

小 學

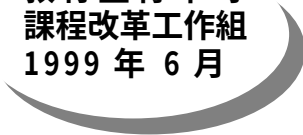


自然科學
及
健康衛生

小二

大 綱

教育暨青年司
課程改革工作組
1999年6月



目錄

2 自然科學.....	2
P大綱	
1. 序言.....	4
2. 總目標.....	5
3. 主題內容.....	6
4. 每學年教學內容.....	7
5. 教學法指引.....	9
6. 評鑑.....	10
7. 參考書籍.....	11
P教學/學習組織計劃	
1. 小二.....	13
2 健康衛生.....	69
P大綱	
1. 序言.....	71
2. 總目標.....	72
3. 主題內容.....	73
4. 每學年教學內容.....	74
5. 教學法指引.....	84
6. 評鑑.....	82
P教學/學習組織計劃	
1. 小二.....	84



自然科學



大

綱

1 . 序言

小學科學科的課程設置主要是以探討自然現象為主。課程內容包括有關物質與能量、生命現象以及地球環境等三個領域。

本學科著重引導兒童從探討周圍環境中去擴展他們的經驗，把學到的科學知識應用到日常生活上去。因此，課程內容以兒童為中心，配合兒童的年齡發展特徵及能力，使兒童的潛能盡量發揮，促進兒童全面的發展。

小學科學科要求兒童能夠由近到遠地漸次加深認識他們的環境，使他們的觀察、分析、推理和判斷等能力得到發展，從而積極地培養兒童的想像能力及其創造能力；能簡單地掌握並運用基本的科學概念和基本技能；凡事有尋根究底的學習精神，遇有疑難時，能運用科學方法去尋求解答；懂得欣賞自然，愛護自然和保護自然；養成兒童有服務社會的高尚品德。

2. 總目標

一、知識：

1. 認識有關科學字彙及符號。
2. 了解動、植物的一般狀況。
3. 了解地球、環境與人的一般關係。
4. 了解科學、現代科技及它們與人的關係。
5. 了解有關物質、能量、地球環境與生物等基本科學概念和原理。

二、技能：

1. 懂得觀察不同現象。
2. 能夠操作簡單的科學器材。
3. 能夠閱讀圖表、蒐集及報告有關的資料。
4. 主動探究自然現象及其周圍的事物，養成隨時發現問題，探究問題及自行解決問題的能力。
5. 培養兒童對事物的觀察、分析、推理和判斷等能力，並藉以啟發其獨立思考與創造發明的能力。

三、態度：

1. 激發兒童探求科學新知的好奇心，促使他們有興趣去認識和了解科學，現代科技及它們與人的關係。
2. 培養兒童對事物具有客觀批判的精神。
3. 培養兒童與人或社群溝通、相處和合作的良好態度，對人生抱積極的看法。
4. 培養兒童對優美事物的欣賞能力，並養成愛護環境、保護環境的情操，以收陶冶性情、美化生活的效果。
5. 培養兒童有愛護家庭、關懷社會和服務社會的精神。

3. 主題內容

- € 怎樣認識生物與非生物
- € 動物世界
- € 植物世界
- € 標本
- € 水族箱
- € 星星、月亮、太陽、地球
- € 氣象及氣候
- € 水
- € 空氣
- € 光和影
- € 電與生活
- € 聲音
- € 熱與溫度
- € 力與簡單的工具和機械
- € 保護環境

每年教學內容

小學一年級教學內容

- 一、認識自己和我們的世界
- 二、聲音的認識
- 三、認識動物世界
- 四、認識植物世界
- 五、自然現象的初步認識
- 六、力與工具的認識

小學二年級教學內容

- 一、愛護大自然
- 二、常吃的食物
- 三、認識一些動物和昆蟲特性
- 四、四季和天氣
- 五、水和空氣的認識
- 六、磁鐵和乾電池的遊戲

小學三年級教學內容

- 一、植物及其各主要部分的功用
- 二、田園裏的小動物
- 三、海裏的動物
- 四、鳥類和陸上的動物
- 五、我們常吃的主要食糧和蔬菜的種類
- 六、認識一些自然現象

小學四年級教學內容

- 一、植物如何繁殖
- 二、動物的再認識
- 三、愛護動植物
- 四、水和空氣
- 五、地球
- 六、光和影

小學五年級教學內容

- 一、植物的生長和繁殖
- 二、昆蟲、兩棲動物和鳥類的認識
- 三、認識天然資源
- 四、氣象的認識
- 五、怎樣運用光和電

小學六年級教學內容

- 一、植物的再認識
- 二、動物的再認識
- 三、標本
- 四、環保
- 五、太空探秘
- 六、簡單機械的運動

4. 教學法指引

小學科學主張教師應採用以兒童為中心的啟發式教學，目的是讓兒童通過自發地積極參與活動來進行學習。因此，低年級兒童的學習主要是通過觀察、比較等活動去認識他們周圍環境的事物及自然現象；而高年級兒童除了使用觀察、比較法外，更透過實驗、研究、報導等科學方法去加深他們對自然現象及現代科技的認識和了解。

教學過程中教師要注意應多採用適當的教學原則（多運用視聽教材，進行實地觀察等）；啟發性原則（讓兒童多開動腦筋思考，發現問題、提出問題、開展討論）；理論聯繫實際原則（讓兒童進行參觀活動，蒐集及報告）；循序漸進原則（遵循兒童發展的特徵，由淺入深，從近到遠，從直觀到抽象的教學原則）；鞏固性原則（讓兒童能夠溫故而知新）；因材施教原則（按照實際條件和學生能力而施教）等各項原則科學地進行教學。而教師本身也要隨時隨地掌握現代科技新知，與時代同步前進，課堂上除了教授課本內的知識外，盡可能將新的科技知識介紹給兒童認識。

此外，在課室內，教師可適當地採用遊戲、觀察、比較、實驗、訪問、討論、報告等學習活動去加深兒童對課題的認識，在培養兒童的表達、觀察、思考、創作和判斷的能力之餘，使兒童學會怎樣與人溝通，和睦相處，共同合作，完成任務。其次，教師亦可以按教學需要組織適當的課外學習活動，如參觀研究，搜集及製作標本、栽種植物、佈置科學角等，藉著這些活動去加添兒童對科學的學習興趣，同時也可以培養兒童積極參與的精神。

此外，教師在設計教學活動時，應明確要為配合主題和教學目標所需要而設計活動，不要為活動而活動，而且安全措施也不容忽視，尤其是在進行實驗和戶外活動時更應有周詳的準備。

5. 評鑑

小學科學科既包括字彙及符號、基本科學概念和原理的學習，又包含了生活、學習、思考等技能的訓練及對人、對事、對社會和對世界等態度的培養。所以學習成果的評核不應只著重單一方面的考查，教師在教學時應該靈活地運用多元化的方法來進行教學評核。

小學科學科的評核應該從知識、技能及態度三方面一併進行，這才算是科學化評核方法。例如：

(1) 知識方面：

在本學科中，一些基本的概念和原理會影響兒童日後的學習，教師應該時常舉行簡單的形成性測驗、課前提問、工作紙、習作和作業的理解等以檢討兒童對概念和原理的掌握。這些評核分數應與定期性的單元測驗、段考和期考的成績一併考慮，作為兒童成績等級評核的依據。

(2) 技能方面：

本學科宗旨除了要求兒童對科學知識有基本的認識外，同時希望他們能夠從中學會生活技能及學習技能，訓練他們更精銳的思考和能力分析，因此，在評核兒童知識的獲取之餘，亦應重視兒童技能表現的評核。對於兒童所進行的各種活動，例如：參觀訪問、植物栽種、動物飼養、資料蒐集、標本製作、圖像描繪、實驗報告、科學角的佈置、科學器材的操作等亦應得到相應的成績評核。

(3) 態度方面：

態度較難從客觀測驗中加以評核。教師應根據兒童在進行活動時與同伴相處和合作的表現、課堂上發表意見的表現、對科學奧秘探求的表現、對美化環境，愛護大自然的表現、課餘佈置科學角的表現等去評定他們的態度。

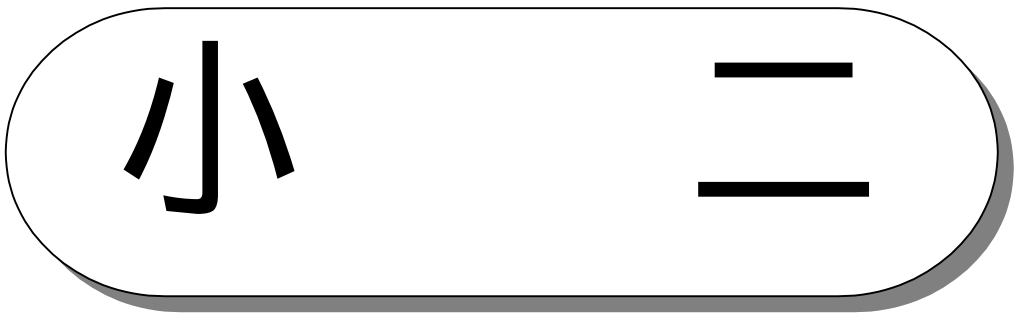
總之，科學的評鑑應是在整個教學過程中對知識、技能、態度三方面不斷地進行。評鑑在於衡量兒童的學習成績之餘，亦可幫助教師隨時診斷出教學歷程中所出現的問題，俾使尋求補救的方法。

參考書籍

1. 科學，1-3 冊(1986)，香港人人書局，香港。
2. 國民中學生物，上下(1988)，台灣國立編譯館，台北。
3. 國民中學理化，1-4 冊，台灣國立編譯館，台北。



教學 / 學習組織計劃



小學二年級科學科

授 課 內 容	基本程度課時	增潤部分課時
單元一、愛護大自然 1.1 澳門常見的花卉 1.2 愛護公園裏的植物 1.3 愛護公園裏的動物 1.4 頑皮的猴子 1.5 動物怎樣照顧兒女	 3 3 2 2	 1 3 1
單元二、常吃的食物 2.1 我們常吃的水果 2.2 我們常吃的蔬菜 2.3 我們常吃的淡水魚 2.4 我們常吃的鹹水魚 2.5 我們常吃的家禽	 2 2 3 3 2	 1 1 1
單元三、認識一些動物和昆蟲的特性 3.1 勤勞的蜜蜂和螞蟻 3.2 晚上在家裏出現的可怕動物	 3 2	
單元四、四季和天氣 4.1 觀察和記錄天氣 4.2 陽光和彩虹 4.3 太陽和影子的關係 4.4 澳門的四季	 3 2 2 2	 1 1
單元五、水和空氣的認識 5.1 水的變化 5.2 我們四週的空氣 5.3 水族箱的設置	 3 3 3	
單元六、磁鐵和乾電池的遊戲 6.1 磁鐵真有趣 6.2 乾電池的認識 6.3 乾電池與生活	 3 3 3	
測驗 / 課外活動 / 實驗	18	
	72	10

- 註：1. 有 記號者表示屬基本程度內容，沒記號者為增潤部分內容。
 2. 每單元的預計上課時數僅供參考，教師可因應實際情況作彈性處理。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識一些常見的花卉</p> <p>2. 說出常見花卉的開花季節</p> <p>3. 能辨認一些節日常見的花卉</p> <p>4. 懂得欣賞花卉的美</p>	<p>單元一：愛護大自然</p> <p>1.1 澳門常見的花卉</p>	<p>1.a) 先讓學生看看一些繽紛艷麗的花卉展覽圖片，或是年宵花市的圖片，然後引導學生說出他們曾經見過的花卉的名稱，再由教師說出正確的名稱，並把它們寫在黑板上。</p> <p>b) 在上述花卉名稱下，配以相稱的掛圖，以鞏固所學，要求學生逐一說出圖中花卉的名稱。</p> <p>2. 把學生分為“春、夏、秋、冬”四隊，然後各隊到黑板上選取屬於其季節的花卉圖片。一定要把黑板上的花卉圖分完。</p> <p>3. 由於澳門是華洋雜處之地，所慶祝的華洋節日尤其多，因而可讓學生進行比賽，看看他們對節日的花卉的認識有幾多？若時間許可的話，建議教師帶領學生到盧廉若公園或就近的公園或花市實地觀賞花朵。</p> <p>4.a) 對「花卉」一詞作出解釋並要求學生各自說出對花的感覺。</p> <p>b) 鼓勵學生多與家人到公園去欣賞各式各樣的花卉的美態。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對學科詞彙的掌握度； 2. 對活動參與的積極性、主動性； 3. 口語的表達能力； 4. 書寫能力； 5. 能否說出四季的花卉名稱； 6. 會否用花卉美化環境。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>5. 能主動並積極地愛護花卉</p> <p>6. 會用花卉美化環境、點綴家居</p>		<p>5.a) 總結出花卉的好處，並記錄在咭紙上，保留在「科學角」中以供學參考。</p> <p>b) 從前項中引導學生認識花卉對環境、生活的作用，因而知道它的重要性而不會任意採摘、折斷在公園、路旁、家居等各處的花朵，而且會愛惜它們，適當地加以澆水，阻止別人或動物對它的破壞。</p> <p>6. 能夠用花朵美化校園、課室，佈置家居。總結整課內容時，宜採用實物與圖片相互配對花卉的名稱。其中實物尤宜準備有針對性特徵的花朵，以期加深認識。例如玫瑰、杜鵑的莖有刺，玫瑰、薑花、蘭花有香味，馬櫻丹有特殊氣味（令人頭暈），本地菊花、玫瑰的花瓣可供食用，荷花、水仙等的根部需要浸在水中才能生長，開花。提醒學生不要隨便觸摸莖上刺的花卉，如玫瑰，杜鵑，馬櫻丹等；不要貼面嗅有香味的花，如茉莉、康乃馨、水仙、玫瑰等，以免花粉刺激鼻黏膜；不要嗅馬櫻丹的花以免頭暈目眩；有毒的更應遠離食物，不隨便觸摸，如水仙的球莖等。</p> <p>工作建議：</p> <p>a) 簡單地插一瓶鮮花去佈置教師的書桌並且用來點綴課室</p> <p>b) 配合美勞課製作</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識一些常見的公園植物</p> <p>2. 說出公園的作用</p> <p>3. 能簡單描述園中植物</p>	<p>1.2 愛護公園裏的植物</p>	<p>1. 教師宜作一次參觀活動配合本課課題，如組織學生到二龍喉公園，盧廉若公園，農林處或學校附近的公園去觀賞公園中的花草樹木。在參觀活動之前，教師應與學生重溫「澳門常見的花卉」一課中的名稱，讓學生結合舊課文內容去認識公園裏的植物。</p> <p>2.a)在「公園」這一名詞的認識：學生通過親身體會後再結合教師的講解、知道何謂公園。</p> <p>b)引導學生感受一下公園裏清新的空氣和優美的環境。</p> <p>3. a) 要求學生結合所學，把在園中所見而已學過的花卉的名稱說出，教師並可從旁引導他們嗅嗅有香氣的雞蛋花、茉莉花、米仔蘭、玫瑰等；看看在水中生長的荷花等以加深學生們的印象。</p> <p>b) 向學生介紹開花的樹木；如洋紫荊樹、黃槐樹、台灣相思、木棉樹、鳳凰木等樹身高大的樹本及與樹身矮小的大紅花、杜鵑花、夾竹桃等作出比較，找著它們各自的特徵去認識它們。</p> <p>c)認識過樹木後，引導學生認識草木花朵，如萬壽菊、美人蕉、番薯花等。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 參觀活動的參與程度；</p> <p>2. 有否按教師指示進行學習；</p> <p>3. 所學知識是否抓得緊、記得牢；</p> <p>4. 能否身體力行去愛護植物。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 懂得欣賞公園裡的植物而且愛護它們</p> <p>5. 養成遵守公園規則的習慣</p> <p>6. 喜歡到公園去看植物</p>		<p>d) 教師準備圖片一批讓學生輪流抽取圖片，然後說出他們手中的圖片的植物的特徵。</p> <p>4. 激發學生對植物欣賞的興趣；喜歡公園清新的空氣及優美的環境因而自覺地珍惜園中的一切，而且會好好地保護它們不被破壞。</p> <p>5.a) 透過園內告示牌向學生解釋各告示牌的含意，指導他們遵守園規；不踐踏草地、不採摘花朵、不亂掉廢物、不弄污水源、不攜犬隻進入公園等。</p> <p>b) 師生共同製作公園規則告示牌並用以佈置校園以喚起全校對公園公示牌的注意並懂得身體力行去遵守。</p> <p>6. 藉著學生對植物欣賞的興趣，鼓勵學生有空多與家人到公園去，並拍攝各種花草的相片，帶回校互相觀看；多閱讀它們的資料牌，以增廣知識。</p> <p>工作建議：</p> <p>a) 搜集澳門公園的植物生長圖片。</p> <p>b) 製作如何保護公園植物告示牌。</p> <p>c) 選取 a) 項有代表性圖片佈置科學角。</p>	

