

Mandarin Corner

mandarincorner.org



Scan to Follow Us on Wechat

Note: If you copy and paste from this PDF, you will get problems with the fonts. To solve this, go to mandarincorner.org > video > click on thumbnail of video you need > larger thumbnail > look for the tabs below the large thumbnail > video transcript > copy and paste from here.

- 1.今天要跟大家聊的话题是
- 2.为什么中国年轻人不爱运动?
- 3.首先我要跟你们分享一下我的经验。
- 4.大家看我是不是属于还算比较瘦的女孩?
- 5.这也是典型的中国女孩的身材。
- 6.当然了，不是所有的中国女孩都这么瘦。
- 7.爱美是人的天性。
- 8.我也一样，希望能保持苗条的身材。
- 9.而我不是个很容易胖的人，
- 10.所以这也给了我运动的借口。
- 11.但这并不代表我很健康。

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

12. 其实最近几年我发现我的身体有很多小毛病。

13. 比如：头痛、失眠、胃痛，

14. 严重的时候还会影响心情。

15. 直到去年我开始注重自己的健康，

16. 每天跑步，饮食营养。

17. 以前我是个不太喜欢吃肉的人，

18. 现在我会每天吃肉、蔬菜，水果等等。

19. 在我坚持运动一年后，

20. 我发现我能睡了，

21. 头痛的毛病也减轻了不少，

22. 最重要的是我的心情比以前好了很多，

23. 不像以前那么经常抑郁了。

24. 这也证明了运动确实能给我们的身体带来健康。

25. 虽然人人知道这个道理，

26. 可却很少有人去做！

27. 每次去公园里跑步，

28. 看到的都是老年人在跳广场舞，

29. 几乎很少看到年轻人出来运动的。

30. 那这是为什么呢？

31. 下面是我网上调查和询问身边的朋友

32. 得出的几个原因。

33. 第一点：意识差

34. 很多人也同意运动确实能给我们带来健康，

35. 可就是不去做。

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

36. 原因也是各种各样,
37. 有人说是因为每天上班, 没时间,
38. 也有人说没有钱去健身房。
39. 首先我觉得健身不一定非要去健身房,
40. 在家里, 在公园里这些公共场所都是可以运动的。
41. 说没时间的人大部分都是
42. 有时间玩手机、睡觉、看电视的。
43. 所以还是大家没有意识到运动的重要性。
44. 在中国, 男人们有赚钱买房子、娶媳妇的压力,
45. 所以自然而然地会把工作放在第一位
46. 而忽略了自己的健康。
47. 女人们却觉得如果瘦的话就不需要运动,
48. 因为运动等于减肥。
49. 有一次, 我跑完步去超市买菜。
50. 老板娘很奇怪地看着我说:
51. “哎? 你这么瘦还需要跑步吗?”
52. 而上学的孩子们, 每天忙着考试, 没有时间运动。
53. 甚至连家长都觉得只要孩子成绩好,
54. 能考上大学、找个好工作、娶个老婆、
55. 买套房子才是最重要的。
56. 第二点: 审美观
57. 如今是个以瘦为美的时代,
58. 女孩子们认为只要瘦就是好看。
59. 而大部分的中国女孩子都是像我这样子比较瘦的,

