

小 學

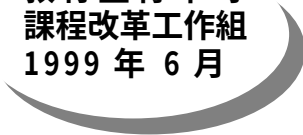


自然科學  
及  
健康衛生

小五

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. 小五.....	13
2 健康衛生.....	65
P大綱	
1. 序言.....	67
2. 總目標.....	68
3. 主題內容.....	69
4. 每學年教學內容.....	70
5. 教學法指引.....	77
6. 評鑑.....	78
P教學/學習組織計劃	
1. 小五.....	80



# 自然科學



# 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 五

- 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。

## 小學五年級科學科

授 課 內 容	基本程度課時	增潤部分課時
單元一、植物的生長和繁殖 1.1. 葉的形狀、構造和功能 1.2. 施肥 1.3. 花本的繁殖	3 3 4	  1
單元二、昆蟲、兩棲動物和鳥類的認識 2.1. 昆蟲的特性 2.2. 蟑螂的特徵和生活習慣 2.3. 蒼蠅的特徵和生活習慣 2.4. 鳥類的特性 2.5. 鴿子的特徵和生活習慣 2.6. 兩棲動物的特性 2.7. 蛙的特徵和生活習性	3 3 3 3 3 2 3	   1   1
單元三、認識天然資源 3.1. 郊野公園 3.2. 愛護及保護天然資源	3 3	 1
單元四、氣象的認識 4.1. 風 4.2. 霧、露和霜的形成 4.3. 雷電現象 4.4. 月的圓缺	3 3 3 3	   1
單元五、怎樣運用光和電 5.1. 光的反射和折射 5.2. 靜電與電流 5.3. 電流在日常生活中的應用	3 3 3	  1
測驗 / 課外活動 / 實驗	15	
全學年總節數	72	6

<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. 認識葉子的各種形狀</p> <p>2. 說出葉脈的名稱</p> <p>3. 能分辨單葉和複葉</p> <p>4. 認識葉的構造</p> <p>5. 知道葉的功能</p>	<p>單元一：植物的生長和繁殖</p> <p>1.1 葉的形狀、構造和功能</p>	<p>1. 教師利用觀看同學所搜集到的不同形狀的葉片去引導學生說出它們的葉形名稱。</p> <p>2. 用擦印葉片的方法把葉脈紋印在紙上進而說出葉脈紋名稱。</p> <p>3. 利用不同類別的單葉和複葉引導學生認識單葉、複葉以及它們的分別。</p> <p>4. 到校園或天台去看看葉子的構造，然後根據所見畫出葉的特徵。</p> <p>5. a) 用觀察法讓學生指出葉柄的作用。 b) 用漂染法讓學生去發現葉脈的功用。 c) 用顯微鏡讓學生觀察葉片上的氣孔，同時向他們解釋氣孔的用處。 d) 用植物在陽光下進行光合作用製造食物的常識，對兩盆植物進行實驗，務使學生發現實驗缺光缺水的實驗組的葉子枯黃、凋謝，實驗陽光充沛，水份充</p>	<p>活動：擦印葉片</p> <p>1. 擦印出葉形、葉脈；</p> <p>2. 掌握擦印的技巧。</p> <p>提問：</p> <p>1. 學生能分辨單葉、複葉；</p> <p>2. 能認識葉的構造和功能。</p> <p>口述：</p> <p>1. 能描述光合作用；</p>



