。

6. 房间不大，但窗外 *vue* 很好，我很 *contente*。

02 全法语版

1. Je suis arrivée dans une ville que je ne connaissais pas pour y passer deux nuits.

2. Je suis entrée dans l'hôtel en tirant ma valise et je suis allée à la réception pour m'enregistrer.

3. La réceptionniste m'a demandé une pièce d'identité et a vérifié ma réservation.

4. Je lui ai demandé les horaires du petit déjeuner : il était servi de sept heures à dix heures.

5. Elle m'a donné la carte de ma chambre et j'ai pris l'ascenseur jusqu'au troisième étage, où j'ai trouvé ma chambre.

6. La chambre était petite, mais la vue était belle et j'étais très contente.

DAY 22 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 我来到一座陌生城市，准备住 _____。

2. 拖着 _____ 走进 _____ 后，我来到 _____ 办理入住。

3. 那位 _____ 请我出示 _____，并确认 _____。

4. 我问 _____ 几点开始，她说从 _____ 到十点。

5. 拿到 _____ 后，我乘 _____ 来到 _____，找到了房间。

6. 房间不大，但窗外 _____ 很好，我很 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 22 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
deux nuits	数量短语；两晚。passer deux nuits 住两晚；酒店住宿按 nuit 表达。
valise	阴性名词；行李箱。ma valise；复数 valises。
hôtel	阳性名词；酒店。un hôtel：一家酒店；定冠词形式写 l’ hôtel。
réception	阴性名词；前台。à la réception：在前台；aller à la réception：去前台。 m’ enregistrer：办理入住登记。
réceptionniste	名词；前台接待员。本篇 la réceptionniste 为女性；男性 un réceptionniste。
pièce d'identité	阴性名词短语；身份证件。une pièce d'identité；泛指有效身份证明。
réservation	阴性名词；预订。ma réservation；对应动词 réserver。
petit déjeuner	阳性名词短语；早餐。les horaires du petit déjeuner 早餐供应时间。
sept heures	时间短语；七点。de sept heures à dix heures 从七点到十点。
carte de la chambre	阴性名词短语；房卡。la carte de ma chambre 我的房间门卡。
ascenseur	阳性名词；电梯。prendre l'ascenseur 坐电梯。
troisième étage	阳性名词短语；法国编号的三层。au troisième étage：在法国编号的三层。地面层叫 rez-de-chaussée，其上一层才是 premier étage；troisième étage 通常对应中国编号的四楼。
vue	阴性名词；景色、视野。la vue était belle；belle 与 vue 一致。
contente	阴性形容词；高兴、满意的。j'étais contente；男性 content。

DAY 22 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 de… à… 说一个时间段

早餐从几点供应到几点，可以用 de＋开始时间＋à＋结束时间。

Le petit déjeuner est servi de sept heures à dix heures.：早餐从七点供应到十点。

La réception est ouverte de huit heures à vingt heures.：前台从八点开放到二十点。

先读清楚两个数字，就能抓住一段时间的起点和终点。

2. 用 à quelle heure 问“几点”

À quelle heure 是“在几点”。把它放在问题开头，就能询问时间。

À quelle heure commence le petit déjeuner ?：早餐几点开始?

À quelle heure ouvre la réception ?：前台几点开放?

Commence 是开始，*ouvre* 是开放、开门。

DAY 22 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 23 / Un billet de train

去火车站买票

01 中法混杂版

1. 我决定 *week-end* 去附近城市玩一天。

2. 打开购票 *site* 后，发现上午的 *trains* 已经 *complets*。

3. 于是我来到 *gare*，想问还有没有其他 *départs*。

4. 那位 *vendeur* 告诉我，*quatorze heures* 还有一趟 *train direct*。

5. 我买了 *billet aller-retour*，并询问 *quai de départ*。

6. 虽然出发比 *prévu* 晚一点，但至少不用 *annuler* 旅行了。

02 全法语版

1. J'ai décidé de passer une journée dans une ville voisine ce week-end.

2. Sur le site de réservation, j'ai vu que les trains du matin étaient complets.

3. Je suis donc allée à la gare pour demander s'il restait d'autres départs possibles.

4. Le vendeur m'a indiqué un train direct à quatorze heures.

5. J'ai acheté un billet aller-retour et demandé de quel quai le train partirait.

6. L'heure de départ était plus tardive que prévu, mais au moins, je n'avais pas besoin d'annuler mon voyage.

DAY 23 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 我决定 _____ 去附近城市玩一天。

2. 打开购票 _____ 后，发现上午的 _____ 已经 _____。

3. 于是我来到 _____，想问还有没有其他 _____。

4. 那位 _____ 告诉我，_____ 还有一趟 _____。

5. 我买了 _____，并询问 _____。

6. 虽然出发比 _____ 晚一点，但至少不用 _____ 旅行了。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 23 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
week-end	阳性名词；周末。ce week-end：这个周末；le week-end：在周末。
site	阳性名词；网站。un site de réservation 预订网站。
trains	阳性复数名词；火车。les trains du matin 上午的列车。
complets	阳性复数形容词；满员的。les trains étaient complets；单数 complet。
gare	阴性名词；火车站。à la gare；与地铁 station 区分。
départs	阳性复数名词；出发班次。d'autres départs 其他出发班次。
vendeur	阳性名词；售票员、售货员。此处为车站售票工作人员。
quatorze heures	时间短语；十四点。à quatorze heures 下午两点。
train direct	阳性名词短语；直达列车。un train direct：可直接抵达目的地的列车；旅客乘同一趟车完成行程。
billet aller-retour	阳性名词短语；往返票。un billet aller-retour；单程票 billet aller simple。
quai de départ	阳性名词短语；出发站台。de quel quai… 从哪个站台……。 le train partirait：列车将要出发。
prévu	过去分词；预计的。plus tard que prévu 比预计晚；作为固定比较块记忆。
annuler	动词；取消。annuler un voyage；双写 n。

DAY 23 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 aller à 表示“去……”

Je vais 是“我去”。说去火车站或市中心，可以把地点接在后面。

Je vais à la gare.：我去火车站。

Je vais au centre-ville.：我去市中心。

À＋le 合成 au，所以 *le centre-ville* 前面用 au；*la gare* 前面写 à la。

2. 用 je voudrais 买一张票

买票时，Je voudrais… 能礼貌地说明自己的需要。

Je voudrais un billet aller-retour.：我想买一张往返票。

Je voudrais un billet aller simple.：我想买一张单程票。

把 *un billet* 与后面的票种连在一起记，下次购票时就能直接使用。

DAY 23 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 24 / Une rencontre inattendue

