



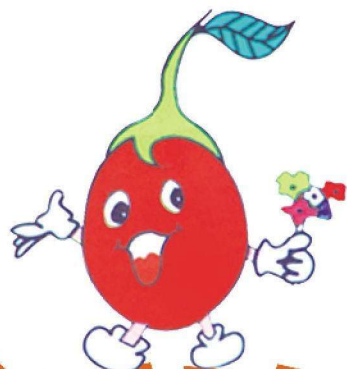
主编：孙守忠 靳伟东

综合实践活动

三年级（下册）



黄河出版传媒集团
宁夏人民教育出版社



综合实践活动

主编：孙守忠 靳伟东

三年级（下册）



黄河出版传媒集团
宁夏人民教育出版社

《综合实践活动》编写委员会

顾 问 吴洪志 马学梅
主 任 王玉泉
副 主 任 田福兴
成 员 段永军 靳伟东 孙守忠 范永红 王 珊 尚 军 王素霞 尹学辉 武文平
主 编 孙守忠 靳伟东
副 主 编 王 珊 尹学辉
编写人员 王 珊 王素霞 尹学辉 万立帆 李倩倩

图书在版编目(CIP)数据

综合实践活动. 三年级. 上册 / 孙守忠, 靳伟东主编. — 银川: 宁夏人民教育出版社, 2016. 3
ISBN 978-7-5544-1352-4

I. ①综… II. ①孙… ②靳… III. ①活动课程—小学—教学参考资料 IV. ①G622.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第246191号

综合实践活动 三年级(下册)

孙守忠 靳伟东 主编

责任编辑 虎雅琼 贾珊珊

封面设计 杭永鸿

责任印制 殷 戈

黄河出版传媒集团 出版发行
宁夏人民教育出版社

地 址 宁夏银川市北京东路139号出版大厦(750001)

网 址 www.yrpubm.com

网上书店 www.hh-book.com

电子信箱 jiaoyushe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5014284

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏雅昌彩色印务有限公司

印刷委托书号 (宁)0016830

开 本 787 mm×1092 mm 1/16

印 张 3

字 数 36千字

印 数 5700册

版 次 2016年3月第1版

印 次 2016年3月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5544-1352-4/G·3104

定 价 5.90元

版权所有 翻印必究

前言

为加快我县小学综合实践活动课程建设,推进小学综合实践活动课程常态、有效实施,根据教育部(3-6 年级)《综合实践活动指导纲要》和《全区小学综合实践活动学科教学指导》的精神和规定,教研室组织有关骨干教师编写了中宁县小学(3-6 年级)综合实践活动课程教材,每个年级分上、下册,共 8 册,92 个主题活动,供全县各小学试用。

本册教材编写以中宁县特色文化、特色产业、人文风情、社会风俗、日常行为等为主要内容,以培养劳动技能、社区实践服务、社会调查探究为活动主线,力求做到主题鲜明,内容丰富,让学生在活动体验、动手操作、调查探究等系列活动中,感受综合实践活动课程带来的快乐与憧憬,从而培养学生的创新精神、实践能力,丰富学生的精神生活,提升学生的综合素质。

由于编写时间仓促,教材中的缺点和问题在所难免,恳请全县各校领导、各位综合实践活动教师在实验、实践过程中提出宝贵的意见和建议,以便进一步修改和完善。

本套教材的编写与出版得到了教育厅教研室综合实践活动专业委员会、教育体育局、教育基金会等单位的大力支持,在此表示感谢。

中宁县《综合实践活动》教材开发研究小组

2015 年 7 月

目录

上篇 操作·体验·成长·创新

第一课 帮妈妈做家务	03
第二课 洗衣服的妙法	06
第三课 干花插花艺术	11
第四课 果蔬拼贴画	14

下篇 发现·思考·积累·探索

第五课 我和蔬菜交朋友	19
第六课 合理使用零花钱	22
第七课 做汉字小卫士	25
第八课 捕捉害虫的能手	30
第九课 杞乡枸杞的发展	34
第十课 走近鸣沙永寿塔	37

上 篇

操作·体验·成长·创新



第一课

帮妈妈做家务

引言

美好生活靠劳动创造,劳动创造美好生活。辛勤的妈妈既要上班又要为我们洗衣做饭,打理家务,妈妈真辛苦!亲爱的同学们,让我们也动手,帮妈妈做些力所能及的家务吧!

问题与思考

我的问题

1. 妈妈有哪些家务需要我们帮忙?
2. 哪些家务是我们可以帮妈妈去做的?
3. _____?
4. _____?