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

60. 所以对于她们来说，运动自然是没有必要的了。

61. 而且有的女孩子认为跑步会让小腿变粗。

62. 这绝对是她们不能容忍的。

63. 不知从什么时候开始，男孩子打扮地像女孩子了，

64. 而女孩子也渐渐地喜欢上小鲜肉这种类型。

65. 肌肉男则给人带来一种暴力的感觉，

66. 有的女孩子说一身肌肉的男人看着很恶心，

67. 甚至有点害怕肌肉男。

68. 我们有一句话说的是“头脑简单，四肢发达”。

69. 如果大家都觉得长着一身肌肉很难看，

70. 而且是不聪明的标志。

71. 那为什么还花时间，花力气去锻炼呢？

72. 最后一点：懒惰

73. 有一些人是想运动，也知道运动的好处，

74. 可就是没时间。

75. 我们没有时间运动，

76. 可我们绝对有时间玩手机！

77. 手机是个好东西，

78. 它能打电话、发短信、看电视，甚至购物、叫餐！

79. 在给人们带来方便的同时也让人们变得越来越懒。

80. 我希望看到这个视频的你

81. 也能放下手机，站起来动动，

82. 不是为了瘦，也不是为了美，更不是为了钱，

83. 只是为了让你更健康一点。

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

1. 今天要跟大家聊的话题是

今天	jīntiān	today
要	yào	going to (as future auxiliary)
跟	gēn	with
大家	dàjiā	everyone
聊	liáo	to chat
的	de	(used to form a nominal expression)
话题	huàtí	subject (of a talk or conversation)
是	shì	is

2. 为什么中国年轻人不爱运动?

为什么	wèishénme	why?
中国	Zhōngguó	China
年轻人	niánqīngrén	young people
不	bù	not
爱	ài	to like
运动	yùndòng	to exercise

3. 首先我要跟你们分享一下我的经验。

首先	shǒuxiān	first (of all)
我	wǒ	I
要	yào	to want
跟	gēn	with
你们	nǐmen	you (plural)

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

分享	fēnxiǎng	to share
一下	yíxià	(used after a verb) give it a go
我	wǒ	I
的	de	~'s (possessive particle)
经验	jīngyàn	experience

4. 大家看我是不是属于还算比较瘦的女孩?

大家	dàjiā	everyone
看	kàn	to look at
我	wǒ	me
是不是	shìbùshì	is or isn't
属于	shǔyú	to be classified as
还	hái	still
算	suàn	to consider
比较	bǐjiào	quite
瘦	shòu	thin
的	de	(used after an attribute)
女孩	nǚhái	girl

5. 这也是典型的中国女孩的身材。

这	zhè	this
也	yě	also
是	shì	is
典型	diǎnxíng	typical

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

的	de	(used after an attribute)
中国	Zhōngguó	China
女孩	nǚhái	girl
的	de	(used to form a nominal expression)
身材	shēncái	figure

6.当然了，不是所有的中国女孩都这么瘦。

当然	dāngrán	of course
了	le	(modal particle intensifying preceding clause)
不是	bùshì	not
所有	suǒyǒu	all
的	de	(used after an attribute)
中国	Zhōngguó	China
女孩	nǚhái	girl
都	dōu	all
这么	zhème	this much
瘦	shòu	thin

7.爱美是人的天性。

爱美	àiměi	wishing to appear beautiful
是	shì	is
人	rén	people
的	de	(used after an attribute)
天性	tiānxìng	nature

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

8.我也一样，希望能保持苗条的身材。

我	wǒ	I
也	yě	also
一样	yīyàng	same
希望	xīwàng	to wish for
能	néng	can
保持	bǎochí	to keep
苗条	miáotiao	(of a woman) slim
的	de	(used after an attribute)
身材	shēncái	figure

9.而我不是个很容易胖的人，

而	ér	and yet
我	wǒ	I
不是	bùshì	is not
个	gè	classifier for people or objects in general
很	hěn	very
容易	róngyì	easy
胖	pàng	fat
的	de	(used to form a nominal expression)
人	rén	person

10.所以这也给了我运动的借口。

所以	suǒyǐ	so
----	-------	----

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

这	zhè	this
也	yě	also
给	gěi	to give
了	le	(completed action marker)
我	wǒ	me
不	bù	not
运动	yùndòng	to exercise
的	de	(used to form a nominal expression)
借口	jièkǒu	excuse

11.但这并不代表我很健康。

但	dàn	but
这	zhè	this
并不	bìngbù	emphatically not
代表	dàibiǎo	to represent (to mean)
我	wǒ	I
很	hěn	very
健康	jiànkāng	healthy