在咖啡馆遇见老朋友

01 中法混杂版

1. 下午，我在 *café* 里一边喝 *thé* 一边工作。

2. 突然有人叫我的 *prénom*，抬头才发现是多年没见的 *amie d'université*。

3. 她说最近刚 *déménager* 到这座 *ville*，正在找 *travail*。

4. 我们聊了很久，还回忆起上学时那些 *souvenirs*。

5. *Partir* 前，我们交换了新的 *numéros de téléphone*，约好 *semaine prochaine* 一起吃午饭。

6. 没想到只是出来喝茶，就这样 *retrouver* 了老朋友。

02 全法语版

1. Cet après-midi, je travaillais dans un café en buvant du thé.

2. Soudain, quelqu'un m'a appelée par mon prénom et j'ai levé la tête : c'était une amie d'université que je n'avais pas vue depuis des années.

3. Elle m'a dit qu'elle venait de déménager dans cette ville et qu'elle cherchait du travail.

4. Nous avons parlé longtemps et évoqué de bons souvenirs de nos études.

5. Avant de partir, nous avons échangé nos nouveaux numéros de téléphone et prévu de déjeuner ensemble la semaine prochaine.

6. Je ne pensais pas retrouver une vieille amie en sortant simplement prendre un thé.

DAY 24 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 下午，我在 _____ 里一边喝 _____ 一边工作。

2. 突然有人叫我的 _____，抬头才发现是多年没见的 _____。

3. 她说最近刚 _____ 到这座 _____，正在找 _____。

4. 我们聊了很久，还回忆起上学时那些 _____。

5. _____ 前，我们交换了新的 _____，约好 _____ 一起吃午饭。

6. 没想到只是出来喝茶，就这样 _____ 了老朋友。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 24 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
café	阳性名词；咖啡馆。dans un café；本篇主要指店铺。
thé	阳性名词；茶。boire du thé；prendre un thé 点一杯茶。
prénom	阳性名词；名字。mon prénom；区别于 nom de famille 姓氏。
amie d'université	阴性名词短语；大学时期的朋友。une amie d’ université：大学时期结识的女性朋友。
déménager	动词；搬家。venir de déménager 刚搬家。
ville	阴性名词；城市。dans cette ville 在这座城市。
travail	阳性名词；工作。chercher du travail 找工作。
souvenirs	阳性复数名词；回忆。de bons souvenirs 美好回忆。 évoquer des souvenirs：聊起往事；une vieille amie：一位老朋友。
Partir	动词；离开。avant de partir；这里首字母大写只因处于句首。
numéros de téléphone	阳性复数名词短语；电话号码。échanger nos numéros 交换彼此号码。
semaine prochaine	阴性名词短语；下周。la semaine prochaine。
retrouver	动词；重逢、重新找到。retrouver une amie：与一位朋友重逢；retrouver un objet：重新找到一件物品。

DAY 24 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 chercher 表示“寻找”

Chercher 是寻找。找工作、找地方都可以用这个动词。

Je cherche du travail.：我在找工作。

Elle cherche un café.：她在找一家咖啡馆。

Je cherche 是“我找”，*elle cherche* 是“她找”。故事里的 *elle cherchait* 表示她当时正在找。

2. 用 ensemble 表示“一起”

想约朋友一起做某事，可以在动作后面加 *ensemble*。

Nous déjeunons ensemble.：我们一起吃午饭。

Nous travaillons ensemble.：我们一起工作。

Nous 是我们；*déjeunons* 和 *travaillons* 分别是“我们吃午饭”和“我们工作”。

DAY 24 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 25 / Un rendez-vous médical

预约医生看病

01 中法混杂版

1. 最近几天，我的 *dos* 一直疼，于是决定 *prendre rendez-vous*。

2. 我在网上找到附近一家 *cabinet médical*，预约了 *vendredi matin*。

3. 到了以后，*secrétaire* 请我先填写 *informations personnelles*。

4. 我在 *salle d'attente* 等了大约 *quinze minutes*，*médecin* 才叫到我的名字。

5. 我向他描述 *symptômes*，他问了几个问题，建议暂时减少 *sport intense*。

6. 离开前，我约好了下一次 *consultation* 的时间。

02 全法语版

1. Depuis quelques jours, j'avais mal au dos, alors j'ai décidé de prendre rendez-vous chez le médecin.

2. J'ai trouvé sur Internet un cabinet médical près de chez moi et pris rendez-vous pour vendredi matin.

3. À mon arrivée, la secrétaire m'a demandé de remplir un formulaire avec mes informations personnelles.

4. J'ai attendu environ quinze minutes dans la salle d'attente, puis le médecin m'a appelée par mon nom.

5. Je lui ai décrit mes symptômes, il m'a posé quelques questions et conseillé de limiter les activités sportives intenses pendant quelque temps.

6. Avant de partir, j'ai pris rendez-vous pour une consultation de suivi.

DAY 25 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 最近几天，我的 _____ 一直疼，于是决定 _____。

2. 我在网上找到附近一家 _____，预约了 _____。

3. 到了以后，_____ 请我先填写 _____。

4. 我在 _____ 等了大约 _____，_____ 才叫到我的名字。

5. 我向他描述 _____，他问了几个问题，建议暂时减少 _____。

6. 离开前，我约好了下一次 _____ 的时间。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 25 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
dos	阳性名词；背部。avoir mal au dos 背疼；dos 单数有 s。
prendre rendez-vous	动词短语；预约。prendre rendez-vous chez le médecin；rendez-vous 单复数同形。
cabinet médical	阳性名词短语；医生诊所。un cabinet médical；通常指医生接诊场所。
vendredi matin	时间短语；周五上午。vendredi matin：某个周五上午；le vendredi matin：每逢周五上午。
secrétaire	名词；秘书、接待人员。本篇 la secrétaire 为女性；职业名词本身阴阳同形。
informations personnelles	阴性复数名词短语；个人信息。mes informations personnelles；形容词加 es。
salle d'attente	阴性名词短语；候诊室。dans la salle d'attente；attente 等待。
quinze minutes	数量短语；十五分钟。environ quinze minutes 大约十五分钟。
médecin	名词；医生。本篇 le médecin、il 指男性医生。
symptômes	阳性复数名词；症状。décrire ses symptômes 描述症状。
sport intense	阳性名词短语；剧烈运动。故事用 activités sportives intenses，意为高强度运动活动。
consultation	阴性名词；问诊、诊疗。une consultation de suivi 复诊。

