

悯农

Sympathy for Farmers · II

二首·其二

唐·李绅

S01 · 单元01

初见诗歌 / 第04期

听见诗的声音，
看见中文的美。

Hear the poem. See the beauty of
Chinese.



真人朗读：江小北 | 中英双语家长支持版

Read aloud by Jiang Xiaobei, with bilingual notes for grown-ups.

2-3岁 | 听听玩玩

听、指、模仿

Listen, point and play

4-5岁 | 共读表达

跟读、说、玩

Repeat, talk and play

2-3岁先听玩，4-5岁试着共读表达。

Listen and play, then try a word or a whole line.

小读者 / Name: _____ 日期 / Date: _____

三句话，开始一起玩

Three ready-to-use prompts for grown-ups

农人的汗滴到哪里了？

Where does the farmer's sweat fall?

一起做一个轻轻锄地的动作。

Let us pretend to hoe the soil gently.

我读“锄”，你来接。

I say “chú”; you continue.

按兴趣选页，把时间留给一起玩的快乐。

2-3岁：第4页听诗 → 第5页指图 → 第6页动作

Ages 2-3: listen, point and move (pages 4-6).

4-5岁：第7页接龙 → 第8、9页亲子游戏

Ages 4-5: take turns and play (pages 7-9).

蓝色拓展：第10页认字、观察与仿说

Optional: explore a character and a sentence (page 10).

省墨册选取第4、9、10页：共读、游戏、拓展。

Print chosen pages at 100% on A4. Adults do the cutting.

先读懂，再陪孩子看见

Meaning, key words and the poet

用白话读懂画面

正午时，农人还在田里锄草、松土，汗水滴进禾苗下面的泥土。
谁知道盘里的饭食，每一粒都凝结着辛勤的劳动呢？

At midday, a farmer hoes the field, sweat dripping onto the soil. Every grain of food on the plate comes from hard work.

把重点放在“食物从哪里来”和感谢劳动。可以少盛、需要再添；孩子吃饱了可以停，不用诗句催促或要求清空餐盘。

四个词，讲清楚就够了

锄禾 给庄稼锄草、松土，不是把禾苗拔掉。
Hoeing around the crop, not pulling it out.

日当午 正午时分，太阳升得很高。
At midday, when the sun is high.

盘中餐 盘里的饭食，不只指一种食物。
The food on a plate.

皆 都；“粒粒皆辛苦”说每一粒都来之不易。
Every grain comes from hard work.

诗人：李绅，唐代诗人。《悯农》写农人的劳动与生活，提醒人们看见粮食背后的辛苦。

Li Shen was a Tang poet. These verses draw attention to farmers and their work.

悯农二首·其二

Sympathy for Farmers · Li Shen · Tang dynasty

chú

锄

hé

禾

rì

日

dāng

当

wǔ

午

Hoeing the grain at midday,

hàn

汗

dī

滴

hé

禾

xià

下

tǔ

土

Sweat drips onto the soil beneath the plants.

shéi

谁

zhī

知

pán

盘

zhōng

中

cān

餐

Who knows that the food upon the plate,

lì

粒

lì

粒

jiē

皆

xīn

辛

kǔ

苦

Every single grain, comes from hard work?

打开网页听朗读，或选纯人声跟读

先听一句，再跟一句，也可以只跟一个字。

Listen to a line, then repeat. One word is enough.

全龄 / All ages

认一认，再说一句

A grown-up reads and points at each picture



一起说

农人在田里忙。

nóng rén zài tián lǐ máng

The farmer is busy in the field.

绿线 · 2-3岁 / Ages 2-3

听一句，动一动

Listen, copy and take turns

从一个动作开始，今天只玩一项也很好。

One small movement is enough. Choose one activity.

01 小手来松土

双手空握，轻轻做锄地动作；大人一下、孩子一下。

Pretend to hoe with empty hands. Take gentle turns.

02 禾苗慢慢长

蹲低一点，把自己变成小禾苗；慢慢站起，张开双臂变成叶子。

Be a little seedling. Slowly stand and open your leaf arms.

03 学农人擦擦汗

读到“汗滴”，用手背轻碰自己的额头，再对图中的农人说声谢谢。

Touch your forehead for sweat, then thank the farmer in the picture.

动作轻一点，不用真实农具。孩子也可以坐着伸伸手，想停就停。

Keep movements gentle. Stop when your child loses interest.

橙线 · 4-5岁 / Ages 4-5

说一句，接一接

Read together and take turns

一、说一句

从第5页选两个词，指图带读，再示范“农人在田里忙。”问一句：“农人在做什么？”孩子可以说“锄地”，也可以用动作回答。

Choose two words and ask what the farmer is doing. Your child can answer with a word or a gentle hoeing gesture.

二、接龙（玩熟后换角色）

先读前两个字

First two characters

再只读第一个字

First character only

孩子开头，大人接

Let your child start

chú

锄

→

hé rì dāng wǔ

禾

日当午

hàn

汗

→

dī hé xià tǔ

滴

禾下土

shéi

谁

→

zhī pán zhōng cān

知

盘中餐

lì

粒

→

lì jiē xīn kǔ

粒

皆辛苦

接不上就一起读，接上一个字也很好。

Read together whenever your child wants a little help.

打印 · 剪卡 / Print and cut

把四句诗，排排队

Ask an adult to cut the strips

听网页朗读，按听到的顺序排。不剪也能用手指一指。

Listen online and put the lines in order. No scissors? Just point.

