

聖瑪大肋納學校

4月20日至24日停課期間K3學生自學內容

| 學習領域 | 學習內容 | |
|-------|--|---|
| 語文 | 認字 | 浪費、節約用水 |
| | 寫字 | 1. 學習打、拍。 2. 自己的姓名。 |
| | 句子 | 我願意節約用水。 |
| 英文 | 認字 | Review: rain, sky, dry, wet, raincoat, umbrella |
| | 寫字 | A-Z ,a-z |
| | 串字 | Review:rain, sky, dry, wet, four, five |
| | 句子 | This is an <u>umbrella</u> . |
| 數學與科學 | 1. 順寫數字 1-50。 2. 學習規律排列。 3. 複習 10 以內的加法與減法。 4. 科學實驗：水的張力。 | |
| 常識 | 1. 認識水源短缺帶來的影響。 2. 知道節約用水的方法。 | |

| | |
|-------|---|
| 閱讀 | <p>《弟子規》出則弟 進必趨 退必遲 問起對 視勿移 事諸父 如事父 事諸兄 如事兄</p> |
| 健康與體育 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 小牛翻杯子。 2. 拉桌布。 3. 正確的坐姿。 |
| 音樂 | 《快樂小蜜蜂》 |
| 美勞 | 勞作：貓頭鷹 |

各位家長，此份自學內容只需閱覽，不需列印，謝謝！



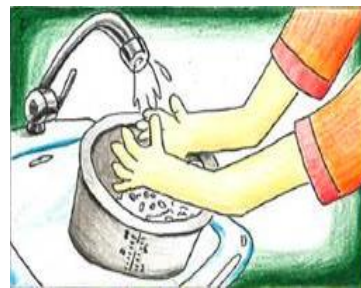
認讀生詞



浪費



節約用水





認讀句子



我願意節約用水。

洗菜後的水可用來拖地
或沖廁。



用後要關緊水龍頭!





認讀英文句子

This is a raincoat.

意思是這是一件雨衣。



句式應用：

This is a/an/the _____.

1. This is the sky.



2. This is an umbrella.



3. This is a pencil.



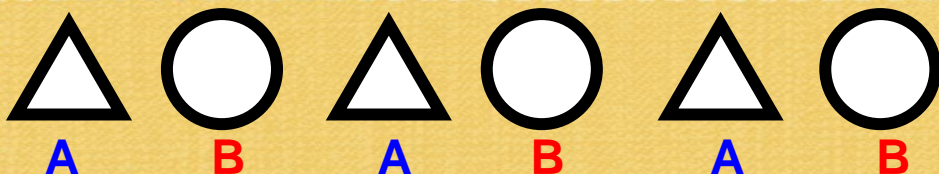


按規律排列

當物件按規律排列時，有一部分會不停重複出現，這部分稱為「重複單位」，分別如下：

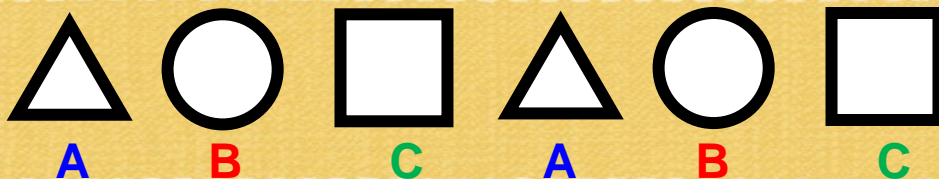
1

ABAB型



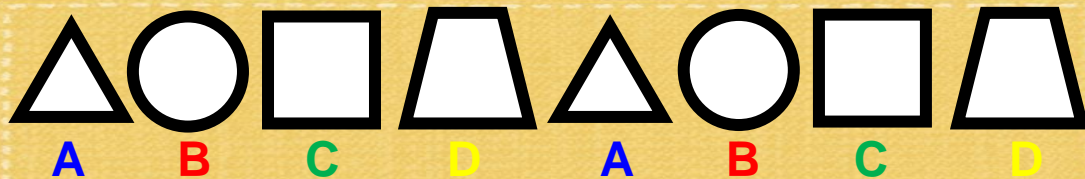
2

ABCABC型



3

ABCDABCD型



4

ABB / BAA型





按規律排列

物件亦可以數字、符號、圖形、顏色、形狀、大小、長短等特徵進行規律排列。



按顏色排列

紅 綠 紅 綠.....



A B A B A B A B

藍 紅 黃 藍.....