DAY 25 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 prendre rendez-vous 表示预约

把 prendre rendez-vous 记成一个短语，就能用在看医生、理发等场景里。

Je voudrais prendre rendez-vous.：我想预约。

Je voudrais prendre rendez-vous chez le médecin.：我想预约看医生。

Chez le médecin 是“去医生那里”，接在后面就补充了预约对象。

2. 用星期＋matin、après-midi 说预约时间

星期后面加上午或下午，就能说得更具体。

vendredi matin：周五上午。

vendredi après-midi：周五下午。

放进句子里：*J'ai rendez-vous vendredi matin.*——我约在周五上午。

DAY 25 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 26 / Dans mon nouvel appartement

搬进新公寓

01 中法混杂版

1. 搬进 *nouvel appartement* 的第一天，我从早上就开始整理 *bagages*。

2. 这里有一间 *chambre*、一间小 *cuisine*，还有一个很 *lumineux* 的 *salon*。

3. 我把 *vêtements* 放进 *armoire*，又把书一本本摆上 *étagère*。

4. 可是到了晚上，我发现厨房没有 *eau chaude*，浴室也一样。

5. 我给 *propriétaire* 发消息，请他帮忙 *vérifier* 一下供水设备。

6. 他说第二天会找人 *réparer*，我只好先洗一次 *douche froide*。

02 全法语版

1. Le jour de mon emménagement dans mon nouvel appartement, j'ai commencé à défaire mes bagages dès le matin.

2. L'appartement avait une chambre, une petite cuisine et un salon lumineux.

3. J'ai mis mes vêtements dans l'armoire et rangé mes livres un par un sur l'étagère.

4. Mais le soir, j'ai découvert qu'il n'y avait pas d'eau chaude, ni dans la cuisine ni dans la salle de bains.

5. J'ai envoyé un message au propriétaire pour lui demander de vérifier l'installation.

6. Il m'a répondu qu'il enverrait quelqu'un réparer l'installation le lendemain, alors j'ai dû prendre une douche froide.

DAY 26 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 搬进 _____ 的第一天，我从早上就开始整理 _____。

2. 这里有一间 _____、一间小 _____，还有一个很 _____ 的 _____。

3. 我把 _____ 放进 _____，又把书一本本摆上 _____。

4. 可是到了晚上，我发现厨房没有 _____，浴室也一样。

5. 我给 _____ 发消息，请他帮忙 _____ 一下供水设备。

6. 他说第二天会找人 _____，我只好先洗一次 _____。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 26 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
nouvel appartement	阳性名词短语；新公寓。un nouvel appartement；阳性单数名词前若紧接元音或哑音 h，nouveau 用 nouvel；如 un nouvel appartement、un nouvel hôtel。
bagages	阳性复数名词；行李。mes bagages；单数 un bagage。
chambre	阴性名词；卧室。une chambre；在酒店语境可指客房。
cuisine	阴性名词；厨房。une petite cuisine；也可指烹饪。
lumineux	形容词；明亮的。阳性 lumineux，阴性 lumineuse。
salon	阳性名词；客厅。un salon lumineux；形容词随 salon 用阳性。
vêtements	阳性复数名词；衣服。mes vêtements；单数 un vêtement。
armoire	阴性名词；衣柜。une armoire：一个衣柜；dans l’ armoire：在衣柜里。
étagère	阴性名词；置物架、书架。sur l'étagère；此处用来放书。
eau chaude	阴性名词短语；热水。de l'eau chaude；否定 pas d'eau chaude。
propriétaire	名词；房东、所有者。本篇 le propriétaire 为男性；女房东 la propriétaire。
vérifier	动词；检查、核实。vérifier l’ installation 检查设备；本篇指与供水有关的设施。
réparer	动词；修理。réparer l’ installation 维修设备；envoyer quelqu’ un réparer… 派人去维修……。 il enverrait quelqu’ un：他会派人来。
douche froide	阴性名词短语；冷水澡。prendre une douche froide；froide 与 douche 一致。

DAY 26 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 il y a 介绍房间里有什么

介绍新家时，Il y a… 可以接房间或家具。

Il y a une chambre.：这里有一间卧室。

Il y a une armoire dans la chambre.：卧室里有一个衣柜。

Dans la chambre 是“在卧室里”，把它放进句子，就能说清位置。

2. 用 il n'y a pas de 表示“没有……”

遇到少了某样东西的情况，可以用 Il n'y a pas de… 说明。

Il n'y a pas d'eau chaude.：没有热水。

Il n'y a pas de table.：没有桌子。

Eau 以元音开头，前面的 de 写成 *d'*。

DAY 26 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 27 / Chez la fleuriste

去花店买花

01 中法混杂版

1. 朋友过 *anniversaire*，我想送她一束漂亮的 *fleurs*。

2. 走进 *boutique de fleurs*，我看见 *roses*、*tulipes* 和各种颜色的小花。

3. 我告诉那位 *fleuriste*，想要一束风格 *simple*、带有一些 *couleurs vives* 的花。

4. 她挑了几枝 *tulipes roses*，又加了一些 *feuilles vertes*。

5. 我觉得她配好的 *bouquet* 很漂亮，请她帮忙 *emballer*。

6. 离开时，我已经开始期待朋友收到 *cadeau* 时的表情。

02 全法语版

1. Pour l'anniversaire d'une amie, je voulais lui offrir de belles fleurs.

2. Je suis entrée dans une boutique de fleurs et j'ai vu des roses, des tulipes et de petites fleurs de toutes les couleurs.