目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>6. 描述葉對人類的貢獻</p> <p>7. 會愛護植物</p> <p>8. 能採集葉片製成標本</p>		<p>足的非實驗組則生長旺盛。</p> <p>e) 用圖解或幻燈片、錄影帶讓學生細看葉子怎樣在陽光下製造食物。</p> <p>f) 要求學生總結出進行光合作用的條件。</p> <p>6. 分組討論然後總結出葉主要的貢獻是在製造食物時放出氧氣，淨化空氣對人的身體健康很有益處，又能夠成蔭，然後再說出其它的用處，如觀賞、飼養、藥用、食用、飲用 等等。</p> <p>7. 懂得給植物水份和陽光使它們生長（可用種植盆栽進行）。</p> <p>8.a) 師生共同把所採集到的樹葉製成標本。</p> <p>b) 把葉片標本作簡單分類。（例如標明植物名稱、葉片的類別，葉脈的名稱、葉子的形狀等）。把葉子標本製成一活頁小冊子，佈置科學角。</p> <p>活動建議： 學生分組繪畫光合作用圖，並選取最佳作品佈置科學角。</p>	<p>2. 能說出葉的各種功用。</p> <p>繪圖：</p> <p>1. 繪出光合作用簡圖。</p> <p>製造葉片標本。</p> <p>書寫實驗摘要。</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. 知道肥料是植物健康生長的養料</p> <p>2. 認識肥料的種類</p> <p>3. 認識肥料三要素及其功能</p>	<p>1.2 施肥</p>	<p>1. 著學生觀看照片、錄影帶再回憶經驗，比較曾經適量施肥和未經施肥的植物的分別，讓他們發現植物的生長，除了水、空氣和陽光外，肥料的補充也很重要。經施肥的植物，生長較好。</p> <p>2. a) 用實物及圖片向生介紹各種肥料。(盡可能多用實物) b) 著學生把肥料稱分別填在黑板上的天然肥料和人工肥料欄內，以作識別。 c) 著學生說出天然肥料和人工肥料的分別。</p> <p>3. a) 向學生介紹植物對氮、磷、鉀這三重化學化元素需求甚殷，而肥料正可給植物補充氮、磷、鉀，讓植物健康生長，發育和繁殖。 b) 教師用圖片或實物向學生介紹各種肥料的性質。 c) 利用圖片引導學生根據植物莖、葉的茂密、稀疏、花朵、果實、種子發育的好壞，莖幹的緊韌，健康程度去判別氮、磷、鉀的充足或缺乏。</p>	<p>五分鐘提問：</p> <p>1. 能說出肥料與植物的成長關係；</p> <p>2. 能掌握正確的施肥方法。</p> <p>分組實驗：</p> <p>1. 栽種盆栽；</p> <p>2. 記錄栽種的過程。</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. 認識施肥方法要正確，分量要適中</p>		<p>4.a) 引導學生在校園栽種白菜、玉豆、苦瓜等植物，並和園內的四季桔樹一起進行澆水、施肥工作，觀察它們的生活情況。</p> <p>b) 提醒學生按他們對上述植物的花、果、種子、枝葉的需要而施以正確的肥料，才能有好收成。</p> <p>c) 用曾經適量施肥、未曾施肥、過度施肥的三株植物（在瘦瘠土壤中栽種）作比較，讓學生從中發現肥料的分量適中是很重要的。</p> <p>d) 用圖片指導學生正確的施肥方法，使他們知道肥料應平均放在泥土上，使根部的每部分都能得到隨水下滲的養份供應。</p> <p><b>活動建議：</b> 建議學生參加園林暨綠化部每年在綠化週期間所舉行的「校園植物栽種比賽」以增加對植物栽種及肥料運用的認識。</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. 說出植物的繁殖方法</p> <p>2. 認識常用的人工繁殖法</p> <p>3. 會替花木選擇合適的繁殖方法</p> <p>4. 能使用人工繁殖法繁殖植物</p> <p>5. 能簡單記錄人工繁殖法的過程</p>	<p>1.3 花木的繁殖</p>	<p>1. 教師透過掛圖，錄影帶或書籍向學生示植物的種子繁殖和人工繁殖的方法，然後要學生把繁殖圖分類，分辨出它們屬哪一種繁殖法。</p> <p>2.a) 可以到果園、花園等地方去參觀它們的苗圃，讓學生認識各種常用的人工繁殖法，並著學生記錄所見的人工繁殖法。</p> <p>b) 利用錄影帶、幻燈片或圖片系統地介紹常見的扦插法、接枝法、壓條法和分株法四種常見的人工繁殖花木的方法以補 a) 項之不足。</p> <p>3.a) 著學生討論、結合在 (2) 項中所見，指出哪些花木適宜用哪些繁殖方法。應包括種子繁殖及人工繁殖。把總結寫在黑板上。</p> <p>b) 教師選取植物替它們作人工繁殖示範。</p> <p>4.a) 指導學生嘗試分組進行各種人工繁殖方法。</p> <p>b) 做實驗時切記提醒學生小心使用小刀、小心進行實驗，不要被植物的枝條弄傷，或弄傷植物。</p> <p>5. 觀察實驗植物的生長情形，而且作簡單的工作記錄。</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能描述各種花木的繁殖方法；</p> <p>2. 能判斷花木的特性而選取合適的繁殖方法。</p> <p>實驗：</p> <p>1. 學生能替花木進行人工繁殖；</p> <p>2. 能遵守實驗規則；</p> <p>3. 能簡單地記錄實驗。</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. 能發現人工繁殖花木的優點</p>		<p>6. 著學生討論研究，把各組的結論分別寫在黑板上，由教師作總結。遇有不足時，教師只宜啟發，讓學生親自發現再補不足。</p> <p>工作建議：</p> <p>a) 著學生課後嘗試替莧菜進行種子繁殖，替秋海棠進行芽插法繁殖，替非洲紫羅蘭進行葉插法繁殖替番茄進行接枝法繁殖，替洋蔥進行分株法繁殖。</p> <p>b) 把上述方法繁殖出來的花木附上簡單的工作記錄陳列於科學角內。</p>	<p>討論：</p> <p>1. 學生能分組討論人工繁殖花木的好處；</p> <p>2. 能書寫討論結果。</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. 認識昆蟲的身體分頭、胸、腹三部分</p> <p>2. 認識昆蟲的頭部器官</p> <p>3. 知道昆蟲胸部的足和翅膀的數量</p> <p>4. 認識昆蟲腹部兩側有一排小孔</p> <p>5. 認識昆蟲的發育過程</p>	<p>單元二：昆蟲、兩棲動物和鳥類的認識</p> <p>2.1 昆蟲的特性</p>	<p>1. 教師先用圖片向學生介紹昆蟲的身體分頭、胸、腹三部，用實物（或標本）要求學生指出昆蟲的各部份所在及說出其名稱。</p> <p>2. 用昆蟲（蝗蟲或蜜蜂）的頭部特寫圖去介紹昆蟲頭部有觸角、複眼及口器。用實物讓學生觀察昆蟲頭部各器官的位置。學生邊觀察，教師邊講解各器官的作用。</p> <p>3.a) 讓學生觀看實物，（至少幾類昆蟲），數數足的數量及翅膀的數量。 b) 要求學生仔細觀看昆蟲的足和翅膀的形態。</p> <p>4.a) 用圖片或錄影帶觀看昆蟲腹部兩側的氣孔。 b) 然後介紹氣孔的功用。</p> <p>5.a) 用圖片或錄影帶讓學生觀看完全變態，不完全變態及不變態等昆蟲的發育過程各階段。 b) 要求學生用簡記法，比較牠們的變化階段。</p>	<p>提問：</p> <p>1. 學生能認識昆蟲的特性；</p> <p>2. 能判斷昆蟲與非昆蟲；</p> <p>3. 能認識一些常見昆蟲的口器。</p> <p>製表：</p> <p>學生能用簡記法製作完全變態、不完全變態及不變態的昆蟲成長過程異同表。</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. 認識昆蟲的脫皮現象</p> <p>7. 能辨認一些常見昆蟲的口器</p>		<p>c) 總結出完全變態，不完全變態，不變態等的各發育階段。</p> <p>d) 教師出示各類昆蟲的圖片，著學生辨別出牠們屬於哪一類發育過程的昆蟲。</p> <p>e) 著學生把 (c) 項的圖片配上正確發育階段名稱於卡紙上用以佈置科學角。</p> <p>6.a) 把一隻蛻了皮的蟑螂和一隻未蛻皮的蟑螂一併拿出以讓學生觀察務求引起他們的好奇心，親自發現兩隻蟑螂的異同是由於其一蛻了皮。</p> <p>b) 教師可用蟬蛻 (在中藥房有所出售) 去加深學生對蛻皮現象的認識。</p> <p>7. 利用圖片或錄影帶向學介紹一些常見的昆蟲如蝴蝶、蚊等的口器。著學生分辨出牠們口器的不同點並說出牠們的口器如何適應牠們的覓食習慣。</p> <p>活動建議： 捕捉一些昆蟲，製成標本，註上名稱放在科學角內。</p>	<p>配對活動：</p> <p>學生能分辨出昆蟲的口器並把它們的圖片配合在正確的昆蟲全貌圖上。</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. 說出蟑螂的別名</p> <p>2. 能判別蟑螂是一種昆蟲</p> <p>3. 認識蟑螂的身體結構</p> <p>4. 認識蟑螂的成長史</p>	<p>2.2 蟑螂的特徵和生活習性</p>	<p>1. 教師出示蟑螂一隻要求學生說出牠的名稱。教師在黑板上總結出 <input type="text"/> 又名蟑螂。</p> <p>2. 用蟑螂一隻去讓學生觀看牠的身體結構，啟發他們發現蟑螂完全具有一般昆蟲的特徵，是名符其實的昆蟲。</p> <p>3.a) 用放大鏡觀察蟑螂的口器，再用圖片引證，使學生認識蟑螂的口器的形狀和特點對牠的生活有甚麼影響。</p> <p>b) 觀看蟑螂的背面，細看其形狀及顏色。</p> <p>    ) 看看蟑螂的翅膀和足部的形態。</p> <p>    ) 讓學生發現蟑螂的後足由於強大，故善於疾走。</p> <p>    ) 讓學生發現蟑螂的前翅比後翅大，前翅覆蓋著後翅以至整個腹部。</p> <p>    ) 讓學生按他們日常的經驗說出蟑螂飛的時候多還是走的時候多。</p> <p>4.a) 教師用蟑螂的卵套、幼蟲、蛻了皮的蟑螂及成蟲或圖片，最好是實物讓學生加深認識蟑螂的發育過程。</p>	<p>會否正確地使用放大鏡；</p> <p>提問：</p> <p>1. 學生能認識昆蟲的定義；</p> <p>2. 能認識蟑螂的身體特徵；</p> <p>3. 能認識蟑螂的成長過程；</p> <p>4. 能認識蟑螂的習性；</p> <p>討論：</p> <p>1. 學生能以小組形式進行討論撲滅蟑螂的最佳方法；</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. 能評價蟑螂的生活習性</p> <p>6. 能主動並積極地撲滅蟑螂</p>		<p>b) 教師系統地（邊說邊展示實物）說出蟑螂的成長過程。</p> <p>c) 解剖蟑螂的卵套，觀察卵套內的格數及卵的數目、形態。