

中华茶文化

zhong hua cha wen hua

shao er du ben

少儿读本



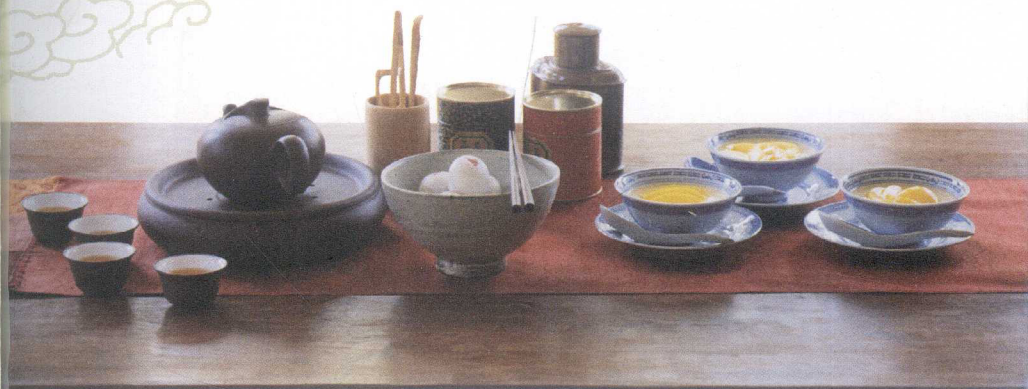
宁波市教育局 宁波茶文化促进会 编

中华茶文化

zhong hua cha wen hua

shao er du ben

少儿读本



主要参考文献

- 《中国茶文化》 陆翎著 海南出版公司 2004.8
- 《中国茶文化》 黄志根主编 浙江大学出版社 2000.9
- 《少儿茶艺》 倪焕凤主编 上海科学技术出版社 1994.11
- 《四明茶韵》 殷志浩主编 人民日报出版社 2005.4
- 《中国茶文化经典》 陈彬藩主编 光明日报出版社 1999.8

《中华茶文化少儿读本》

出版发行：中国文化艺术出版社
地 址：香港荃湾威花园A座1706室
电子信箱：CCAP-HK@163.com
开 本：889×1194 1 / 32
印 张：6
字 数：5万字
版 次：2006年3月第一版第一次印刷
印 数：0001-3000
书 号：988-97673-3-3