3. J'ai demandé à la fleuriste un bouquet simple, avec des couleurs vives.

4. Elle a choisi quelques tulipes roses et ajouté des feuilles vertes.

5. J'ai trouvé le bouquet très joli et je lui ai demandé de l'emballer.

6. En quittant la boutique, j'avais déjà hâte de voir la réaction de mon amie au moment de lui offrir son cadeau.

DAY 27 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 朋友过 _____，我想送她一束漂亮的 _____。

2. 走进 _____，我看见 _____、_____ 和各种颜色的小花。

3. 我告诉那位 _____，想要一束风格 _____、带有一些 _____ 的花。

4. 她挑了几枝 _____，又加了一些 _____。

5. 我觉得她配好的 _____ 很漂亮，请她帮忙 _____。

6. 离开时，我已经开始期待朋友收到 _____ 时的表情。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 27 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
anniversaire	阳性名词；生日、周年纪念。l'anniversaire d'une amie 一位朋友的生日。
fleurs	阴性复数名词；花。de belles fleurs 漂亮的花；belles 前的 des 通常变 de。
boutique de fleurs	阴性名词短语；花店。une boutique de fleurs；也可说 chez la fleuriste。
roses	阴性复数名词；玫瑰。des roses：一些玫瑰；une rose：一枝玫瑰。
tulipes	阴性复数名词；郁金香。une tulipe；des tulipes。
fleuriste	名词；花店店员、花商。本篇 la fleuriste 为女性；男性 le fleuriste。
simple	形容词；简洁的。un bouquet simple；单数阴阳同形。
couleurs vives	阴性复数名词短语；鲜艳的颜色。des couleurs vives；中心词 couleur 为阴性，vif 随复数 couleurs 变为 vives。
tulipes roses	阴性复数名词短语；粉色郁金香。rose 作颜色形容词时可配合，复数 roses。
feuilles vertes	阴性复数名词短语；绿叶。une feuille verte；vert → verte → vertes。
bouquet	阳性名词；花束。un bouquet de fleurs；joli 修饰 bouquet 用阳性。
emballer	动词；包装。emballer un bouquet；双写 l。
cadeau	阳性名词；礼物。son cadeau；物主词随 cadeau 用阳性。 la réaction：反应；avoir hâte de：期待做某事。

DAY 27 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 让颜色词跟着花和叶子变化

本课的 rose、vert 是会按性数配合的颜色形容词，放在名词后。并非所有颜色词都变化，例如 orange、marron 通常不变：des fleurs orange。

une tulipe rose：一枝粉色郁金香。

des tulipes roses：一些粉色郁金香。

des feuilles vertes：一些绿色的叶子。

复数的 *tulipes* 搭配 *roses*；阴性复数的 *feuilles* 搭配 *vertes*。

2. 用 quelques 表示“几……”

想说几枝花、几片叶子，可以用 quelques＋复数名词。

quelques tulipes：几枝郁金香。

quelques feuilles：几片叶子。

Quelques 自己带着 s，后面的名词也用复数。

DAY 27 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 28 / Une fête d’ anniversaire

参加朋友的生日聚会

01 中法混杂版

1. 晚上，我去参加朋友在家办的 *fête d'anniversaire*。

2. *Salon* 里已来了很多人，桌上摆满 *choses à grignoter* 和 *boissons*。

3. 我认识其中几个人，但大多数 *invités* 都是第一次见。

4. 朋友把我 *présenter* 给大家，我们很快聊起 *voyages* 和 *films*。

5. 后来大家唱起 *Joyeux anniversaire*，朋友吹灭 *bougies*，切开 *gâteau*。

6. 结束时已经很晚，但我认识了几位很 *intéressants* 的新朋友。

02 全法语版

1. Ce soir, je suis allée à la fête d'anniversaire d'une amie chez elle.

2. Le salon était déjà rempli d'invités et, sur la table, il y avait des boissons et plein de choses à grignoter.

3. Je connaissais quelques personnes, mais je rencontrais la plupart des invités pour la première fois.

4. Mon amie m'a présentée aux autres et nous avons vite commencé à parler de voyages et de films.

5. Ensuite, nous avons chanté « Joyeux anniversaire », puis elle a soufflé les bougies et coupé le gâteau.

6. À la fin de la fête, il était déjà très tard, mais j'avais fait la connaissance de plusieurs nouveaux amis très intéressants.

DAY 28 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 晚上，我去参加朋友在家办的 _____。

2. _____ 里已来了很多人，桌上摆满 _____ 和 _____。

3. 我认识其中几个人，但大多数 _____ 都是第一次见。

4. 朋友把我 _____ 给大家，我们很快聊起 _____ 和 _____。

5. 后来大家唱起 _____，朋友吹灭 _____，切开 _____。

6. 结束时已经很晚，但我认识了几位很 _____ 的新朋友。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 28 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
fête d'anniversaire	阴性名词短语；生日聚会。aller à une fête d'anniversaire。
Salon	阳性名词；客厅。句首写 Salon；un salon 是一间客厅。
choses à grignoter	阴性复数名词短语；零食、小吃。des choses à grignoter，直译“可以吃着解馋的东西”；比孤立的 snack 更明确地指食品。
boissons	阴性复数名词；饮料。une boisson：一种饮料；des boissons：一些饮料。
invités	阳性复数名词；受邀客人。la plupart des invités 大多数客人。
présenter	动词；介绍。présenter quelqu'un à quelqu'un。
voyages	阳性复数名词；旅行。parler de voyages 聊旅行。
films	阳性复数名词；电影。parler de films；单数 un film。
Joyeux anniversaire	祝福语；生日快乐。生日祝福语；joyeux 与阳性名词 anniversaire 搭配。
bougies	阴性复数名词；蜡烛。souffler les bougies 吹灭蜡烛。
gâteau	阳性名词；蛋糕。couper le gâteau 切蛋糕。
intéressants	阳性复数形容词；有趣的。des amis intéressants；阴性复数 intéressantes。 faire la connaissance de：结识某人。

DAY 28 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 connaître 说“认识某个人”

在聚会上介绍自己认识的人，可以从 Je connais… 开始。

Je connais Marie.：我认识玛丽。

Je connais quelques invités.：我认识几位客人。

Connais 来自 connaître。故事里的 *je connaissais* 是“我当时就认识”。

2. 用 parler de 表示“聊……”

想说大家聊什么，可以把话题接在 parler de 后面。

Nous parlons de voyages.：我们聊旅行。

Nous parlons de films.：我们聊电影。

Nous parlons 是“我们聊天”，换掉后面的话题，就能描述自己的聚会。

DAY 28 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么？

我想试着说的一句法语

DAY 29 / Vérifier les ingrédients

在餐厅遇到点单问题

01 中法混杂版

1. 晚上，我去 *restaurant* 吃饭，想点 *pâtes aux champignons*。

2. 看了 *carte*，却没发现是否含 *crème* 的说明。

3. 因为我不太能吃 *produits laitiers*，便请 *serveur* 帮忙 *vérifier*。

4. 他去 *cuisine* 问了 *chef*，回来确认里面确实有奶油。

5. 于是我确认 *pâtes à la sauce tomate* 不含乳制品后改点了它，再要一杯 *eau citronnée*。

6. 虽然没吃到原本想点的菜，这顿 *repas* 还是很不错。

02 全法语版

1. Ce soir, je suis allée au restaurant et je voulais commander des pâtes aux champignons.

2. J'ai regardé la carte, mais elle ne précisait pas si ce plat contenait de la crème.

3. Comme je supporte mal les produits laitiers, j'ai demandé au serveur de vérifier les ingrédients.

4. Il est allé en cuisine poser la question au chef, puis il m'a confirmé que le plat contenait bien de la crème.

5. J'ai vérifié que les pâtes à la sauce tomate ne contenaient pas de produits laitiers, puis je les ai commandées avec un verre d'eau citronnée.