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<ol style="list-style-type: none"> 1. 知道公園裡的動物分為水中、陸上、空中三大類 2. 說出園中水、陸、空動物的名稱 3. 認識公園裡的動物的獸性 4. 能辨別公園裡的馴良動物與兇猛野獸 5. 懂得餵養動物 	<p>1.3 愛護公園裡的動物</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本課亦宜到動物公園去實地認識、了解公園中的三大類動物，但礙於本澳動物園缺乏，或園內動物品種稀少而且不平均，因此用幻燈片、錄影帶、圖片去輔助是必須的。 2. a) 在認識活動中，宜從介紹幾種學生喜歡觀賞的動物開始，提醒他們注意動物的外形特徵去記動物的名稱。 b) 分組輪流說出教師所示圖咭中動物的名稱。 3. 提醒學生動物雖然可愛，但始終不及家裡飼養的家畜溫馴，一旦受驚，很容易襲擊他們，宜小心提防，不宜挑逗起牠們的獸性。但亦不要害怕，因為公園裡有鐵籠把兇猛動物與人隔開，而且動物的獸性是其原始之處，真的性情、可愛之處。至於溫馴的動物亦只宜觀賞不宜觸摸以防被抓傷感染病菌。 4. 經教師引導並留心觀察園中動物的舉止，分辨出可接近的馴良可愛動物及不宜親近的兇猛野獸。 5. 知道不可隨便餵養籠內動物而且樂意遵守。在校園內協助高年級同學餵養小動物。 	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察、分析、判斷能力； 2. 對本科詞彙、概念的掌握能力； 3. 能否身體力行去愛護動物； 4. 有否掌握好餵飼動物的技能； 5. 會否留意園中告示牌； 6. 有否興趣閱讀告示牌； 7. 能否遵守告示牌內容。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>6. 養成愛護公園裡的動物的習慣</p> <p>7. 說出如何愛護公園裡的動物</p> <p>8. 會注意園內各種告示牌和說明牌並遵守指示</p>		<p>6.a) 教師先培養學生愛看動物的興趣，無論是圖片、幻燈片、錄影帶或是實物均喜歡看看。</p> <p>b) 有空閒喜與家人到公園去認識、看看動物；喜閱讀園中的動物資料牌而去認識、了解園內水、陸、空三大類動物。</p> <p>7. 讓學生由認識而知道怎樣愛護園中的動物：如不隨便餵飼動物、不要大聲喧嘩嚇怕雀鳥、不要用物件投擲動物等。</p> <p>8.a) 鼓勵學生交換意見，說出告示牌的重要性；</p> <p>b) 輪組說出曾見過的告示牌的內容；</p> <p>c) 會按告示牌指示遵守規則：</p> <p>工作建議：</p> <p>a) 用分了類的動物圖或動物模型佈置科學角。</p> <p>b) 著學生搜集澳門的各大公園裏所飼養的動物的資料，圖片或名稱。</p> <p>c) 繪畫公園的動物圖。</p>	

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 指出猴子體型的特徵</p> <p>2. 說出猴子的生活習性</p> <p>3. 認識猴子是最會模仿人的動作的動物</p>	<p>1.4 頑皮的猴子</p>	<p>1.a) 觀看猴子的圖片,然後指出猴子全身披毛,有四肢,前肢比後肢長,有尾巴一條。口部突出,眼、鼻、口在臉部正面,兩隻耳朵在臉的左古方頭頂稍下。 B) 觀看猴子和人的形態圖片後指出猴子和人的外形和長相近似,但是人類並不是從猴子演變而來的。</p> <p>2.a) 用學生搜集有關猴子的圖片引導學生說出猴子是非常頑皮的,喜歡合群生活。牠們善於爬樹、在樹間跳躍;住在樹上;習慣素食:喜歡吃果實、昆蟲、植物的嫩葉、新芽和鳥卵;能用後肢直立起來,甚至行走;用手抱著幼兒餵乳,用手拿東西吃,用手替幼兒捉蟲;腳趾能握物;愛護幼兒;服從「猴王」的領導,過群居生活。 b) 若時間許可的話,觀看介紹猴子生活的錄影帶。看看猴子的活動、聽聽牠們的叫聲、看看牠們的表情。</p> <p>3. 鼓勵學生說出經驗,把所看過的猴子雜技表演、旅遊時所見到的猴子模仿人類的動作等說出來與同學交流心得,引証猴子是最會模仿人類動作的動物。</p>	<p>評核學生:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察、分析、比較能力的發展; 2. 口語表達能力的發展; 3. 能否口頭描述猴子的外形特徵、生活習性; 4. 能否在黑板作總結; 5. 課文字彙有否掌握好; 6. 學習是否認真。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 能比較猴子和人類在體型和習性方面的異同</p> <p>1. 知道很多動物都有照顧幼兒的天性</p> <p>2. 說出一些會照顧幼兒的動物的名稱</p> <p>3. 能舉例說出動物怎樣照顧幼兒</p>	<p>1.5. 動物怎樣照顧兒女</p>	<p>4. 要求學生有系統地把人和猴子在頭、面形、身體形態、手和腳的長短，活動形式、生活習性等作出比較。先是口頭說出，跟著在黑板上總結。</p> <p>工作建議：</p> <p>A) 用旅遊時所拍攝的、書籍上所記載的、名片等有關猴子的圖片去佈置科學角。</p> <p>B) 進行扮猴子比賽。</p> <p>1. 透過圖片和錄影帶教導學生觀察一些常見的動物怎樣照顧牠們的幼兒</p> <p>2. 要求學生說出圖中照顧幼兒的動物的名稱。如哺乳類動物用乳汁餵養幼兒；飛鳥用口哺餵養幼兒；獸類用口喂幼兒，把幼兒帶往安全的地方等的出生就有的能力。</p> <p>3. 用圖片和錄影帶引導學生說出貓、狗、猴子、母雞、樹熊、熊貓、袋鼠、獅子等如何攜帶幼兒，或把幼兒帶到安全的地方；怎樣餵養幼兒；怎樣替幼兒清潔；怎樣和幼兒嬉戲玩耍；怎樣訓練幼兒有獨立謀生的能力。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 口語表達能力； 2. 課堂學習活動參與的積極性、主動性； 3. 能否結合生活經驗說出父母對他們的愛； 4. 對課文知識能否抓得緊、記得牢； 5. 會否做到孝順父母。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 能體會動物對幼兒的愛</p> <p>5. 說出人類父母怎樣愛護子女,照顧子女成長</p> <p>6. 會孝順父母</p>		<p>4. 學生觀察動物餵養、保護幼兒的圖片,然後要求他們想一想並說出其原因。</p> <p>5. 鼓勵學生舉例說出父母怎樣愛護我們。</p> <p>6. 把動物照顧幼兒和父母照顧我們比較,使學生體會到我們的父母對我們的照顧更全面,有親情而且達到把子女放在第一位的程度,因此我們應該孝順父母,報答父母養育、教導和愛護之恩。</p> <p>活動建議:</p> <p>a) 宜結合到動物園參觀遊玩,從中觀察到動物如何照顧牠們的幼兒。</p> <p>b) 用動物照顧幼兒的圖片佈置科學角。</p>	<p>此 課 結 束 後,宜作一單元測驗。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識一些常吃的水果的名稱</p> <p>2. 能區分一些常吃的水果的供應季節</p> <p>3. 能辨別一些常吃的水果</p>	<p>單元二：常吃的食物</p> <p>2.1 我們常吃的水果</p>	<p>1.a) 透過實物、圖片或電視的介紹，向學生提問水果的名稱。教師注意要重複說出水果的正確名稱並把相應的字咭掛上。</p> <p>b) 向學生提問本季（冬季）有哪些水果上市，跟著可把水果的名稱掛在冬季欄內。</p> <p>2.a) 把我們在澳門終年常吃的水果圖片逐一呈現黑板上，提問學生在一年中哪些日子，或哪些節日裏可以吃到它們。遇有豫疑；教師應從旁提示以使學生說出正確答案。更宜獎勵答對的學生，把水果咭親自掛在相應的季節欄內。</p> <p>b) 橙、蘋果、香蕉等全年供應的水果則要在四季欄中各欄都要掛上其名稱。</p> <p>3. 教師可先作示範，說出某一類水果的形狀，果內有沒有種子，果皮是怎樣的，有沒有氣味，生長在何處等 然後讓學生猜猜水果的名稱。接著便可由學生進行類似的介紹，著同學猜猜看是甚麼水果。上述活動，盡可能用實物作總括，尤其是應節的水果不作二想，務求學生對各類水果的特徵印象清晰。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 參與活動的主動性、積極性； 2. 詞彙的掌握能力； 3. 能否把生活經驗結合到課堂學習上； 4. 觀察、分析、判斷能力有否進展； 5. 用紙粘土製作水果模型的技巧是否恰當。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 知道多吃水果的好處</p> <p>5. 能正確地進食水果</p> <p>6. 養成每天進食水果的習慣</p>		<p>4. 通過遊戲，介紹水果的好處：味道好，可幫助消化，增強抵抗力。</p> <p>5. 教師透過講故事說出一個缺點甚多的小孩的故事，然後學生找出其缺點，跟著教師作出指引：</p> <p>a) 指出吃水果不宜只喝其汁，應連果肉一併吃掉它，因為果肉內的纖維質能幫助我們腸胃在蠕動時清潔腸胃，把廢物一併帶走，排泄出體外。此外，咀嚼水果可使我們真正認識其果肉的爽脆、軟硬、含汁量的多少。</p> <p>b) 教師跟著糾正某些學生對水果的偏食習慣，以讓他們知道飲食均衡，對維他命C及葡萄糖的攝取均衡，身體才能健康地成長。</p> <p>c) 告訴學生，他們由於生長於澳門 - 一個對外交通發達的城市，因而他們可以常年吃到各地水果。可是某些貧困或落後地區的兒童則並不可常吃新鮮的、各式各樣的水果。因此，教師必須提醒學生們吃水果時切不可浪費。</p> <p>6. 分組討論，說出各人吃水果的習慣，總結出每天均宜吃水果。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識一些常吃的蔬菜</p> <p>2. 能區分一些常吃蔬菜的供應季節</p>	<p>2.2 我們常吃的蔬菜</p>	<p>工作建議：</p> <p>a) 用水果模型進行買賣遊戲（模擬市場活動）</p> <p>b) 用紙粘土製作水果模型，並以之佈置科學角。</p> <p>1.a) 利用蔬菜圖字配對卡，向學生介紹一些他們常吃的蔬菜的品種，進而要求學生進行圖字配對。</p> <p>b) 教師出示各種蔬菜的圖片。要求學生分組進行比賽，以能說出最多的蔬菜的名稱的一組勝出。</p> <p>2.a) 向學生介紹常吃的蔬菜的供應季節，可先由吃火鍋開始。</p> <p>b) 師生共同把各種蔬菜圖片按供應季節區分出來，並從中讓學生親自發現春夏多吃瓜類和豆類、秋冬多吃葉菜類。教師要解釋澳門氣候溫和，全年都可種植生菜，菜心，而且大部份在本澳出售的蔬菜都是外地入口的。（指出近年澳門都市化的結果，致使耕地減少）</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 對學科字彙的認識掌握程度；</p> <p>2. 能否根據生活經驗，說出蔬菜的季節性；</p> <p>3. 觀察、分析、判斷能力是否發展得好；</p> <p>4. 有否開動腦筋去思考；</p> <p>5. 對蔬菜學習的興趣有否延伸至課堂以外。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>3. 懂得辨認一些常吃的蔬菜的特徵</p> <p>4. 知道吃蔬菜的好處</p>		<p>3.a) 用菠菜、西洋菜、生菜、椰菜花、西蘭花、白菜、芥蘭等圖片（或實物）提問學生他們通常吃這些青菜類的哪些部分。用絲瓜、節瓜、苦瓜、玉豆、蠶豆等圖片（或實物）提問學生他們常吃這些瓜、豆類的哪些部分。用藕、蘿蔔、茄子、芋、馬鈴薯等圖片（或實物）提問學生他們通常吃這些根莖類的哪一部份？</p> <p>b) 要求學生補充一些常吃的青菜類、瓜類和頭類、地下根莖類的蔬菜名稱，並把它們分類。</p> <p>c) 比較上述三類蔬菜的異同。若時間充裕，學生人數不太多的話，教師可考慮做以下活動：教師吩咐每組同學蒙眼試吃青菜沙律及什菜一碟，然後說出，所吃蔬菜的名稱或把該蔬菜的掛圖掛於黑板上。</p> <p>4. 教師先介紹三大類的蔬菜多吃對身體的益處（如豆類含豐富的蛋白質， 等）然後著學生分組進行討論，若不吃蔬菜，偏吃肉類，身體會好嗎？為甚麼？綜合討論結果，引導出多吃蔬菜對身體有益的結論，並把結論抄寫於咭紙上佈置科學角。</p>	<p>此課完結後與單元二第一課一併作測驗。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>5. 養成多吃蔬菜的習慣</p> <p>1. 認識淡水魚這一名稱</p> <p>2. 認識一些常吃的淡水魚</p>	<p>2.3 我們常吃的淡水魚</p>	<p>5.a) 準備各款蔬菜的圖片，著學生進行套配，以祈引導出學生對蔬菜的進食需要而且懂得適度進食蔬菜。</p> <p>b) 用多款蔬菜圖片與學生進行遊戲，以祈他們能夠總結出夏季多吃瓜類、豆類，秋冬及春季多吃青菜。</p> <p>c) 若時間吻合，建議教師帶領學生到農林處，或某些農田種植地實地觀察種植蔬菜的情形，從中輔導學生不要浪費蔬菜，湯水中的菜也應進食，而不應辜負農民種植蔬菜的苦心而丟掉它。</p> <p>工作建議：用四季的蔬菜圖片佈置科學角。</p> <p>1.a) 透過海洋，水塘、魚塘及山溪的圖片，引導學生說出該等地方的水的味道。</p> <p>b) 把學生說出魚塘的水是淡的一答案寫在黑板上，然後解釋甚麼叫做淡水魚。</p> <p>2.a) 教師介紹學生認識一些常吃的淡水魚時，最好能用電視介紹以增加真實感，若學生人數少於25人更可整班一同往街市淡水魚檔實地觀賞、識別常見的淡水魚。</p> <p>b) 學生作調查，每組訪問 5 位朋友或同學，調查他們在這一星期中吃過那些淡水魚。教師協助學生把調查報告用直線圖像總結。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對本課字彙的書寫能力； 2. 觀察、分析、判斷能力； 3. 對課文中所介紹的淡水魚特徵有否抓得緊、記得牢； 4. 能否完全識別常見、常吃的