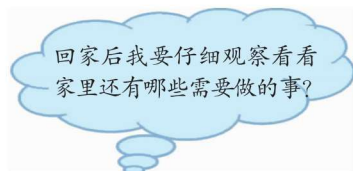


学习与探究



活动一

我为妈妈来分忧





活动二

以小组为单位,调查帮妈妈做家务的情况。

小组活动表

姓 名	家里需要做什么	我帮妈妈做什么	妈妈的反应

研究与讨论

1. 你帮妈妈做了哪些事情? 是怎么做的?
2. 在你帮妈妈做家务的时候妈妈有什么反应? 对你说了什么?

总结与评价

生活中,妈妈日夜为我们操劳,付出了所有的爱。让我们也回报妈妈,为妈妈做些力所能及的事情,减轻她们的负担吧。我倡议大家帮妈妈做些家务吧!

倡 议 书



活动评价表

评价内容 评价人	方法技艺	参与交流	团结合作	成果展示	创新意识	总体情况
自 己	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
小 组	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
老 师	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
家 长	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆

注：“优”请涂4颗星；“良”请涂3颗星；“中”请涂2颗星；“不满意，需加油”请涂1颗星。

拓展与创新

利用星期六、星期天帮妈妈做一些简单的家务，并谈谈自己的感受！



第二课

洗衣服的妙法

引言

洗衣服是生活中不可缺少的事情,虽然看似是简单的家务活,可要想洗得干净且不损伤衣服,是有很多学问的,现在就让我们一起去探索洗衣服的妙法吧!



问题与思考

我的问题

1. 衣服怎样洗才洗得干净?
2. 有油渍的衣服用什么方法洗?
3. 洗衣服要注意什么?
4. _____?
5. _____?

你还有什么问题? 请写出来一起研究吧。





活动一

1. 上网查查洗衣服的好方法。
2. 学生以小组为单位,调查分析洗衣服的妙法。

小组活动计划表

研究名称		研究时间	
研究人员			
研究内容			
途径方法			
研究结果			



活动二

各小组依照计划,合理分工,搜集整合资料。

小组分工落实表

姓 名	任 务	成 果

小组活动报告

研究对象		研究时间	
整合资料			
成果形成			



研究与讨论

了解洗衣服的妙法有哪些途径呢?

资料在线

首先,洗衣服要分开洗。每个人各自的衣物也尽量分开洗涤,这样可以防止人体间细菌和病菌的交叉感染,尤其是宿舍或者朋友的衣服尽量不要一起洗。即使是自己的衣服,内衣和外衣也要分开洗。因为外衣接触外界的尘土和污染较多,而内衣是直接接触皮肤的,为避免外界尘螨等对皮肤的不良侵入,内外衣分开洗涤是有科学道理的。不同颜色的衣物要分开洗涤,可将颜色相近的一同洗涤,浅色的一起洗涤,容易掉色的单独洗涤,避免衣物因脱色而损坏。另外,袜子和其他衣物不要一起洗涤。



其次,使用洗衣粉宜提前浸泡一会。洗衣粉功效的发挥不同于肥皂,只有衣物适时浸泡才能发挥其最大的洗涤效果。但浸泡时间也不宜太长,一般 20 分钟左右。时间太长,洗涤效果也不好,而且衣物易褶皱。有人洗衣服时把洗衣粉直接撒在衣物上便开始搓揉洗涤,那样不能发挥洗衣粉最好的洗涤效果,对洗衣粉是一种浪费。当然,免浸泡洗衣粉除外。另外,冬季一般宜使用温水浸泡衣物。水温过低,不能有效发挥洗衣粉的洗涤效果,水温太高,又会破坏洗衣粉中的活性成分,也不利于洗涤。

再次,衣物需要及时更换,及时洗涤。衣服要及时更换,相信大家应该都很清楚。衣物换下后应该及时清洗,却不是所有人都能做到的。很多家庭喜欢将换下的衣服积攒起来,每周洗一次,这样很不科学,容易使衣物上积聚的细菌大量繁殖,诱发皮疹或皮肤瘙痒等症状。为了自己和家人的身体健康,还是勤快一点,将换下的衣物及时洗涤吧,其实也费不了多少时间,这样,也不至于最后要花费更多时间来专门洗涤大量的衣物。另外,衣服穿的太久就会比较脏,要花很大的力气洗涤才能洗干净,也容易将衣物搓揉变形,从而影响美观和穿着效果。