6. Ce n'était pas le plat prévu, mais le repas était très bon.

DAY 29 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 晚上，我去 _____ 吃饭，想点 _____。

2. 看了 _____，却没发现是否含 _____ 的说明。

3. 因为我不太能吃 _____，便请 _____ 帮忙 _____。

4. 他去 _____ 问了 _____，回来确认里面确实有奶油。

5. 于是我确认 _____ 不含乳制品后改点了它，再要一杯 _____。

6. 虽然没吃到原本想点的菜，这顿 _____ 还是很不错。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 29 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
restaurant	阳性名词；餐厅。aller au restaurant。
pâtes aux champignons	阴性复数名词短语；蘑菇意面。aux = à + les；un champignon 是一朵蘑菇。
carte	阴性名词；菜单。la carte：餐厅菜单；sur la carte：在菜单上。
crème	阴性名词；奶油。de la crème：一些奶油；contenir de la crème：含奶油。
produits laitiers	阳性复数名词短语；乳制品。un produit laitier；laitiers 与 produits 配合。
serveur	阳性名词；服务员。demander au serveur 向服务员询问。
vérifier	动词；核实。vérifier les ingrédients 核实原料。 contenait bien：确实含有；bien 在这里表示“确实”。
cuisine	阴性名词；厨房。en cuisine 在厨房里。
chef	阳性名词；主厨。le chef：主厨；poser une question au chef：向主厨提问。
pâtes à la sauce tomate	阴性复数名词短语；番茄酱意面。à la sauce tomate 说明搭配番茄酱；点餐时可询问具体食材。
eau citronnée	阴性名词短语；柠檬水。水中加入柠檬；un verre d’ eau citronnée：一杯柠檬水。
repas	阳性名词；一餐。le repas；单数也保留 s。

DAY 29 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 est-ce que 提问

想确认一件事，可以在句子前面加 Est-ce que… ?，意思相当于“……吗？”。

Est-ce que ce plat contient de la crème ?：这道菜含奶油吗?

Est-ce que ce plat contient du lait ?：这道菜含牛奶吗?

Contient 是“含有”；*de la crème* 是奶油，*du lait* 是牛奶。

2. 用 sans 表示“不加、不含……”

Sans 后面直接接食材，可以说清自己想要的做法。

Je voudrais un café sans lait.：我想要一杯不加奶的咖啡。

Je voudrais des pâtes sans crème.：我想要一份不加奶油的意面。

先说 *Je voudrais...* 表达需要，再用 *sans...* 补充食材要求。

DAY 29 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

DAY 30 / Un week-end en solo

一个人的周末旅行

01 中法混杂版

1. 这个 *week-end*，我决定 *seule* 去附近的小镇旅行。

2. 我提前订好 *billets de train*，早上带着 *sac à dos* 出发。

3. 到了以后，我沿 *rues* 慢慢走，还参观了一座 *vieille église*。

4. *À midi*，我找了一家小 *restaurant*，点了当地的 *spécialité*。

5. 下午，我坐在 *rivière* 边喝咖啡，看着 *passants*，觉得特别 *détendue*。

6. *Le soir* 坐火车回家时，我已经开始期待 *prochain voyage* 了。

02 全法语版

1. Ce week-end, j'ai décidé de partir seule dans une petite ville voisine.

2. J'avais réservé mes billets de train à l'avance et je suis partie le matin avec mon sac à dos.

3. Sur place, j'ai marché tranquillement dans les rues et visité une vieille église.

4. À midi, j'ai trouvé un petit restaurant et commandé une spécialité locale.

5. L'après-midi, je me suis assise au bord de la rivière pour boire un café et regarder les passants, et je me sentais très détendue.

6. Le soir, dans le train du retour, j'avais déjà hâte de faire mon prochain voyage.

DAY 30 / 回忆与练习

03 中文混杂填空版

把故事里的法语填回空白处。写完后，翻回故事读一读。

1. 这个 _____，我决定 _____ 去附近的小镇旅行。

2. 我提前订好 _____，早上带着 _____ 出发。

3. 到了以后，我沿 _____ 慢慢走，还参观了一座 _____。

4. _____，我找了一家小 _____，点了当地的 _____。

5. 下午，我坐在 _____ 边喝咖啡，看着 _____，觉得特别 _____。

6. _____ 坐火车回家时，我已经开始期待 _____ 了。

我的词句练习

写下想记住的词语，或试着写一句自己的法语。

DAY 30 / 把词语放进生活

04 词汇详解

词语	意思与用法
week-end	阳性名词；周末。ce week-end 这个周末。
seule	阴性形容词；独自的。partir seule；男性用 seul。
billets de train	阳性复数名词短语；火车票。réserver ses billets de train 预订火车票。
sac à dos	阳性名词短语；背包。avec mon sac à dos 带着背包。
rues	阴性复数名词；街道。dans les rues 在街上。
vieille église	阴性名词短语；古老的教堂。une vieille église；vieux 的阴性为 vieille。
À midi	时间短语；在中午。à midi：在中午；句首的 À 保留重音符号。
restaurant	阳性名词；餐厅。un petit restaurant；petit 放在名词前。
spécialité	阴性名词；特色菜、特产。une spécialité locale；本篇指地方菜。
rivière	阴性名词；河流。au bord de la rivière 在河边。
passants	阳性复数名词；过路人。les passants；女性单数 une passante。
détendue	阴性形容词；放松的。je me sentais détendue；阳性 détendu。
Le soir	时间短语；傍晚、晚上。本篇指这次旅行当天的傍晚。
prochain voyage	阳性名词短语；下次旅行。mon prochain voyage；prochain 与 voyage 配合。

DAY 30 / 学一点，再用一点

05 语法详解

1. 用 je vais＋动词原形说旅行计划

Je vais 后面接一个动作，可以表示“我打算……”。

Je vais visiter une église.：我打算参观一座教堂。

Je vais prendre le train.：我打算坐火车。

Visiter 和 *prendre* 都保持动词原形。换一个动作，就能继续写自己的计划。

2. 用 avoir hâte de 表示“很期待……”

故事最后，主人公已经期待下一次旅行。你也可以用 J'ai hâte de… 表达这种心情。

J'ai hâte de voyager.：我很期待去旅行。

J'ai hâte de revoir mon amie.：我很期待再见到朋友。

Voyager 是旅行，*revoir* 是再次见到。把期待的事放在 de 后面，就说出了自己的想法。

DAY 30 / 记录今天的收获

今日打卡

学习日期：_____ ☐ 阅读 ☐ 填空 ☐ 例句

今天学到了什么?