12.其实最近几年我发现我的身体有很多小毛病。

其实	qíshí	in fact
最近几年	zuìjìnjǐnián	recent years
我	wǒ	I
发现	fāxiàn	to find

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

我	wǒ	I
的	de	~'s (possessive particle)
身体	shēntǐ	health
有	yǒu	to have
很	hěn	quite
多	duō	a lot of
小	xiǎo	small
毛病	máobing	illness

13. 比如：头痛、失眠、胃痛，

比如	bǐrú	such as
头痛	tóutòng	to have a headache
失眠	shīmián	to suffer from insomnia
胃痛	wèitòng	stomachache

14. 严重的时候还会影响心情。

严重	yánzhòng	serious
的	de	(used after an attribute)
时候	shíhou	period
还	hái	even
会	huì	will
影响	yǐngxiǎng	to affect (usually adversely)
心情	xīnqíng	mood

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

15. 直到去年我开始注重自己的健康,

直到	zhídào	until
去年	qùnián	last year
我	wǒ	I
开始	kāishǐ	to start
注重	zhùzhòng	to pay attention to
自己	zìjǐ	one's own
的	de	~'s (possessive particle)
健康	jiànkāng	health

16. 每天跑步，饮食营养。

每天	měitiān	every day
跑步	pǎobù	to run
饮食	yǐnshí	diet
营养	yíngyǎng	nutrition

17. 以前我是个不太喜欢吃肉的人,

以前	yǐqián	before
我	wǒ	I
是	shì	am
个	gè	classifier for people or objects in general
不	bù	not
太	tài	very
喜欢	xǐhuan	to like

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

吃	chī	to eat
肉	ròu	meat
的	de	(used to form a nominal expression)
人	rén	person

18. 现在我会每天吃肉、蔬菜，水果等等。

现在	xiànzài	now
我	wǒ	I
会	huì	will (would)
每天	měitiān	every day
吃	chī	to eat
肉	ròu	meat
蔬菜	shūcài	vegetables
水果	shuǐguǒ	fruit
等等	děngděng	and so on

19. 在我坚持运动一年后，

在	zài	(to be) in
我	wǒ	I
坚持	jiānchí	to persist in
运动	yùndòng	to exercise
一	yī	one
年	nián	year
后	hòu	after

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

20. 我发现我能睡了，

我	wǒ	I
发现	fāxiàn	to find
我	wǒ	I
能	néng	to be able to
睡	shuì	to sleep
了	le	(completed action marker)

21. 头痛的毛病也减轻了不少，

头痛	tóutòng	to have a headache
的	de	(used after an attribute)
毛病	máobing	illness
也	yě	also
减轻	jiǎnqīng	to ease
了	le	(completed action marker)
不少	bùshǎo	a lot

22. 最重要的是我的心情比以前好了很多，

最	zuì	the most
重要	zhòngyào	important
的	de	(used after an attribute)
是	shì	is
我	wǒ	I
的	de	~'s (possessive particle)

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

心情	xīnqíng	mood
比	bǐ	(particle used for comparison and "-er than")
以前	yǐqián	before
好了	hǎole	get well
很	hěn	very
多	duō	much

23. 不像以前那么经常抑郁了。

不	bù	not
像	xiàng	to be like
以前	yǐqián	before
那么	nàme	so
经常	jīngcháng	often
抑郁	yìyù	depressed
了	le	(completed action marker)

24. 这也证明了运动确实能给我们的身体带来健康。

这	zhè	this
也	yě	also
证明	zhèngmíng	to prove
了	le	(completed action marker)
运动	yùndòng	exercise
确实	quèshí	indeed
能	néng	can

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

给	gěi	for
我们	wǒmen	we
的	de	~'s (possessive particle)
身体	shēntǐ	(human) body
带来	dàilái	to bring
健康	jiànkāng	health