</p> <p>5.a) 鼓勵學生討論蟑螂的出沒地點和時間，牠們的生活對人類有何影響。</p> <p>b) 總結出蟑螂是害蟲，牠的生活習性大大破壞人類社會的衛生，帶來疾病。</p> <p>6.a) 要求學生指出市面上常見的撲滅蟑螂用具；說出撲滅蟑螂的各種方法。</p> <p>b) 啟發學生消滅蟑螂不祇是消滅牠的成蟲，還要注意清理牠們的卵套。</p> <p>c) 提醒學生用噴霧劑撲滅蟑螂時應注意的安全措施。</p> <p>建議活動： 蒐集各種撲滅蟑螂的圖片、標語放在科學角，用以提醒同學要隨時隨地撲滅蟑螂。</p>	<p>2. 能主動、積極參與小組討論活動。</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>1. 認識蒼蠅的身體特徵</p> <p>2. 說出蒼蠅的特長</p>	<p>2.3 蒼蠅的特徵和生活習性</p>	<p>1. 用幾隻較大的蒼蠅讓學生分組用顯微鏡觀察牠們的形態和特徵。著學生比較牠們的身體各部份：頭部各器官，足和翅膀的位置和數量，氣孔的位置。讓學生總結蒼蠅是昆蟲，有著一般昆蟲的特徵。</p> <p>a) 用掛圖讓學生更清楚地認識蒼蠅的身體結構。</p> <p>b) 要求學生把蒼蠅頭部各器官的特徵說出。教師作更正補充後，要求學生在掛圖上相應的器官旁寫上器官的名稱和功用。</p> <p>c) 觀察蒼蠅的胸部和腹部，看看足和翅的形狀和數量，看看腹側的氣孔所在。同樣要求學生到掛圖前填寫其名稱和數量。</p> <p>2.a) 把 1) 項的蒼蠅放在玻璃瓶內（有氣孔以讓牠們可呼吸空氣）；著學生留心觀察牠們的行動和足部的構造的關係。讓學生先用顯微鏡看牠們的足部，然後結合大掛圖向學生講解牠們的足部如何構造特殊，令牠們可在天花板、玻璃、鏡等光滑的器皿上行走。</p> <p>b) 用手作狀拍打蒼蠅，引導學生注意牠們敏捷地飛走，這也是蒼蠅的另一特長：牠們的複眼特別大，很快看到任何移動的物體。</p>	<p>觀察活動：</p> <p>1. 能分組進行觀察活動；</p> <p>2. 能主動、積極去觀察蒼蠅的身體特徵。</p> <p>口述：</p> <p>1. 學生能描述蒼蠅的形態特徵；</p> <p>2. 能說出如何判斷蒼蠅是昆蟲；</p> <p>3. 能描述蒼蠅的特殊構造及其功用。</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>3. 認識蒼蠅的生活習性</p> <p>4. 認識蒼蠅的成長階段</p> <p>5. 知道蒼蠅怎樣傳播疾菌</p> <p>6. 懂得撲滅蒼蠅的方法</p> <p>7. 能主動並積極地撲滅蒼蠅</p>		<p>3. 鼓勵學生討論蒼蠅的生活習性：何處生活，以甚麼為食物。</p> <p>4.a) 讓學生觀看圖片或實物去認識蒼蠅成長的四個階段，知道蒼蠅是完全變態的昆蟲。</p> <p>b) 仔細觀察蒼蠅四個生長階段的形態特徵。</p> <p>c) 在蒼蠅的生活史圖內根據牠的形態特徵而填上各階段的名稱。</p> <p>5.a) 在上述第 2 項的實驗瓶內放進些乾食物，引導學生觀看蒼蠅用口器舐吸食物的行動，及其足部的動作。</p> <p>b) 用掛圖詳細解釋蒼蠅如何用口器弄污食物。</p> <p>6.a) 鼓勵學生討論如何撲滅蒼蠅。</p> <p>b) 把正確而有效的撲滅蒼蠅方法總結在黑板上。</p> <p>7. 引導學生判斷蒼蠅是害蟲，撲滅牠並不只是個人利益問題，而且更是整個社會的衛生問題。（此處宜與公民教育科、社會科的相關部分聯繫，身為市民的我們，應視撲滅蒼蠅為一種責任。隨時隨地為盡市民的責任而撲滅牠們。）</p>	<p>討論：</p> <p>1. 學生能分組討論蒼蠅如何影響人類生活；</p> <p>2. 能把討論結果書寫在黑板上；</p> <p>3. 教師檢驗討論總結。</p> <p>製標語：</p> <p>學生能書寫撲滅蒼蠅、蟑螂，保持校園清潔的精簡句子，並張貼校內。</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>8. 能創造撲滅蒼蠅的簡單器具</p>		<p>8. 鼓勵學生用簡單的材料製作一些能有效地捕捉蒼蠅的器具。</p> <p>建議活動： 在此課單元完結後在校內進行一次清潔運動，張貼一些撲滅蒼蠅、蟑螂，保持校園清潔的標語，向同學提醒要消滅牠們必須要持之以恆。</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. 認識鳥類的共同外部特徵</p> <p>2. 認識鳥類身體內部的結構</p> <p>3. 知道鳥類能夠飛行的其中幾個要素</p> <p>4. 認識鳥類的羽毛構造</p>	<p>2.4 鳥類的特性</p>	<p>1.a) 用實物或標本讓學生觀察鳥類的外形、頭部、翅膀及足部的特徵。</p> <p>b) 著學生描述一般鳥類的形態，堅硬而沒有牙齒的咀及眼睛的位置，前肢怎樣，足部怎樣，羽毛在哪裡等。</p> <p>2.a) 用鳥類的解剖標本圖片，實物標本向學生介紹鳥類的內部結構。</p> <p>b) 引導學生注意觀察鳥類的骨骼、氣囊、大腸、血液等特殊構造，鳥類沒有膀胱。</p> <p>c) 著學生討論上述內臟構造對飛行的幫助。</p> <p>d) 總結出內臟的特殊結構對鳥類飛行的幫助。</p> <p>3. 讓學生用不能飛行動物和鳥類作出比較，發現鳥類身體輕、有氣囊增加身體的浮力、有翅膀等有利飛行的因素。</p> <p>4.a) 觀察鳥類和獸類的羽毛比較兩者的分別。</p> <p>b) 讓學生用手觸摸鳥類的羽毛，並以指尖輕捏，順摸及逆撥牠，以發現它的特殊構造。</p>	<p>觀察：</p> <p>學生能主動、積極去察看鳥類的解剖標本。</p> <p>口述：</p> <p>1. 學生能解釋鳥類能夠飛行的原因；</p> <p>2. 能描述鳥類身體的共同特徵；</p> <p>3. 能按不同鳥類的身體特殊結構去解釋其生活習性；</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>5. 理解鳥類的嘴和爪的形狀對其覓食的方法和環境的適應性</p> <p>6. 能引證鳥類的視力的敏銳性</p> <p>7. 認識鳥類的繁殖方法</p>		<p>5.a) 透過圖片觀看海鷗、兀鷹、鸚鵡、鸕等不同鳥嘴去認識牠們的嘴各有不同的形狀，以適應各自生活的環境，方便覓食。</p> <p>b) 同樣，觀看鵝、紅鶴、鷹等的爪的形狀以認識牠們的爪對生活方式、活動範圍的適應性。</p> <p>6. 用圖片向學生介紹鳥類的一種求生本能：敏銳的視力用以引證，圖中鳥類如何能在空中發現遠在山邊或海裏的食物。</p> <p>7. 用普通鳥卵讓學生觀看鳥類都是卵生的，多由母鳥孵出小鳥。</p> <p>活動建議：</p> <p>1) 搜集各種鳥類的圖片，並註上名稱以製造鳥類小冊子去佈置科學角。</p> <p>2) 若條件許可的話，在校園內飼養小鳥，讓學生觀看牠們的生活情況。</p> <p>3) 參觀臨時海島市政局園林暨綠化部的鳥園實地觀察鳥類的生活情況。</p>	<p>4. 能說出鳥類的繁殖方法。</p> <p>判別：</p> <p>學生能以觀察及手觸的方法去判別鳥毛與獸毛。</p> <p>製小冊子：</p> <p>學生能分工合作製作鳥類小冊子。</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. 認識鴿子的外形特徵</p> <p>2. 認識鴿子的飼養方法</p>	<p>2.5 鴿子的特徵和生活習性</p>	<p>1.a) 用鴿子的圖片、錄影帶讓學生觀察鴿子頭和嘴的形狀、眼耳鼻的位置、足的長短形狀和足趾的數目。</p> <p>b) 分組輪著說出鴿的外形特徵及羽尾的顏色並把答案總結在黑板上。</p> <p>c) 玩鴿子拼圖遊戲，根據所總結出的鴿子外部特徵替鴿子找對頭、眼、耳、口、鼻、翅膀、足等，並拼砌成一隻完整的鴿子。</p> <p>d) 用圖片向學生介紹澳門常見的純白、純黑、青灰、灰班等顏色的鴿，讓學生比較牠們除顏色外，有沒有其他分別。</p> <p>2.a) 參觀農場或養鴿人家的鴿屋或用錄影帶代替，觀察鴿屋的內部構造，讓學生親自發現鴿子喜歡清淨，故此鴿屋便經常清潔；飼養鴿子通常需要寬大，空氣流通、光線充足的鴿屋，因為牠們有強烈的歸巢性。</p> <p>b) 向學生介紹鴿子的食物要包括豆類、穀、少量的蠔穀、砂粒和食鹽。應讓學生發現豆、穀、鹽對鴿的作用，然後教師向他們解釋清楚砂粒和蠔穀對牠們的幫助。</p>	<p>提問：</p> <p>1. 學生能認識鴿子的外形特徵；</p> <p>3. 能認識鴿子的飲食習性及起居生活習慣；</p> <p>拼圖：</p> <p>學生能分組進行拼砌鴿子比賽。</p> <p>口述：</p> <p>1. 學生能解釋鴿子能夠被訓練成信鴿的原因；</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>3. 能分辨鴿子的種類</p> <p>4. 說出鴿子的特殊本能</p> <p>5. 認識鴿子的生活史</p> <p>6. 認識鴿子的各種羽毛的功用</p> <p>7. 說出鴿子是卵生動物</p>		<p>3. 讓學生討論，然後引導他們根據鴿子的用途把牠們歸為觀賞鴿、信鴿和食用鴿。</p> <p>4. 要求學生說說鴿子為甚麼能夠被人們訓練成為傳遞信息的信鴿。（引導學生記憶鳥類的視力特點及他們在二年級所學有關鴿子的記憶特點）</p> <p>5. a) 用圖片或錄影帶讓學生認識鴿子從牠們的幼兒開始至繁殖下一代，逐階段去認識牠們的外形的變化及生活習性。 b) 要求學生輪流一個階段接一個階段地說出鴿由卵經雛鴿發育為鴿和成鴿產卵繁殖下一代的全過程。</p> <p>6. 用鴿子的模型一個指出各類羽毛的生長位置。然後拿出，一些鴿子的廓羽、絨羽、毛羽以讓學生觀看及觸摸（不是從模型取下的），接著學生想想這些羽毛有甚麼特別，根據其特點研究一下它們的作用。</p> <p>7. 學生說出鴿子每次產卵多少枚，以及產卵的習慣，一</p>	<p>2. 能描述鴿子的成長過程。</p> <p>製作專題展示板： 教師檢驗學生所搜回校作科學角內容展示的鴿子資料。</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>年產卵多少次，鴿卵的大小形狀怎樣。怎樣孵化幼兒，誰擔任孵化的工作等等。目的是讓學生加深認識鴿子。</p> <p>活動建議：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 在校園內築一鴿屋飼養鴿子，讓學生留意鴿子的生長情形並作簡單記錄。 若條件不許可的話，可著學生用卡紙製作一鴿屋模型放在科學角。</li> <li>2) 蒐集鴿子的圖片及有關信鴿比賽的資料放在科學角。</li> </ol>	