我想试着说的一句法语

随手查｜八个常用动词的现在时

读完30个故事，你已经见过许多次“我去”“我想”“我有”。把这些常用动词放在一起，看着例句读一读，很快就能发现熟悉的部分。

变位，就是动词配合说话的人，换一种写法。比如“我去”是 *je vais*，“你去”是 *tu vas*，“我们去”是 *nous allons*。先从自己最常说的 *je* 这一行开始，再逐渐换成其他人。

先认识句子里的“谁”

法语	中文	一个使用场景
je	我	说自己的想法
tu	你	与熟悉的朋友交谈
il / elle	他／她；它	说起一个人或一件东西
on	大家；日常口语里也常表示我们	*On va au cinéma.* 我们去看电影。
nous	我们	说自己和其他人一起做的事
vous	您；你们	礼貌称呼一位店员，或对一群人说话
ils / elles	他们／她们；它们	说起多个人或多件东西

Je 遇到元音开头的动词时，常写成 *j'*，例如 *j'ai*（我有）、*j'aime*（我喜欢）。

Il、*elle*、*on* 后面的动词形式相同。*Ils* 可指男性或男女混合的一组人，*elles* 指全女性的一组人；指物时按名词的阴阳性来选择。

第一组：是、有、去、做

主语	être：是、处于某状态	avoir：有	aller：去	faire：做
je	je suis	j'ai	je vais	je fais
tu	tu es	tu as	tu vas	tu fais
il / elle / on	est	a	va	fait
nous	nous sommes	nous avons	nous allons	nous faisons
vous	vous êtes	vous avez	vous allez	vous faites
ils / elles	sont	ont	vont	font

读到合并的主语行时，把主语和动词连起来，例如 *elle est*、*on va*、*ils ont*。

把每个动词放进一句生活用语：

Je suis contente.：我很开心（女性说）。

J'ai un sac à dos.：我有一个背包。

Je vais au café.：我去咖啡馆。

Je fais du sport.：我做运动。

再换一个人：

Vous êtes à la réception ?：您在前台吗？

Nous avons une réservation.：我们有预订。

On va au cinéma.：我们去看电影。

Elle fait une salade.：她做一份沙拉。

第二组：想、可以、需要、拿取

主语	vouloir：想要	pouvoir：能够、可以	devoir：必须、需要	prendre：拿、取、乘坐等
je	je veux	je peux	je dois	je prends
tu	tu veux	tu peux	tu dois	tu prends
il / elle / on	veut	peut	doit	prend
nous	nous voulons	nous pouvons	nous devons	nous prenons
vous	vous voulez	vous pouvez	vous devez	vous prenez
ils / elles	veulent	peuvent	doivent	prennent

Je veux acheter des fleurs.：我想买花。

Je peux payer par carte.：我可以刷卡付款。

Je dois partir.：我得走了。

Je prends le train.：我坐火车。

Prendre 在生活里很常见，和不同的词搭配时，中文意思也会跟着变化：

法语短语	中文意思
prendre un café	喝一杯咖啡
prendre le bus	坐公交车
prendre une douche	洗澡
prendre rendez-vous	预约

开口与写作｜记住几个开头，把想做的事说出来

想说一句完整的法语，可以先记住几个常用开头，再接上你想做的动作。

这个动作使用动词原形，也叫“不定式”，就是在词典里查到的形式。例如 *manger* 是吃，*acheter* 是买，*partir* 是离开。可以借助英语里的 *to do* 理解“一个动作”的概念；放进下面的法语句型时，直接使用 *manger*、*acheter*、*partir* 这样的法语原形。

1. 先记住五个实用开头

你想表达什么	常用开头	接上动作	中文意思
我想做……	Je veux…	*Je veux acheter du pain.*	我想买面包。
我想要……，语气礼貌	Je voudrais…	*Je voudrais réserver une chambre.*	我想订一间房。
我打算做……／接下来要做……	Je vais…	*Je vais prendre le métro.*	我打算坐地铁。
我可以做……／我能做……	Je peux…	*Je peux venir.*	我能来。
我需要做……／我得做……	Je dois…	*Je dois partir.*	我得走了。

这几组句子都有同样的思路：前面的动词已经配合“我”写好，后面的动作保持原形。学会 *je veux*，就可以接很多动作：

Je veux manger.：我想吃东西。

Je veux voyager.：我想去旅行。

Je veux apprendre le français.：我想学法语。

同样是 *je vais*，后面接地点时表达“我去哪里”，接动词原形时表达“我打算做什么”：

Je vais au café.：我去咖啡馆。

Je vais boire un café.：我打算喝杯咖啡。

其中，*Je voudrais…* 是 vouloir 的一种礼貌表达形式。买东西、订房、预约时，把它作为常用开头记住就很好用。

说自己的愿望用 *Je veux…*；向别人礼貌提出请求时，可以选 *Je voudrais…*。说接下来的打算用 *Je vais…*，这种“aller 的现在时＋动词原形”的结构叫作近期将来时。

2. 同一个动作，换一个开头

以“买一张票”——*acheter un billet* 为例：

法语	你表达的意思
Je veux acheter un billet.	我想买一张票。
Je voudrais acheter un billet.	我想买一张票，语气更礼貌。
Je vais acheter un billet.	我打算去买一张票。
Je peux acheter un billet.	我可以买一张票。
Je dois acheter un billet.	我需要买一张票。