25. 虽然人人知道这个道理，

虽然	suīrán	although
人人	rénrén	everyone
知道	zhīdào	to know
这个	zhège	this
道理	dàoli	truth/sence

26. 可却很少有人去做！

可	kě	but
却	què	yet
很	hěn	very
少	shǎo	few
有人	yǒurén	people
去	qù	(when used either before or after a verb) to go in order to do
做	zuò	to do

27. 每次去公园里跑步，

每次	měicì	every time
----	-------	------------

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

去	qù	to go
公园	gōngyuán	park (for public recreation)
里	lǐ	inside
跑步	pǎobù	to run

28. 看到的都是老年人在跳广场舞,

看	kàn	to see
到	dào	(verb complement denoting completion or result of an action)
的	de	(used to form a nominal expression)
都	dōu	all
是	shì	are
老年人	lǎoniánrén	old people
在	zài	(indicating an action in progress)
跳	tiào	to jump
广场舞	guǎngchǎngwǔ	square dance

29. 几乎很少看到年轻人出来运动的。

几乎	jīhū	almost
很	hěn	very
少	shǎo	few
看到	kàndào	to see
年轻人	niánqīngrén	young people
出来	chūlái	to come out
运动	yùndòng	to exercise

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

的 de (used at the end of a declarative sentence for emphasis)

30. 那这是为什么呢?

那 nà then (in that case)

这 zhè this

是 shì is

为什么 wèishénme why?

呢 ne (used at the end of special, alternative, or rhetorical question)

31. 下面是我网上调查和询问身边的朋友

下面 xiàmian the following

是 shì is

我 wǒ I

网上 wǎngshàng online

调查 diàochá to look into

和 hé and

询问 xúnwèn to inquire

身边 shēnbiān at one's side

的 de (used after an attribute)

朋友 péngyou friend

32. 得出的几个原因。

得出 déchū to arrive at (a conclusion)

的 de (used after an attribute)

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

几个	jǐge	a few
原因	yuányīn	reason

33. 第一点：意识差

第一	dìyī	first
点	diǎn	point
意识	yìshi	awareness
差	chà	lacking

34. 很多人也同意运动确实能给我们带来健康，

很多	hěnduō	a lot of
人	rén	people
也	yě	also
同意	tóngyì	to agree
运动	yùndòng	exercise
确实	quèshí	indeed
能	néng	can
给	gěi	for
我们	wǒmen	us
带来	dàilái	to bring
健康	jiànkāng	health

35. 可就是不去做。

可	kě	but
就是	jiùshì	(emphasizes that sth is precisely or exactly as stated)

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

不	bù	not
去	qù	to go
做	zuò	to do

36. 原因也是各种各样,

原因	yuányīn	reason
也	yě	also
是	shì	is
各种各样	gèzhǒnggèyàng	various sorts and varieties

37. 有人说是因为每天上班, 没时间,

有人	yǒurén	some people
说	shuō	to say
是	shì	is
因为	yīnwèi	because
每天	měitiān	every day
上班	shàngbān	to go to work
没	méi	no
时间	shíjiān	time

38. 也有人说没有钱去健身房。

也	yě	also
有人	yǒurén	some people
说	shuō	to say
没有	méiyǒu	to not have

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

钱	qián	money
去	qù	to go to (a place)
健身房	jiànshēnfáng	gym

39. 首先我觉得健身不一定非要去健身房,

首先	shǒuxiān	first (of all)
我	wǒ	I
觉得	juéde	to think
健身	jiànshēn	physical exercise
不一定	bùyīdìng	not necessarily
非要	fēiyào	must
去	qù	to go
健身房	jiànshēnfáng	gym