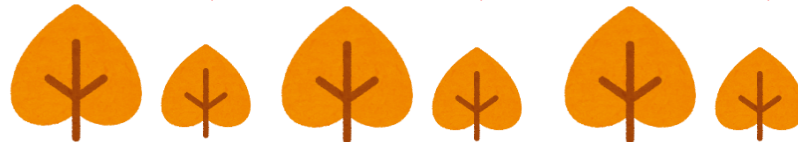


A B C A B C A B



按大小排列

大 小 大 小 大 小



A B A B A B

大 小 小 大 小 小 大 小 小



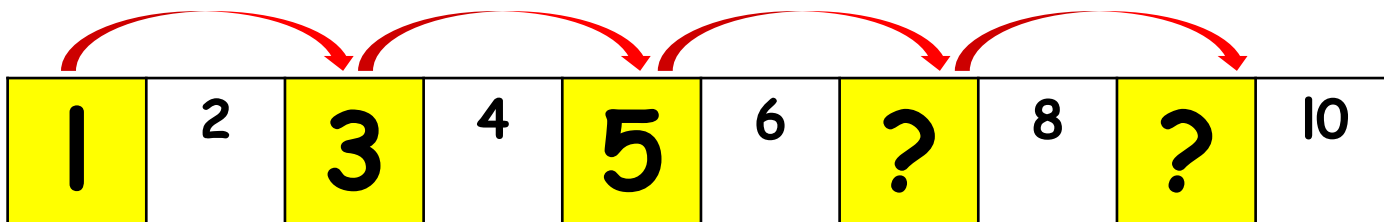
A B B A B B A B B



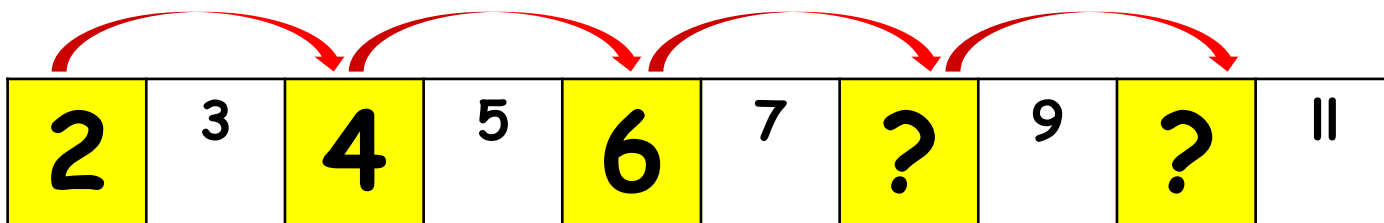
按規律排列



按單數排列



按雙數排列



由第1個數字開始，以每跳過一格作規律，便可得出答案。



按規律排列



按5個一數排列

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | ? |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|---|----|----|----|----|---|
| 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | ? | 36 | 37 | 38 | 39 | ? | 41 | 42 | 43 | 44 | ? |
|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|---|----|----|----|----|---|

由第1個數字開始，以每跳過四格作規律，便可得出答案。



「按規律排列」學習影片



<https://www.youtube.com/watch?v=1O8QoK0lwh0>



https://www.youtube.com/watch?v=mTRWIX6J_Lo



水源短缺



水與我們的生活息息相關，所以水對我們非常重要！



熊太太用水洗菜。



動物到河旁提水。



獅子爸爸用水洗衣服。



兔妹妹用水澆花。



一天，河的水資源越來越少了，動物沒有足夠的水可用了。

水資源不是源源流出，是會有短缺的一天，我們要節約用水！



水源短缺

常識內容



假如有一天，我們也像達達河的動物一樣沒有足夠的水用，甚至家中沒有自來水會怎樣呢？



家中沒有自來水。



需自備水桶。



到水車裝水回家，蓄積水源。

購買樽裝水回家，蓄積水源。



水源短缺

常識內容



很多貧窮國家都沒有完善的供水系統，所以得不到清潔的食水。



需要帶著水桶
走很遠的路打水。



有時喝了含有細菌的污水會肚痛。



甚至喝了污水而生病。

可見我們比他們幸福許多，所以我們從今天起學會節約用水，珍惜水資源！



節約用水的方法

常識內容



用花灑洗澡。



用洗蔬果的水澆花。



關緊水龍頭。



儲存足夠量衣服才用洗衣機。

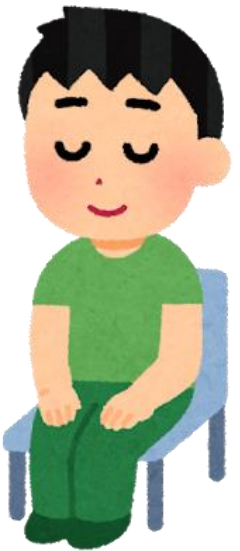
我們要珍惜用水！





姿勢是培養專注力的關鍵

孩子有正確的坐姿，除了有良好體態，也有助提升學習專注力。坐姿不正確，不但會影響外觀，令孩子缺乏自信；身體也會容易疲勞，傷害脊骨，專注力也會受到影響。因為坐姿不良會使肺部無法伸展，讓身體沒有充足的氧氣，血液循環不良、腦部氧氣加速消耗，造成注意力無法集中。





正確的坐姿

胸部和腹部挺直，
身體不要過度前傾。

大腿保持水平，
兩腳腳底觸地
自然平放。

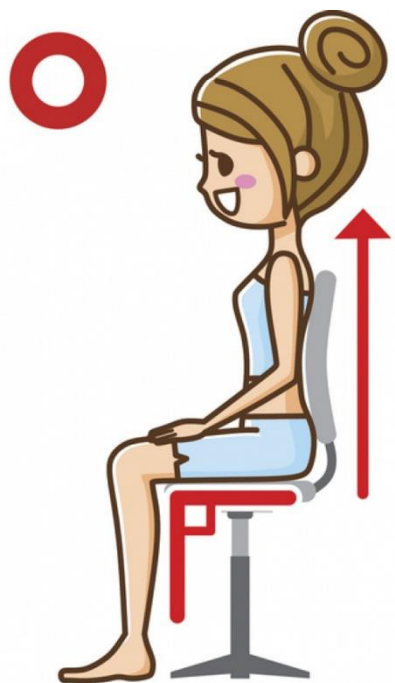
不聳肩、不歪頭，
頭部、脖頸與身體
儘量保持直線。

臀部穩重地落於椅子
的正中或稍後。





正確的坐姿





溫馨提示

挑選合適桌椅

椅子的高度應該調整到使手肘能與桌面同高；坐好後，身體離桌子約一個拳頭的距離為佳。

雙腳平放地面

如果雙腳無法平放地面，不要調低椅子高度，因為椅子高度是要配合桌子高度。可以利用腳踏板或紙箱等來彌補落差。

訓練肌耐力

坐姿不良可能是由於肌耐力不足，可以針對腰力和腿力，給予適當鍛鍊。