<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. 知道何謂兩棲動物</p> <p>2. 說出一些典型的兩棲動物的名稱</p> <p>3. 認識兩棲動物的成長史</p> <p>4. 認識兩棲動物的外表特徵</p>	<p>2.6 兩棲動物的特性</p>	<p>1. 用蟾蜍的叫聲引起學生的注意，激發起他們對蟾蜍的好奇心，然後再用圖片或錄影帶介紹幾種兩棲類動物。觀看牠們在陸地上和水中生活的情形。</p> <p>2. 教師先介紹一些兩棲動物（以圖片介紹）然後學生重新根據牠們的特徵說出牠們的名稱。 著學生先把兩棲動物名稱寫在黑板上，再配上圖片，留意牠們哪些有尾巴，哪些無尾巴。</p> <p>3. 用圖片或錄影帶（最好是錄影帶）讓學生觀察兩棲動物由在水中產卵，牠的幼體蝌蚪，用鰓在水中生活，到成長後長出四肢，用肺呼吸，上陸地生活為止。引導學生觀察兩棲動物成熟後，仍要回到水裏繁殖下一代。</p> <p>4. 教師用田雞一隻讓學生觀察到兩棲動物的皮膚上有黏液、沒有鱗片。介紹兩棲動物皮膚上的鱗片及黏液的作用。</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能說出一些典型的兩棲動物的名稱；</p> <p>2. 能說出兩棲動物的定義；</p> <p>3. 能指出兩棲動物身體的特殊結構。</p> <p>觀察：</p> <p>學生在進行觀察實物時，具有科學的學習精神而不懼怕實物的醜陋外形、可怕的特</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>5. 認識兩棲動物的其他特徵</p> <p>6. 能說出兩棲類和爬行類動物的不同</p>		<p>5. 教師介紹兩棲動物的體溫隨外界環境溫度而變化；口內長有牙齒。</p> <p>6. 學生按教師所列要點討論兩棲類和爬行類動物的異同，並用列表法把答案總結在表內。</p> <p>活動建議： 蒐集兩棲類動物的圖片佈置科學角。</p>	<p>徵。</p> <p>製表： 學生能列表比較兩棲類動物和爬行動物的異同。</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. 認識蛙卵和蝌蚪的形狀 2. 認識蛙的生長過程  3. 認識蛙的形態  4. 說出蛙的特長</p>	<p>2.7 蛙的特徵和生活習性</p>	<p>1. 教師用圖片介紹蛙卵及蝌蚪的形狀</p> <p>2. a) 教師用一大蛙成長各階段圖向學生介紹蛙由卵至完全成熟在水中生長的過程。引導學生觀察蛙如何由卵變蝌蚪，由蝌蚪如何變成蛙，注意各階段中的外形變化以及身體結構的改變。 b) 蛙成長過程各階段的配對遊戲。</p> <p>3. a) 教師可用實物讓學生細看蛙的身體外部特徵。 b) 學生按圖說出蛙身體各部的名稱並指出某些特殊結構。</p> <p>4. a) 用蛙捕食遠處的昆蟲的圖片，引導學生注意觀察蛙舌的特殊構造。 b) 觀看蛙在水中游泳及陸上跳躍的圖片或錄影帶，讓學生發現蛙的後肢粗壯、趾間有蹼的用處。 c) 比較人類游蛙泳與實際的青蛙游泳的相同處後，知悉蛙泳是人類模彷青蛙在水中游泳。</p> <p>活動建議：在科學角飼養蛙卵或蝌蚪，讓學生觀察及簡單繪畫其各成長階段出現的外形變化圖。</p>	<p>提問：</p> <p>1. 學生能認識蛙成長過程； 2. 能認識蛙的外形特徵； 3. 能認識蛙的幼兒。</p> <p>配對活動： 學生能認真地進行蛙的成長過程中各階段變化的配對遊戲。</p> <p>口述：</p> <p>1. 學生能描述蛙的特長。</p> <p>繪圖： 學生能繪畫出蛙的成長簡圖。</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. 知道澳門郊野公園的分佈</p> <p>2. 知道為何要設立郊野公園</p> <p>3. 知道郊野公園的設施</p>	<p>單元三：認識天然資源。</p> <p>3.1 郊野公園。</p>	<p>1. 利用郊野公園的小冊子介紹澳門離島的兩處郊野公園。 黑沙郊野公園和石排灣郊野公園。</p> <p>2. 請兒童分別說出郊野公園設立的原因。 郊野公園的設立是為了讓本澳市民對大自然有更深入的认识，同時在繁忙的工作之餘能舒展身心，有地方渡過愉快的一天而設的。</p> <p>3. 利用郊野公園的小冊子或圖片或相片，展示給兒童觀看，請他們說出設施的名稱和用途。</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能說出澳門的郊野公園的名稱及其位置；</p> <p>2. 能解釋郊野公園設立的原因；</p> <p>3. 能介紹郊野公園小冊子的內容；</p> <p>4. 能介紹郊野公園小冊子所載圖片的設施。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>4. 兒童學會主動與大自然接觸</p> <p>5. 懂得設計“鼓勵兒童到郊野公園去”的海報或標語</p>		<p>4. 兒童能主動發表保護郊野公園的意見。 郊野公園的設備既是為市民而設，我們便要珍惜和愛護，而且要保持公園清潔，提防發生山火。</p> <p>5.a) 兒童能主動說出自己對郊野公園的感想。 b) 合作創作一幅美麗的郊野公園海報。也可創作一些有意義的標語。</p>	<p>討論：</p> <p>1. 學生以小組形式討論如何保護郊野公園；</p> <p>繪圖：</p> <p>學生能分工合作，共同創作郊野公園大海報。</p> <p>製作標語：</p> <p>學生能創作標語以喚起人們保護大自然資源的意識。</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. 認識甚麼是天然資源</p> <p>2. 知道天然資源會消耗，所以要愛護和保護</p> <p>3. 能說出天然資源的保護方法</p> <p>4. 兒童能有保護天然資源的意識</p>	<p>3.2 愛護及保護天然資源</p>	<p>1. 展示出一些熱帶雨林，郊野公園、動物世界的圖片介紹兒童認識甚麼是天然資源。 天然資源是自然存在於地球上，不是人類可以製造出來的。</p> <p>2. 討論天然資源會怎樣被消耗。 如果人類任意採用，天然資源都是有限的，最終會引到短缺。</p> <p>3. 天然資源被耗盡有甚麼問題出現。教師可出示一些污濁城市的河流、垃圾堆、被砍伐了樹木的荒地，引導兒童知道天然資源受損或消耗盡帶來的生態災難。</p> <p>4. 活動：齊來救救地球先生。 ( 兒童自己主動創作一話劇來提出保護和愛護天然資源的方法，透過創作劇，兒童更能深入了解天然資源的重要性。 ) ( 愛護和保護方法有：不隨便砍伐樹木，不濫殺野生動物，發展污水處理，減少空氣的污染，減少噪音，保護水源清潔 )</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能說出天然資源的定義；</p> <p>2. 能描述天然資源與人類的密切關係。</p> <p>討論：</p> <p>1. 學生能分組討論人類應如何愛護及保護天然資源；</p> <p>2. 能主動提出意見；</p> <p>3. 能表現出對科學探究的精神。</p> <p>話劇表演：</p> <p>學生能在話劇中向人傳遞環保信息。</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. 簡單認識風的形成</p> <p>2. 知道有關風的知識</p> <p>3. 能說出風對人類的影響</p> <p>4. 懂得製作降落傘</p>	<p>單元四：氣象的認識</p> <p>4.1 風</p>	<p>1. 用扇、紙撥動空氣產生風。(活動)</p> <p>2. 簡單介紹風是怎樣形成的。 (空氣流動形成了風，空氣流動得越快，風就越大。)</p> <p>3. (提問) 人們認識風，必須知道甚麼？ (必須知道風向和風速。)</p> <p>4. 利用實驗方法讓兒童找出風向和風速的答案。</p> <p>5. 實驗：在一水池或大水盒中放進一隻小船，兒童從不同方向用口吹動小船，我們把風的來向叫做風向。 再請兒童用其它方法吹動小船(如用扇撥動，用手撥動)，用不同的力度來吹動小船，我們把風力的大小叫做風速。</p> <p>6. 兒童嘗試說出風對人類有何影響。 (風可推動風車，用風力發電，風帶來雨水，幫助農作物。但風也可造成破壞，颱風、龍捲風都會帶來災害。)</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能說出風的定義；</p> <p>2. 能說出風的正、負面作用。</p> <p>實驗：</p> <p>1. 能做實驗去引証風的形成；</p> <p>2. 能從實驗中發現何謂風速、風向；</p> <p>3. 能主動、積極地去做實驗。</p> <p>製作小型降落傘：</p> <p>學生能分別創作小型降落傘。</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. 簡單認識霧、露、霜的形成</p> <p>2. 知道這種天然現象對人類的影響</p>	<p>4.2. 霧、露和霜的形成</p>	<p>7. 教師示小型降落傘的製作方法，然後讓學生們自由創作小型降落傘。完成後進行降傘活動。</p> <p>1. 教師首先取出一面鏡子，請兒童呼氣在鏡面上，鏡面便蒙上一層氣體，它便是霧了。</p> <p>2. 請兒童說出還可以在甚麼地方看見此現象。（超級市場的凍櫃、熱天時開動冷氣車內。）</p> <p>3. 簡單介紹這現象產生的原因。（空氣中的水蒸汽，在低空遇冷，因此凝結成無數小水點，它就是霧。）</p> <p>4. 霧的產生對我們日常生活有影響嗎？兒童嘗試作討論。（霧對航空、航海和農作物都有很大影響。）</p> <p>5. 出示一幅中國地圖，介紹我國最多霧的地方是四川，所以有霧都之稱。</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能解釋霧、露、霜的成因；</p> <p>2. 能說出如何判辨霧、露、霜的現象；</p> <p>3. 能說出在甚麼地方，何時可以看見霧、露或霜。</p> <p>討論：</p> <p>1. 學生能分組討論霧、露、霜對人</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. 教師請兒童回憶一下當冰凍的飲品從雪櫃中取出後，放在檯上，一會兒會產生甚麼現象。 ( 飲品盒的表面有很多小水珠。 )</p> <p>7. 教師再取出一冰凍飲品放於檯上，讓兒童觀察露珠的形成。</p> <p>8. 教師簡單介紹露的形成。 ( 空氣中的水蒸氣，在冷的物體上凝結，就是露。 )</p> <p>9. 請說出可以在甚麼地方看見露。 ( 多在清晨的花木葉子上，汽車頂，石上 )</p> <p>10. 露對我們有貢獻嗎？( 提問 ) ( 露可以讓農作物有機會吸收水份。 )</p> <p>11. 詢問兒童曾否見過霜。 ( 並出示霜的圖片或幻燈。 )</p>	<p>們的好、壞影響；</p> <p>2. 能把討論總結在黑板上。</p> <p>繪圖： 學生能合作繪畫一幅包含有霧、露、霜的圖畫。</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>12. 介紹霜是怎樣形成的。 ( 氣溫至 0°C 以下時，露珠便結成霜。 )</p> <p>13. 在甚麼地方可看到霜。( 提問 ) 在家中雪櫃冰格內、嚴寒時高地 ( 如松山頂 )。</p> <p>14. 你知道霜對農作物有甚麼影響嗎？請兒童嘗試商討並說出其影響。 霜是會令農作物凍死或凍傷的。 霜造成農作物失收，影響農夫收入。</p> <p>活動建議： 兒童能畫出一幅有關這自然天氣現象的圖畫。或寫一首有關這自然天氣的短詩。</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. 認識雷電現象的產生</p> <p>2. 知道雷電造成的影響</p> <p>3. 懂得預防被電擊</p> <p>4. 學會預防雷電造成損害</p>	<p>4.3 雷電現象</p>	<p>1. 教師利用幻燈或電視放映雷電交加的情景。兒童可以說出這是“行雷閃電”現象。</p> <p>2. 教師可簡單介紹雷電現象的產生原因。 ( 當天空上的雷雨雲形成後，雨雲塊之間會產生激烈的放電現象，巨大的電火花劃破長空，就是人們見到的閃電。