40. 在家里，在公园里这些公共场所都是可以运动的。

在	zài	(located) at
家里	jiālǐ	home
在	zài	(located) at
公园	gōngyuán	park (for public recreation)
里	lǐ	inside
这些	zhèxiē	these
公共	gōnggòng	public
场所	chǎngsuǒ	place
都	dōu	all

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

是	shì	is
可以	kěyǐ	can / able to
运动	yùndòng	to exercise
的	de	(used at the end of a declarative sentence for emphasis)

41. 说没时间的人大部分都是

说	shuō	to say
没	méi	no
时间	shíjiān	time
的	de	(used to form a nominal expression)
人	rén	people
大部分	dàbùfen	the majority
都	dōu	all
是	shì	is

42. 有时间玩手机、睡觉、看电视的。

有	yǒu	to have
时间	shíjiān	time
玩	wán	to play
手机	shǒujī	cell phone
睡觉	shuìjiào	to sleep
看	kàn	to watch
电视	diànshì	television
的	de	(used at the end of a declarative sentence for emphasis)

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

43. 所以还是大家没有意识到运动的重要性。

所以	suǒyǐ	so
还是	háishi	still
大家	dàjiā	everyone
没有	méiyǒu	to not have
意识	yìshí	to realize
到	dào	(verb complement denoting completion or result of an action)
运动	yùndòng	exercise
的	de	(used after an attribute)
重要性	zhòngyàoxìng	importance

44. 在中国，男人们有赚钱买房子、娶媳妇的压力，

在	zài	(located) at
中国	Zhōngguó	China
男人	nánrén	man
们	men	plural marker for pronouns, and nouns referring to individuals
有	yǒu	to have
赚钱	zhuànqián	to earn money
买	mǎi	to buy
房子	fángzi	house
娶媳妇	qǔxífù	to get oneself a wife
的	de	(used to form a nominal expression)
压力	yālì	pressure

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

45. 所以自然而然地会把工作放在第一位

所以	suǒyǐ	so
自然而然	zìrán'érrán	automatically
地	de	structural particle: used before a verb or adjective, linking it to preceding modifying adverbial adjunct
会	huì	will
把	bǎ	particle marking the following noun as a direct object
工作	gōngzuò	work
放	fàng	to put
在	zài	(located) at
第一	dìyī	number one
位	wèi	position

46. 而忽略了自己的健康。

而	ér	and so
忽略	hūlüè	to neglect
了	le	(completed action marker)
自己	zìjǐ	one's own
的	de	~'s (possessive particle)
健康	jiànkāng	health

47. 女人们却觉得如果瘦的话就不需要运动,

女人	nǚrén	woman
们	men	plural marker for pronouns, and nouns referring to individuals

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

却	què	yet
觉得	juéde	to feel
如果	rúguǒ	if
瘦	shòu	thin
的话	dehuà	if (coming after a conditional clause)
就	jiù	then
不	bù	not
需要	xūyào	to need
运动	yùndòng	to exercise

48. 因为运动等于减肥。

因为	yīnwèi	because
运动	yùndòng	exercise
等于	děngyú	to equal
减肥	jiǎnféi	to lose weight

49. 有一次，我跑完步去超市买菜。

有一次	yǒuyīcì	once
我	wǒ	I
跑	pǎo	to run
完	wán	to finish
步	bù	a step
去	qù	to go to (a place)
超市	chāoshì	supermarket

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

买	mǎi	to buy
菜	cài	vegetable

50. 老板娘很奇怪地看着我说:

老板娘	lǎobǎnniáng	lady boss
很	hěn	very
奇怪	qíguài	strange
地	de	structural particle: used before a verb or adjective, linking it to preceding modifying adverbial adjunct
看	kàn	to look at
着	zhe	aspect particle indicating action in progress
我	wǒ	me
说	shuō	to say

51. “哎？你这么瘦还需要跑步吗？”

哎	āi	(showing surprise or disapproval)
你	nǐ	you
这么	zhème	this much
瘦	shòu	thin
还	hái	still
需要	xūyào	to need
跑步	pǎobù	to run
吗	ma	(question particle for "yes-no" questions)

