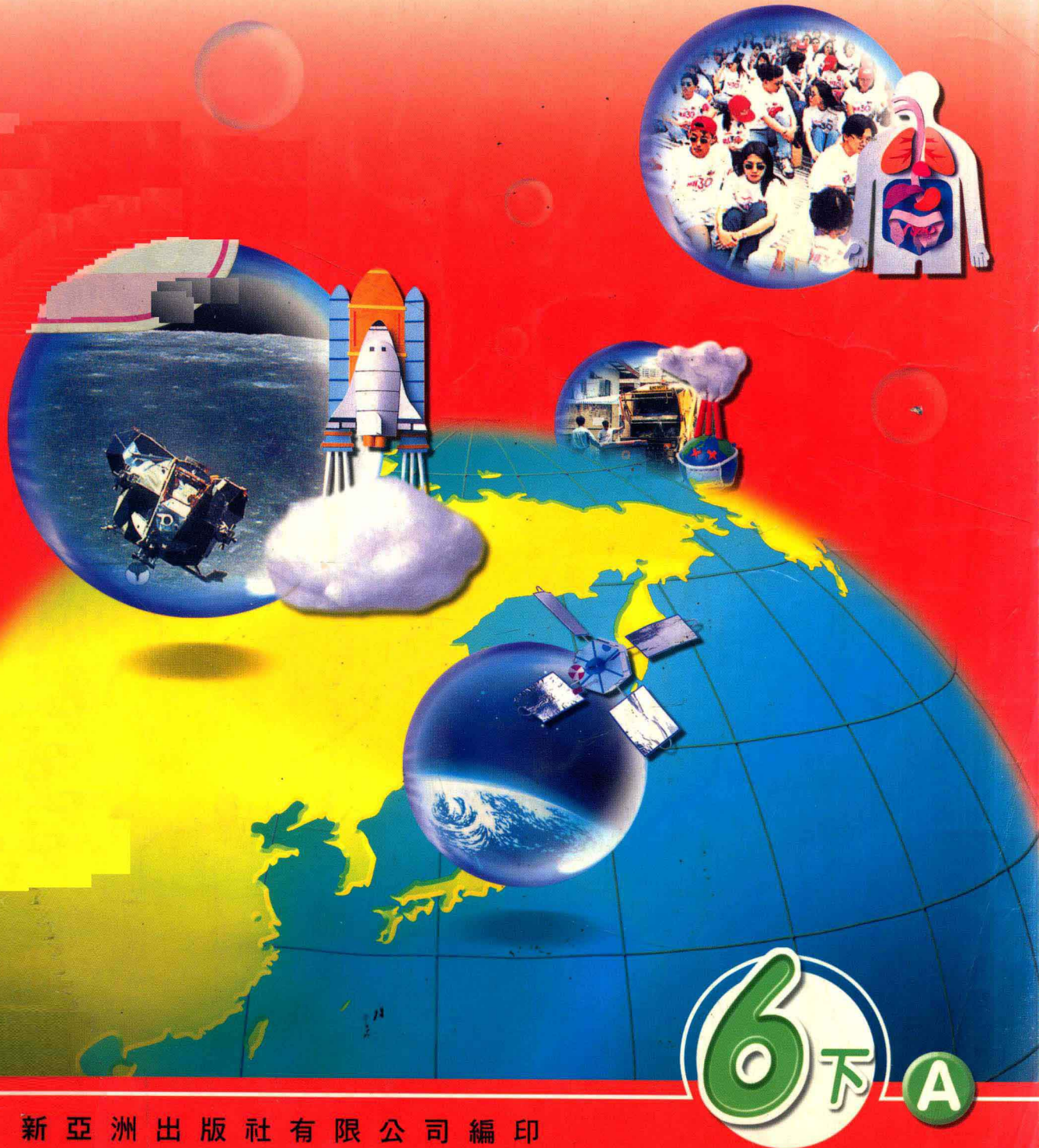


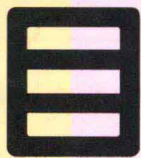
小學常識



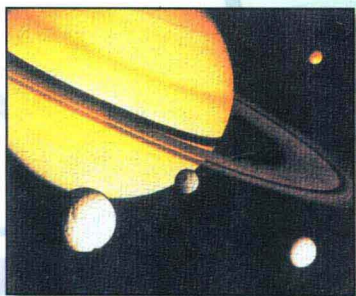
新亞洲出版社有限公司編印

敬 致 教 師

- 一. 本教學資料乃專為配合本社出版之《小學常識》課本教學而編纂。全書共二十四冊，全部以教案形式編寫，供教師參考。
- 二. 本書每冊十課，每課主要包括下列兩部分：
 1. 課本註釋：對課本內所有的圖片、活動、問題討論等，均加以詳細的闡釋和說明。其中以★標示的註釋，謹供教師參考。
 2. 教學資料：依次分為「學習目標」、「建議教節」、「建議教具」、「學習活動提示」、「鞏固活動提示」、「補充活動」、「參考資料」、「趣味匣」及「課前準備」等項。部分課次還增設「網頁情報」，幫助教師尋找有關該課的最新資料。
- 三. 本書附有常識科課程綱要進度概覽表。此外，每冊更附有本學期教學進度表及有關資料撮要，方便教師參考。
- 四. 在本書末頁已列出了部分可提供資料的機構名稱和電話號碼，以便教師聯繫有關機構，取得最新常識科的資料或視聽教材。此外，書末也提供了與本科相關的網站網址，教師可在網上瀏覽之餘，也可將認為值得推介的網站網址提供給學生。
- 五. 除編有配合課本的作業簿外，本社還備有全彩色印製的《活動工作紙》（每年級兩冊，每冊二十張）及《資料剪貼冊》（每年級兩冊）。「活動工作紙」由教師派發給學生作堂課或家課練習活動，《資料剪貼冊》則供學生張貼所搜集資料或專題設計之用。
- 六. 本書每冊附有根據單元內容而設計的模擬測驗卷，更備有「試題庫」電腦磁碟，以減輕教師編擬補充練習、測驗卷或試卷之辛勞。