动作一直是 *acheter un billet*，变化的是愿望、计划、能力或需要。写句子时，先选自己真正想表达的意思，再选择开头。

换成“我们”时，只需要把前面换成相应形式：

Nous voulons acheter un billet.：我们想买一张票。

Nous allons acheter un billet.：我们打算买一张票。

如果每人都买票，就把物品换成复数：*Nous allons acheter des billets.*——我们打算买票。

3. 从故事里挑一个动作来替换

动作短语	中文意思	可以直接使用的句子
prendre un café	喝杯咖啡	*Je voudrais prendre un café.* 我想喝杯咖啡。
essayer cette veste	试这件外套	*Je voudrais essayer cette veste.* 我想试试这件外套。
envoyer un colis	寄包裹	*Je dois envoyer un colis.* 我需要寄一个包裹。
faire une salade	做沙拉	*Je vais faire une salade.* 我打算做一份沙拉。
payer par carte	刷卡付款	*Je peux payer par carte ?* 我可以刷卡吗?
prendre rendez-vous	预约	*Je voudrais prendre rendez-vous.* 我想预约。
visiter une église	参观教堂	*Je vais visiter une église.* 我打算参观一座教堂。
rentrer à la maison	回家	*Je veux rentrer à la maison.* 我想回家。

读故事时，也可以顺手收集这样的动作短语。下一次写句子，把它接在熟悉的开头后面即可。

4. 再学两种“我想……”

J'ai envie de＋动词原形，表达“我有点想做……、我想做……”。

J'ai envie de boire un thé.：我想喝杯茶。

J'ai envie de sortir.：我想出门。

把 *j'ai envie de* 整体记住，de 也保留在这个开头里。

J'aime＋动词原形，表达“我喜欢做……”。

J'aime cuisiner.：我喜欢做饭。

J'aime voyager.：我喜欢旅行。

Je veux voyager 是“我想去旅行”，*j'aime voyager* 是“我喜欢旅行”。一个表达愿望，一个介绍爱好。

遇到 *se reposer*（休息）这样的动词时，让前面的小词也跟着人物变化：

Je veux me reposer.：我想休息。

Tu veux te reposer ?：你想休息吗？

Elle veut se reposer.：她想休息。

动作 *reposer* 保持原形，*me*、*te*、*se* 分别呼应我、你、她。

5. 给一句话加上时间和地点

先写出想做的事：

Je vais prendre un café.

我打算喝杯咖啡。

加上时间：

Demain matin, je vais prendre un café.

明天早上，我打算喝杯咖啡。

再加上地点：

Demain matin, je vais prendre un café près de chez moi.

明天早上，我打算在家附近喝杯咖啡。

这句话的顺序是：什么时候＋我打算做什么＋在哪里。把句子一块一块补充完整，写作就有了起点。

6. 用连接词写一小段周末计划

连接词	中文意思
d'abord	首先
ensuite	然后
puis	接着
et	和；并且
mais	但是
parce que	因为
enfin	最后

下面这段话只用了几个熟悉的开头：

Ce week-end, je veux me reposer.

D'abord, je vais prendre un café près de chez moi.

Ensuite, je vais me promener au parc.

Je peux inviter une amie.

Enfin, je vais rentrer à la maison pour préparer le dîner.

这个周末，我想休息一下。首先，我打算在家附近喝杯咖啡。然后，我打算去公园散步。我可以约一位朋友。最后，我打算回家准备晚饭。

这里的 pour préparer 是“为了准备”，*pour*＋动词原形 可以补充做一件事的目的。

写计划时，用 *je vais*＋动作；回顾已经做过的事，可以用 *j'ai acheté*（我买了）、*j'ai mangé*（我吃了）这样的表达。让句子的时间跟着你想讲的事情走，故事就会很清楚。

把知识连起来｜法语语法基础入门

现在，把30个故事里反复出现的知识连起来看。你会发现，很多句子都是从一个人、一个动作，再加上一件东西或一个地点开始的。

1. 一句话，从“谁做什么”开始

最常见的句子顺序是：谁＋做什么＋涉及的东西。

谁	做什么	涉及的东西	整句意思
Je	prends	un café.	我喝一杯咖啡。
Elle	achète	des fleurs.	她买花。
Nous	préparons	le dîner.	我们准备晚饭。

先找“谁”，再找动作，就能抓住句子的主要意思。自己写句子时，也可以沿着这个顺序来。

2. 把名词和 un、une 一起记

法语名词有阳性和阴性。记新词时，把它前面的 *un* 或 *une* 一起读，会更容易记住。

阳性名词	阴性名词
un café：一家咖啡馆／一杯咖啡	une fenêtre：一扇窗
un sac：一个包	une table：一张桌子
un billet：一张票	une chambre：一间房

Un、*une* 常用来第一次说到某样东西；当双方已经知道说的是哪一个，就可以用 *le*、*la*。

J'achète un billet.：我买一张票。

Le billet est dans mon sac.：那张票在我的包里。

元音或哑音 h 开头的词前，le、la 会写成 *l'*，例如 *l'eau*（水）、*l'hôtel*（酒店）。

3. 从一个变成多个

名词变成复数时，常在末尾加 s，前面的词也跟着变化。

一个	多个
un livre：一本书	des livres：一些书
une tomate：一个西红柿	des tomates：一些西红柿
le croissant：那个可颂	les croissants：那些可颂

Des 可以表示一些，*les* 常用来指已经知道的那一组。想说清楚数量，也可以直接用数字：*deux livres*（两本书）、*trois tomates*（三个西红柿）。

像 *un colis*（一个包裹）这样的词，单数本来就带 s，复数仍写 *des colis*。记住整组表达就很方便。

4. 给东西加一个描述

“新鲜的面包”“漂亮的花”“明亮的客厅”都可以用形容词来表达。形容词通常会跟着名词的阴阳性和单复数变化。

un petit café：一家小咖啡馆。

une petite chambre：一间小房间。

de petites chambres：一些小房间。

看看这组变化：petit → petite → petites。e 呼应阴性，s 呼应复数。在规范书面语中，复数名词前有前置形容词时，不定冠词 des 通常变成 de，所以写 de petites chambres。