52. 而上学的孩子们，每天忙着考试，没有时间运动。

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

而	ér	and
上学	shàngxué	to go to school
的	de	(used after an attribute)
孩子们	háizimen	children
每天	měitiān	every day
忙着	mángzhe	to be occupied with (doing sth)
考试	kǎoshì	to take an exam
没有	méiyǒu	to not have
时间	shíjiān	time
运动	yùndòng	to exercise

53. 甚至连家长都觉得只要孩子成绩好,

甚至	shènzhì	even
连	lián	(used with 也, 都 etc) even
家长	jiāzhǎng	parent or guardian of a child
都	dōu	(used for emphasis) even
觉得	juéde	to think
只要	zhǐyào	so long as
孩子	háizi	child
成绩	chéngjì	grades
好	hǎo	good

54. 能考上大学、找个好工作、娶个老婆、

能	néng	to be able to
---	------	---------------

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

考上	kǎoshàng	to pass a university entrance exam
大学	dàxué	university
找	zhǎo	to find
个	gè	classifier for people or objects in general
好	hǎo	good
工作	gōngzuò	job
娶	qǔ	to take a wife
个	gè	classifier for people or objects in general
老婆	lǎopó	wife

55. 买套房子才是最重要的。

买	mǎi	to buy
套	tào	classifier for sets, collections
房子	fángzi	apartment
才	cái	only then
是	shì	is
最	zuì	the most
重要	zhòngyào	important
的	de	(used at the end of a declarative sentence for emphasis)

56. 第二点：审美观

第二	dì'èr	second
点	diǎn	point
审美观	shěnměiguān	esthetic conception

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

57. 如今是个以瘦为美的时代，

如今	rújīn	nowadays
是	shì	is
个	gè	classifier for people or objects in general
以	yǐ	according to
瘦	shòu	thin
为	wéi	as (in the capacity of)
美	měi	beautiful
的	de	(used to form a nominal expression)
时代	shídài	age / era

58. 女孩子们认为只要瘦就是好看。

女孩子	nǚháizi	girl
们	men	plural marker for pronouns, and nouns referring to individuals
认为	rènwéi	to believe
只要	zhǐyào	so long as
瘦	shòu	thin
就	jiù	then
是	shì	is
好看	hǎokàn	good-looking

59. 而大部分的中国女孩子都是像我这样子比较瘦的，

而	ér	(indicates change of state) / yet
大部分	dàbùfen	the majority

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

的	de	(used after an attribute)
中国	Zhōngguó	China
女孩子	nǚháizi	girl
都	dōu	all
是	shì	is
像	xiàng	to be like
我	wǒ	me
这样子	zhèyàngzi	like this
比较	bǐjiào	quite
瘦	shòu	thin
的	de	(used at the end of a declarative sentence for emphasis)

60. 所以对于她们来说，运动自然是没有必要的了。

所以	suǒyǐ	so
对于	duìyú	for
她们	tāmen	them (for females)
来说	láishuō	to interpret a topic (from a certain point of view)
运动	yùndòng	exercise
自然	zìrán	naturally
是	shì	is
没有	méiyǒu	to not be
必要	bìyào	necessary / essential
的	de	(used at the end of a declarative sentence for emphasis)
了	le	(modal particle intensifying preceding clause)

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

61. 而且有的女孩子认为跑步会让小腿变粗。

而且	érqiě	(not only ...) but also / and
有的	yǒude	(there are) some
女孩子	nǚháizi	girl
认为	rènwéi	to believe
跑步	pǎobù	to run
会	huì	will
让	ràng	to make sb (feel sad etc)
小腿	xiǎotuǐ	calf (of the leg)
变	biàn	to become different / to change
粗	cū	coarse / thick (for cylindrical objects)