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>3. 懂得識別一些常吃的淡水魚</p> <p>4. 能簡單地說出魚類身體各部份的名稱</p> <p>5. 略知魚鰓、魚鰭、魚鱗的功用</p>		<p>3.a) 學生觀察各種淡水魚的顏色，以祈由學生們親自得出：淡水魚的顏色並不艷麗，多呈灰黑色的結論。</p> <p>b) 把鱸魚、鯪魚、生魚、鯨魚、鯽魚等淡水魚掛圖展示出來，要求學生從比較牠們的頭的形狀，魚尾的形狀，魚身的形狀，魚鱗的大小等去認明各魚的特徵，因而懂得辨認各種不同的淡水魚。</p> <p>c) 要求學生緊記各淡水魚的特徵，鼓勵他們多把此類特徵去引証，比較家中購回的淡水魚，或在酒樓、海鮮檔所見的一般淡水魚。</p> <p>d) 拼圖活動：要求學生把分開的幾類淡水魚的魚頭和魚身拼砌起來。</p> <p>4. 通過實物和圖像進行此項認知學習。</p> <p>5. 利用幻燈片或錄影帶觀看魚類游泳的姿態，引導學生發現魚鰓，魚鰭、魚鱗的功用，最後由教師總結出它們的作用，(注意：祇需略加講解，如：魚是用鰓呼吸的，魚是靠魚鰭撥水進行游泳，魚身有魚鱗保護身體。)</p>	<p>淡水魚；</p> <p>5. 能否說出魚鰓、魚鰭、魚鱗的功用。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識何謂鹹水魚</p> <p>2. 認識一些常見的鹹水魚</p> <p>3. 懂得辨別淡水魚和鹹水魚</p>	<p>2.4 我們常吃的鹹水魚</p>	<p>工作建議：</p> <p>a) 填色活動：把幾種常見的淡水魚圖塗上相應的顏色後用以佈置科學角。</p> <p>b) 師生共同製作“二年級同學本週內所吃的淡水魚”直線圖表</p> <p>1. 透過放映在海洋生活的魚類的錄影帶引導學生認識甚麼叫做鹹水魚。此課若時間配合，建議教師帶領學生到海事博物館一遊，看看在本澳海域的鹹水魚分佈情況及其種類，各種常見的鹹水魚生活方式等等。</p> <p>2. 透過圖片引導學生觀賞一些常見的海洋魚類並結合牠們的特徵來認識牠們。</p> <p>3.a) 透過圖片或錄影帶把一些常見的鹹水魚如紅衫、牙帶、魚、魚、鱸魚、石斑、撻沙、蘇眉、青衣、黃花、木棉魚等與一些常見的淡水魚如土鯪魚、鯨魚、鯉魚、魚、鯽魚、生魚、塘虱等作出比較，看看牠們的顏色，哪一類魚的顏色比較鮮艷。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 能否積極參與討論；</p> <p>2. 能否掌握好一些常見的鹹水魚特徵，而懂得辨認牠們；</p> <p>3. 對鹹水魚的種類的認識的深廣度；</p> <p>4. 能否自律，不弄污海水；</p> <p>5. 有否提升對海洋生物研究的興趣。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 認識鹹水魚的來源</p> <p>5. 懂得不弄污海水</p>		<p>b) 教師準備鹹水魚和淡水魚圖片數份，分給各組學生，務求他們能作出識別，把牠們放進正確的水域地帶去生活。教師在此節更宜著重介紹水質對不同的魚類的影響，如鹹水魚因適應了海水的鹽份，故此不可以用自來水去飼養，因為更換水質後魚類不能適應定會死亡。著學生留意街市魚檔或酒樓的水族箱，鹹水魚和淡水魚皆在相應的水質裏飼養。</p> <p>c) 利用錄影帶，幻燈片或圖片引導學生了解海水污染也改變水質、造成魚類死亡。</p> <p>4. 用視聽教材介紹鹹水魚的出處，其中包括介紹人工飼養鹹水魚的魚場。</p> <p>5. 學生互相討論，交換見聞如何可盡一己之力防止海水污染，並鼓勵他們能夠付諸行動，養成不污染海水的習慣，從而可使鹹水魚自由自在地在海裏生活。</p> <p>工作建議：用鹹水魚的繪圖或圖片佈置科學角。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 能分辨出雞、鴨、鵝、和鴿子</p> <p>2. 知道鴨和鵝是水飼的家禽</p> <p>3. 說出鴨和鵝的外形特徵</p> <p>4. 知道雞、鴿是陸飼的家禽</p> <p>5. 說出鴿子和雞的外形特徵</p>	<p>2.5 我們常吃的家禽</p>	<p>1.a) 教師用圖片或乘到動物園遊玩之便，讓學生留心觀察雞、鴨、鵝和鴿子的形態，然後著學生把牠們分辨出來。</p> <p>b) 指導學生留意牠們頭部和腳部的形態去辨別牠們。</p> <p>2.a) 先解釋何謂「家禽」；</p> <p>b) 指出家禽的飼養方法是分陸飼和水飼兩種，著學生研究鴨和鵝是陸飼還是水飼；</p> <p>c) 要求學生想想水飼有甚麼好處。</p> <p>3. 觀察在水中游泳的鴨和鵝，啟發學生發現牠們嘴扁、頸長、腳短、趾間有蹼；鴨子游泳後羽毛不會濕；鴨子和鵝的趾間的蹼有助於牠們扒水游泳。鵝頭上有肉瘤。</p> <p>4. 引導學生觀看圖片再結合他們的親身經驗，說出雞、鴿是陸飼的家禽。</p> <p>5.a) 要求學生仔細觀看雞和鴿的頭、腳、身體和翼，然後說出其相同處。如頭圓嘴尖；有翼有趾爪；全身長有羽毛。其不同處則是雞頭有肉冠和肉垂；雞重</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能否準確地說出家禽的外形特徵； 2. 對本課詞彙，概念的掌握程度； 3. 能否判別公雞和母雞，雞、鴨、鵝和鴿子； 4. 能否積極參與討論； 5. 有否盡力去作資料搜集。 <p>此課完結後，宜與本單元的第三、四課一併作測驗。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>6. 說出母雞和公雞的一些特性</p> <p>7. 說出鴿子的一些特長</p> <p>8. 知道雞、鴨、鵝和鵠是人們常吃的家禽</p> <p>9. 知道雞、鴨、鵝和鴿子的其他用途</p>		<p>翼短，不能遠飛而鴿子則體輕翼長，能在高空飛翔。</p> <p>b) 能根據雞頭上的冠和肉垂的大小，趾爪後上方有無趾，羽毛長短和光澤去分辨出公雞和母雞。</p> <p>6. 讓學生討論後說出公雞會啼；母雞則會生蛋及孵小雞；公雞性喜打鬥。</p> <p>7. 從圖片中指出鴿子的記憶力強又戀窩，故人們利用牠的特性訓練信鴿，幫助通訊。指出流傳至今世界各國仍有信鴿的比賽。鴿子性溫馴，故人們在節日或大慶典禮上會放出大量鴿子，象徵和平歡樂。</p> <p>8. 用雞、鴨、鵝和鴿子所做成的菜式去讓學生說出牠們是人們常吃的，愛吃的家禽。</p> <p>9. 用羽絨被，扇子、雞毛掃、雞蛋、皮蛋、鹹蛋 等讓學生認識家禽除了肉可供食用外，牠們的卵也含有豐富的蛋白質，美味可口供人享用；牠們的羽毛更可製造各種美觀的裝飾品或保暖的衣物。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認 識 蜜 蜂 分 為 雌 蜂、雄蜂和工蜂</p> <p>2. 能 辨 認 雌 蜂 雄 蜂 和 工 蜂</p> <p>3. 說 出 蜜 蜂 的 習 性</p>	<p>單元三：認識一些動物和昆蟲的特性</p> <p>3.1 勤勞的蜜蜂和螞蟻</p>	<p>工作建議：</p> <p>a) 用雞啼、奧運放和平鴿、母雞孵蛋、母雞餵養幼兒、鴨和鵝在水中游泳的圖片佈置科學角。</p> <p>b) 雞、鴨、鵝和鴿子的頭、頸、軀幹和腳的配對遊戲。</p> <p>1. 觀察實物，知道一蜂巢中有雌蜂、雄蜂和工蜂三種不同的成員。</p> <p>2. 用放大鏡讓學生仔細觀察以上三種蜜蜂的外形特徵後，要求學生在一些圖片中把牠們辨別出來。</p> <p>3.a) 用圖片、幻燈片、錄影帶做教材，讓學生看後說出蜜蜂是以「蜂后」為家長的大家庭，而且說出：</p> <p>i) 蜜蜂居住在哪裏？</p> <p>ii) 牠們的居所有何特色？</p> <p>iii) 他們最擅長製造甚麼食物？</p> <p>iv) 怎樣儲藏食物？</p> <p>vi) 雌蜂、雄蜂、工蜂如何分工合作？</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 觀察、分析、判斷能力；</p> <p>2. 學科字彙的掌握能力；</p> <p>3. 能否在教師的指引下作總結；</p> <p>4. 口語表達能力有否進步；</p> <p>5. 書寫能力有否進步；</p> <p>6. 會否繪畫螞蟻</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 說出蜜蜂對人類的貢獻</p> <p>5. 認識螞蟻的成員並能分辨牠們</p>		<p>vii) 怎樣過冬？</p> <p>viii) 蜜蜂的天性怎樣？</p> <p>ix) 為甚麼工蜂會用毒刺來刺人呢？著兒童不要隨便拍打蜜蜂、黃蜂以免被螫傷。（重點指出分工合作的天性、勤勞工作的特點）</p> <p>4. 讓學生先討論然後總結出蜜蜂對人類的益處，並寫在黑板上：</p> <p>能製造蜜糖供人們飲用；</p> <p>教導人們工作時必須要有分工合作、勤勞做事的精神。</p> <p>替植物傳播花粉，使農產品豐收。</p> <p>貢獻給人類蜂蠟以製化妝品、鞋油、蠟油、蠟燭、蠟像、地蠟、藥膏</p> <p>5.a) 從一個裝著螞蟻的玻璃小瓶去觀看各類螞蟻的形態。（用放大鏡觀看）</p> <p>b) 瓶內放進一些餅乾、蛋糕碎屑讓學生觀看工蟻搬運食物的情況。從中加深對工蟻形態的認識。</p> <p>c) 在一群螞蟻的圖片中能夠根據牠們的形態特徵把各類螞蟻辨別出來。</p>	<p>和蜜蜂的生活圖片。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>6. 說出螞蟻的習性</p>		<p>6.a) 觀察上述瓶內的螞蟻怎樣用觸角來交換消息。</p> <p>b) 瓶中螞蟻怎樣搬運食物：怎樣搬運比牠們身體龐大的食物。</p> <p>c) 放進一些另窩的螞蟻，留心觀看兩窩的兵蟻如何撕鬥，爭奪食物。</p> <p>d) 在另一瓶內放些紙屑、大紅花等把上述實驗的蟻放入、看看螞蟻的嗜糖習慣到底怎樣。</p> <p>e) 用圖片、幻燈片、錄影帶等向學生系統地介紹螞蟻的生活習性。跟著要求學生說出螞蟻也是以「蟻后」為家長的大家庭，並說出：</p> <ul style="list-style-type: none"> i) 螞蟻喜歡在哪裏築巢； ii) 牠們是雜食性的昆蟲； iii) 有嗜食含糖份動植物的習慣； iv) 如何傳遞消息； v) 怎樣尋找食物； vi) 怎樣搬運食物； vii) 蟻后、雄蟻和工蟻怎樣分工合作？ viii) 在寒冷的冬天裏，牠們怎樣生活？ ix) 為甚麼螞蟻要叮咬人呢？ <p>(同樣重點指出，螞蟻分工合作的天性、勤勞做事的生活習慣)</p>	

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>7. 認識螞蟻是害蟲</p> <p>8. 簡略地說出蜜蜂和螞蟻的異同</p> <p>9. 能效法蜜蜂和螞蟻勤勞的美德</p> <p>1. 知道有些動物喜愛在晚上活動</p>	<p>3.2 晚上在家裡出現的可怕動物</p>	<p>7. 向學生介紹黑蟻、棕色蟻、白蟻和紅蟻的圖片，白蟻和紅蟻的圖片，只有紅蟻捕食害蟲對農作物有益，其餘的黑蟻棕色蟻、白蟻等會傷害植物、破壞木材、叮咬人類及吃人類居所的食物而弄污食物。</p> <p>8. 用蜜蜂和螞蟻的外形特徵、生活習性、對人類的貢獻等作比較。</p> <p>9. 教師可從講故事中去給學生樹立蜜蜂和螞蟻勤勞的榜樣，而令學生們願意效法牠們的勤勞美德。</p> <p>建議活動：</p> <p>a) 若時間許可，可參觀養蜂場，讓學生有機會親自觀看蜜蜂的生活習性（路環石排灣政府農林處有養蜂場）</p> <p>b) 用蜜蜂或螞蟻的繪圖佈置科學角，最好能加上讚美牠們分工合作、勤勞工作的字句。</p> <p>1.a) 利用有關動物在晚上進行活動的圖片，引導學生說出這些動物的名稱。</p> <p>b) 介紹這些習慣在晚上活動的動物的特徵，如何使牠們在黑暗中進行活動。如靈敏的觸角、鼻子、耳朵，敏銳的眼睛等。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 對於一些於晚上在家裏出現的可怕動物的認知程度；</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>2. 說出一些常在晚上出現在家裡的動物的名稱</p> <p>3. 說出晚上在家裡活動的動物的習性及對人類生活的影響</p> <p>4. 知道蚊子、蟑螂、老鼠等的習性而且會用正確的方法去消滅牠們</p> <p>5. 養成經常打掃家居的習慣</p>		<p>2. 教師指出在家裏，晚上常有一些動物出現。要求學生輪組說出這些動物的名稱，並把牠們的名字寫在黑板上。</p> <p>3.a) 學生把上述的動物的圖片找出，配到黑板上的名字去，為了加深印像，教師不妨作一次猜猜看的遊戲：教師說出簡單的描述，學生猜說上述動物的名稱。</p> <p>b) 看圖或影帶說出蚊子、蟑螂、老鼠、蛾等習性及對人類生活的害處。</p> <p>4.a) 先由學生說出消滅蚊子、老鼠、蟑螂的方法；然後由教師作補充，並總結在黑板上。</p> <p>b) 教師切記指出老鼠藥的毒性，不直接觸它；噴射殺蟲水不要在廚房正在弄炊時，以免發生爆炸的危險。</p> <p>5. 引導學生說出家居清潔是杜絕蟑螂、老鼠、蚊子等最根本的方法。因此宜鼓勵學生幫助父母打掃家居，使家居潔淨美觀，生活在其中才會舒適。</p> <p>工作建議：每週末進行課室大掃除，杜絕蚊蟲滋生。</p>	<p>2. 能否根據生活經驗說出對該等動物的感受；</p> <p>3. 邏輯思維推理能力有否發展；</p> <p>4. 會否自覺地保持課室清潔；</p> <p>5. 會否學以致用，身體力行去撲滅蚊子、老鼠、蟑螂。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識不同的天氣現象而且懂得分辨它們</p> <p>2. 懂得看溫度計並讀出度數</p> <p>3. 認識溫度的高低和冷暖的關係</p> <p>4. 養成留意天氣報告的習慣</p>	<p>單元四：四季和天氣</p> <p>4.1 觀察和記錄天氣</p>	<p>1.a) 透過圖片、錄影帶、幻燈片或參考書籍向學生展示晴天、陰天、雨天的景色和人物活動的情況，鼓勵學生說說不同的天氣的特點。然後教師作出簡潔的總結。</p> <p>b) 著學生繪畫晴天、雨天或陰天中人們的生活圖。</p> <p>c) 著學生討論一天中的早、午、晚的溫度變化。</p> <p>2.a) 教師先把溫度計放在陽光下照射一會兒，然後指導他們讀出水銀柱的度數（以攝氏為主，稍為介紹華氏度數）。教師把溫度記錄下來並以簡號寫在黑板上，如28（讀作攝氏二十八度）。</p> <p>b) 接著把溫度計放在課室內片刻，學生觀看溫度計，讀出溫度，並用溫度簡號寫在黑板上。</p> <p>3. 透過圖片著學生說出天氣變熱時溫度會升高，天氣變冷時溫度會降低。</p> <p>4.a) 用附有溫度的人物生活圖去引導學生說出各圖的天氣冷熱程度，並啟發學生結合自身的經驗提出應穿哪一類的衣物。</p> <p>b) 利用報章的報導或電台、電視台有關天氣的報導。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邏輯思維推理能力； 2. 閱讀及記錄溫度的能力； 3. 有否留意當日的天氣報告； 4. 對暴風雨警告訊號及颱風訊號的應變措施的掌握能力； 5. 製作「天氣記錄圖表」的能力； 6. 向氣象台查詢天氣的能力；