形容词的位置可以跟着常用短语一起记：

un petit café：petit 在名词前。

un salon lumineux：lumineux 在名词后。

des tulipes roses：颜色 rose 在名词后。

5. 用 être 说状态，用 avoir 说拥有和一些感觉

Je suis… 常用于介绍身份、位置或状态。

Je suis étudiante.：我是学生（女性说）。

Je suis au café.：我在咖啡馆。

Je suis fatiguée.：我累了（女性说）。

J'ai… 可以表示拥有，也用在一些固定的感受表达中。

J'ai une réservation.：我有预订。

J'ai faim.：我饿了。

J'ai soif.：我渴了。

J'ai mal au dos.：我背疼。

把 *j'ai faim*、*j'ai soif* 这样的短句整体记住，就能直接表达自己的需要。

6. 从 aimer 看一种常见的变位规律

Aimer 是“喜欢”。它的现在时可以这样写：

主语	形式	例句意思
je	j'aime	我喜欢
tu	tu aimes	你喜欢
il / elle / on	aime	他／她／大家喜欢
nous	nous aimons	我们喜欢
vous	vous aimez	您／你们喜欢
ils / elles	aiment	他们／她们喜欢

把 *aimer* 末尾的 er 换成 e、es、e、ons、ez、ent，就得到了这些形式。*Parler*（说话）也使用这组词尾：*je parle*、*nous parlons*、*vous parlez*。

J'aime le café.：我喜欢咖啡。

Nous parlons français.：我们说法语。

遇到 aller、faire 这样的常用动词，可以回看前面的核心动词表，把它们各自的形式单独记住。

7. 说自己没有什么，或暂时不做什么

表达否定时，把 ne…pas 放在变位后的动词两边。元音前的 ne 写成 *n'*。

Je travaille.：我工作。

Je ne travaille pas.：我不工作。

J'ai un sac.：我有一个袋子。

Je n'ai pas de sac.：我没有袋子。

表示“没有某样东西”时，可以先记住 je n'ai pas de… 这一组：

Je n'ai pas de billet.：我没有票。

Je n'ai pas d'eau.：我没有水。

前面学过的开头也能这样用：*Je ne peux pas venir.*——我来不了。ne…pas 放在 *peux* 两边，后面的 *venir* 仍是动词原形。

8. 把一句话变成问题

日常交流里，可以用语调上扬来提问，也可以加上 est-ce que。

Vous avez une réservation ?：您有预订吗？

Est-ce que vous avez une réservation ?：您有预订吗？

再记住几个常用的提问开头：

开头	例句	中文意思
où：哪里	*Où est la gare ?*	火车站在哪里？
combien：多少	*Combien coûte ce billet ?*	这张票多少钱？
à quelle heure：几点	*À quelle heure commence le film ?*	电影几点开始？
comment：怎样	*Comment utiliser cet appareil ?*	这台器械怎么用？

和陌生人或店员交流时，加一句 *Bonjour*（您好）、*s'il vous plaît*（请）或 *merci*（谢谢），语气就更友好。

9. 说清位置和方向

表达	中文意思	例子
dans	在……里面	*dans le sac*：在包里
sur	在……上面	*sur la table*：在桌上
près de	靠近……	*près de la fenêtre*：靠近窗户
en face de	在……对面	*en face de la gare*：在火车站对面
chez	在某人家／某人提供服务的地方	*chez mon amie*：在朋友家；*chez le médecin*：在医生那里
à droite	在右边	*La réception est à droite.*：前台在右边。

有时，小词会合在一起写：

原来的组合	合起来写	例子
à＋le	au	*au café*：在咖啡馆／去咖啡馆
à＋les	aux	*aux toilettes*：在洗手间／去洗手间
de＋le	du	*près du parc*：在公园附近
de＋les	des	*la couleur des fleurs*：这些花的颜色

À la 和 *de la* 分开写，例如 *à la gare*（在火车站）、*près de la fenêtre*（靠近窗户）。

10. 给事情加上时间

时间词	中文意思	例句
aujourd'hui	今天	*Aujourd'hui, je travaille.* 今天我工作。
demain	明天	*Demain, je vais sortir.* 明天我打算出门。
hier	昨天	*Hier, j'ai acheté du pain.* 昨天我买了面包。
ce matin	今天早上	*Ce matin, j'ai pris le bus.* 今天早上我坐了公交。
ce soir	今天晚上	*Ce soir, je vais cuisiner.* 今天晚上我打算做饭。

故事里，经常会见到下面几种表达。先借助中文读懂整组意思，再慢慢熟悉它们的写法。

故事里的表达	中文意思
j'ai acheté	我买了
j'ai pris	我拿了／乘坐了
je suis allée	我去了（女性说）
j'étais contente	我当时很开心（女性说）
il y avait	当时有
j'avais oublié	我之前已经忘了

写自己接下来想做的事，就从 *Je veux...*、*Je voudrais...*、*Je vais...* 开始。挑一个今天学过的动作，再加上一个时间或地点，你的第一段法语就慢慢成形了。

11. 看懂故事里的过去时

这些故事回顾已经发生的事，因此正文会用到过去时。先区分三种用途，不必一次背完全部变位。

复合过去时：发生了什么。 结构是 avoir 或 être 的现在时＋过去分词。

J'ai acheté du pain.：我买了面包。ai 来自 avoir，acheté 是 acheter 的过去分词。

Je suis allée au café.：我去了咖啡馆。aller 在这里用 être；女性单数写 allée，男性单数写 allé。

多数动词用 avoir；aller、arriver、partir 等部分不及物用法及代词式动词用 être。不要把“所有移动动词都用 être”当作规则：*J'ai couru.*（我跑了）仍用 avoir。

未完成过去时：当时的状态、背景或习惯。 例如 *Il faisait beau.*（当时天气好）、*J'étais fatiguée.*（我当时很累）。常见构成：现在时 nous 形式去掉 -ons，加 -ais、-ais、-ait、-ions、-iez、-aient；être 的词干特殊，为 ét-。

愈过去时：在另一个过去时刻之前已经发生。 结构是 avoir 或 être 的未完成过去时＋过去分词。*J'avais oublié ma carte bancaire.*：在发现没法刷卡之前，我已经把银行卡忘在别处了。

过去分词为什么有时加 e？ 普通动词用 être 作助动词时，过去分词与主语配合，如 *elle est partie*。用 avoir 时，一般不随主语变化；直接宾语在前时才按该宾语配合，如 *Je les ai commandées.* 中 les 指阴性复数 pâtes。

代词式动词还要看宾语：*Je me suis lavé les mains.* 不因女性主语而写 lavée，因为直接宾语 les mains 在动词后；*Je me suis regardée.* 中 me 是前置直接宾语，女性说话时写 regardée。

把两种过去时放在一起：*Il faisait beau quand je suis sortie.*——我出门时，天气很好。faisait 描述背景，suis sortie 交代发生的动作。