Lana 老师的法语课 • Cours de français (FLE)

B1 / B2 精英全能进阶小班

Groupes de perfectionnement B1 et B2

B1 班与 B2 班独立开班授课

课程采用 **「翻转课堂 + 强互动教练式」**：以高级实用时事与逻辑论证为外壳，死磕你的底层语言能力。

4	30	90 min	19h
人强互动线上小班 élèves par groupe	课时（每课时 45 分钟） séances de 45 min	每次两课时连上 par cours	周中晚上 19h00 - 20h30 en soirée, en semaine

一、课堂教学闭环 Notre boucle d'apprentissage

我们的课程不走死板刷题的枯燥路线。周中晚上上课，每次两课时，每次课分为以下几个标准模块：

1 课前输入 Avant le cours

不占用课堂时间：提前学习老师精选的法国本土一线时事语料（阅读/听力：根据所在班级级别使用 ABC DELF B1 或 ABC DELF B2 最新版本资料）。学员在课前自主扫除生词，并发布自己的生词表到班群里；每周上课选一个学生进行概要整理（Synthèse）口语陈述。

2 课中：高频互动纠偏 Pendant le cours

破冰分享 • Moment partage
每周生活/近况自由分享，增进同学与老师之间的了解，打造轻松融洽的班级氛围，给每个人充分自由开口表达的空间。

板块一 • Module 1
长难句剖析 + 高级语法盲区精准排除。

板块二 • Module 2
核心词汇深度拓展 + 现场摄像头前高频死磕造句。

板块三 • Débat
围绕本周主题（如：职场远程办公的利弊、全球变暖与个人生活的冲突等），由老师担任主持人，带大家进行正反方即兴思维辩论，深度学通当周主题，确保人人能说、敢说、说得好。