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>5. 會製作簡單的天氣記錄圖表</p> <p>6. 喜歡觀察天氣</p>		<p>學生聽後說出他們會作出怎樣的出門準備。提醒學生對暴雨警告訊號及颱風訊號發出後要提高警覺，以便隨時按天氣的惡劣情況作出適當的應變措施，確保安全。</p> <p>c) 告訴學生他們可以向地球物理暨氣象局查詢當日的天氣，即時的溫度。（致電或上網）</p> <p>5.) 在教師帶領下，學生製作一「天氣記錄圖表」。學生們會用簡圖、簡號記錄天氣。學生每天輪流由一同學負責記錄當天的天氣，使他們能從中發揮合作的精神，共同完成一個月的天氣記錄圖表。天氣記錄圖表祇包括晴、陰、雨天、最高及最低溫度便可。</p> <p>6. 激發學生的好奇心，想知更多有關天氣的常識。</p> <p>a) 教師可把《兒童百科全書》、《科學探秘》，《一萬個為甚麼》等書籍放在科學角中讓兒童自由閱讀，滿足他們對天氣的好奇，因而喜歡觀察研究天氣。</p> <p>b) 讓學生比較氣象台的天氣報告和他們所作的天氣記錄簡圖，然後指出氣象台還有濕度、風向、風速、空氣污染指數的報導。</p> <p>工作建議：師生共同製作一星期的天氣記錄直線圖像。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 能說出彩虹的七種顏色</p> <p>2. 能說出彩虹的形狀</p> <p>3. 知道彩虹七色是從陽光分散而來的</p> <p>4. 知道雨後天晴可能會出現彩虹</p>	<p>4.2 陽光和彩虹</p>	<p>1.a) 在陽光下用三稜鏡作實驗，觀察彩虹七色。 b) 用圖片讓學生看清美麗的彩虹到底由哪些顏色組成，並要求學生順序說出彩虹七色。</p> <p>2.a) 透過多款彩虹圖片讓學生說出它是圓弧形的。</p> <p>3.a) 用七色板做實驗讓學生明白彩虹七色是從陽光分散而來的。 b) 分組製造七色板並作實驗。 c) 重覆作三稜鏡將陽光分散成七色的實驗，並把所看到的顏色次序和七色板作出比較。</p> <p>4.a) 解釋彩虹出現於雨後天晴是陽光穿過透明的小水點分散成七色光帶而形成的，因此要看天虹就要待到雨後天晴的上、下午時份了。（中午看不到天虹的） b) 用噴泉被陽光照射，吹肥皂泡等去看看天虹的出現。</p> <p>補充工作建議： a) 用彩虹照片佈置科學角。 b) 搜隻一些能反射彩虹七色的物件。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 會否用三稜鏡； 2. 觀察、分析、比較能力是否發展； 3. 能否製作七色板； 4. 做實驗時是否主動、積極，能否分工合作； 5. 有否完成整個實驗的過程； 6. 會否結合生活經驗，說出一些能反射出彩虹七色的事例。 <p>本單元第一、二課與單元三第一課一併做測驗。</p>

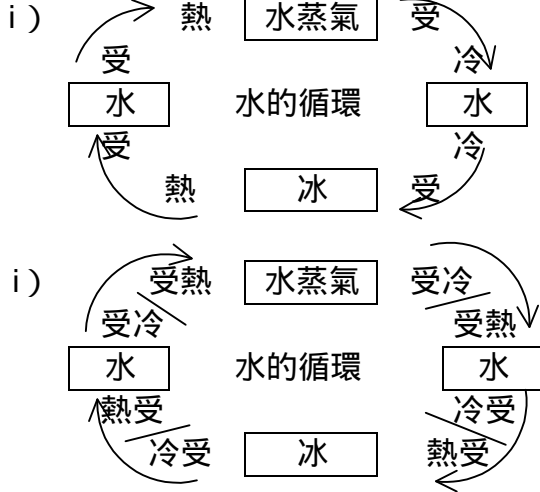
<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識太陽是光源</p> <p>2. 知道一天中太陽位置的變化</p> <p>3. 認識影子的成因</p>	<p>4.3 太陽和影子的關係</p>	<p>1.a) 用黑房、校園等實例讓學生感知太陽是光源，有光我們才能看見東西。</p> <p>b) 用圖片讓學生觀察圖中清晨、正午、黃昏的不同景色，並結合他們的日常體驗，說出早、午、晚的陽光的光亮程度如何影響地面景色。</p> <p>2.a) 在操場或天台等露天處固定一處做實驗觀看太陽在一天中的幾段時間的位置。（注意提醒學生在早上6:30至下午5:30，不能直接用眼睛看太陽，否則眼睛會受到嚴重的傷害。在這段時間內若要觀看太陽非要戴上太陽鏡或用薰黑了的玻璃片放在眼前不可。但是，黎明和黃昏可不同，由於陽光睛弱，不致照傷眼睛，故可直視太陽。）若教學條件不允許上述實驗的進行，可用相片代替。學生從中引証日出東方，日落西山，中午太陽位置升至最高。</p> <p>3.a) 在操場或天台上作影子形成的實驗，或用電筒在黑房中照物等實驗去讓學生觀看各影子的形狀及說出影子的成因。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能否掌握學科詞彙及概念； 2. 能否引証影子的成因； 3. 有沒有恆心和耐力去做工作建議中 b) 項的實驗； 4. 會否製作「影子時鐘」。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 認識影子會隨著太陽不同的位置而變化</p> <p>1. 認識澳門四季的景象</p>	<p>4.4 澳門的四季</p>	<p>4.a) 引導學生做手影遊戲以便他們從中發現影子的大小、方向和光源的位置的關係</p> <p>b) 在操場或天台上樹立一木柱，著學生每隔一小時去看看影子，記錄下影子的長短和位置。</p> <p>c) 教師引導學生用b)項原理製作影子時鐘並用製成的影子時鐘去估計時間。</p> <p>工作建議：製作影子時鐘。</p> <p>1.a) 教師向學生出示一些包括了澳門四季的景象的圖片，要求學生仔細觀看，然後指出各相片是在哪一個季節中拍攝的。</p> <p>b) 學生出示教師在上一節課所吩咐搜集的：</p> <p>i) 野外的四季風景圖片；</p> <p>ii) 有四季特色的花卉圖片；</p> <p>iii) 有四季特色的水果或蔬菜圖片。</p> <p>並把各圖片適當地分配在四季欄內。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 有沒有根據教師要求搜集圖片；</p> <p>2. 能否分辨四季的圖片；</p> <p>3. 能否說出「氣候」和「天氣」的分別；</p> <p>4. 能否說出澳門的四季是怎樣的；</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>2. 知道澳門的四季是如何劃分</p> <p>3. 知道澳門四季的氣候是怎樣的</p> <p>4. 能分辨澳門四季與其他地方四季的異同</p>		<p>2. 教師利用氣象台所作澳門過去二十年的天氣記錄作出一個「澳門過去二十年的天氣記錄表」啟發學生從中發現在澳門，春季是在三、四月，夏季是在五、六、七、八月，秋季是在九、十月，冬季是在十一、十二、一、二月。</p> <p>3. a) 用上述圖片使學生根據表中溫度的數據、天氣的好壞情況總結出：澳門的春季多雨潮濕；夏季炎熱多雨，多颱風；秋季清涼乾燥；冬季天氣寒冷。 b) 從中理解「氣候」和「天氣」的分別。然後讓教師總結二者之分別。 c) 討論：分組討論，說出澳門人在四季中喜歡進行哪些活動。</p> <p>4. 教師用世界各地的風景圖片向學生展示它們的四季，然後與澳門四季風景圖比較，看看它們有何不同。使學生知道澳門氣候溫暖，全年溫度在8 ~30之間，四季的特徵不明顯，與鄰近的香港、台灣、廣東的氣候接近。</p>	<p>5. 學科詞彙、概念是否掌握好；</p> <p>6. 能否說出如何選擇四季的衣服、如何選擇適當的戶外活動。</p> <p>此課與單元四第三課一併測驗。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>5. 懂得適應四季氣候的變化</p> <p>1. 認識水的三種形態</p> <p>2. 知道水的三態的特性</p>	<p>單元五：水和空氣的認識</p> <p>5.1 水的變化</p>	<p>5. 引導學生說出如何選擇四季的衣服，如何選擇適當的戶外活動，務求他們懂得在四季中愉快地生活。</p> <p>工作建議：學生各自繪畫一幅簡單的有關四季的圖片（可以是食物、衣服、活動、假期 等），然後綜合在澳門的四季圖內。</p> <p>1. 做實驗使學生認識水有固體、液體和氣體三種形態：水一杯，其形態液體。把它倒進冰盤後放入冰格裡。（為了濃縮時間立刻從雪櫃中取出同樣大小的冰盤）引導學生觀看從冰盤裏取出的水已經結成冰塊了，其形狀是固體。把冰塊放入杯裏，過些時候，冰塊會變回液體的水。把水放進壺裡去燒，水煮沸時，壺裡冒出的氣體是水蒸氣。</p> <p>2. 用實物操作最好。</p> <p>a) 把水倒進各種形狀的容器中去，引導學生觀看各容器中水的形狀，讓他們發現水在液態時，其形狀是不固定的，可隨盛載其的容器的形狀而變化，而且可以流動。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 做實驗的積極性、主動性； 2. 對學科詞彙、概念的掌握能力； 3. 能否分辨水的三態； 4. 能否說出水的三態，是如何循環變化； 5. 能否結合日常生活經驗，說出水的三態的

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>3. 知道水的三態是循環變化的</p>		<p>b) 把冰塊同樣放進幾種不同形狀的器皿中，同樣引導學生發現冰是固體，有固定的形狀和大小，不會隨盛載著它的器皿的形狀而改變其形狀。</p> <p>c) 用酒精燈燒水，讓學生看看玻璃瓶內有大量的氣泡湧上水面，氣泡就是水蒸氣。水蒸氣是一種氣態，沒有固定的形狀。（告訴學生，水要在 100 時才沸騰和變成水蒸氣。）可以擴散開到周圍的空間。</p> <p>3.a) 用冰塊、酒精燈、燒杯、三腳架等進行水的三態循環變化的實驗，讓學生發現冰受熱會化成水，水受熱會變成水蒸氣，水蒸氣冷卻會變回水，水冷卻又會變回冰，如此循環不息地變化著。</p> <p>b) 把「受熱」、「受冷」等名稱寫在黑板上，加深學生的認識，而且教師一定要有條理、有系統而且清楚、簡單地總結出「循環」的意思。</p> <p>c) 教師在黑板上繪出簡單的水的循環圖。然後要求學生到黑板去填 (i) 水的三態的名稱；(ii) 「受冷」或「受熱」的情況。</p>	<p>用處。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 能辨別水的三態變化</p> <p>5. 說出水的三態的用處</p>		 <p>i) 熱 水蒸氣 受 水 水的循環 水 受 冷 熱 冰 受</p> <p>i) 受熱 水蒸氣 受冷 水 水的循環 水 受冷 受熱 熱受 冰 冷受</p> <p>4. 教師利用實物或掛圖，引導學生說出水在日常生活中；在大自然的三態現象。如日常曬晾衣物；從雪櫃取出的水果器皿不一會兒便外披一層水珠；沸水越燒越少 等等。</p> <p>5.a) 透過圖片讓學生輪組說出圖中水的三態的運用。如水的液態的流動性可運輸東西，推動發電機，水磨機的運行；固體的冰可作冰雕，美化環境，滑雪、溜冰可增加生活情趣；水蒸氣可以推動蒸氣機，可以烹煮食物 等等。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 知道空氣的存在</p> <p>2. 知道空氣佔有空間</p>	<p>5.2 我們四周的空氣</p>	<p>1. 用實驗向學生證明空氣存在於我們的四周。如張開塑膠袋（或紙袋）盛裝到空氣，把袋口紮緊後用手按膠袋感覺到它是脹的，裏面所盛載的就是空氣；</p> <p>ii) 把以上的充了氣的袋紮緊壓進水裡後，用針刺上小孔，跟著就有氣泡冒出來，這些氣泡就是空氣了；</p> <p>iii) 氣球原是扁平的，用氣泵把它充了氣之後就變得膨脹起來；</p> <p>iv) 扇動紙張可感覺到風，風就是流動的空氣；</p> <p>v) 玩小型降落傘，傘下墮緩慢，亦可證明有空氣浮托著它 等等。</p> <p>2. 宜用實驗證明。</p> <p>a) 把空玻璃杯子壓到水中去（杯口向水底），學生觀察杯中不曾流入水因杯子裡的空間全被空氣佔據了。跟著把杯子傾斜，著學生看看有氣泡冒出來，水接著流入杯內，證明空氣是佔據空間的，當某些空氣（氣泡狀）從杯中走出後，才騰出空間讓水取代。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 觀察、分析、判斷能力；</p> <p>2. 能否積極、主動參與實驗；</p> <p>3. 本課詞彙、概念是否抓得緊、記得牢；</p> <p>4. 能否按教師所示，分組進行實驗；</p> <p>5. 有否完成整個實驗的能力；</p> <p>6. 製作小風車降落傘的技巧是否掌握到、掌握好。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>3. 知道空氣是無色、無味的</p> <p>4. 知道一切生物都要呼吸空氣</p>		<p>b) 用漏斗注生油入窄口瓶的例子，再作空氣佔有空間的證明。當漏斗內的油呈滿溢狀態時，很難流入瓶內，此時若將漏斗稍為提起小許，使它和瓶口之間有明顯空隙時，油便很快地流動入瓶內。（因先前瓶內空氣阻止油進入，提起漏斗後所形成的罅隙大了，讓瓶內更多的空氣溢出，騰出更多的空間讓油流入。）</p> <p>3.a) 提問學生他們是否能夠看見空氣呢？讓他們知道就是因為空氣沒有顏色所以我們看不到它，祇能用(1)項的實驗去證明它的存在。</p> <p>b) 同樣要求他們嗅一嗅空氣的氣味，讓他們發現空氣是無味的。他們跟著所聞到的香味和臭味是教師有意地噴些香水和打破變壞了的鹹蛋所發出的氣味。他們所聞到的都是物體所發出的，並不是空氣的氣味。（可用其他的香、臭物體代替）</p> <p>4. 用手指輕輕靠近鼻孔去感覺自己正在呼吸空氣。把蟑螂放入密封的玻璃瓶內，待瓶內空氣用盡後，蟑螂亦跟著死亡。（此項須提醒學生祇宜採用害蟲作實驗，因為生命是寶貴的，切記不可隨意做此項引証）教師用圖片去引証魚兒、飛鳥及植物均要呼吸來維持生命。</p>	