放電激起空氣強烈振動，發出人們聽到的雷聲。 )</p> <p>3. 教師繼續放映雷電發生的幻燈或電視，然後突然中斷放映，請兒童說出是先看見閃電還是先聽到雷響。 a. ( 兒童若答對了是先閃電後聽到雷響，教師請兒童嘗試說出原因。 ) b. ( 若兒童是回答錯誤，教師將電視繼續放映，讓兒童當心觀察正確答案。 )</p> <p>4. 為甚麼先看見閃電後聽到雷聲呢？ ( 人們常說先閃電，後打雷，其實是不正確的，因為閃電和行雷是同時產生的，只是由於光波比聲波傳播</p>	<p>口述：</p> <p>1. 學生能簡單地描述雷電的成因；</p> <p>2. 能解釋為何先看見閃電後才聽到雷響；</p> <p>3. 能說出預防被電擊的方法；</p> <p>4. 能朗讀有關被電擊事件的書、報內容。</p> <p>製模型： 學生能製作防</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>速度快，所以我們總是先看見閃電後聽到雷響。 )</p> <p>5. 兒童說出雷電可造成的災難。 ( 擊碎房屋、大樹及燒焦物件，甚至危害人畜性命。 )</p> <p>6. 繼續放映幻燈或電視有關雷電所造成的災難，請兒童說出其感受。</p> <p>7. 雷電能造成如此大災難，我們怎樣避免。 ( 兒童首先要保護自己，教師介紹電擊的原因，請兒童示範防避的方法。 a. 行雷閃電時不要站在空曠地方，樹下，燈柱下。 b. 快找較安全的地方 ( 如室內 ) 躲避。 c. 不在行雷閃電時手持導電體。( 如鐵 )</p> <p>8. 設計能預防雷電造成損害的模型。 ( 設計有避雷針的大廈建築物。 )</p>	<p>電擊的避雷針模型。</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. 認識甚麼叫“月相”</p> <p>2. 知道月亮的光源從何而來</p> <p>3. 知道月相變化的原因</p> <p>4. 知道潮汐與月亮圓缺的關係</p>	<p>4.4 月的圓缺</p>	<p>1. 老師出示圖片介紹甚麼叫做月相。 ( 我們看到的月亮，有時像彎彎的眉毛，有時又像圓圓的銀盤。月亮這種盈方圓缺的變化，天文學上稱為“月相”。 )</p> <p>2. 老師運用一個簡單的活動解釋為什麼月相會經常改變相貌。</p> <p>a. ( 用一個較大的球體(如小皮球)及一個較小的球體(如乒乓球)製成地球和月球，把室內的燈關掉，用一手電筒照射到兩球體上，從牆上的黑影製造月相的經過。 )</p> <p>b. 在活動過程中作解釋。 ( 首先，月球和地球一樣本身都不會發光的，是靠反射太陽光而發亮的。 )</p> <p>c. 將小球體自西向東旋轉，使黑影製造出各種月相的形狀。 ( 月球繞著地球自西向東旋轉，日、地、月之間的相對位置在不斷變化，以致月球的明亮半球有時正對著地球，有時又側對，甚至背向著地球。這樣從</p>	<p>提問：</p> <p>1. 學生能說出何謂月相；</p> <p>2. 能認識月亮的光源；</p> <p>3. 能認識月相變化的原因；</p> <p>4. 能說出潮汐與月亮圓缺的關係。</p> <p>實驗：</p> <p>1. 學生能做實驗解釋月相變化的因由；</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>地球上看到月亮的形狀出現圓缺有規律的變化。 )</p> <p>3. 月圓或月缺與我們生活上也有關係。 潮汐跟著月亮的變化而發生。</p> <p>4. 工作建議：</p> <p>a. 兒童能根據所學的知識剪出月相的不同形狀。</p> <p>b. 讓兒童能主動佈置自然角。</p>	<p>2. 能完成整個實驗過程。</p> <p>製圖：</p> <p>1. 學生能用黑色粉紙裁剪出不同形狀的月相；</p> <p>2. 能把上述圖案系統地排列開來；</p> <p>3. 在圖案旁附註月相的名稱。</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. 認識光的反射現象</p> <p>2. 知道物體呈現顏色的原因</p> <p>3. 認識光的折射現象</p> <p>4. 能合作製造七色板</p>	<p>單元五：怎樣運用光和電</p> <p>5.1 光的反射和折射</p>	<p>1. 教師簡單介紹光的反射現象。（光照射在物體上，一部分被吸收，一部分被物體表面反射。）</p> <p>2. 教師進行小小活動讓兒童更明白。利用一面小鏡子，一枝電筒，開啟手電筒，用小鏡子將電筒的光反射到牆上，通過活動讓兒童更清楚明白。</p> <p>3. 作短暫討論（約五分鐘），日常生活中反射光可以被利用嗎？（可以的，光管的罩就是利用反射來增加照明度。而探射燈，拍戲用的反光板也是反射光的應用。）</p> <p>4. 介紹為甚麼在白色的太陽光下，物體會呈現五顏六色。                      a. 教師可以出示七種顏色紙板（紅、橙、黃、綠、藍、靛、紫），請兒童聯想一下七色有甚麼關係。                      b. 我們平常看見的白色陽光，實際上是由這七種單色組成的。                      （利用簡單七色板不斷旋轉，觀察其現象。）</p>	<p>提問：</p> <p>1. 學生能解釋光的反射、光的折射理論；</p> <p>2. 能說出物體為何能呈現顏色。</p> <p>實驗：</p> <p>1. 學生能做實驗去引証光的反射、光的折射現象；</p> <p>2. 能主動、積極地</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>c. 當太陽光照到物體上時，一部分被物體吸收，另一部分被物體表面反射，而我們所看到的顏色便是被反射出來的陽光。</p> <p>5. 教師簡單介紹光的折射現象。 ( 光照射到某種介質 ( 如水 ) 時，改變了光的方向叫做折射。 )</p> <p>6. 教師可以做小小活動使兒童更明白易懂。 ( 利用一隻盛有水的透明玻璃杯，放一隻筷子在內，由於水改變了光的方向，筷子看起來便像折曲了一樣。 )</p> <p>7. 折射多被利用作怎樣的用途。     折射可被用在近視鏡片中，或是一些有關光學儀器中。</p> <p>8. 集體創造一個七色板。 ( 盡量給予兒童自由創作的機會。 )</p>	<p>去做實驗。</p> <p>討論：</p> <p>1. 學生能一起討論光的反射、光的折射如何被運用。</p> <p>2. 能認真地去作討論。</p> <p>製作七色板：     學生能分組製作七色板。</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. 簡單認識甚麼叫靜電</p> <p>2. 簡單認識甚麼叫電流</p> <p>3. 知道生活中利用電流的知識</p> <p>4. 能找出使用電流的物件</p>	<p>5.2 靜電與電流。</p>	<p>1. 老師簡單介紹甚麼叫靜電。                      a. ( 帶電微粒 [微粒分電子和離子, 這點老師可以不詳說, 因初中有詳細介紹] 不移動而形成了靜電。 )                      b. 可以怎樣產生靜電呢?                      ( 用摩擦方法使物體產生靜電。 )</p> <p>2. 活動: 讓兒童親身體驗產生靜電的方法。                      ( 用間尺在頭髮上摩擦一會兒, 把小碎紙吸起。 )                      ( 利用一枝木鉛筆在化學纖維或尼龍的纖維布條上摩擦一會兒也會產生靜電。 )</p> <p>3. 說出冬天時常遇到靜電的經驗。( 用梳擦頭髮, 穿冷衫時都會有“啪啪”的聲音, 這便是遇到靜電的原因。 )</p> <p>4. 靜電可以在我們日常的電器中使用嗎?                      ( 不可以。正像靜止的空氣和水一樣不能推動風車和水輪機一樣, 因此靜電不可以在我們日常的電器中使用。 )</p>	<p>口述:</p> <p>1. 能解釋何謂靜電、電流;</p> <p>2. 能說出電流如何作用於我們的生活;</p> <p>3. 能說出哪些物件使用電流。</p> <p>實驗:                      學生能做實驗去引証靜電產生的方法。</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. 老師簡單介紹甚麼是電流。 ( 大量帶電微粒定向移動，形成電流。 )</p> <p>6. 電流能在我們日常生活的電器中使用嗎？ ( 可以。利用電來開啟電器作使用，都需要長時間持續存在的電流。 )</p> <p>7. 怎樣才能得到持續的電流。 ( 電流可以通過電線傳到電製的開關上，或者插座上，也可透過乾電池而使電器用具得到持續的電流。 )</p> <p>8. 電流在生活中可以怎樣利用。 ( 教師把室內的燈或風扇關掉，請兒童想想這問題，並作簡單說明。 )</p> <p>9. 電流對人類有益也有害，如果使用不恰當，會造成危險。 註：8)9)這兩點不用詳述。5.3 課有詳細的解釋。</p> <p>10. 請兒童在校園內找出需用電流的物體，記錄下來，以作課後練習。</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. 認識電對人類的貢獻</p> <p>2. 知道電在日常生活與我們的關係</p> <p>3. 學會安全使用電力</p>	<p>5.3 電流在日常生活中的應用</p>	<p>1. 老師首先出示一件電器（例如風扇），請兒童說出怎樣才能使電器開動。 （接駁電源，電流通過電器，電器便啟動。）</p> <p>2. 出示一些有關古代還沒有電力時的生活圖片或幻燈。例如晚上要點油燈，書本要用手抄成多份；燒飯要用柴火燒熟等。</p> <p>3. 請兒童說出圖片上的生活有甚麼不方便。 （人們很多工作都是靠雙手做，晚上由於光線不足，很早便休息，大大減少了工作的速度。）</p> <p>4. 出示一些有關現代生活中使用電力的圖片或幻燈，看看電對人類有甚麼貢獻。（電出現以後，很多生產利用電來協助，機器也相繼推出，很多危險性或艱難的工作，通過利用電流而由機器替代。）</p> <p>5. 通過剛才看圖片的過程，兒童認識了它對人類有很大的貢獻後，用兒童的實際生活經驗說出自己生活中與電有關的事情。 （如看電視欣賞節目或觀看電視教育等。）</p>	<p>提問：</p> <p>1. 學生能說出電流如何影響人們的生活；</p> <p>2. 能說出如何安全使用電流。</p> <p>討論：</p> <p>1. 學生能以小組形式討論電對人類的好與壞；</p> <p>2. 能作小組討論報告。</p> <p>製作專題展板： 能搜集用電安全資料，並把它們展示在電與生活的展板上。</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>( 用電腦學習或儲存大量資料、玩遊戲等。 )                      ( 用吸塵機清潔家居，使家居保持衛生。 )                      ( 隨著電力越來越發展，資訊也發展得很快，如電話、傳真機、錄影機，而且使用子電器用品代替了煩重的家務，使我們的生活更舒適，所以我們日常的生活與電是有著密切的關係。 )</p> <p>6. 電對人類有好處，但有沒有害處呢？                      ( 給予兒童 4-5 分鐘作討論，並收集預防害處的方法。 )                      ( 錯誤和小心使用電力會引致火災，觸電影響人畜安全。 )</p> <p>7. 加深兒童對用電的安全知識。                      a. 安裝電器要請合格的電器技工。                      b. 安裝流電斷路掣。                      c. 不玩弄電器。                      d. 使用合標準的電器用品。                      e. 不使用有破損的電器。</p> <p>8. 活動建議：請兒童回家檢查家中電線的安全程度，電器的安全程度。</p> <p>9. 兒童能主動搜集用電安全的資料作科學角展示。 可用繪圖，文字說明，相片</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 五