3 课后沉淀 Après le cours

- **个性化高阶笔记**：提炼课堂精华，无限拓展高阶词汇与地道论证逻辑。
- **全天候微信班群**：分享学习进度，老师亲自在线答疑。

二、班型与授课安排 Format et organisation

黄金班型
4 人强互动线上小班，保证每位学员的发言时长与互动频率。

硬性要求
需全程开启摄像头，积极参与课堂讨论（拒绝被动听课）。

授课时间
根据学员与老师的时间协调，安排在 19h00 - 20h30（一节课为 2 课时连上，共 90 分钟）。

请假机制
一律录制课程回放并提供课后补课指导，确保进度不落后。

课前准备展示：学员实际作业反馈 Le travail préparatoire

高效自主预习，让课堂高频输出更有底气！每周上课前，学员需自主完成两大准备工作：

定制个人生词表

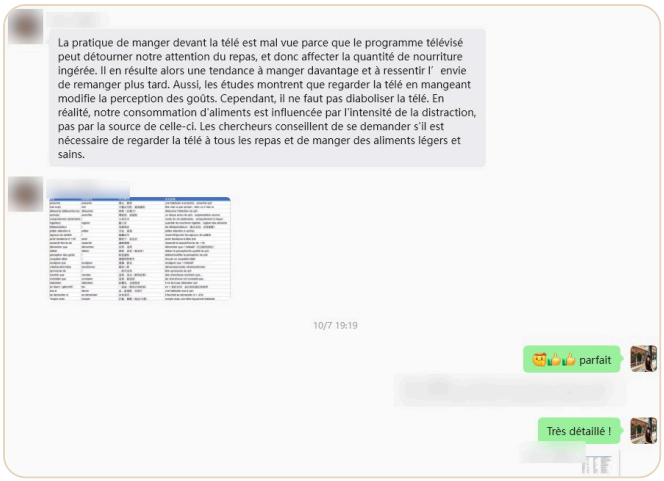
结合文本/听力语料，梳理重点词汇、原型、释义及地道搭配（如图一所示）。

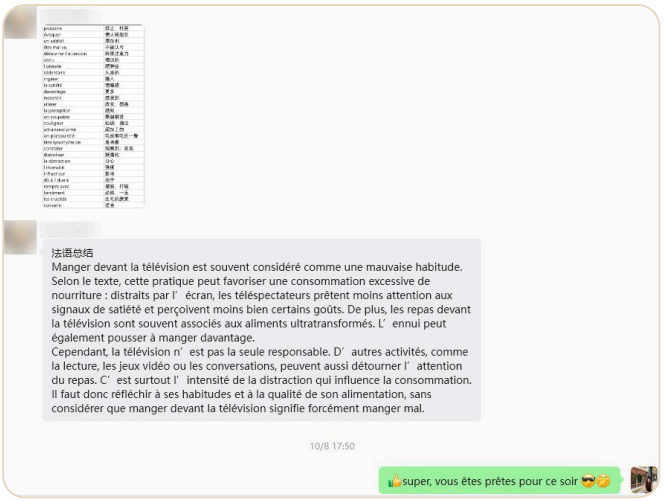
撰写法语概要总结（Synthèse）

用自己的语言对时事文章进行客观、精炼的表达提炼，为课堂口语陈述打下坚实基础（如图二和图三所示）。

词汇	动词原型	中文释义	常见搭配
proscrire	proscrire	禁止，摒弃	une habitude à proscrire；proscrire qch
mal vu(e)	voir	不被认可的，被诟病的	être mal vu par qn/qch；bien vu ≠ mal vu
détourner (détournée du)	détourner	转移（注意力）	détourner l'attention de qch
accru(e)	accroître	增加的，加剧的	un risque accru de qch；augmentation accrue
comportement sédentaire	/	久坐行为	mode de vie sédentaire；comportement à risque
ingéré(e)	ingérer	摄入的	quantité de nourriture ingérée；ingérer des aliments
téléspectateur	/	电视观众	les téléspectateurs（集合名词，多用复数）
prêter attention à	prêter	关注，留意	prêter attention à qch/qn
signaux de satiété	/	饱腹信号	ressentir/ignorer les signaux de satiété
avoir tendance à + inf.	avoir	倾向于，往往会	avoir tendance à faire qch
ressentir l'envie de	ressentir	感到想要…	ressentir le besoin/l'envie de + inf.
démontrer que	démontrer	证明，表明	démontrer que + indicatif（引出研究结论）
altérer	altérer	损害，改变（使变差）	altérer la perception/la qualité de qch
perception des goûts	/	味觉感知	altérer/modifier la perception de qch
coupable idéal	/	理想的替罪羊	trouver un coupable idéal
souligner que	souligner	强调，指出	souligner que + indicatif
ultratransformé(e)	transformer	超加工的	aliments/produits ultratransformés
synonyme de	/	…的代名词	être synonyme de qch
montrer que	montrer	表明，显示（研究结果）	des chercheurs montrent que...
constater que	constater	发现，察觉到	les chercheurs ont constaté que...
diaboliser	diaboliser	妖魔化，过度指责	il ne faut pas diaboliser qch
en lisant（gérondif）	lire	一边读（现在分词状语）	en + 现在分词：表示同时进行的动作
due à	devoir	由…造成的，归因于	une habitude due à qch
se demander si	se demander	自问是否…	il faudrait se demander si + 从句
rompre avec	rompre	打破，摆脱（观念/习惯）	rompre avec une idée reçue/une habitude

图一：生词表整理 · Tableau de vocabulaire





图二和图三：学生提交的 Synthèse 段落与群内互动 · Synthèses rédigées et retours dans le groupe WeChat

三、学时方案 Volume horaire

30 课时

该方案能更从容地带你吃透时事语料、打造完美的逻辑论证能力，通关效果最稳妥。
（注：每课时为 45 分钟）

预约免费试听 / 水平评估

准备好突破法语瓶颈了吗？快来联系我进行水平测试，定制你的专属学习方案吧！

预约试听 · Réserver

WeChat LanaBingbing1112 • **contact.supermandarin@gmail.com**

Lana 老师 · Bingrou LUO
Master FLE et plurilinguisme, Université de Reims