目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>5. 懂得運用空氣</p> <p>1. 認識裝置水族箱的器具</p> <p>2. 知道水族箱的器具安裝的步驟</p> <p>3. 知道一個設備完善的水族箱能供給魚類健康生活的環境</p>	<p>5.3 水族箱的設置</p>	<p>5.a) 活動建議：</p> <p>i) 製作簡易風車讓學生感受一下流動的空氣的力量</p> <p>ii) 製作小型降落傘以進行鬥慢下墮比賽。</p> <p>b) 透過荷蘭風車圖片，滑翔機圖片去引証空氣的運用。</p> <p>工作建議：搜集其他有關空氣的運用的圖片或製成品。</p> <p>1. 教師宜事先準備水族箱一個，購備各種水族箱的設備，在課室上帶領學生一起裝置各種設備，每放置一器具時，宜清楚說明器具的名稱。</p> <p>2. 在黑板上貼上各器具的字咭，著學生說出剛才安放器具的次序並把字咭順次序展開。 上述 a) 項活動必須配合課室的條件，故此必要時可用錄影片或幻燈片代替。</p> <p>3. 透過討論，總結出水族箱如要使觀賞魚健康生長就必須：</p> <p>a) 水質潔淨；</p> <p>b) 有足夠的空氣；</p> <p>c) 水的溫度適中。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 能否說出水族箱的設備；</p> <p>2. 能否書寫以上設備的名稱；</p> <p>3. 能否積極討論，並作出總結；</p> <p>4. 能否親自發現上述設備的用途；</p> <p>5. 會否飼養熱帶魚。</p> <p>此課完結後</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>4. 知道一些水族箱設備的用途</p> <p>5. 懂得實施一些對魚類有益的措施</p>		<p>4.a) 要求學生留心觀察水族箱的設備並引導他們親自發現吸管、過濾器、隔屎板、小石細砂等能令水質保持潔淨；氣泵、水草等能夠提供足夠的氧氣；暖管能夠讓水溫恆久適中。</p> <p>b) 教師著學生留意家居、朋友家中、熱帶魚店舖，看看有沒有更多的設備，然後向大家推介。</p> <p>5.a) 介紹清道夫、白鼠魚等能吸食廢物的小魚給學生認識牠們潔淨水質的能力。提問學生小龜能否同樣有助潔淨水質。</p> <p>b) 水族箱不應當擺放在有陽光直接照射的地方，以免水溫升高魚兒不適應會死亡；但又要能吸適當的陽光使水草、魚兒生長。</p> <p>c) 不用直接從水喉放出來的水飼養魚兒，自來水要在陽光下待上一、二天才可用來飼養魚兒。否則的話要在水中注入適量的定水劑，把水中對魚兒有害的成份清除。</p> <p>d) 過濾器中的過濾棉每隔兩星期要更換，隔屎板每次換水時都要沖洗，吸管則可較長時間才清洗，視乎所污穢淤塞情況而定。</p>	<p>與本單元的 第一、二課 一併測驗。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>6. 養成飼養魚類的興趣</p> <p>7. 懂得照顧魚兒</p>		<p>e) 透過圖片或錄影帶引導學生注意換水的需要、飼料的選配等。</p> <p>6.a) 教師引導學生觀賞水族箱中的動植物生態，並從中認識紅劍、黑摩利等熱帶魚類。</p> <p>b) 利用所安裝的水族箱佈置課室內的科學角。</p> <p>c) 安排學生定時餵養魚兒。</p> <p>d) 課餘向學生示範換水的步驟。</p> <p>7.a) 教師引導學生分辨魚兒的雌雄性別。</p> <p>b) 指導學生時常留意雌魚的動態，遇有小魚出生，應用魚網將小魚撈起，放到另一個小缸中飼養，以免被其他魚類吞食。</p> <p>c) 引導學生照顧生病的魚兒，把牠們與其他魚類隔離。</p> <p>d) 發現魚兒浮上水面搶吸空氣的現象時，宜注意水質。若水質不污濁的話，那麼就必須要適度減小箱中過多的魚。若魚兒不太多，那就要換水了。</p> <p>e) 指導學生飼養海魚所要添置的設備，如比重計，改變水質的海鹽，海洋生長的海草等。</p> <p>f) 鼓勵學生交流養魚的經驗，把拍下的家中水族箱的魚兒照片帶回校讓大家一起觀看。</p>	

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>8. 懂得選養魚兒</p> <p>1. 認識磁鐵的特性</p>	<p>單元六:磁鐵和乾電池的遊戲</p> <p>6.1 磁鐵真有趣</p>	<p>8. 指導學生選擇能適應同一水質的魚兒飼養。</p> <p>活動建議：參觀海事博物館或學校附近的水族館。</p> <p>1.a) 教師應盡量準備各種形狀的磁鐵讓學生觀察，並利用它們作各種能展示磁鐵特性的活動。</p> <p>b) 在實際操作過程中，應控制好各種條件及教具以讓學生親自發現：</p> <p>i) 磁鐵能吸引鋼鐵製品，其中吸力最強是在兩端。</p> <p>ii) 轉動的磁鐵，靜止時其兩端必指向南北兩極：指北的一端是北磁極，指南的一端是南磁極。</p> <p>iii) 異性磁極相吸；同性磁極相斥。</p> <p>c) 在証實磁鐵能吸引鋼鐵一項中，可選擇髮夾、大頭針、螺絲釘、鋼尺、圓釘、圓規 等鋼鐵製品作實驗。其中也應選取膠間尺、木塊、紙黏土鎖匙扣、銅鎖匙、紙張等作進一步引証磁鐵只吸引鋼鐵。</p> <p>d) 在引証轉動的磁鐵靜止時南北兩極的指向性的一項中，宜安排懸掛的磁鐵棒和浮在水面的磁鐵棒以讓其能自由轉動為合。靜止後的磁棒最好能和指南針的方向作比較。</p>	<p>評核學生：</p> <p>1. 做實驗的積極性、主動性；</p> <p>2. 有否探究科學奧秘的精神；</p> <p>3. 能否從實驗中親自發現磁鐵的特性；</p> <p>4. 做實驗的能力有否發展；</p> <p>5. 學科詞彙、概念有否掌握好；</p> <p>6. 有否發現磁鐵的其他用途。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>2. 知道磁鐵的用途</p> <p>3. 懂得運用磁鐵的性質</p>		<p>e) 同性磁極相拒；異性磁極相吸—實驗項，宜各組均可進行實驗，親自體驗其特性。</p> <p>2. 透過實物或圖片讓學生發現在日常生活中磁鐵無時無刻不在發揮其作用。如筆盒的開關掣，手袋的開關掣、房門、櫃門的門定、磁性白板、一些內有磁鐵的玩具、裁縫用的剪刀等。</p> <p>3.a) 鼓勵學生多利用磁鐵進行簡單的遊戲，如利用其異極相吸的特性去固定物件等。</p> <p>b) 教師提出一些需借助磁鐵解決的問題，讓學生動一動腦筋去思考，然後回答。例如：</p> <p>i) 一個在樹林中迷失了方向的人如果要找出出路，但他沒有帶備指南針，只有磁棒一條，你能幫助他找到方向嗎？</p> <p>ii) 一個裁縫要檢查成衣上是否仍留有大頭針，最快捷有效的方法是甚麼？</p> <p>工作建議：實驗磁鐵的同極相斥、異極相吸的特性。 (用遊戲進行)</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>1. 認識一些常見的乾電池的形狀和種類</p> <p>2. 知道電池兩端有正負極之分</p> <p>3. 知道乾電池會發電</p> <p>4. 能正確地連接乾電池</p>	<p>6.2 乾電池的認識</p>	<p>1.a) 利用電動玩具、電筒、相機、傳呼機、電子遊戲機、遙控車、電子錶等操作一會，然後拿走它們的乾電池。引導學生發現沒有了乾電池。它們便發揮不到作用，沒有用了。</p> <p>b) 把上述物品、玩具的乾電池展示學生眼前，引導他們發現它們有鈕形、方形、圓筒形之分。</p> <p>c) 觀看乾電池的密封外款，因而知道內部的化學物質不會外洩。</p> <p>2. 拿圓筒形大電池一個給學生看看頂凸底凹頂出的是正極力有「」的標記；凹入的是負極，用「」的標記。介紹方形電池的正負極同在一端。</p> <p>3. 可用電筒發光、傳呼機發聲、電動玩具會走動等表現出乾電池的用處。</p> <p>4.a) 教師準備2至3個乾電池，小燈泡，電線及小刀等示範如何接線使小燈泡發亮，接著從旁協助學生動手練習「串聯」，即把第一個電池的正極連接第二個電池的負極，如此類推，連接上2至3個的電池，把小燈泡底部按在電池正極上，削去電線兩端的膠</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察、分析、判斷能力有否進步； 2. 會否說出乾電池的各種用途； 3. 能否指出各類乾電池的正負極； 4. 能否串聯乾電池； 5. 學科詞彙、概念是否掌握到； 6. 能否給電器選配合適的乾電池。

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>5. 知道串聯後的乾電池能產生較強的電力</p> <p>6. 能正確判斷乾電池的電力而替電器更換電池</p>		<p>皮，一端連在串聯後最尾的一個電燈的負極上，另一端接觸燈泡的銅帽，小燈泡就會發光。（宜提醒學生注意安全，以防用刀去削電線時不慎割傷手）</p> <p>b) 用兩個乾電池裝入手電筒的活動。</p> <p>c) 用四個乾電池裝入手提錄音機的活動。</p> <p>5. 用一些用舊了的電池和新電池去做實例。先用新電池裝入電筒、錄音機等。接著把一些用舊了的乾電池裝入同樣的物品中。比較新舊電池所產生的不同效果，讓學生發現用新電池的電筒能發很亮的光，反之用舊電池的光極暗；用新電池的錄音機收錄自然，音色很美妙，反之用舊電池的錄音機則聲弱走音，很難聽。</p> <p>6.a) 引導學生認識乾電池的電是會消耗用盡的，因此當電池的。電力減至很弱不能正常供應電力時，要換上新電池才能正常供電，使電筒、錄音機等發揮作用。（學生留意乾電池的電力，若耗盡了便要丟棄，不能用充電的方法使它回復原有的電力）。</p> <p>b) 介紹學生用「測電帶」測試 1.5v 或鹼性電池的電力的方法。</p>	

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>7. 能正確處理乾電池</p> <p>1. 認識怎樣放置一般常用的電器電池箱內的電池</p> <p>2. 能替一般的電器選配正確的乾電池</p>	<p>6.3 乾電池與生活</p>	<p>7. 用圖片或實物、錄影帶等向學生講解：不能用的乾電池要立即丟棄；使用電器或電動玩具後，要把乾電池取出以免日子久了之後，乾電池變壞而流出的化學物質會損壞電器、電動玩具。</p> <p>工作建議：學生搜集各類形的乾電池佈置科學角。</p> <p>1.a) 用電動玩具、電筒、電子遊戲機、遙控模型車、電熱密幫機、收音機等實物，先把它們的電池箱打開，讓學生先看看箱內的電池是如何擺放的，然後把所有電池取出，向學生介紹大、中、小、特別小及鹼性等圓筒形電池的電力只有1.5v(1.5伏特)，其中鹼性電池壽命較長；方形電池是一種複式電池，電壓較高有9v(九伏特)的電力；鈕形電池是一種水銀合金電池，於電子錶、相機的閃膽、電子遊戲機等袖珍型電池箱的電器所用。</p> <p>2. 活動：準備一批用乾電池的電器、電動玩具，著學生分組選取合適的電池去開動它們。</p>	<p>評核學生：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 會否替電器更換乾電池； 2. 能否分工合作完成小組活動； 3. 能否在黑板上總結出乾電池的各種用途； 4. 學科詞彙、概念是否掌握好； 5. 觀察、分析、判斷、推理能

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>3. 知道乾電池的用途而且會用乾電池</p>		<p>3.a) 學生觀察乾電池能供電使電器發光、發聲、發熱和活動的現象</p> <p>b) 啟發學生發現乾電池適用於攜帶方便，而且結構簡單，又不用強電的電器用具。</p> <p>c) 利用圖片讓學生輪組說出乾電池使哪一類用電器具發光、發聲、發熱或活動起來。</p> <p>d) 指導學生親自發現乾電池是一種輕便、安全而且耗電不多的電源。（此處必須提醒學生家用電源則相反：電壓高（200伏特左右），人體接觸它便會觸電灼傷或死亡。故此切勿觸摸電風扇、冷氣機、電飯煲、雪櫃等家用電源的插座）</p> <p>e) 判斷：著學生判別哪些電器是用乾電池，哪些是用家用電源的。</p> <p>工作建議：用需要乾電池發動的玩具或圖片佈置科學角。</p>	<p>力有否進展。</p>



健康衛生



1. 序言

小學健教科的課程設置主要是使兒童對個人、家庭、社會等各方面都有基本的認識和了解，藉此培養兒童有健康的生活習慣、高尚的品德及正確的人生觀。

本科著重引導兒童從個人及身心方面的健康認識推廣到他人及社區的範疇，並且把學到的健康知識應用到日常生活上去。課程內容以兒童為中心，配合兒童的年齡發展特徵及能力，使兒童的潛能盡量發揮，促進兒童全面的發展。

小學健教科課程設置的範疇由個人衛生問題擴至社區健康。本課程教育目的不單只是讓兒童認識簡單的基本衛生常識和正確姿態的學習，其內容更應有廣泛的發展，使兒童在學習過程中均能掌握正確的知識和技能，又能養成良好的態度和習慣。

2. 教學總目標

一. 知識方面：

1. 兒童能夠建立科學的健康概念，認識和了解成長中生理及心理的健康知識。
2. 兒童對人體的生長和發育有正確的認識。
3. 兒童對常見的疾病及其預防方法有所認識，並了解身體保健、周圍環境及家居生活安全措施的重要。
4. 兒童對本澳各種醫療機構、醫療服務及其設施有所認識和了解。

二. 技能方面：

1. 培養兒童能在日常生活中實踐健康的生活。
2. 培養兒童能掌握健康知識、鍛鍊良好體格，使其具有適應現代生活的能力。
3. 培養兒童具有觀察、思考、分析、判斷和選擇的能力。
4. 培養兒童具有注意均衡營養、身心健康、維護個人及他人的健康與安全的能力。
5. 培養兒童能夠遵守家庭、學校、社會的安全守則。

三. 態度方面：

1. 培養兒童注意個人及公共的衛生。
2. 培養兒童善用餘暇，參與適當的康樂活動。
3. 培養兒童懂得控制情緒、尊重別人和合群的精神。
4. 培養兒童懂得接納 幫助傷殘和弱能人士，養成關心別人，關心社會，服務社群的高尚品德。
5. 培養兒童有正確的人生觀和積極的生活態度，並了解健康生活與個人、家庭、學校和社會有著緊密的關係。
6. 培養兒童對優美事物的欣賞能力，並養成愛護環境、保護環境的情操，以收陶冶性情，美化生活的效果。

3. 主題內容

- 一. 身體各部分的認識和保健。
- 二. 注意個人衛生。
- 三. 牙齒的保健。
- 四. 食物和營養的重要。
- 五. 運動和休息對個人的重要。
- 六. 認識生長中生理衛生。
- 七. 培養健康的心理。
- 八. 安全教育和緊急求救方法。
- 九. 認識預防疾病及處理方法。
- 十. 社區健康與個人的關係。