内衣的洗涤方法:

作为贴身衣物,正确的洗涤方式能够保证内衣的寿命,以及舒适度。内衣是直接与肌肤接触的,良好的吸湿、通气、保温的功能最为重要,正确的洗涤方法就成为保养的关键。内衣这类贴身



衣物,最好是选择手洗,如果选择机洗,最好使用专门设计的内衣洗涤球,防止机洗时的受力变形以及缠绕。

内衣洗涤的注意事项:

★洗衣粉不可直接撒在内衣上。洗衣粉与漂白粉配合使用时会导致颜色不均匀、褪色或变色等。应先将洗衣粉融于水中,然后再洗涤内衣。使用漂白粉会使内衣变色,应避免使用。

★内衣如有拉链部分,必须拉上拉链洗涤。有拉链的束身衣在清洗时必须将拉链拉上。配有活动肩带的胸衣,最好先将活动肩带摘下,分开洗涤。

★对带软圈的内衣要小心搓洗。如遇软圈变形的情况,小心地、慢慢地用手扳回原来形状,切勿用力强行将其扳回原状。

★洗完后果忌用手直接拧干,这样容易使内衣变形。正确的做法是用干毛巾将内衣包上,用手轻轻挤压,使水分被干毛巾吸收。

★晾干时切勿曝晒,强烈的光照会使肩带失去弹性。

贴身衣物用什么洗?

众所周知,许多洗涤用品中都含有一些对皮肤有刺激作用的化学成分。所以聪明的家庭主妇在为家人洗涤贴身衣物时,会使用天然皂粉。天然皂粉活性物主要是脂肪酸,其原料 90%以上来自可再生植物油脂且不含聚磷酸盐,对皮肤很安全,且保护织物,对织物具有亲和性,洗后的衣物无需再使用柔顺剂即可蓬松柔软,倍感舒适,解决了用合成洗衣粉洗后织物“积垢”“沉淀”“硬化”“有静电”等问题。再有,由于天然皂粉中添加了特种钙皂分散剂,去污力更强,留香更持久。

如何洗涤睡衣类贴身衣物?

洗涤注意事项:

★最理想的洗涤方法是用温水及中性乳剂,以轻按的方式手洗。

★用冷水或比体温略低(40℃以下)的温水或冷水手洗,切勿使用热水。

★可使用一般的中性洗涤剂或内衣专用的中性洗涤剂。

★使用适量洗涤剂,过多的洗涤剂会为影响睡衣质地,从而损害睡衣。

★应先将洗涤剂完全溶于 30℃~40℃的温水中完全溶解后,才可放入衣物。

★洗涤剂不能直接沾在睡衣上,避免造成颜色



不均匀。

★千万不要使用漂白剂,含氯漂白剂会损害衣料并使睡衣变黄。

★于阴凉处晾干,日晒会使衣物变质、变黄,令其寿命缩短。

思考题:洗衣注意几大点?

洗涤衣物的注意事项有哪些?

总结与评价

1. 信息发布会

各小组展示成果。可以是视频、图片等。

2. 我的收获

通过这次活动,我的收获很多,我要说一说。

活动评价表

评价内容 评价人	方法技艺	参与交流	团结合作	成果展示	创新意识	总体情况
自 己	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
小 组	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
老 师	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆
家 长	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆	☆☆☆☆

注:“优”请涂4颗星;“良”请涂3颗星;“中”请涂2颗星;“不满意,需加油”请涂1颗星。

拓展与创新

用我们了解的知识为爸爸妈妈或自己洗一次衣服,并把活动的情况在班内进行交流。



第三课

干花插花艺术

引言

花是我们生活中必不可少的装饰物,而现代干花插花艺术更是家居生活中的亮丽装饰。人们将干花插花艺术应用于美化生活环境,还可以培养情趣、陶冶情操,干花插花艺术,让生活处处充满芳香。下面我们一起欣赏美丽的干花插花艺术图片吧!



问题与思考

我的问题

1. 你了解干花插花的相关知识吗?
2. 怎样才能插嵌出美观且富有创意的插花呢?
3. _____?
4. _____?



活动准备

你的插花材料准备好了吗?



需要透明胶、剪刀、铁丝……



还有插花器皿和干花哦!



学习与探究

了解插花的步骤

还记得插花的顺序吗?



先要选材,然后选择插衬景叶,最后开始插花哦!



现在开始行动吧! 相信你一定可以插出最美丽的作品……



小组插花活动报告

我的插花	
插花人员	
所需材料	