- 七. 為體現本社《小學常識》課本和作業簿的編寫精神，以達至本科的教學目標，我們謹向教師建議如下的教學策略：
 1. 教師應盡量採用以學生為中心的啟發式教學，摒棄以課文為主導的灌輸式教學。
 2. 課本中的各項活動，為整體教學的有機組成部分，因此教師應引導學生盡可能加以完成，並適量加插教學資料中建議的學習活動和補充活動。一些科學性的小實驗，宜切實完成。
 3. 在課本中需要學生獨立完成的活動，教師應檢查和跟進，使學生溫習時有所遵循。
 4. 教師應隨時引導學生通過活動自學，培養和提高觀察、思考、表達、創作、判斷等能力。
 5. 遇有適當的教學主題，教師宜鼓勵和邀請家長參與兒童的學習活動。
 6. 教師毋須硬性依照課本編排的內容順次教學，有些課題應隨天氣、天象或時事的變化，隨機穿插在各課節中施教。
 7. 根據教學的需要，教師宜多安排一些戶外學習活動，例如實地考察、探訪和資料搜集等。在進行戶外學習活動時，必須注意安全，防止發生意外。
 8. 一些有關生活環境的內容，將伴隨社會發展的變化而轉變，教師應保持敏銳的時事觸覺，隨時向學生提供最新的正確資料。



目錄



1

藥物的認識

- 1 正確使用藥物 4
- 2 不要濫用藥物 8
- 3 吸煙的害處 13
- 4 喝酒的害處 18

2

宇宙和太空

- 5 天空的星體 22
- 6 太陽系和萬有引力 27
- 7 早期的宇宙探究 32
- 8 近代的宇宙探究 36
- 9 太空科技和生活 40

3

保護環境

- 10 垃圾的處理 44

1



正確使用藥物

學習活動

(採集野生植物，煎成藥劑內服，
或磨成粉末，製成膏藥外敷)