每學年教學內容

小學一年級教學內容

單元一：認識身體各部分及其保健

- 一. 我的身體
- 二. 眼和耳
- 三. 口和鼻
- 四. 手和腳

單元二：認識良好的個人衛生和適當的睡眠、休息對成長的重要

- 一. 身體要清潔
- 二. 衣服要整潔
- 三. 坐和立
- 四. 睡眠和休息
- 五. 遊戲
- 六. 身高和體重
- 七. 良好的生活習慣

單元三：學習友愛和諧，珍惜生命

- 一. 愛護弟妹
- 二. 交朋友
- 三. 愛護小生命

單元四：養成良好的飲食習慣

- 一. 我們的牙齒
- 二. 牙齒的清潔
- 三. 檢查牙齒
- 四. 定時進食
- 五. 早餐
- 六. 食物的清潔

單元五：認識戶內、戶外的安全規則

- 一. 家庭安全
- 二. 學校安全
- 三. 路上安全

單元六：注意個人和周圍環境的衛生

- 一. 個人清潔
- 二. 空氣和食物
- 三. 家庭衛生
- 四. 學校衛生
- 五. 公眾地方的衛生

小學二年級教學內容

單元一：認識身體各部分的保健

- 一. 認識眼睛的保健
- 二. 認識耳朵的保健
- 三. 認識牙齒的功用及其保健
- 四. 認識鼻子的保健
- 五. 認識手和腳的保健

單元二：培養良好的個人衛生

- 一. 身體清潔
- 二. 良好的清潔習慣

單元三：良好的飲食、適當的運動和休息對身心健康的好處

- 一. 注意均衡的飲食
- 二. 注意進食時的禮貌
- 三. 適量的運動和休息對身體的重要
- 四. 戶外活動和戶外安全
- 五. 睡眠對身體的重要

單元四：培養正確的姿態

- 一. 閱讀和書寫的正確姿態
- 二. 良好的姿態

單元五：培養兒童對家人、朋友和陌生人的正確態度

- 一. 敬愛家人
- 二. 與朋友和諧相處
- 三. 提高警覺，慎防受騙

單元六：認識疾病的成因和預防方法

- 一． 疾病的成因
- 二． 病菌的傳播
- 三． 注意個人和飲食的清潔

單元七：社區健康與個人的關係

- 一． 家居衛生
- 二． 醫護人員

小學三年級教學內容

單元一：認識身體各部分的保健

- 一． 眼睛的構造和功用
- 二． 耳朵的構造和功用

單元二：注意個人日常生活的衛生

- 一． 皮膚的衛生
- 二． 口腔的衛生
- 三． 日常衣服的整理
- 四． 良好的姿態

單元三：認識正確的生活規律

- 一． 食物對身體的功用
- 二． 飲水對身體的功用
- 三． 睡眠對身體的功用
- 四． 生活要有規律

單元四：認識與人相處的正確態度

- 一． 群體生活
- 二． 幫助有需要的人

單元五：安全及急救的教育

- 一． 運動與健康
- 二． 運動的安全
- 三． 簡易的急救法

單元六：疾病的成因及預防方法

- 一. 細菌的認識
- 二. 怎樣預防常見的疾病

單元七：環境衛生與個人的關係

- 一. 環境衛生的重要

小學四年級教學內容

單元一：認識身體各部分的保健

- 一. 消化系統的認識及保健
- 二. 排泄系統的認識及保健
- 三. 牙齒的構造及功能
- 四. 牙齒的保健

單元二：注意個人日常生活的衛生

- 一. 個人衛生及儀容
- 二. 飲食衛生

單元三：適量運動及休息對身體成長的重要

- 一. 培養運動的興趣
- 二. 運動和休息

單元四：安全教育及急救的方法

- 一. 家居安全
- 二. 急救方式

單元五：疾病的成因及預防方法

- 一. 麻疹和德國麻疹的成因及預防
- 二. 肺結核的成因及預防

單元六：社區健康與個人的關係

- 一. 身體的成長
- 二. 群體生活

小學五年級教學內容

單元一：認識身體各部分及其保健

- 一． 認識呼吸系統及其保健
- 二． 認識循環系統及其保健
- 三． 認識脈搏和體溫對人體健康的關係

單元二：良好的飲食、適當的運動和休息對身心健康的好處

- 一． 人體所需的營養素
- 二． 水和纖維與人體健康的關係
- 三． 如何選擇食物
- 四． 培養均衡的飲食
- 五． 培養良好的嗜好和適量的運動

單元三：培養正確的姿態

- 一． 良好的姿態

單元四：安全教育和急救方法

- 一． 認識昏暈的成因及急救的方法
- 二． 認識交通安全的重要
- 三． 注意戶外活動的安全

單元五：認識青春期

- 一． 青春期的認識及其衛生
- 二． 穩定情緒對健康的重要

單元六：疾病的成因及預防方法

- 一． 患病應及早治療
- 二． 澳門常見的傳染病

單元七：社區健康與個人的關係

- 一． 培養責任感
- 二． 澳門護理人員和防疫工作的認識

小學六年級教學內容

單元一：認識身體各部分的保健

- 一. 腦和脊髓的組織及其功用
- 二. 神經系統的保健
- 三. 感覺器官的功用及其保健

單元二：注意個人日常生活的衛生

- 一. 暗瘡、體臭和口臭的形成及處理方法
- 二. 煙、酒和咖啡的害處

單元三：認識青春期

- 一. 對自我的認識
- 二. 青春期的心理發展
- 三. 培養責任感

單元四：安全和急救的教育

- 一. 澳門的醫療服務
- 二. 澳門的急救設備
- 三. 意外發生的正確處理

單元五：疾病的成因及預防方法

- 一. 肝炎和脊背髓灰質炎的形成及預防方法
- 二. 癌病的形成及預防方法
- 三. 食物中毒的處理

單元六：社區健康與個人的關係

- 一. 濫用藥物的害處

4. 教學法指引

健康科於教學過程中應根據兒童發展的年齡特徵而適當地進行改變。低年級應著重健康習慣的養成，並要結合兒童的日常生活和實際經驗來進行教學；高年級除了要擴展低年級所學的知識外，更應著重社會責任感的培養，以適應日後生活中所遇到的各種問題及處事態度。

教學過程中教師要注意應多採用直觀性原則(多運用視聽教材)；啟發性原則(讓兒童多進行思考，發現問題，提出問題，開展討論)；理論聯繫實際原則(讓兒童進行參觀活動，並作匯報)；循序漸進原則(遵循兒童發展的特徵，由淺入深，從近到遠，從直觀到抽象)；鞏固性原則(讓兒童能溫故而知新)；因材施教原則(教師應按照實際條件和兒童能力而施教)等各項原則科學地進行教學。而教師本身也要隨時隨地了解新的知識，與時代同步前進，課堂上除了教授課本內的知識外，盡可能將新的健康和科技知識介紹給兒童認識。

此外，在課室內，教師可適當地採用遊戲、觀察、比較、訪問、討論、報告等學習活動去加深兒童對課題的認識，在培養兒童的表達、觀察、思考和判斷的能力之餘，使兒童學會怎樣與人溝通、和睦相處、共同合作、完成任務。其次，教師亦可以按教學需要組織適當的戶外學習活動，如參觀醫療服務機構、社區中心、老人院、孤兒院、弱能人士服務中心等，並鼓勵兒童多參加益智的康樂活動，佈置健康角等，藉著這些戶外活動加添兒童對健教科的學習興趣，同時也可以培養兒童積極參與的精神。

教師在設計教學活動時，應明確地為配合主題和教學目標所需要而設計活動，不要為活動而活動，而且安全措施也不容忽視，尤其是在進行戶外活動時更應有周詳的準備。

5. 評核

小學健康科既包括健康生活的知識，也包含有品德的培養，所以學習成果的評核不應只著重單一方面的考查，教師在教學過程中應該靈活地運用多元化的方法來進行教學評核。

本學科的評核應該從知識、技能及態度三方面一併進行，才合乎科學化評核方法。例如：

(1) 知識方面：

在本學科中，一些基本的健康概念和生活態度會影響兒童日後健康的身心成長，因此，教師應常常舉行簡單的形成性及診斷性測驗、課前提問、工作紙、習作和作業的理解等以檢討兒童對健康概念和生活態度的掌握。這些評核分數應該與定期性的單元測驗、段考和期考的成績一併思考，作為兒童成績等級評核的依據。

(2) 技能方面：

本學科宗旨除了要求兒童對健康知識有基本認識外，同時希望他們能夠從中學會生活技能及學習技能，訓練兒童更精銳的思考和分析能力。因此，在評核兒童知識的獲取之餘，亦應重視兒童技能表現的評核。對兒童所進行的各種活動，例如：參觀訪問、角色扮演、動物飼養、資料蒐集、討論報告、調查研究、健康角的佈置等亦應得到相應的成績評核。

(3) 態度方面：

態度較難從客觀測驗中加以評核。教師應根據兒童在進行活動時與同伴相處和合作的表現、課堂上發表意見的表現、人生觀的表現、接納殘弱人士的表現、對家居環境、社區環境和重視公眾利益的表現等去評定他們的態度。

總之，健康科的評鑑應是在整個教學過程中對知識、技能、態度三方面不斷地進行。評鑑在於衡量兒童的學習成績之餘，亦可幫助教師隨時診斷出教學歷程中所出現的問題，以達至尋求補救的方法。



教學 / 學習組織計劃

小二

- 註：1. 有 記號者表示屬基本程度內容，沒記號者為增潤部分內容。
2. 每單元的預計上課時數僅供參考，教師可因應實際情況作彈性處理。

二年級教學內容說明及授課課時

授 課 內 容	基本程度課時	增潤部分課時
一、認識身體各部份的保健 認識眼睛的保健 認識耳朵的保健 認識牙齒的功用及其保健 認識鼻子的保健 認識手和腳的保健	2 2 2 2	2
二、培養良好的個人衛生 身體的清潔 良好的清潔習慣	2	2
三、良好的飲食、適當的運動和休息對身心 健康的好處 注意均衡的飲食 注意進食時的禮貌 適當的運動和休息對身體的重要 戶外活動和戶外安全 睡眠對身體的重要	2 2 2	2 2 2
四、培養正確的姿態 閱讀和書寫的正確姿態 良好的姿態	2 2	
五、培養兒童對家人、朋友和陌生人的正確 態度 敬愛家人 與朋友和睦相處 提高警覺、慎防受騙	2 2 2	
六、認識疾病的成因和預防方法 疾病的成因 病菌的傳播 注意個人和飲食的清潔	2 2	2
七、社區健康與個人的關係 家居衛生 醫護人員	2 2	
學年總節數	32	12

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識保護眼睛的重要。 (2) 知道保護眼睛的方法。 (3) 能主動根據已學的知識在活動中和日常生活中實踐出來。</p>	<p>單元一： 認識身體各部分的保健</p> <p>1.1 認識眼睛的保健</p>	<p>(1) 活動：請兒童扮演失明人士，並透過角色扮演，說出失明所帶來的困難。 例如容易撞傷，不易找物件、看不見危險的地方</p> <p>(2) 利用幻燈或圖片知道保護眼睛的方法。 例如不用手擦眼睛、不用別人的手帕、不躺著看書、不長時間觀看電視</p> <p>(3) 教師示範作眼部運用。 示範後用音樂及教拍子與兒童一起做眼部運動。</p> <p>(4) 知道一些易患眼疾的病因及預防方法。 紅眼症、砂眼容易被傳染，避免到不潔的泳池游泳，不使用他人用過的毛巾。</p> <p>(5) 鼓勵兒童經常保持眼睛清潔，有毛病要適當處理，如患近視應配戴眼鏡，有眼疾要立即請醫生醫治，不隨便使用成藥。</p>	<p>把工作建議中第六點作評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與討論的積極性。 (2) 討論後作報告的表現。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>(6) 討論：怎樣預防眼睛疲倦。</p> <ul style="list-style-type: none"> A. 應避免長時間看東西。 B. 做適當的眼球運動。 C. 眼睛疲倦時可作短暫的閉目養神。 D. 適當進食含維生素甲、乙、丙的食物。 <p>(7) 活動：將兒童分成多組，每組</p> <ul style="list-style-type: none"> A. 推選一位代表扮演瞎子，並模仿瞎子過馬路，上落巴士等，其他人應作出怎樣的幫助。 B. 每天推選一位兒童作領袖，帶領其他人做眼部運動。 <p>(8) 工作建議：進行簡單的調查，看看班裏男生和女生眼睛視力情況，用棒形圖表示出來。如近視人數、近視度數或家人戴眼鏡的年數等。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識保護耳朵的重要。 (2) 知道保護耳朵的方法。</p>	<p>1.2 認識身朵的保健</p>	<p>(1) 用聲音模仿樂器、動物和事物的聲音，請兒童猜是甚麼聲音。 如狗吠聲，貓叫聲，小鳥叫聲 (2) 分析如果耳朵聽不到聲音會造成甚麼不方便？ 聽不到別人說話，發生危險時聽不到別人提醒的聲音等 (3) 簡介耳朵的結構。 首先出示耳朵的結構模型或掛圖。再簡單介紹。 耳朵分外耳殼和耳內。我們能聽到聲音是因為耳膜受到聲波的振動。 (4) 知道一些患耳病的成因及處理方法。 如患了耳朵發炎，可能會成為聾人，所以一定要看醫生，發現耳朵流出不潔的液體也要及早診治。 (5) 從日常生活中學習保護耳朵的方法。 如不用硬物挖耳孔，游泳時要使用耳塞、不在別人耳邊大聲叫喊、遇到巨響時要合口掩耳 (6) 介紹正確清潔耳垢的方法。 應到醫生處由醫生作清理耳垢工作。請父母協助用棉花棒小心清理。</p>	<p>教師的指引下，兒童分成多個小組討論如何保護耳朵，討論完畢作綜合報告。</p> <p>評核準則參考： (1) 討論過程中的積極性和合作性。 (2) 進行報告的表現和正確性。 (3) 能否聆聽別人作出的報告。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>(7) 鼓勵兒童經常保持耳朵清潔，患有耳疾應立即請醫生醫治，不隨便使用成藥。</p> <p>(8) 活動：利用放大鏡和手電筒，兒童互相檢視耳朵 從外耳殼的外型到清潔方面稍作觀察 觀察以後，嘗試畫出耳朵的形狀。</p> <p>(9) 討論：耳垢有存在的用途嗎？應否每天都把耳垢清除呢？</p> <p>耳垢是有一定的保護作用，它有防止微細的東西進入耳內的作用，但若積存過多的耳垢，一方面不衛生，另一方面會影響聽覺。</p> <p>(10) 工作建議：嘗試設計一個簡單的護耳罩。</p> <p>材料：手工紙、綿花、膠紙、硬紙板。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識不同形狀的牙齒有不同的功能 (2) 認識保護牙齒的重要。 (3) 認識保護牙齒的方法。 (4) 運用已學會的知識從活動中嘗試運用。</p>	<p>1.3 認識牙齒的功用及其保健</p>	<p>(1) 活動：請鄰座兒童互相觀察對方的牙齒，包括牙齒形狀，牙齒健康及牙齒清潔。 (2) 說出牙齒的功用。如：咀嚼食物，幫助發音等 (3) 教師出示牙模並講解不同形狀的牙齒所具有的不同功能。 門齒：用作割切食物。 犬齒：用作撕裂食物。 臼齒：用作碾碎食物。 (4) 簡介乳齒和恆齒的分別。 (5) 討論沒有牙齒的不方便。 (6) 認識保護牙齒的方法。 例如不咬硬東西，不用牙簽挑牙縫、每天要漱口刷牙 (7) 教師出示牙模，並示範正確的刷牙方法。 並觀看有關保護牙齒的幻燈或電視節目。 (8) 鼓勵兒童多吃有益牙齒的食物，如蔬菜、鮮奶、雞蛋、魚 (9) 鼓勵兒童有牙病應立即看醫生，不隨使用成藥。</p>	<p>把工作建議中第十點作評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 參與的積極性。 (2) 運用牙線或牙刷的方法是否正確。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識保護鼻孔的重要 (2) 知道保護鼻孔的方法。</p>	<p>1.4 認識鼻子的保健</p>	<p>(10) 活動：把一些有色的紙碎粘在牙模的縫中，請兒童為牙模清除紙碎。 <可運用牙線或牙刷用正確的方法除去。 > (11) 工作建議：話劇演出。 < 請一位兒童扮演牙蟲大王，如何找尋對象，另一位兒童則扮演一位不清潔的小孩，另外兩位兒童扮演母親及牙醫。故事內容可自行創作。 > (1) 活動：用盒藏著一些有氣味的物件，請兒童嗅後說出物件名稱，再從盒中取出物件看答案是否正確。 (2) 請兒童說出鼻孔的功能。 < 嗅、味道、呼吸 > (3) 如果患了傷風病，鼻孔受到阻塞，感覺會怎樣？請兒童說說感受。 <呼吸困難，失去嗅覺功能，不舒服 > (4) 兒童能認識保護鼻孔的重要。 < 失去嗅覺功能嗅不到味道，也會導致呼吸有困難。 ></p>	<p>把工作建議第九點作為評核活動。 評核準則參考： (1) 參與活動的積極性和合作性。 (2) 活動過程中的表現。</p>