A

shéi

zhī

pán

zhōng

cān

谁

知

盘

中

餐

B

chú

hé

rì

dāng

wǔ

锄

禾

日

当

午

C

lì

lì

jiē

xīn

kǔ

粒

粒

皆

辛

苦

D

hàn

dī

hé

xià

tǔ

汗

滴

禾

下

土

孩子还不识字？家长读卡片，孩子听声音排队。答案在第11页。

Read each strip aloud and sort by sound. Answer: page 11.

打印 · 蜡笔 / Print and draw

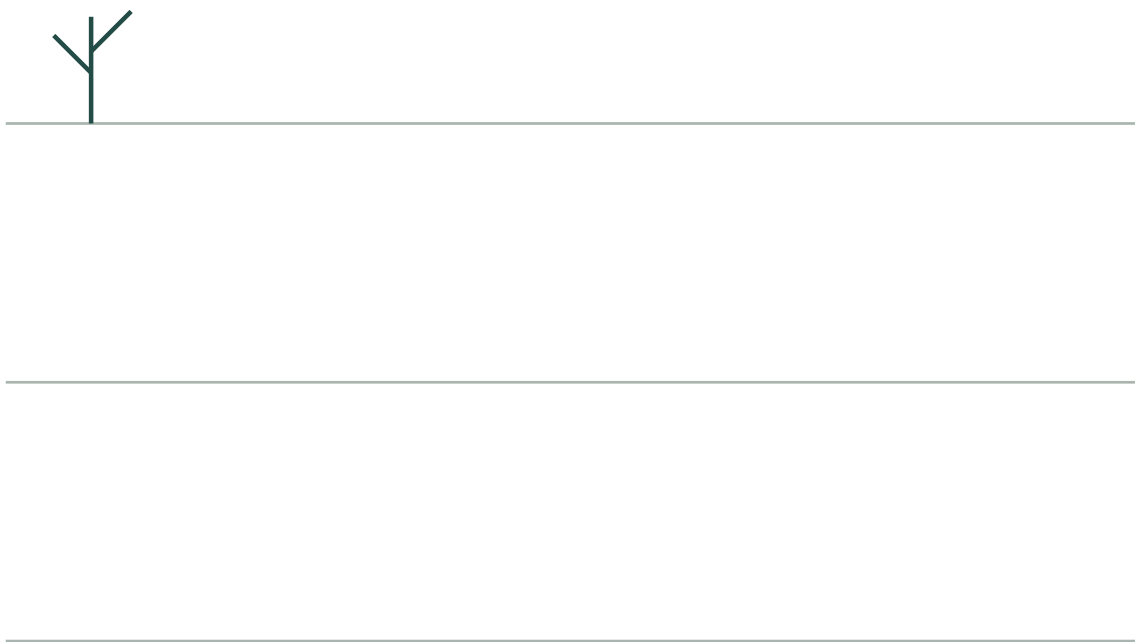
让小禾苗长进田里

Fill the field with little seedlings

在田垄里画短短的竖线，再添两片小叶子。也可以只画一棵，和大人一起说：“禾苗长大了。”

Draw short stems and add two leaves to each. One seedling is enough. Say together: "The seedling is growing."

画一画 / Add seedlings



我给禾苗画了_____。

I added _____ to my seedling.

画线、涂色、指一指都可以，不要求画满整块田。

多想一点，再玩一步

Explore one step further, at your own pace

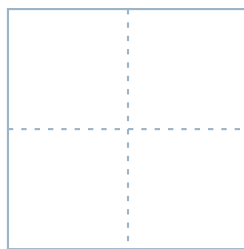
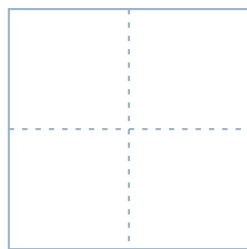
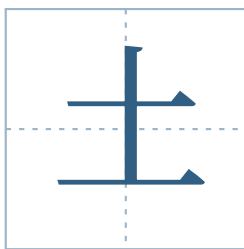
按兴趣选做，不设年龄门槛。任选一项即可。

Follow interest, not age. One task is enough.

01 认一个字：土

在“汗滴禾下土”里找“土”，用手指描一描。

Find the soil character in line 2. Trace with a finger.



先描一描。

想写再试笔。

02 想一想：米饭从哪里来

一碗米饭到桌上之前，都经过了哪些人的劳动？

Who helped bring a bowl of rice to your table?

03 试着仿说一句

谢谢 _____，为我们 _____。

比如：谢谢农人，为我们种粮食。

Thank you, farmers, for growing our food. Who else would you thank?

给家长：聊聊种植、收获、加工、运输和做饭。珍惜粮食，从少盛、按需添饭开始；吃饱了可以停。

把一首诗，变成相伴的时光

Listen, read and play together

第1天 | 看看谁在忙

Day 1: Listen and move. Pages 4-6.

第2天 | 一粒一粒来接读

Day 2: Take turns reading. Page 7.

第3天 | 米饭来做客

Day 3: Play and explore. Pages 8-10.

朗读者的话

江小北 | 央视多个频道长期合作配音员

也是一位两岁龙宝宝的父亲。我想把古诗读给孩子听，也把一起听、一起接、一起玩的快乐，分享给更多家庭。愿每一次共读，都成为孩子记得的温暖时光。

Jiang Xiaobei is a long-term voice-over collaborator with multiple CCTV channels, and a father. This collection brings poetry into the small moments families share.

江小北 · 2026年10月

第8页排序：B → D → A → C。粮食来到餐桌需要劳动，吃饱即可。

朗读：江小北。插图由AI辅助生成并经人工审核编排。字体：Noto (SIL OFL)。家庭共读使用；反馈请联系取得本资料的原渠道。