(不會)

想一想

古代的人怎樣治病或療傷？現代人還會利用這些方法嗎？



說一說

(替病人打針和指示病人服藥)

醫生會用什麼方法治療以下的疾病？西藥和中藥的療效有什麼不同？(中藥的療效較慢，西藥的療效較快)



嘔吐肚瀉



皮膚病



發熱

填寫

查閱家裏一種藥物的標籤或說明，然後填寫以下資料。

(根據查閱結果填寫)

藥物名稱：_____ 主要用途：_____

有效日期：_____ 存放的地方：_____

每日服用的時間和分量：_____

成人和兒童服用的分量相同嗎？_____

服用的方法(是口服還是外用)：_____

會產生副作用嗎？_____

討論

為什麼我們要小心使用藥物？看圖後討論。

6



為什麼我們按指定的分量和時間服用藥物？

7



服用過量的藥物有什麼害處？

(會嚴重傷害身體，甚至導致死亡)

8



為什麼兒童服用的分量比成人少？

(兒童的體重和身體組織等都不及成年人，所需分量亦相應減少)

9



病還沒有痊癒就停止服用藥物，對嗎？

(不對，如果沒有完成整個療程便停止服藥，可能使病菌對藥物產生抵抗力)

10



自己的病徵和朋友的相似，可以隨便服用朋友的藥物嗎？

(不可以，因為每個人的身體狀況和病情都不同)

11



服藥後覺得身體不適或有不良反應，應該怎麼辦？

(應立即告訴醫生)

想一想

① 為什麼我們必須遵照醫生的吩咐服用藥物？(因為醫生具有專業知識，可正確地判斷我們應該服用什麼藥物和藥物的分量等)

② 服用過期的藥物有什麼害處？

(藥物可能已失去療效)

- 酒含酒精，茶含於鹼酸及單寧等化學物質，會中和或加劇某類藥性，故不宜和藥物同服。

選擇

你會用圖中哪一種飲料服送藥物？在適當的 ☐ 內填✓。



12 汽水 ☐



13 茶 ☐



14 溫水 ☒



15 酒 ☐

說一說

試說出選擇以上這種飲料的原因。（因為水不含任何會影響藥性的物質）

分辨

我們應該怎樣存放藥物？正確的，在 ☐ 內填✓。

- 隨便放置藥物，兒童可能會誤服。

- 將某類藥物放在冰箱裏，以免變壞。



- 將藥物放在有鎖的藥箱內，使兒童無法拿取。

- 將多種不同藥丸放在一起，容易誤服。

討論

為什麼我們要小心存放藥物？（保存藥物的療效；避免誤服）

本課提要

藥物的功用是減輕病情、治療疾病和預防疾病。可是，假如我們不適當地使用藥物，不但不能治病，而且還可能令病情惡化，損害健康。

正確使用藥物 正確使用藥物應注意的事項包括：

(一) 應服用醫生處方的藥物，切勿擅自購買成藥或服用他人的藥物。

(二) 要按照醫療人員的指示，定時定量服藥，不可任意加減分量或更改時間。因為提前或過量服用，可能會產生副作用，嚴重損害健康；而延遲服用或服用過少分量，則無法達到療效。

(三) 服用藥物必須有恆心，不能因為病情稍有起色而中斷服用。病人必須完成服藥的整個療程，才能達到療效。

(四) 切勿服用過期的藥物。

(五) 服藥時要看清楚使用方法，例如是口服還是外用等。口服藥物，應用溫水服送，切勿用酒服送。服藥後如有副作用或不良反應，須立即停用，並請教醫生。兒童、孕婦和老人，服藥時更應特別小心。

