



匡智屯門晨曦學校

2018-2019年度

常識課本

單元四
消閒活動



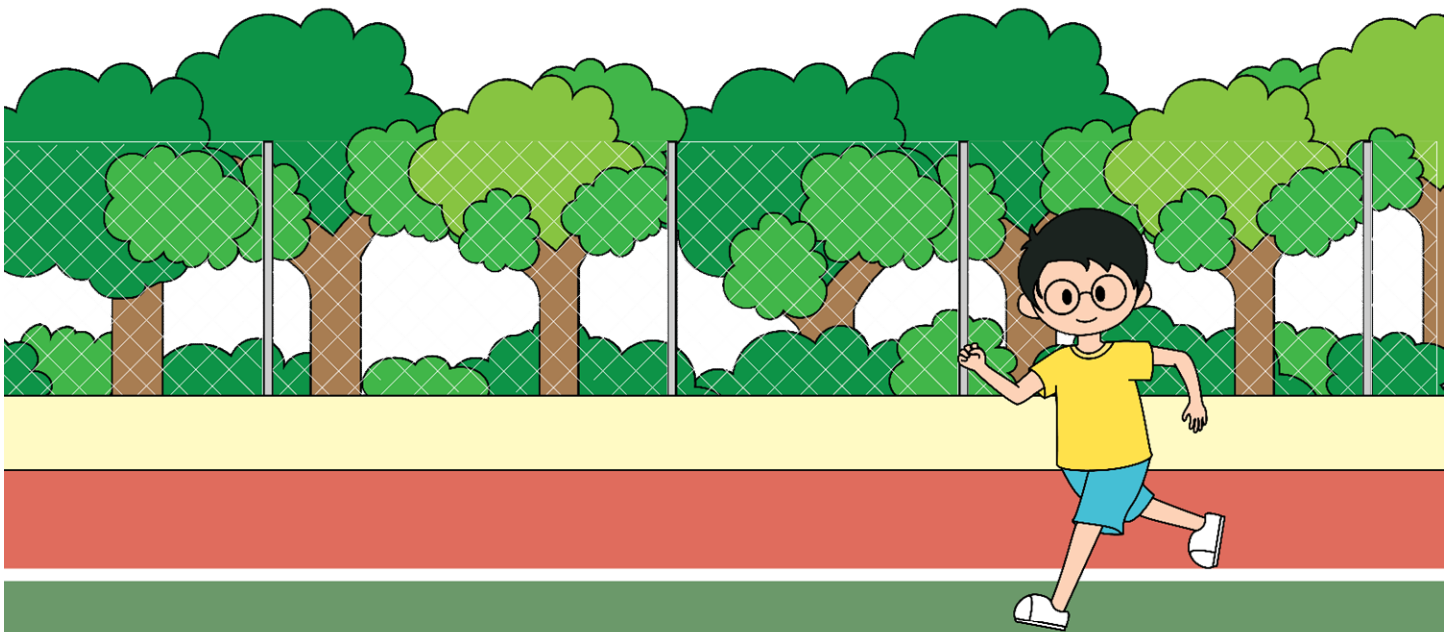
姓名：_____ 班別：_____

組別：第 _____ 組(高小組)

消閒活動

學習重點：

- 認識進行消閒活動的時間
- 認識消閒活動的種類
 - 室內活動
 - 戶外活動
- 認識進行消閒活動的場所和裝備
- 認識戶外活動時常見的標誌
- 認識進行消閒活動時的注意事項