定 价：免费赠书



顾 问：徐季子 姚国坤

主 编：陈大申 殷志浩

副 主 编：陈启元 高祖祥

陈伟权 蔡 毅

作 者：王开荣 林宇皓

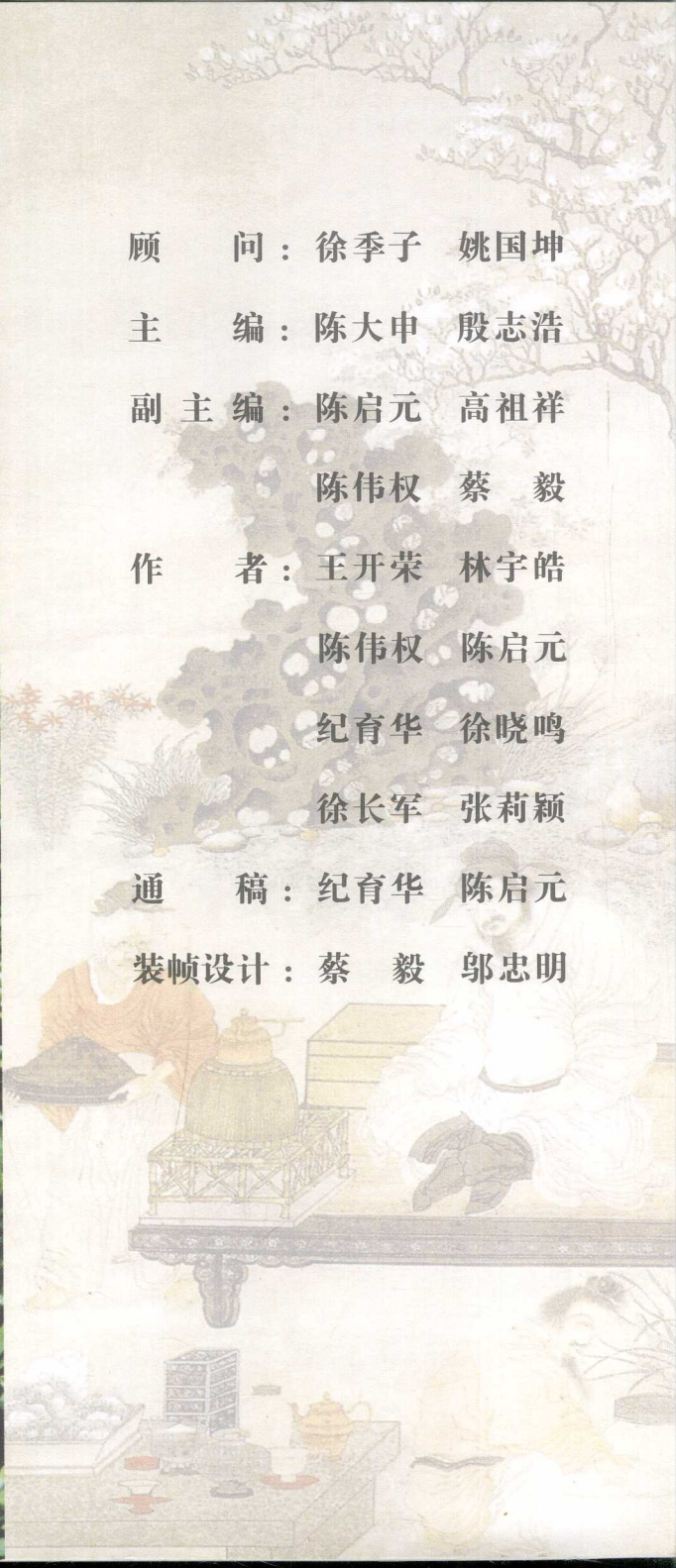
陈伟权 陈启元

纪育华 徐晓鸣

徐长军 张莉颖

通 稿：纪育华 陈启元

装帧设计：蔡 毅 邬忠明



编者的话

从河姆渡考古发现，七千年前，当地先民就开始知茶采茶，开创了原始茶饮用的先河。

宁波茶文化促进会，为进一步秉承、弘扬传统茶文化，发展、开创现代茶文化内涵，响应“茶为国饮”的倡导，决定编写《中华茶文化少儿读本》，把茶文化普及到少年儿童教育中，让少年儿童从小学习祖国茶艺，懂得一些茶的基本知识，学习“客来敬茶”的礼仪，掌握一些沏茶藏茶的方法，这既是弘扬民族文化，又是一种艺术熏陶和气质培养。

本书适宜于小学中高年级学生阅读。鉴于茶文化是一门学问，少年儿童有其自身的心理、生理特点，让少儿学茶艺，向他们传授茶知识，从他们的年龄特点、生活实际出发，做到知识传授，思想体验虚实结合；课本阅读，实地观

察理论实际结合。这是一项新的教育内容，相信通过教师创造性的劳动，学生会在不增加课业负担的前提下，有所得益，有所长进。本书也是一种探索，它有许多不完备之处，需要在实践中修正完善。