藥物的儲存 藥物要放在藥箱內，並把藥箱放置在兒童接觸不到的地方。有的藥物須按指示放在冰箱裏或陰暗處。不同的藥丸不可以放在同一藥瓶內，以免誤服。過期的藥物要妥善廢棄。小心存放藥物，可避免許多因誤服藥物而引起的意外。

鞏固活動

經驗報告

你試過服用藥物後產生不良反應嗎？說說看。（自由作答）

2



不要濫用藥物

學習活動

討論

右面的海報有什麼含意？

(警惕我們不要濫用藥物)

1



(不依照醫生的處方或吩咐服用藥物，或並非為治病而服用藥物)

分辨

什麼是「濫用藥物」？圖中哪些人濫用藥物？在□內填 X。

2



服食醫生處方的藥物

3



沒有咳嗽，但經常服用
咳藥水

4



依賴藥物來提神

5



服食藥物來鬆弛神經

- 有些人將精神科藥物稱為「軟性毒品」。其實毒品並無硬或軟之分，它們一概會對身體造成嚴重損害。濫用藥物往往會令服用者服食更烈和更危險的毒品。



閱讀

認識本港常被濫用的藥物。（供參考用）

類別	名稱	其他名稱或例子
麻醉鎮痛劑	海洛英	白粉、粉、灰
興奮劑	安非他明	大力丸
鎮抑劑	速可巴比妥（速可明）	莉莉四十
迷幻劑	大麻	草
鎮靜劑	三唑侖 氟硝西泮 溴噻二氮草	如藍精靈 十字架 如屋仔
其他	咳藥水 有機溶劑 酒精 菸草	—— 如天拿水、飛機膠等 如啤酒、拔蘭地等 如香煙、煙絲等

想一想

為什麼有些人會濫用藥物？在可能的原因的□內填✓。

好奇心	✓
受他人影響	✓
過分依賴藥物減輕痛楚	✓
舒緩精神或工作壓力	✓

對藥物缺乏認識	✓
精神沒有寄托	✓
認為偶然服用幾次是不會上癮的	✓
缺乏長輩的輔導	✓

討論

根據以上的原因，分組討論如何避免染上濫用藥物的習慣。

（認識濫用藥物的害處，警惕自己切勿嘗試）

•「上癮」是指身體的細胞對藥物產生依賴，必須有藥物存在才能完成其功能，停藥即產生功能失調的現象。藥癮的強度決定於藥性及持續用藥的時間，有些藥癮在停藥後數小時即發作。

角色扮演

試扮演圖中的情形。



朋友建議你服食某種藥物



看見朋友濫用藥物

看一看

認識濫用藥物的害處。



令人喪失理智或產生幻覺



令人上癮，對藥物產生依賴



令人長期陷入疾病和痛苦中



令人為獲取金錢
購買藥物而犯罪

說一說

說說濫用藥物的其他害處。

(例如藥癮會愈來愈深，發展到需要服用海洛英等毒品；令人精神頹喪和極為情緒化；令人食慾不振，身體日漸衰弱等)

想一想

為什麼政府和志願機構要舉辦右圖的活動？

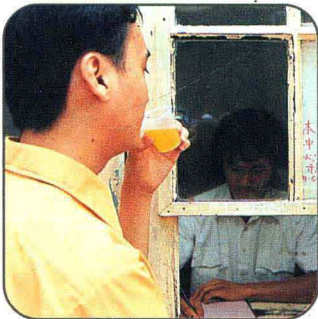
(向市民宣傳藥物或毒品的禍害)

12



觀察

看看政府和志願機構對濫用藥物者提供的援助。



13 提供「美沙酮」
戒毒服務



14 提供福音
戒毒服務



15 提供康復
服務

調查

本區有哪些志願機構向濫用藥物者提供輔導或治療服務？在橫線上寫出其中一個機構的名稱及它提供的服務。(根據調查結果填寫)