- 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。

## 五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 認識呼吸系統及其保健 認識循環系統及其保健 認識脈搏和體溫對人體健康的關係	3 3 3	
二、 良好的飲食、適當的運動和休息對身心健康的好處 人體所需的營養素 水和纖維與人體健康的關係 如何選擇食物 培養均衡的飲食 培養良好的嗜好和適量的運動	2 2 2 2	2
三、 培養正確的姿態 良好的姿態		2
四、 安全教育和急救方法 認識昏暈的成因及急救的方法 認識交通安全的重要 注意戶外活動的安全	2 2	2
五、 認識青春期 青春期的認識及其衛生 穩定情緒對健康的重要	3 2	
六、 疾病的成因和預防的方法 患病應及早治療 澳門常見的傳染病	2 2	
七、 社區健康與個人的關係 培養責任感 澳門護理人員和防疫工作的認識	1 1	
全學年總節數	32	6

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識呼吸系統主要包括鼻、氣管和肺等。</p> <p>2. 懂得掌握正確的呼吸方法。</p> <p>3. 培養兒童注意在日常生活中，呼吸系統保健的重要。</p>	<p>單元一：認識身體各部份的保健</p> <p>1.1 認識呼吸系統及其保健</p>	<p>1. 利用掛圖或幻燈片，讓兒童初步認識呼吸系統主要器官的名稱及其正確位置。</p> <p>2. 簡單說明人體呼吸系統的運作過程，及它們的功能。</p> <p>3. 教師示範及指導兒童學習正確的呼吸方法。</p> <p>4. 兒童按照教師指示自行練習正確的呼吸方法。</p> <p>5. 鼓勵兒童嘗試說出一些日常生活習慣對呼吸系統保健有幫助的方法。例如：日常的飲食，適量的運動，坐臥的姿態，衣服的寬緊，社區及家居環境的衛生等。</p> <p>6 活動：分組進行</p> <p>a. 男女生各自檢查同學的校服是否過緊。</p> <p>b. 選出數位同學兩一組，其中一人在另一人後把其衣服拉緊，然後讓他嘗試深呼吸，並請說出呼吸的情況。（一般呼吸比較不暢順）教師總結衣服太緊會影響呼吸。</p>	<p>把工作建議中第七點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 共同參與的積極性及合作性。</p> <p>(2) 繪圖的正確程度。</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>1. 認識循環系統主要包括心臟、血管和血液。</p> <p>2. 知道心臟和血液的相互關係。</p>	<p>1.2 認識循環系統及其保健</p>	<p>c. 吹氣球比賽 - 請數位同學進行在吹氣球前，先作深呼吸，然後一口氣把氣球吹脹。（一般氣球大細會不相同。）教師可先讓學生說出原因，然後再作正確解釋。人的肺活量各不相同，我們有適量的運動來鍛鍊呼吸肌，可增強肺活量。</p> <p>7. 鼓勵兒童多作適量的運動和注意飲食衛生，家居衛生等。</p> <p>8. 簡單繪畫一幅呼吸系統的主要器官圖。</p> <p>1. 利用掛圖或教育電視，讓兒童認識循環系統的主要器官名稱及位置。</p> <p>2. 簡單說明循環統的運作過程及它們的功用。</p> <p>a. 心臟：利用心臟模型，簡單說明心臟的結構和功能。心臟是一個非常巧妙的「水泵」，它分成左右兩邊，每邊又分成上下兩層，上面的叫心房，下面的叫心室。左右兩邊是不相通的。心臟是人體血液流通的動力站。一旦心臟停止跳動，人會迅速死亡。</p>	<p>把工作建議中第六點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1) 參與活動的積極性和合作性。</p>