本书在编写过程中得到本市各方领导、专家、学者的支持关心，同时也得到中国国际茶文化研究会的悉心指导，在此，谨致衷心的感谢。

2006年3月



目 录

- 1 | 第一课 茶的历史
- 15 | 第二课 茶圣陆羽
- 29 | 第三课 有趣的茶名
- 37 | 第四课 名茶的传说
- 47 | 第五课 泡茶学问



中华茶文化

zhong hua cha wen hua

少儿读本

shao er du ben

57 | 第六课 茶具选择有讲究

65 | 第七课 琳琅满目茶制品

69 | 第八课 饮茶能使人健康

77 | 第九课 客来敬茶是礼仪

81 | 第十课 茶叶保管与贮藏

中
华

茶

第一课 茶的历史

文
化

Zhong hua cha wen hua

少儿读本

shao er du ben





茶，是多年生常绿木本植物，原产于我国西南地区，有着悠久的历史。

1800多年前，我国最早的辞书《尔雅》中就有“檟(jiǎ)，苦茶(tú)^①”的条文，这里的“檟”就是茶树。目前的资料表明，全国有10个省区198

■ 位于四明山北麓的贡茶产地冈山

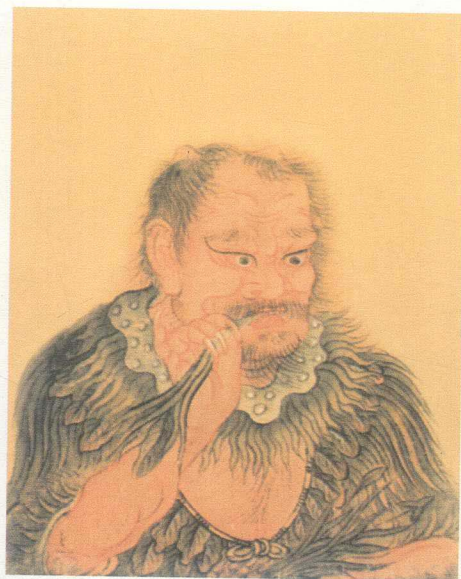




■ 云南野生大茶树

处发现野生大茶树，仅是云南省内树干直径在一米以上的就有10多株，其中有一株，树龄已达千年以上。有的地区，野生茶树群落甚至大至数千亩。所以自古至今，我国已发现的野生大茶树，时间之早，数量之多，分布之广，堪称世界之最。

我国第一部医学书《神农本草经》中有这样的记载：“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之”这里的“茶”就是古代的茶。大意是说，



■ 神农氏

传说中的神农氏，亲口品尝过百草，想从中发现有利于人类生存的植物，竟然在一天之内多次中毒，结果服用茶叶而得救。有专家认为，在河姆渡遗址中发现陶罐、

木器中堆放着大量的植物叶片，那是早期的原始茶遗存。它掺和稻谷、橡子、菱角等果实，加水烧煮成像粥一样的原始茶，既能解渴，又能充饥，还有保健作用。秦始皇统一中国后，茶叶开始向东部和南部发展。据说湖南的茶陵这个县名，就是因为当地出茶而得名的。到了西汉时，巴蜀地区不仅饮茶成风，而且出现了专门的用具，形成了茶叶市场。

六朝以前，茶在南方的生产和饮用，已经有



■ 四明茶韵图

了很大的发展。茶叶产区遍及今天的浙江、四川、湖北、广西、贵州、湖南、广东、福建、江西、安徽、河南等十几个省区。

大概在公元五世纪时，我国的茶叶就开始陆续输出至东南亚邻国及亚洲其他地区。公元九世纪时，由日本僧人将中国茶籽带到日本，逐渐在日本普及为大众化饮料。十世纪，蒙古商队来华从事贸易时，曾将中国砖茶从中国经西伯利亚带



至中亚以远。十五世纪初，葡萄牙商船来中国进行通商贸易，茶叶对西方的贸易开始出现。而荷兰人约在公元1610年将茶叶带至了西欧，1650年以后传至东欧，十七世纪时传至美洲。十八世纪初，饮茶逐渐在英国流行。

目前，我国茶叶已行销世界五大洲上百个国家和地区，世界上有50多个国家引种了中国的茶籽、茶树，有150多个国家和地区的人民有饮茶



■ 宁波茶文化博物院

习俗。中国近年来生产的茶叶三分之一以上用于出口。

2005年4月，宁波茶文化博物院在月湖风景区建立。博物院陈列的实物、图片、雕像，反映了宁波茶文化历史悠久，让人们了解有关茶叶的历史知识和科学知识。



注释

- ①茶：古书上说的一种植物，指的是古代的茶。



【想想做做】

- 1、说一说，从哪几个方面可以说明茶在我国有着悠久的历史。
- 2、问一问老一辈亲友，他们从什么时候开始认识茶叶的？形成饮茶习惯有哪些好处？



【资料】

中国茶区的分布

依据地域条件、产茶历史、品种分布、茶类结构、从注意行政区域的基本完整出发，将全国分成四大茶区：即西南茶区、华南茶区、江南茶区和江北茶区。

1、西南茶区：西南茶区位于中国西南部，包括云南、贵州、四川三省以及西藏东南部，是中国最古老的茶区。茶树品种资源丰富，生产红茶、绿茶和普洱(ěr)茶等。

2、华南茶区：华南茶区位于中国南部，包括广东、广西、福建、台湾、海南等省（区），为中国最适宜茶树生长的地区。茶资源极为丰富，生产红茶、乌龙茶、花茶、白茶。

3、江南茶区：江南茶区位于中国长江中、