名稱：_____

提供的服務：_____

16



• 例如香港戒毒會、禁毒處、衛生署等。

本課提要

濫用藥物是指人們不按照醫務人員的吩咐或處方服用藥物，或是並非為治病而服用藥物。在本港，常被濫用的藥物有麻醉鎮痛劑、興奮劑、鎮靜劑、迷幻劑和咳藥水等。

濫用藥物的原因 青少年由於心智尚未成熟，對藥物缺少認識，有些又因精神沒有寄托，便很容易因好奇心或受他人的影響而濫用藥物，染上藥癮。

濫用藥物的害處 濫用藥物會嚴重損害神經系統和身體機能，並令服用者逐漸對藥物產生依賴，以致服用的次數和分量也愈來愈多，較嚴重的甚至發展到需要服用海洛英等毒品，才能滿足藥癮。濫用藥物不但摧殘個人的身心健康，更令人長期憂鬱、頹喪，無法集中精神工作和學習。部分濫用藥物者甚至會做出喪失理智的行為，或是為了取得金錢購買藥物而做出犯法的事，以致前途盡毀。

如何避免濫用藥物 我們既知道濫用藥物的禍害，就不應對藥物存有任何好奇心或受他人誘惑而嘗試。如有人引誘你濫用藥物，應該堅決拒絕，並且立即向父母或老師報告。萬一不幸染上藥癮，應立即尋求家人或師長的協助。衛生署、禁毒處和一些志願團體，例如香港戒毒會、明愛樂協會等，均為濫用藥物者提供輔導、治療及康復的資料和協助。

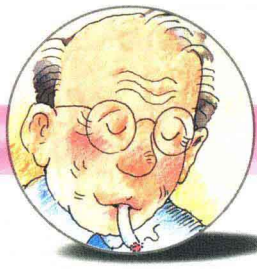
- 香港有關禁毒宣傳、戒毒治療與康復等工作由禁毒常務委員會負責統籌。近年來，除設立戒毒所外，政府還在許多地區設立「濫用藥物診療所」。

鞏固活動

討論

搜集報章上有關濫用藥物的報道，然後討論人們濫用藥物的原因和害處。（根據實際報道內容討論）

3



吸煙的害處

學習活動

- 菸草是草本植物，內含尼古丁，它原產於美洲，後來傳入歐洲和世界各地，可製成煙絲、鼻煙和嚼煙等。

看一看

你在什麼商品的廣告上或銷售地方見過下面的警告字句？



(警惕市民吸煙的禍害)

討論

- 為什麼政府要香煙製造商在產品上標明這些警告字句？
- 為什麼政府要禁止零售商把香煙售賣給十八歲以下的青少年？(以免青少年染上吸煙的習慣)

說一說

本港的法例規定在哪些地方禁止吸煙？

(醫院、學校、遊戲機中心、公共交通工具、機場、碼頭等)



(升降機)



(商場)



(戲院)



(餐室的非吸煙區)

想一想

香煙是一種藥物嗎？(是)

- 香煙是一種將尼古丁傳入人體的工具。
- 香煙製造商為了增加香煙的「香味」，除菸草外，還在香煙內加入大量的雜質和化學物。一枝香煙內含有高達四千種的不同物質，很多已經被證實對人體有害。