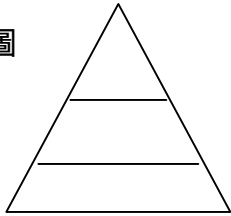
<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>(5) 從日常生活中認識保護鼻孔的方法。如不用硬物挖鼻孔，不大力擤鼻，不用物件塞進鼻孔內，不隨便嗅氣味，遇到污濁或臭氣時要立即掩著鼻子。</p> <p>(6) 兒童能認識流鼻血時應採取的措施。<利用圖片進行介紹，然後請兒童模仿。></p> <p>(7) 鼓勵兒童學習正確清潔鼻孔的方法。 < 教師利用圖片、幻燈或電視來進行。 ></p> <p>(8) 鼓勵兒童經常保持鼻孔的清潔，如患有鼻病應立即看醫生，不隨便使用成藥。</p> <p>(9) 兒童能集體創作一話劇或一個故事，與鼻子功能有關的演出。</p> <p>話劇 / 故事參考： 一晚小明家中失火了，但所有人都熟睡了，沒有人知道發生了火警。這時小明在睡夢中嗅到了燒焦的味道，便下床察看，發覺廚房裡失火了，便立即喚醒家人及鄰居，並通知消防局，幸好小明提醒及時，火災並沒有造成人命傷亡。整個劇帶出一教學目的 鼻子的功能。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 知道手和腳的用途。 (2) 認識手和腳的重要。 (3) 知道保護手和腳的方法。</p>	<p>1.5 認識手和腳的保健</p>	<p>(1) 活動：玩手腳協調的遊戲。(如跳高取物) (2) 請兒童舉例說出一些有關手和腳在日常生活中的功能。<如用手寫字，用腳踢球。> (3) 兒童討論應如何使用一些危險用具。 <如剪刀、鉗、刀、叉、鎚。> (4) 教師作出正確使用危險用具的示範。 (5) 兒童能舉例說出容易造成腳傷的事情。 <如從高跳下，隨使用腳踢硬物，襪子不清潔、鞋子太窄或太寬。> (6) 從日常生活中認識保護手和腳的方法。 <如不玩危險物件，不玩破爛的玩具，運用手套來進行工作，在濕的地方要小心行走，穿著清潔的鞋襪，常剪指甲和腳甲。> (7) 鼓勵兒童經常保持手和腳的清潔，如患有疾病要立即看醫生，不隨便使用成藥。 (8) 工作建議： a. 到戶外作跳遠活動。 <跳遠活動是需要手腳協調才能有好的效果。> b. 設計一些「傷健一家親」的標語。</p>	<p>把工作建議第八點作為評核活動。 評核準則參考： (1) 參與的積極性。 (2) 活動時能否守秩序。 (3) 別人作活動時能否細心觀察。 (4) 設計標語時才華的表現。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識身體不潔造成的疾病。 (2) 認識清潔身體的正確方法。 (3) 認識清潔身體的用品。 (4) 能運用已懂的知識運用於日常生活中。</p>	<p>單元二：培養良好的個人衛生 2.1 身體的清潔</p>	<p>(1) 提問：說出身體不潔造成的疾病。 <如瘡、疹、香港腳 > (2) 討論身體不潔令人產生討厭的感覺。從儀容上，禮貌上和衛生上作討論。 < 請兒童自由發揮自己的見解。 > (3) 兒童認識正確清潔身體的方法。 < 如洗臉、手腳、耳背、頸頸、腳踝、趾縫 。此項活動可利用幻燈或一個洋娃娃作示範。 > (4) 介紹一些清潔身體的用品。 <如毛巾、肥皂、海棉 。並特別提醒兒童這些用品要經常保持清潔及不與他人共用。 > (5) 提醒兒童每天也要更換內衣褲，每週最少洗頭髮 2 次。 (7) 鼓勵兒童經常保持身體健康，如身體患有任何疾病，要立即找醫生醫治。 (8) 工作建議：兒童能掌握所學會的知識主動繪畫出有關身體清潔的圖畫或製作清潔身體用品的用具勞作作品。並可採用這些作品佈置健康角。</p>	<p>把工作建議第二點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 參與討論的積極性和合作性。 (2) 討論完畢後作出報告的表現。 (3) 能否留心聆聽別人的報告。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>(1) 認識清潔習慣的重要</p> <p>(2) 知道保持清潔的方法</p> <p>(3) 知道清潔習慣需要學習和堅持。</p>	<p>2.2 良好的清潔習慣</p>	<p>(1) 教師用提問方式請兒童說出一些自己日常生活中的清潔習慣。 < 如刷牙、洗臉、洗澡、更換衣服 ></p> <p>(2) 請兒童從儀容上、禮貌上、衛生上討論清潔習慣的好處。 < 請兒童自由發揮個人意見。 ></p> <p>(3) 教師再將以上的討論作總括。透過討論兒童從日常生活中認識清潔習慣的重要。</p> <p>(4) 介紹保持清潔習慣的方法。</p> <p>a. 進食前要洗手，進食後也要洗手和抹口。</p> <p>b. 上完廁所後要洗手和沖廁。</p> <p>c. 上學時要帶備手帕和紙巾。</p> <p>d. 垃圾要放進垃圾箱內。</p> <p>e. 不使用公共毛巾。</p> <p>f. 每天要洗澡，更換內衣褲，校服和便服。</p> <p>g. 布鞋要常洗，皮鞋要放於通風處。</p> <p>(5) 觀看幻燈或電視，加深了解清潔的重要及其方法。</p> <p>(6) 鼓勵兒童學習清潔的習慣和持之以恆。 教師應常檢查兒童的清潔情況。</p>	<p>把工作建議第七點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與活動的積極性。</p> <p>(2) 活動過程中有否進步。(是否一天比一天更清潔)</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO																						
<p>(1) 認識甚麼是均衡飲食。</p> <p>(2) 知道均衡飲食對健康的重要。</p>	<p>單元三：良好的飲食、適當的運動和休息對身心健康的好處。</p> <p>3.1 注意均衡的飲食。</p>	<p>(7) 工作建議：教師設計一幅「可愛的孩子」清潔表，兒童每天都能保持清潔的，便可以在格內貼上 / 畫上一粒星星，以作表揚。</p> <div data-bbox="1115 539 1568 954" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="padding: 2px;">“可愛孩子”清潔表</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="width: 30px; padding: 2px;">—</td> <td style="width: 30px; padding: 2px;">* *</td> </tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> <tr><td style="padding: 2px;"> </td><td style="padding: 2px;"> </td></tr> </tbody> </table> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; writing-mode: vertical-rl; margin-right: 5px;">相片或名</div> <div style="border: 1px solid black; width: 10px; height: 10px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 10px; height: 10px; margin-right: 5px;"></div> </div> </div> <p>(1) 教師出示一些水果、肉類、奶類和穀類食物的圖片。</p> <p>(2) 兒童能夠認識每類食物都應該進食，以便吸收均衡的營養。</p> <p>(3) 兒童知道有均衡的營養，身體才能健康成</p>	“可愛孩子”清潔表		—	* *																			<p>把工作建議第七點作為評核活動。</p>
“可愛孩子”清潔表																									
—	* *																								

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(3) 知道偏食對健康造成的害處。</p>		<p>長，學習和工作才能有足夠精神。 < 出示營養不良、營養過量（胖子）和適度營養孩子的圖片。 > (4) 詢問兒童有哪些食物是不喜歡吃的。 < 請兒童自由發揮。 > (5) 兒童能正確知道偏食會造成健康上的害處。 < 各類食物都含有不同的營養，因此，要保持身體的健康，便注意不偏食。除了不偏食外，也要注意不過量吃某些食物，身體才會健康。 > (6) 鼓勵兒童多吃新鮮的食物，避免吃油炸和燒烤的食物。 <因為油炸和燒烤食物既含有過量油脂，而且焦了的部分吃後會引起發炎等疾病。 > (7) 兒童能主動合作製作一張食物營養均衡圖，並把作品安排佈置健康角。</p> <p style="text-align: center;">食物營養均衡圖</p> 	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識進食時應有的禮貌。 (2) 知道慢慢進食對身體健康的好處。</p>	<p>3.2 注意進食時的禮貌。</p>	<p>(1) 出示有關進餐時的餐具。 < 中式的餐具和西式的餐具。 > (2) 兒童介紹中式的餐具用法和西式餐具的用法。並提醒兒童注意當使用任何餐具時都要避免大力碰撞而發出聲音。 (3) 教師示範喝湯和咀嚼食物時應有禮貌，不應發出聲音。 <再請兒童一起模仿剛才教示範的活動。 > (4) 兒童能知道慢慢咀嚼食物，有助消化，也不會造成過飽現象，對身體健康是有益處的。 < 吃得過飽令消化器官負荷過重，形成健康不良。 > (5) 知道不吃過熱和過冷的食物。 < 因過冷或過熱的食物都容易令食道受傷。 > (6) 注意吃食物的份量，不應吃得過飽，更不應浪費食物。 < 出示貧窮地區饑民的圖片 / 幻燈，以加深兒童的印象，知道食物是很寶貴的，不應隨便浪費。 > (7) 鼓勵兒童多注意飲食的禮貌，同時珍惜食物。</p>	<p>把工作建議第九點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 填色時的認真態度。 (2) 是否能積極參與佈置工作。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識適量的運動對健康的重要。 (2) 認識休息對健康的重要。 (3) 如何安排適當的運動和休息的時間。</p>	<p>3.3 適量的運動和休息對身體的重要。</p>	<p>(8) 活動：請兒童用筷子或刀叉進食麵飽或其他食物。 (9) 工作建議：教師設計一些有關進食時有禮貌和沒有禮貌的圖片，請兒童選擇出有禮貌進餐的圖片，並填上美麗的顏色，也可用作佈置健康角。</p> <p>(1) 活動：先請一組兒童做一些有關運動的動作，再請另一組兒童猜該運動的名稱。如跳高、跑步、打乒乓球。</p> <p>(2) 兒童能認識運動的好處。 < 因為適當的運動既能有助肌肉和骨骼的成長，又能增強肺部功能，促進血液循環，同時又可以調劑日常緊張的生活，因此，運動對我們身心也都有好處。 ></p> <p>(3) 介紹適當的運動給兒童選擇。 <出示一些不同類型的運動圖片/幻燈作介紹。 ></p> <p>(4) 兒童能知道在運動前應作熱身運動，不作</p>	<p>把工作建議第七點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 參加戶外活動能否守秩序及聽指令。 (2) 活動的過程和姿態是否正確。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>太劇烈的活動，活動後要作適當的休息。 <教師示範熱身運動的做法，並解釋熱身運作的的作用。 ></p> <p>(5) 兒童能認識適當休息對身體健康的好處。 < 因為無論運動還是工作以後，身體皆消耗大量的熱能，肌肉和骨骼同時受到很大的壓力，精神也處於興奮狀態，所以適當的休息可幫助身體恢復機能並消除疲勞。 ></p> <p>(6) 鼓勵兒童多作健康的運動，鍛鍊強壯的體魄。 a. <請兒童說出將來自己的志願是甚麼？> b. <再請兒童說出沒有健康的身體，志願能否達成，加深兒童認識健康的重要。 ></p> <p>(7) 工作建議： a. 帶領兒童到操場或戶外場地活動。 < 活動前先做熱身運動，然後請兒童選擇喜愛的運動參與，教師從旁指導正確的姿勢和安全。 > b. 運動完結後，兒童能主動地做一些較慢的活動，如慢步，呼吸等，使身體慢慢從激烈的情況下回復正常的情況，一會兒後可坐下稍作休息。</p>	













<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識戶外活動對健康的好處。 (2) 認識適合小學生參與的戶外活動類型。 (3) 戶外活動時要注意的安全措施。</p>	<p>3.4 戶外活動和戶外安全</p>	<p>(1)請兒童說出自己曾參加過的戶外活動類型。 < 遠足旅行、游泳、打籃球 > (2)介紹戶外活動的好處，吸引兒童參與的興趣。 < 戶外有充足的陽光，清新的空氣，又能離開四面牆的限制，與大自然接近，不但對身體健康有益處，對心理健康也有益處。 > (3)透過圖片 / 幻燈兒童能知道哪些戶外活動比較適合小學生參加。 < 如踢足球、遠足、游泳 。 > (4)利用討論，兒童能知道戶外活動要注意的安全守則和措施。 < 如：出發前要作適當的安排，通知家人和學校。帶備急救藥物，穿適當的運動衣和鞋襪。要有成年人陪伴同往，朋友彼此間要互相照應。乘車時要遵守規則，遇到天氣不佳應取消活動計劃 。 > <討論完畢後可觀看政府所拍攝的有關宣傳短片 ></p>	<p>把工作建議第四點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與討論的積極性和合作性。 (2) 討論完畢後作出報告的表現。 (3) 能否細心聆聽別人的報告。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識睡眠是一種休息的好方法。 (2) 認識睡眠時要注意的衛生。 (3) 知道早睡早起的良好習慣對健康的好處。</p>	<p>3.5 睡眠對身體的重要</p>	<p>(5) 鼓勵兒童多參與戶外活動，增強健康和培養與朋友合作的精神。 < 設計一些戶外遊戲，並設計出遊戲的守則和安全措施，記錄下來，在許可情況下作一次戶外活動，實踐這些遊戲。 > (6) 工作建議：教師將兒童的戶外活動情況拍攝下來，利用這些照片、兒童的繪畫或文字佈置健康角。 <兒童通過觀看健康角的佈置，回憶起戶外活動的快樂情景，從而喜愛參與戶外活動。 ></p> <p>(1) 先討論當我們完成一天的學習生活或做完劇烈運動後，身體感到疲倦嗎？ <感到疲倦便要休息，幫助身體恢復體力。 > (2) 介紹一些休息的方法。 < 如坐下稍作休息、伏在檯面上小睡片刻、閉目養神 > (3) 用不同休息方法的圖片介紹睡眠是最好的休息方法。</p>	<p>把工作建議第八點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 參與活動的積極性和合作性。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>< 因睡眠能使我們的身體完全放鬆下來，因而得到最充足的休息，睡眠以後能恢復體力和精神。 ></p> <p>(4) 討論可利用甚麼時間作休息，休息時要注意事項。</p> <p>< 稍作小息對我們身體健康也是十分重要的。吃飯前應保持心境平靜，飯後稍小睡，能幫助消化，而且也可把飯前的工作疲勞減除，恢復體力和精神。 ></p> <p>(5) 我們平均每個人需要八小時的睡眠時間，因此，要鼓勵兒童不應太夜入睡，睡覺時要注意保持室內空氣流通，應穿著鬆身睡衣入睡，冬天時不要用被蓋著頭部。 ></p> <p>(6) 鼓勵兒童培養早睡早起的良好習慣。</p> <p>(7) 工作建議：請兒童說出自己曾因失眠或睡眠不足而使第二天精神欠佳的感受。調查班級中兒童睡眠和起床的時間，簡單地統計班中兒童的休息情況，並用棒形圖表示出來，作健康角的佈置使用。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識閱讀和書寫正確姿態對健康的重要。 (2) 知道閱讀和書寫的正确姿態。 (3) 兒童能主動地學習和堅持正確的姿態。</p>	<p>單元四：培養正確的姿態</p> <p>4.1 閱讀和書寫的正确姿態</p>	<p>(1) 出示圖畫或一布公仔，把不正確的閱讀和書寫姿態模仿出來，請兒童指示不對的地方。 <如腰部彎曲，視線距離不足，趴在檯上...> (2) 利用幻燈介紹正確的閱讀和書寫姿態。 (3) 介紹不良姿態的害處。 <不正確的姿態除了容易造成疲倦外，還會影響我們骨骼的發展和生長，造成健康不良。> (4) 閱讀和書寫時除了注意姿態正確外，還要注意甚麼？這點請兒童互相討論作答。 <還要有適當的光線照明，另外，桌子和椅子的高度和距離要適中，閱讀和書寫時距離也要適中，腰要挺直，眼睛與書本距離約三十厘米。> (5) 請兒童說出保持姿態良好對身體有甚麼好處。 <保持姿態良好不單可以預防近視的產生，同時也可以幫助骨骼和肌肉正常發育。></p>	<p>把工作建議第七點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 參與的積極性。 (2) 是否有合作精神。 (3) 海報設計的美觀情況。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>(1) 認識良好姿態的重要。</p> <p>(2) 知道怎樣才是良好的姿態。</p> <p>(3) 知道保持良好的姿態，身體才能健康地成長。</p>	<p>4.2 良好的姿態</p>	<p>(6) 活動：請兒童作出各種正確的閱讀和書寫姿態，教師在旁作糾正。</p> <p>(7) 工作建議：教師預先準備一分正確姿態圖海報，請所有兒童合作一起填色，再表於健康角中。</p> <p>(1) 提問：兒童於上節課中認識了閱讀和書寫的正確姿態後，有沒有貫徹實行呢？</p> <p>(2) 出示圖片 / 燈介紹日常生活中其它身體方面的正確姿態。</p> <p>a. 坐下時脊骨要保持挺直，雙腳平放在地面。</p> <p>b. 站立時背部保持正直，胸部挺起，雙腳平行直立，雙方擺放在身旁。</p> <p>c. 走路時保持脊骨挺直，抬起頭部，眼睛向前望，雙手自然擺動，腳跟著地。</p> <p>d. 背書包時應用兩肩背背囊，使兩肩平均分擔重量，以避免左右肩膊不平衡現象。</p> <p>e. 搬重物或拾起地上的東西時，要注意先蹲下，然後提起物件慢慢站起來，切勿彎起腰來提起物件，以免弄傷脊骨。</p>	<p>把工作建議第五點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 共同合作的精神。</p> <p>(2) 集體創作的表現。(圖畫是否正確，美觀。)</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO								
		<p>(3) 經過剛才觀看幻燈和教師解釋後，請兒童模仿出各種正確的姿態，教師從旁作出糾正。</p> <p>(4) 鼓勵兒童多注意各種正確姿態的使用。 < 可以請兒童互相檢查和監督，以便培養正確和良好的姿態成為習慣，幫助身體健康成長。 ></p> <p>(5) 工作建議：用簡單圖形繪畫出各種正確姿態，佈置健康角。(班中兒童集體創作)</p> <div data-bbox="1144 788 1659 1347" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;"><u>正確姿態，有益健康</u></p> <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 20%;">步行</td> <td></td> </tr> <tr> <td>跑步</td> <td></td> </tr> <tr> <td>搬重</td> <td></td> </tr> <tr> <td>坐姿</td> <td></td> </tr> </table> </div>	步行		跑步		搬重		坐姿		
步行											
跑步											
搬重											
坐姿											