62. 这绝对是她们不能容忍的。

这	zhè	this
绝对	juéduì	absolute
是	shì	is
她们	tāmen	they
不能	bùnéng	cannot
容忍	róngrěn	to tolerate
的	de	(used at the end of a declarative sentence for emphasis)

63. 不知从什么时候开始，男孩子打扮地像女孩子了，

不知	bùzhī	not to know
从	cóng	from

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

什么时候	shénmeshíhou	when?
开始	kāishǐ	to start
男孩子	nánháizi	boy
打扮	dǎban	to dress
地	de	structural particle: used before a verb or adjective, linking it to preceding modifying adverbial adjunct
像	xiàng	to be like
女孩子	nǚháizi	girl
了	le	(completed action marker)

64. 而女孩子也渐渐地喜欢上小鲜肉这种类型。

而	ér	(indicates contrast) / and
女孩子	nǚháizi	girl
也	yě	also
渐渐	jiànjiàn	gradually
地	de	structural particle: used before a verb or adjective, linking it to preceding modifying adverbial adjunct
喜欢	xǐhuan	to like
上	shàng	(used as a complement to a verb)
小鲜肉	xiǎoxiānròu	little fresh meat (popular word appeared recent years to describe young boys or dress like Korean celebrity)
这种	zhèzhǒng	this kind of
类型	lèixíng	style

65. 肌肉男则给人带来一种暴力的感觉,

肌肉男	jīròunán	muscular man
-----	----------	--------------

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

则	zé	conjunction used to express contrast with a previous sentence or clause
给	gěi	to give
人	rén	people
带来	dàilái	to bring
一种	yīzhǒng	one kind of
暴力	bàoli	violence
的	de	(used after an attribute)
感觉	gǎnjué	feeling

66. 有的女孩子说一身肌肉的男人看着很恶心,

有的	yǒude	(there are) some
女孩子	nǚháizi	girl
说	shuō	to say
一身	yīshēn	whole body
肌肉	jīròu	muscle
的	de	(used to form a nominal expression)
男人	nánrén	men
看	kàn	to look
着	zhe	aspect particle indicating action in progress
很	hěn	very
恶心	ěxīn	disgust

67. 甚至有点害怕肌肉男。

甚至	shènzhì	even
----	---------	------

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

有点	yǒudiǎn	a little
害怕	hàipà	to be scared
肌肉男	jīròunán	muscular man

68. 我们有一句话说的是“头脑简单，四肢发达”。

我们	wǒmen	we
有	yǒu	to have
一句话	yījùhuà	a sentence
说	shuō	to say
的	de	(used after an attribute)
是	shì	is
头脑	tóunǎo	brains
简单	jiǎndān	simple
四肢	sìzhī	the four limbs of the body
发达	fādá	developed

69. 如果大家都觉得长着一身肌肉很难看，

如果	rúguǒ	if
大家	dàjiā	everyone
都	dōu	all
觉得	juéde	to think
长	zhǎng	to grow
着	zhe	aspect particle indicating action in progress
一身	yīshēn	whole body

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

肌肉	jīròu	muscle
----	-------	--------

很	hěn	very
---	-----	------

难看	nánkàn	ugly
----	--------	------

70. 而且是不聪明的标志。

而且	érqiě	moreover
----	-------	----------

是	shì	is
---	-----	----

不	bù	not
---	----	-----

聪明	cōngmíng	intelligent
----	----------	-------------

的	de	(used after an attribute)
---	----	---------------------------

标志	biāozhì	symbol / sign
----	---------	---------------

71. 那为什么还花时间，花力气去锻炼呢？

那	nà	then (in that case)
---	----	---------------------

为什么	wèishénme	why?
-----	-----------	------

还	hái	still
---	-----	-------

花时间	huāshíjiān	to spend time
-----	------------	---------------

花	huā	to spend (money, time)
---	-----	------------------------

力气	lìqì	strength
----	------	----------

去	qù	to go
---	----	-------

锻炼	duànliàn	to engage in physical exercise
----	----------	--------------------------------