你知道甚麼是「消閒活動」嗎？

消閒活動又稱興趣或消遣，是在空閒時進行自己喜歡的活動。



甚麼時間可進行「消閒活動」呢？

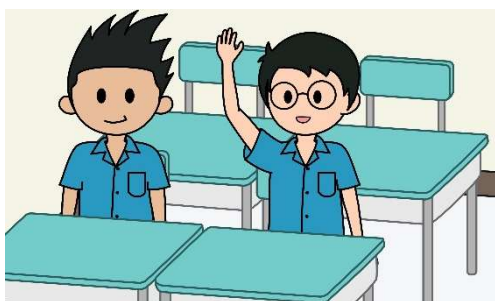
我們一起看看
上課天(星期一至五)
和假期時的流程吧。



上課天(星期一至五)的生活流程



早上起床



回校上課



小息及大息



放學回家

同學在小息及大息時都可以進行消閒活動。

上課天(星期一至五)的生活流程



放學回家



做功課



與家人共聚



上床睡覺

回家完成功課後，我們也可以進行消閒活動。

放假的時候，我會……



做假期功課



幫忙做家務

有時，家人會帶我出外……



購物



飲茶

放假的日子是……

月曆中紅色的日子代表
星期日或公眾假期，
一家人可以進行消閒活動。

4月

APRIL						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

5月

MAY						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

6月

JUNE						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

活動的種類

根據活動的地點，我們可以把活動分為可在室內進行的活動或戶外進行的活動。

室內活動



戶外活動



你喜歡甚麼類型的「消閒活動」？



你喜歡甚麼類型的「消閒活動」呢？



我最喜歡運動和團體消閒活動，在空閒時，我會打籃球。

我們一起看看不同類型的消閒活動吧！



活動的種類－室內活動



玩玩具



聽歌



唱歌

活動的種類－室內活動



看電視



用電腦/平板電腦



看書

活動的種類－戶外活動

逛公園



到遊樂場



逛商場



觀看片段

不同種類的運動－樂在課中

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



活動的種類－戶外活動

游泳



球類活動



跑步



踏單車



消閒活動的場所和裝備

參與戶外活動時，我們要選擇適當的場所進行活動並保持場地清潔。



我們要穿著合適的衣服鞋襪；而部份活動(例如：游泳)需在成人陪同下才可進行。緊記要注意安全啊！



觀看片段

社區設施逐個睇 - 樂在課中

<https://www.youtube.com/watch?v=szyx9hSeV74>



消閒活動的場所



公園



遊樂場



體育館



運動場

消閒活動的場所



游泳池



圖書館



商場

消閒活動的場所和裝備

場地

運動場



跑步時會去運動場，會穿著運動服和運動鞋。

裝備

運動服和運動鞋



消閒活動的場所和裝備

場地

游泳池



游泳時會去游泳池，會穿著泳衣或泳褲及帶水泡。

裝備

泳衣或泳褲

水泡



消閒活動的場所和裝備

場地

公園



踏單車時會去公園，會穿戴頭盔及護膝。

裝備

頭盔及護膝



戶外活動時常見的標誌



場地的標誌會提供安全資訊及提示需注意的事項。



戶外活動時常見的標誌



廁所標誌提示我們
男、女廁的位置。



戶外活動時常見的標誌



請勿飲食標誌提示我們場地內不可以吃東西和喝飲料。



戶外活動時常見的標誌



安全出口標誌提示我們場地的逃生出口。



戶外活動時常見的標誌



小心地滑標誌提示我們地面潮濕，不要在場地奔跑。



進行消閒活動時的注意事項



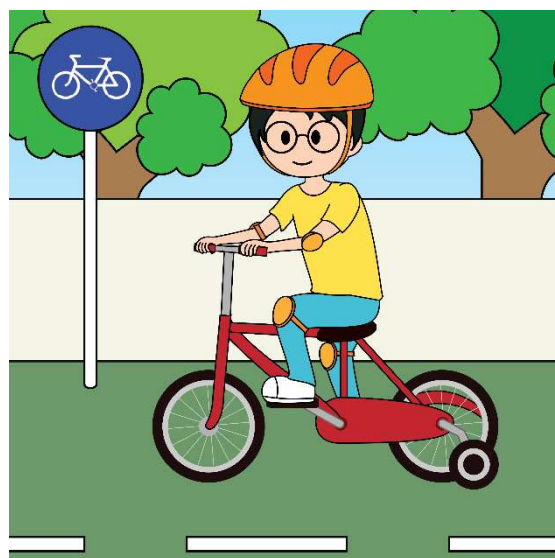
家人准許或陪同下進行



環境要合適

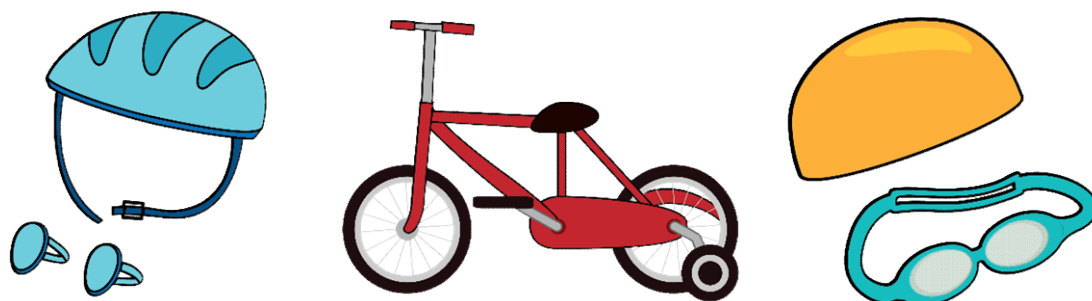


要遵守活動規則



需注意安全

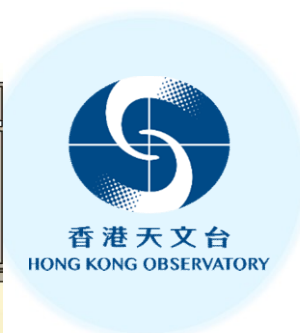
進行消閒活動時的注意事項



預先準備所需用品



多嘗試，培養不同興趣



留意天氣情況



iPhone/iPad 版本



Android 版本



電子學習

外出活動前，可用



程式查看天氣情況