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識要孝順和尊敬長輩。 (2) 認識要愛護兄弟姊妹。 (3) 知道自己在家庭中的角色和本份，使家庭成員之間更快樂生活。</p>	<p>單元五：培養兒童對家人、朋友和陌生人的正確態度。 5.1 敬愛家人</p>	<p>(1) 請兒童預先帶備自己和家人的合照，再與別人互相交換分享。 (2) 請兒童說出自己 and 哪幾位家人同住，並且有沒有趣事發生過。 < 教師也可以把自己和家人發生過的趣事說出來與兒童一起分享。 > (3) 兒童要認識自己與家人的關係。 < 父母對自己除了有養育之恩外，還付出了很多愛心和時間栽培自己，所以我們應該要孝順父母；長輩懂的知識比我們豐富所以我們要尊重長輩。 > < 兄弟姊妹與我們一同成長，因此大家應要互愛互助，和睦相處，才能使家庭更幸福。 > (4) 通過幻燈 / 電視，兒童更清楚自己在家中的角色，知道自己的本份。 < 每個兒童既是家中的子女，也是家中的兄弟姊妹，甚至也是孫兒，所以既要尊重長輩，孝順父母，也要愛護弟妹，與兄姊和睦相處。 ></p>	<p>把工作建議第六點作為評核活動。 評核準則參考： (1) 參與的積極性。 (2) 設計的表現。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識怎樣正確對待朋友。 (2) 知道如何與朋友和睦相處，互相合作。 (3) 能主動與同學或朋友合作做事。</p>	<p>5.2 與朋友和睦相處</p>	<p>(5) 活動：請兒童分組討論有哪些行為是尊重長輩的，怎樣才可令兄弟姐妹之間和睦相處。討論完畢後，請每組推選出一位兒童把討論結果說出來，讓大家一起分享。 (6) 工作建議：設計一張多謝咭送給自己的家人。</p> <div data-bbox="1211 620 1547 863" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">(感謝說話)</p> <div data-bbox="1308 740 1469 823" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">家庭合照</p> </div> </div> <p>(1) 請兒童說出上節課時學習的課題，如何對待家人。 (2) 除家人外，與我們最多接觸的是朋友，我們應如何對待朋友呢？ < 出示將要說的故事的圖片，引起兒童的興趣，說「瞎子背跛子」的故事，從故事中兒童認識朋友之道貴乎互相尊重，互相扶持。 ></p>	<p>把工作建議第六點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 能否主動說出朋友的優點。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>(3) 一起討論和朋友相處應有的態度。 < 當朋友與我們一起時，應該互相尊重和愛護，有玩具時要互相分享，不鬥嘴，如果朋友有困難時，應該伸出援手，有做錯事要說「對不起」></p> <p>(4) 請兒童說出大家一起遊戲時的規則。 <跟朋友玩遊戲時，要遵守遊戲規則，從中學習與人和睦相處和互相合作的精神。 ></p> <p>(5) 活動：請兒童說出自己一位的朋友的優點，或值得自己學習的地方。</p> <p>(6) 鼓勵兒童欣賞朋友的優點，同時又能尊重朋友。</p> <p>(7) 工作建議：給予兒童幾天至一星期的時間，兒童能主動邀請同學或朋友一起合作製作一件勞作 / 圖畫 / 標本 。收集以後，置放在健康角中。</p>	

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識在戶外遇到困難時應向警察求助。 (2) 認識不應貪小便宜隨便跟陌生人說話。 (3) 知道要隨時隨地提高警覺，免受壞人欺騙。</p>	<p>5.3 提高警覺、慎防受騙。</p>	<p>(1) 當我們與父母逛街時,如果因為人多擠迫,而跟父母失散了,我們應該怎樣辦? <請兒童自由作答,然後教師作出補充說明。無論任何情況下我們首先要保持鎮靜,找警察協助,因為警察是維護市民生命和財產安全的執法者,是值得我們信賴的。> (2) 但如果遇到陌生人說幫我們應怎辦,請兒童回答。 <如遇陌生人帶我們找父母,我們應立即拒絕,因為我們對陌生人並不了解,很容易被騙。> (3) 放映幻燈/電視遇到陌生人應採取的態度。 <如果只有自己單獨留在家中,有陌生人按門鐘要進屋內,不管他們說是父母的朋友,或是修理家具或是要送禮,我們也要立即拒絕,因為沒有成年人在家中,很容易導致劫匪入屋行劫。 有些陌生人會利用人的貪念來欺騙我們,因此我們也不應隨便收陌生人的禮物,因為不知道他們可有別的要求。</p>	<p>把工作建議第三點作為評核活動。 兒童觀看完幻燈片或電視後,教師可用是非選擇或填色來評核兒童。 評核準則參考: (1) 參與的積極性。 (2) 聆聽或思考的表現。 (3) 答案的準確情況。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識導致我們患病的一般成因。 (2) 認識患上疾病後的一些處理方法。 (3) 經常保持個人和周</p>	<p>單元六：認識疾病的成因和預防方法。 6.1 疾病的成因</p>	<p>我們也不隨便告訴陌生人家中的電話或地址。不隨便幫助陌生人攜帶物品，因為有可能該物品是違法的。 > (4) 請兒童說出一些市民被壞人騙金錢的案件。 < 我們也不應貪小便宜隨便在街上購買便宜的貨物，避免購入過期或冒牌貨物，遭受不必要的損失。 > (5) 工作建議：教師與兒童一起演出一個有關慎防受騙的故事 / 話劇，通過演出，兒童更深入了解隨時隨地也要提高警覺，避免壞人有機會向我們行騙。 也要提醒兒童若看見有壞人向他進行欺騙行為，應立即通知警察或成年人，將壞人繩之於法。</p> <p>(1) 教師提出一些疾病的名稱，兒童可曾患過這些疾病。如：紅眼症、砂眼、牙痛、肚痛。 (2) 透過圖片或幻燈兒童認識造成這些疾病的成因。</p>	<p>把工作建議第五點作為評核活動。 評核準則參考： (1) 參考活動的積極性和合作性。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>圍環境的清潔，避免疾病的產生。</p> <p>(1)認識病菌可從空氣中傳播。 (2)注意預防病菌的散播。</p>	<p>6.2 病菌的傳播</p>	<p><生病的原因很多，如雙手不清潔而進食，把細菌也帶進肚裡，造成腸胃不適，在公共泳池游泳容易患上紅眼症，身體不潔而患上皮膚病，沒有認真漱口和刷牙，形成蛀牙。 ></p> <p>(3) 討論除了身體不潔形成疾病外，還有其它成因嗎？ < 除了清潔問題容易患上疾病外，身體虛弱，體質欠佳也容易患病，因此鍛鍊身體有助抗病。 ></p> <p>(4) 兒童能主動說出患病後的處理方法。 < 如患病後應立即請醫生醫治，注意日常用品要與家人分開使用，避免把病菌傳染給家人。還要注意有些疾病在飲食方面也要特別注意。聽從醫生吩咐按時吃藥和多休息，及早恢復健康。 ></p> <p>(5) 工作建議：請兒童合作進行一次校內/班內的清潔大行動，把周圍環境打掃乾淨。</p> <p>(1) 當我們患上一些疾病的時候，要注意避免將細菌傳給別人。 < 如傷風、感冒、咳嗽。這些疾病容</p>	<p>(2) 能否說出為何要舉行這活動。 (3) 活動完畢後能否繼續保持校園清潔。</p> <p>把工作建議第五點作為評核活動。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(3) 鼓勵兒童注意衛生，避免細菌傳染。</p>		<p>易傳染，原因是：飛沫和痰涎都能把細菌從空氣中傳染給別人。因此咳嗽、打噴嚏、吐痰等等要用手帕和紙巾掩著，不向著別人咳嗽等。 ></p> <p>(2) 利用圖片或幻燈把細菌在空氣中活動的情形展示出來。 <認識空氣傳染是產生疾病的成因之一，當這些細菌浮游在空氣中時，健康的人吸了也會受到感染。 ></p> <p>(3) 請兒童說出預防患病的方法。 注意個人衛生，天氣轉涼時要加衣，如遇家人患病時要分隔用品，避免受到傳染。 兒童要經常隨身帶備手帕或紙巾。</p> <p>(4) 討論除了空氣中細菌會傳播外，細菌還有其它途徑傳播嗎？ < 有的。例如血液與血液之間的接觸也會把病菌傳播給別人。動物身上的細菌也可透過互相接觸與傳播給人類。生鏽的鐵釘同樣可以把破傷風菌傳給人類。 ></p> <p>(5) 工作建議：兒童能主動合作搜集一些有關病菌傳染的疾病的資料作健康角展覽。 < 如水災後發生瘟疫的新聞報告或新聞圖片等。 ></p>	<p>評核準則參考：</p> <p>(1) 搜集資料的積極性和合作性。</p> <p>(2) 能否說出資料內容的衛生問題。</p> <p>(3) 能否說出如何避免細菌傳染。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識衛生清潔可保障身體健康。 (2) 知道病從口入，因此要特別注意飲食的衛生。 (3) 培養良好的清潔習慣，使身體更健康地成長。</p>	<p>6.3 注意個人和飲食的清潔。</p>	<p>(1) 夏天的時候，往往有些兒童會生頭虱，生瘡的現象，為何他們會有這些現象出現？ < 人每天也會出汗，空氣中有很多塵埃，汗水和塵埃沾在一起，如果不清除的話，便會阻塞毛孔，而生出一些皮膚病。頭髮太骯髒，也會引致頭虱的出現。 > (2) 請兒童說出避免以上情況的出現有甚麼方法。 < 經常保持人清潔是預防疾病的好方法。 > (3) 利用圖片 / 幻燈知道食物衛生不足，很易做成疾病。 < 每天放學後於街上有許多流動小販，有些兒童在街邊買東西吃，由於流動小販不注重衛生，食物未經好處理，吃了容易生病。 而近年來環境受到污染，海產類也受到影響，因此吃海鮮時要注意把食物煮熟才可進食。 冬天吃的火窩也容易造成疾病，我們也要特別注意，不要只把食物放在滾水中一煮便拿來吃，要確保食物預先乾淨，煮透了才進食。 ></p>	<p>把工作建議第五點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與活動的積極性和合作性。 (2) 觀察完畢後作出報告的表現。 (3) 能說出注意食物清潔的重要性。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識家居衛生的重要。 (2) 知道保持家居清潔的方法。 (3) 能把所學的知識應用到實際生活中。</p>	<p>單元七：社區健康與個人的關係 7.1 家居衛生</p>	<p>(4) 一起進行討論，找出其他引致疾病的原因。 < 除了注意不隨便在外吃東西外，另外還要注意食物的存放，煮食用具一定要保持清潔，廚房地方更要保持清潔。到超級市場或店舖購買食物時要注意食物有效日期，過期食物再便宜也不要購買。雪櫃內存放過久的食物也要棄掉，以免造成食物中毒。 > (5) 工作建議：請兒童買一瓶鮮奶回來放在課室的一角，看看鮮奶過期後所產生的細菌變化，透過觀察，加深兒童對食物清潔的注意。</p> <p>(1) 請兒童說出家居衛生對我們身體成長甚麼影響。 < 如果家中缺乏新鮮空氣的流通，長期光線不足，對我們的視力呼吸系統也會造成害處。 > (2) 觀看幻燈 / 圖片 / 電視，知道保持家居清潔的方法。 < 家庭中如果堆放很多雜物，令活動空間減少外，也容易造成危險，因此要把家居佈置得簡單、清潔、安全，我們才能健康成長，也會令老人家減少受傷的機會。 ></p>	<p>教師把兒童分成多個小組，討論所居住的大廈公共地方堆滿雜物會造成的危險。（易有老鼠、蟑螂、白蟻，也會造成走火通道阻塞的危險）</p> <p>評核準則參考： (1) 參與討論的積極性和合作性。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
		<p>(3) 想想除了家居佈置簡單外，還有要注意的地方嗎？兒童回答了以後，教師繼續放映幻燈。</p> <p>< 除了睡房和客廳要保持清潔外，廚房和浴室更要保持清潔，因為廚房是煮食的地方，而浴室很易蘊藏細菌，因此要經常清洗和消毒。 ></p> <p>(4) 請兒童說出除了自己家中要保持清潔外，公共地方又怎樣。</p> <p>< 家門外對我們也要保持清潔，不隨便將垃圾在門口旁，要常把門前和公共走廊清潔，以免病菌從門外帶回家中。 ></p> <p>(5) 工作建議：</p> <p>A. 鼓勵兒童多利用家附近的公園或休憩地方作遊玩或休息，舒展身心，但要有公德心，不破壞公共地方的設施，不製造垃圾，更不應帶狗隻隨處大小便，保持公共地方清潔。</p> <p>B. 搜集一些有需要改善清潔的公共地方，在班內討論如何進行改善。</p> <p>教師也可以與兒童一起打電話到臨時市政局投訴不潔的公共地方，讓市政人員加以清理。</p>	<p>(2) 討論完畢後作報告的表現。</p> <p>(3) 能否細心聆聽別人的報告。</p>

<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>(1) 認識醫護人員的工作。 (2) 知道要與醫護人員合作。 (3) 鼓勵兒童不怕見醫護人員，應對他們有所信賴。</p>	<p>7.2 醫護人員</p>	<p>(1) 提問：我們生病了，應該怎樣？ < 看醫生 > (2) 兒童可以認識患了不同的疾病，應該看不同的部門醫生和接受治療。如：牙醫、外科醫生、內科醫生。 (3) 知道醫護人員的工作很偉大，工作量也很重，因此我們患病後要與醫生合作，把病治好。 (4) 請兒童討論如何跟醫護人員合作。(兒童自由作答) (5) 引導兒童認識不是單單患病才找醫生，我們每年都應該到醫院或醫務所作身體檢查，如患有疾病可及早醫治，避免病情惡化。 (6) 在兒童心中建立醫護人員美好的形象，鼓勵兒童患上疾病找醫生診治，醫護人員都是幫助我們消滅疾病的人，我們應該對醫護人員有所信賴。 (7) 活動：扮演醫護人員遊戲。</p>	<p>把工作建議第七點作為評核活動。 評核準則參考： (1) 參與活動的積極性和合作性。 (2) 活動過程中的表現。 (3) 能否細心觀察活動過程。並能說出角色扮演的主題。</p>