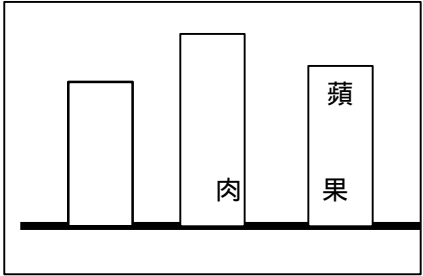


<p>目 標 OBJECTIVOS</p>	<p>內 容 CONTEÚDOS</p>	<p>工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO</p>	<p>評 核 AVALIAÇÃO</p>
<p>3. 培養兒童注意在 日常生活中，循 環系統保健的重 要。</p>		<p>b. 血液：血液是人體最寶貴的液體，如果在短時間內失血超過總量 30%，生命就有危險。血液是由紅血球，白血球，血小板和血漿組合而成。它們各有各的功用。血液的類型可分成 A、B、A B、O 等。</p> <p>3. 利用人體血管分佈圖，簡單說出體內血液循環流動的過程。</p> <p>4. 鼓勵兒童說出日常生活習慣對循環系統保健有幫助的方法。例如：食物的營養，適量的運動，適量的休息</p> <p>5. 活動：出示一些圖片，請兒童選出對循環系統有益或有害的圖片。教師協助他們說出其對循環系統的影響。</p> <p>6. 活動：(口頭報告)分組統計同學在假日裡，一天中的作息及進食情況。組員集合討論後總結並作報告。教師與同學一起分析各人有否注意日常的健康。</p>	<p>(2) 觀察完圖片後 作出回答問題的 準確性。</p> <p>(3) 能否說出個人 的見解。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識脈搏、體溫和健康的關係。</p> <p>2. 學會測量脈搏的方法。</p> <p>3. 學會使用體溫計來測量體溫。</p>	<p>1.3 認識脈搏和體溫對人體健康的關係</p>	<p>1. 出示體溫計和聽筒通過提問。說出體溫和脈搏與健康的關係。</p> <p>2. 簡單介紹正常脈搏的跳動次數，和人體的正常溫度。</p> <p>3. 兒童嘗試說出及示範測量脈搏的方法。</p> <p>4. 兒童說出各種測量體溫的方法及示範使用體溫計的程序。 如：先用棉花、消毒藥水把體溫計消毒等。</p> <p>5. 活動：(分組進行)每組請一位同學作原地跑或跳繩，其他組員由組長替其測量脈搏，然後記錄，最後測量做運動後的同學。(又可在數分鐘後再為運動的同學測量多一次，看有否變化。)</p> <p>6. 討論：根據統計表的數據，討論靜止期(沒做運動)和運動後各人的脈搏跳動次數的差異及原因。</p> <p>7. 統計一星期內自己的體溫變化，列表說明。可分早、午、晚三個時間測量。</p>	<p>把工作建議中第五點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： (1)參與的積極性及合作性。 (2)活動完後的報告。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識各種食物所含不同的營養成份。</p> <p>2. 知道各種營養素對人體的功用。</p> <p>3. 懂得食物營養對健康的關係。</p> <p>1. 認識水和纖維對人體的重要性。</p>	<p>單元二：良好的飲食、適量的運動和休息對身心健康的好處。</p> <p>2.1 人體所需的營養素</p> <p>2.2 水和纖維與人體健康的關係</p>	<p>1. 出示食物圖片咭或實物。簡單說明各種食物所含的營養成份。</p> <p>2. 簡單說出不同的營養素對人體健康及成長有著不一樣的作用。</p> <p>3. 利用食物圖片或板書請兒童選出自己喜歡的食物及其營養素。</p> <p>4. 活動：分組搜集食物圖片或招紙，列表說明各種食物的營養成份，及其對人體健康的好壞。然後組長作口頭報告。</p> <p>1. 通過提問，兒童知道除五大營養素外，水對人體健康有重大的影響。 例如：水是維持生命的要素，能溶解食物，促進新陳代謝等。</p>	<p>把工作建議中第四點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考： （1）參與的積極性。 （2）合作性。 （3）口頭報告的表現。</p> <p>把工作建議中第五點作為評核活動。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>2. 知道各種含水和纖維的食物。</p> <p>3. 鼓勵兒童多進食含水和纖維的食物。</p> <p>1. 認識食物對人體健康的重要。</p> <p>2. 學會怎樣選擇食物。</p> <p>3. 培養兒童注意保持食物的清潔。</p>	<p>2.3 如何選擇食物</p>	<p>2. 兒童知道何謂纖維，它對人體的作用。 例如：促進腸臟蠕動，幫助排泄</p> <p>3. 出示食物圖片或實物 兒童能夠選出含有水或纖維的食物。</p> <p>4. 鼓勵兒童日常生活的飲食，應多飲水和選吃一些含水份或纖維的食物。</p> <p>5. 活動：繪畫一幅含水和纖維的食物圖。</p> <p>1. 出示食物圖片或實物，請兒童選擇喜歡的食物，並說出原因。（食物應有些好的、變壞的、過期的和零食。）</p> <p>2. 討論：分組討論剛才同學選擇的食物對身體健康及營養有何幫助？</p> <p>3. 教師協助分析。</p>	<p>評核準則參考：</p> <p>(1) 繪圖的認真程度。</p> <p>(2) 所繪畫的圖是否符合要求。</p> <p>(3) 能否簡單說出所繪的圖畫內容與人體健康的關係。</p> <p>把工作建議中第六點作為評核活動。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>4. 培養兒童注意不偏食。</p> <p>1. 認識均衡飲食對健康的重要。</p>	<p>2.4 培養均衡的飲食</p>	<p>4. 簡單說明選擇食物應注意食物的營養，清潔、好壞外，也要注意身體的需要，因營養不足或過剩，均會影響健康。</p> <p>5. 鼓勵兒童應盡量攝取各種不同的營養，注意不可偏食。</p> <p>6. 活動：設計一個立體或平面的食物均衡圖解。(一天的食物)(可利用圖畫、統計圖、文字說明或發現泡膠製作。)</p> <p>舉例圖 (此圖解可作 2.4 之教材)</p>  <p>1. 出示 2.3.之食物圖解，每組報告圖解中食物的種類及份量。</p> <p>2. 兒童一起分析一天為何要進食這麼多的食物。或不同的食物。</p>	<p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與的積極性及合作性。</p> <p>(2) 製作圖解的準確性與技術。</p> <p>把工作建議中第七點作為評核活動。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>2. 學會如何分配進食時間及食物的份量。</p> <p>3. 培養兒童注意不可偏食。</p>		<p>3. 根據圖解中的食物種類和分量，依次寫出進食的時間。(早、午、晚)</p> <p>4. 教師協助兒童一起分析：</p> <p>a. 根據食物的種類，先決定它們所含的營養素。不同的食物有不同的營養成份。</p> <p>b. 再根據進食的時間設計出早、午、晚三餐的次序。</p> <p>5. 兒童懂得定時定量進食的好處。</p> <p>6. 再次提醒兒童偏食所引致的後果。</p> <p>7. 活動：(分組進行)。各組設計一份符合均衡營養標準的餐單，列出一天內早、午、晚三餐進食的時間，食物的種類及份量，並說出其營養成份。</p> <p>註：教師應提供一些食物所含的營養成份及熱量，和小五學生一天約需的熱量和營養。</p>	<p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與的積極性及合作性。</p> <p>(2) 餐單的營養價值是否符合標準。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識良好嗜好對身心發展的好處。</p> <p>2. 知道適量的運動對健康的重要。</p> <p>3. 兒童學會選擇良好的嗜好和適量的運動。</p> <p>4. 培養兒童積極的生活態度和正確人生觀。</p>	<p>2.5 培養良好的嗜好和適量的運動</p>	<p>活動：觀看教育電視</p> <p>提問：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請兒童說出一些日常、課餘或假日愛做的事情或活動。</li> <li>2. 簡單說出培養良好的嗜好對身心健康的好處。</li> <li>3. 簡單說出嗜好可分靜態和動態，它們對身心發展各有不同的幫助。</li> <li>4. 鼓勵兒童選擇活動時，應注意動態和靜態都應有。因適量的運動可幫助身體發展，而靜態的活動則可陶冶性情，調劑緊張的生活。</li> <li>5. 鼓勵兒童多參與一些課餘的團體活動。</li> <li>6. 活動：(分組調查)調查各組員喜愛的運動或嗜好，並說有該活動的好處和喜愛的原因。組長列表統計後作報告。教師利用大表在黑板上作出總結。</li> </ol>	<p>把工作建議中第六點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 參與的積極性和合作性。</li> <li>(2) 作出報告後能否說出個人的見解。</li> <li>(3) 能否細心聆聽別人的報告。</li> </ol>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識正確的活動姿態對骨骼與肌肉成長的關係。</p> <p>2. 懂得正確的坐立、走路、書寫和攜物等姿態。</p> <p>3. 兒童養成良好的活動姿態。</p>	<p>單元三：培養正確的姿態</p> <p>3.1 良好的姿態</p>	<p>1. 出示兩幅人體骨骼圖（一幅骨骼正常、一幅脊骨彎曲。）</p> <p>2. 兒童說出兩幅圖的差異情況。</p> <p>3. 兒童試說出形成骨骼畸形生長的原因。</p> <p>4. 簡單說明構成骨骼的主要成份：鈣質和膠質。</p> <p>5. 簡單說明肌肉對人體的作用。如：保護骨骼和體內各器官，還可以產生熱力保持體溫</p> <p>6. 兒童知道在發育期間，骨骼和肌肉會因日常不正確的姿態或缺乏運動而變形或萎縮。因此兒童應注意日常的活動姿態。此外，還要多吃含鈣的食物，才能使骨骼和肌肉得到健康的發展。</p> <p>7. 兒童正確地學習各種姿態。坐、立、臥、搬物、攜物和一些運動</p> <p>8. 活動：數位學示範正確的坐、立、書寫、搬物</p>	<p>把工作建議中第八點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與的積極性和認真度。</p> <p>(2) 所示範的姿態是否正確。</p>