呢	ne	(used at the end of a special, alternative, or rhetorical question)
---	----	---

72. 最后一点：懒惰

最后	zuìhòu	final
----	--------	-------

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

一点	yīdiǎn	one point
----	--------	-----------

懒惰	lǎnduò	lazy
----	--------	------

73. 有一些人是想运动，也知道运动的好处，

有一些	yǒuyīxiē	some
-----	----------	------

人	rén	people
---	-----	--------

是	shì	is
---	-----	----

想	xiǎng	to want
---	-------	---------

运动	yùndòng	exercise
----	---------	----------

也	yě	also
---	----	------

知道	zhīdào	to know
----	--------	---------

运动	yùndòng	exercise
----	---------	----------

的	de	(used after an attribute)
---	----	---------------------------

好处	hǎochu	benefit
----	--------	---------

74. 可就是没时间。

可	kě	but
---	----	-----

就	jiù	just
---	-----	------

是	shì	is
---	-----	----

没	méi	no
---	-----	----

时间	shíjiān	time
----	---------	------

75. 我们没有时间运动，

我们	wǒmen	we
----	-------	----

没有	méiyǒu	to not have
----	--------	-------------

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

时间	shíjiān	time
运动	yùndòng	to exercise

76. 可我们绝对有时间玩手机！

可	kě	but
我们	wǒmen	we
绝对	juéduì	absolute
有	yǒu	to have
时间	shíjiān	time
玩	wán	to play
手机	shǒujī	cell phone

77. 手机是个好东西，

手机	shǒujī	cell phone
是	shì	is
个	gè	classifier for people or objects in general
好	hǎo	good
东西	dōngxi	stuff

78. 它能打电话、发短信、看电视，甚至购物、叫餐！

它	tā	it
能	néng	can
打电话	dǎdiànhuà	to make a telephone call
发短信	fāduǎnxìn	to text
看	kàn	to watch

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

电视	diànshì	television
甚至	shènzhì	even
购物	gòuwù	shopping
叫	jiào	to order
餐	cān	meal

79. 在给人们带来方便的同时也让人们变得越来越懒。

在	zài	(to be) in
给	gěi	for
人们	rénmen	people
带来	dàilái	to bring
方便	fāngbiàn	convenience
的	de	(used to form a nominal expression)
同时	tóngshí	at the same time
也	yě	also
让	ràng	to make sb (feel sad etc)
人们	rénmen	people
变得	biànde	to become
越来越	yuèláiyuè	more and more
懒	lǎn	lazy

80. 我希望看到这个视频的你

我	wǒ	I
希望	xīwàng	hope

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

看	kàn	to watch
到	dào	(verb complement denoting completion or result of an action)
这个	zhège	this
视频	shìpín	video
的	de	(used to form a nominal expression)
你	nǐ	you

81. 也能放下手机，站起来动动，

也	yě	also
能	néng	can
放下	fàngxia	to put down
手机	shǒujī	cell phone
站起来	zhànqǐlai	to stand up
动动	dòngdòng	(of sth) to move

82. 不是为了瘦，也不是为了美，更不是为了钱，

不是	bùshì	is not
为了	wèile	for the purpose of
瘦	shòu	to lose weight
也	yě	also
不是	bùshì	is not
为了	wèile	for the purpose of
美	měi	beautiful
更	gèng	even more

Reading Practice - Why Chinese Young People Don't Like To Exercise

不是	bùshì	is not
为了	wèile	for the purpose of
钱	qián	money

83. 只是为了让你更健康一点。

只是	zhǐshì	simply
为了	wèile	for the purpose of
让	ràng	to make sb (feel sad etc)
你	nǐ	you
更	gèng	more
健康	jiànkāng	healthy
一点	yīdiǎn	a bit