目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識引起昏暈的各種原因。</p> <p>2. 懂得一些簡單的昏暈急救方法。</p> <p>3. 養成兒童處變不驚，勇於助人的態度。</p>	<p>單元四：安全教育和急救方法</p> <p>4.1 認識昏暈的成因及急救方法</p>	<p>提問：</p> <p>1. 兒童說出曾經出現過的暈倒的經驗。</p> <p>2. 簡單說出引起昏暈的各種原因。</p> <p>3. 簡單說出昏暈急救的方法。及示範。</p> <p>4. 兒童嘗試示範昏暈急救的方法。</p> <p>5. 鼓勵兒童懂得在發現有人昏暈時，應保持冷靜，協助患者甦醒。</p> <p>6. 活動：(角色扮演)請數位學生扮演遇見他人暈倒時，應如何處理。</p>	<p>把工作建議中第六點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與活動的積極性和合作性。</p> <p>(2) 活過程中的表現。</p> <p>(3) 能否細心觀察別人所作的活動，並能說出自己的見解。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 知道交通安全的重要。</p> <p>2. 認識道路安全設施及交通標誌。</p> <p>3. 懂得使用道路安全設施。</p> <p>4. 養成用各種交通設施的良好習慣。</p>	<p>4.2 認識交通安全的重要</p>	<p>活動：觀看教育電視</p> <p>1. 提問故事發生的情況及後果。(故事關於不小心使用安全設施而產生的意外。)</p> <p>2. 出示常見的交通標誌或設施的圖片，兒童說出它們的功用。</p> <p>3. 兒童說出遵守交通規則應注意的事項，及不顧安全的後果。</p> <p>4. 鼓勵兒童養成遵守通規則和使用道路上所設的交通設施的習慣。</p> <p>5. 活動：調查學校附近共有多少行人天橋、斑馬線、行人輔助線、交通燈等。教師應有一個指定的範圍給學生作統計目標。</p>	<p>把工作建議中第三點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與討論的積極性和合作性。</p> <p>(2) 討論完畢後作出報告的表現和準確性。</p> <p>(3) 能否說出個人的見解。</p>
<p>1. 認識進行戶外活動的安全規則。</p>	<p>4.3 注意戶外活動的安全</p>	<p>1. 兒童說出假日喜愛的戶外活動。</p> <p>2. 簡單說出戶外活動應注意的安全規則。</p>	<p>把工作建議中第六點作為評核活動。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>2. 懂得遵守遊戲規則和個人的安全。</p> <p>3. 養成懂得關心別人安全的情操。</p> <p>4. 培養兒童注意戶外安全和愛護自然環境。</p> <p>1. 認識青春期及期間身體和情緒的變化。</p> <p>2. 懂得面對身體和情緒上的各種變化的特徵。</p>	<p>單元五：認識青春期</p> <p>5.1 青春期的認識及其衛生</p>	<p>3. 兒童說出參加戶外活動時可能發生或自己經歷過的意外。</p> <p>4. 鼓勵兒童遵守遊戲規則。除注意個人安全外，還要顧及他人的安全。</p> <p>5. 提醒兒童參與戶外活動時，除注意安全外，也要注意保護公物，愛護大自然和提防山火等。</p> <p>6. 活動：分組設計海報約五六人一組，設計一幅有關戶外安全的海報，內容應配合主題及附以文字說明。完成後全班一起評選及作自然角的壁報佈置以供欣賞。</p> <p>活動：觀看有關青春期生理或心理起變化的情況之錄影帶。</p> <p>1. 兒童能正確地面對青春期間的各種變化。簡單說明青春期是兒童過渡為少年的一個生理過程。身體會出現變化，初期尤以女性變化較大。女孩子首先會出現月經。（月經是卵子未能受精而排出體外的現象。）胸部出現漲痛，然後漸漸發育。（這時有些女孩應配戴胸圍。）</p>	<p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與活動的積極性和合作性。</p> <p>(2) 海報設計的創作性。</p> <p>(3) 能否說出海報內容怎樣表達戶外活動的安全。</p> <p>討論如何使自己愉快地渡過或迎接青春期。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>3. 學會在青春期間，應特別注意營養、運動和個人衛生。</p> <p>4. 培養兒童正確面對青春期間，心理和生理變化的態度。</p>		<p>男孩子聲帶會變粗及低沉，喉節會突出。腮部或唇上長出鬍子，會有夢遺現象。（夢遺即在睡夢中有射精現象。）男孩和女孩也有共同的特徵。</p> <p>a. 因內分泌腺活動旺盛而產生暗瘡。 b. 身體有些部份如腋下，下體等會長出體毛。 c. 情緒較為不穩定，易發脾氣，情緒低落、或因身體的變化而感自卑等。 d. 對異性有幻想，愛慕，甚至出現思念等現象。 e. 精力旺盛、有反叛思想</p> <p>2. 鼓勵兒童正確地面對青春期的各種變化。在這期間應多注意個人的衛生，營養的攝取。適當地控制情緒。</p> <p>3. 教師可就個別兒童的情況，作出適當的個別處理或輔導。</p> <p>4. 鼓勵兒童培養正確的人生觀，有心事可向朋友或師長傾談。</p> <p>5. 活動：製作幻燈片或高映片。分組製作有關青春期心理、生理變化所引起的故事。 材料：高映片、幻燈咭、油性彩筆。 教師可提供一些這面的資料，並作出協助。</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。 (4) 能否說出個人的見解。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識成長中各種不同的情緒的產生。</p> <p>2. 知道穩定的情緒對心理健康的好處。</p> <p>3. 懂得控制自己的情緒。</p> <p>4. 養成冷靜思考，富同情心和勇於請教別人的態度。</p>	<p>5.2 穩定情緒對健康的重要</p>	<p>1. 兒童嘗試說出甚麼是情緒。(教師協助、糾正)</p> <p>2. 簡單說出曾出現過的各種情緒及原因。</p> <p>3. 提供一些可穩定情緒的方法。如：發怒時先將自己的情緒冷靜下來，不要爭辯，然後再三思考對錯。或可向朋友或師長傾訴心事，使情緒得到發洩。此外聽音樂、散步閱讀、飼養小動物 都陶冶性情。</p> <p>4. 鼓勵兒童注意個人的情緒，應有適當的發洩，切勿隨意亂發脾氣，要顧及他人的感受和尊重別人。</p> <p>5. 活動：                      (1) 利用 5.1.所做的幻燈片故事。(選有關情緒的)放映幻燈片一起討論故事的情況。                      (2) 寫出兩件令情緒起變化的事情。並說出如何平服。(壞或低落才需平服。)</p>	<p>把工作建議中第五點(2)作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：                      (1) 參與的積極性。                      (2) 主動性。                      (3) 能否說出解決壞情緒的方法。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 知道患病延醫的後果。</p> <p>2. 知道護理人員對我們的病有幫助。</p> <p>3. 養成患病應及早就醫的態度，盡量消除害怕醫生的心理。</p>	<p>單元六：疾病的成因和預防的方法</p> <p>6.1 患病應及早治療</p>	<p>提問</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 兒童說出患病的經驗痊癒的過程。</li> <li>2. 簡單解釋何謂疾病？</li> <li>3. 兒童能夠說出患病時,得不到適當醫治有何後果？使兒童懂得「病向淺中醫」的道理。</li> <li>4. 簡單說明護理人員的職責及對我們的病情有何幫助。(7.2.有較詳盡說明。)</li> <li>5. 鼓勵兒童正確面對疾病，切勿畏疾忌醫，影響病情的進展。更應消除對醫護人員的恐懼心理。</li> <li>6. 活動：(角色扮演) 選出數位同學，分別扮演醫生、護士、病人及其父母。兒童自由演出，但故事應圍繞兒童害怕醫護人員而發生的。</li> </ol>	<p>把工作建議中第六點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 參與活動的積極性和合作性。</li> <li>(2) 活動完畢後能否說出活動的主題。</li> <li>(3) 能否細心觀察整個活動過程，並且說出個人的見解。</li> </ol>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識本澳常見的傳染病的病徵及傳染途徑。</p> <p>2. 懂得如何避免受傳染及各種傳染病的預防方法。</p> <p>3. 培養兒童注意保持個人和環境衛生。</p>	<p>6.2 澳門常見的傳染病</p>	<p>活動：觀看教育電視</p> <p>1. 兒童說出一些近年本澳常見或常聽到的傳染病。如：     肝炎、霍亂、麻疹、傷寒</p> <p>2. 簡單說出一些傳染病的病徵及傳染的途徑。     a. 濾過性病毒。     b. 細菌的傳染。     c. 由媒體傳染，如蒼蠅、蟑螂</p> <p>3. 簡單說出一些預防的方法。如：注意個人衛生，家居，社群的衛生。避免吃街邊不潔的食物，和與病人接觸。作防疫注射</p> <p>4. 鼓勵兒童在日常生活中，應注意個人和環境清潔。</p> <p>5. 活動：海報設計比賽，五至六人一組，分別設計預防：     霍亂、肝炎、麻疹 的傳染病之宣傳海報。然後全班一起評選及貼於壁報上作欣賞及警醒之用。</p>	<p>把工作建議中第三點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與討論的積極性和合作性。</p> <p>(2) 討論完畢後作出報告的表現。</p> <p>(3) 能否細心聆聽別人的報告，並見說出個人的見解。</p>

目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識個人對社區應有的責任。</p> <p>2. 懂得群體生活應負的責任。</p> <p>3. 養成富積極性的人生觀，和互相幫助的精神。</p>	<p>單元七：社區健康與個人的關係</p> <p>7.1 培養責任感</p>	<p>活動：參觀老人院、弱智中心、或一些社區活動。</p> <p>1. 讓兒童知道人生活在社會上，是過著群居的生活。故此各人均要對社會作出貢獻，所以保持社區健康是每個居民應負的責任。</p> <p>2. 兒童說出對社會應盡的責任。教師協助、糾正。</p> <p>3. 簡單說明促進社區健康的活動。</p> <p>4. 鼓勵兒童多參與群體活動，和積極關懷社會情況及需要。</p> <p>5. 活動：五至六人一組，就參觀活動後，請學生寫出一篇觀後感。然後每組派一組員向全班報告感想。</p>	<p>把工作建議中第二點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參與活動的積極性和合作性。</p> <p>(2) 對於責任感的認識是否正確。</p> <p>(3) 能否說出個人的見解。</p>



目 標 OBJECTIVOS	內 容 CONTEÚDOS	工 作 建 議 SUGESTÕES DE TRABALHO	評 核 AVALIAÇÃO
<p>1. 認識澳門護理人員的不同職責。</p> <p>2. 知道澳門防疫工作的情况。</p> <p>3. 培養兒童尊重和欣賞護理人員的態度。</p>	<p>7.2 澳門護理人員和防疫工作的認識</p>	<p>1. 出示澳門醫院、診所和護理人員的工作圖片。</p> <p>2. 兒童能夠說出圖中各地方的名稱，和各護理人員的名稱及職責。</p> <p>3. 簡單說明澳門護理人員的職責及專業資格。                      .醫生：澳門現在沒有一間負責培訓醫生的機構，一般澳門醫生多來自國內或外國。醫生除了一般為病人療疾病外，還有一些專科醫生和一些專為病人進行手術的醫生等。                      .護士：本澳設有兩間培訓護士的機構（山頂及鏡湖醫院），她們的工作多是協助醫生照顧病人。如：量血壓、體溫、注射等。此外還有受過專業訓練的藥劑師、物理治療師</p> <p>4. 簡單說明澳門現存的防疫工作及各機構不同的職責。</p> <p>5. 鼓勵兒童正視護理人員的工作情況及其壓力。深入了解各行業均有其困難的地方。</p> <p>6. 鼓勵兒童考慮投身於護理這一個行業，發揮愛心，為人服務。</p> <p>7. 活動：學校可聯絡衛生局，安排參觀各衛生中心或山頂醫院。</p>	<p>把工作建議中第七點作為評核活動。</p> <p>評核準則參考：</p> <p>(1) 參觀時能否認真觀察和聆聽。</p> <p>(2) 參觀完畢後作報告的表現。</p> <p>(3) 能否正確知道本澳衛生工作的運作。</p>