猜一猜

估計一枝香煙含有多少種化學物質。圈出你所估計的數目。

十多種

數十種

百多種

三百多種

五百多種

一千多種

3

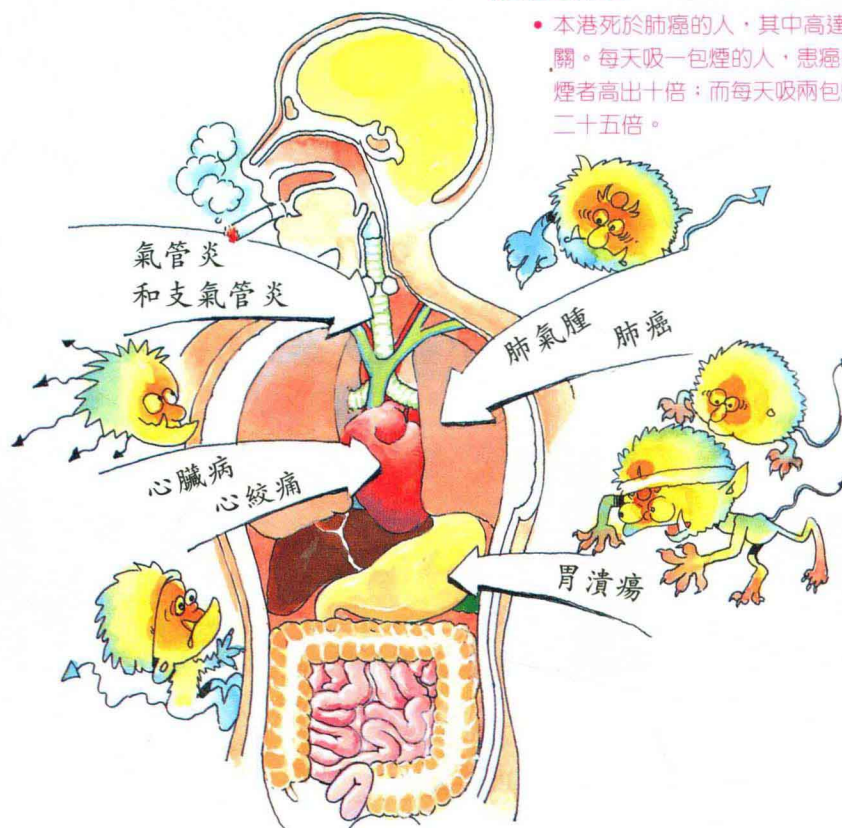


觀察

認識香煙對人體的害處。

- 尼古丁是含高度毒性的生物鹼，它只存在於煙草內。尼古丁會令人上癮。香煙燃燒後所產生的焦油和苯等是致癌物質。香煙的煙霧裏，有2-6%是一氧化碳，吸入一氧化碳會令血液無法帶氧，造成輕微缺氧。香煙內的甲醛、碳化氫酸等會令支氣管的黏液分泌增加，減低肺的功能。

- 本港死於肺癌的人，其中高達90%是和吸煙有關。每天吸一包煙的人，患癌的危險性要比非吸煙者高出十倍；而每天吸兩包煙的人，更會高出二十五倍。



選擇

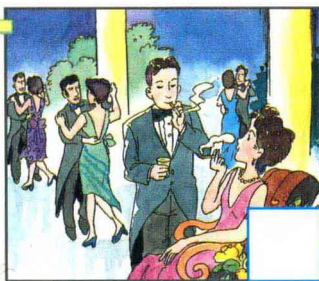
吸煙者給你什麼印象？在□內填✓。（自由選擇）

4



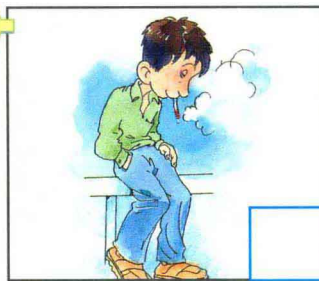
瀟灑自在

5



成功典範

6



意志消沉

說一說

說說你對吸煙者的感受和印象。（自由作答）

觀察

認識吸煙造成的不良影響。

7



口臭、牙黃、
指甲發黃

8



影響他人

9



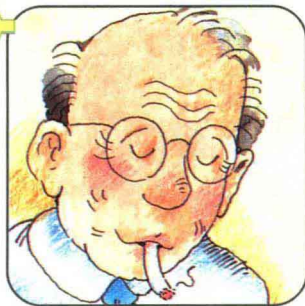
浪費金錢

10



影響食慾

11



導致皮膚粗糙，
出現皺紋

12



孕婦吸煙會影響
胎兒

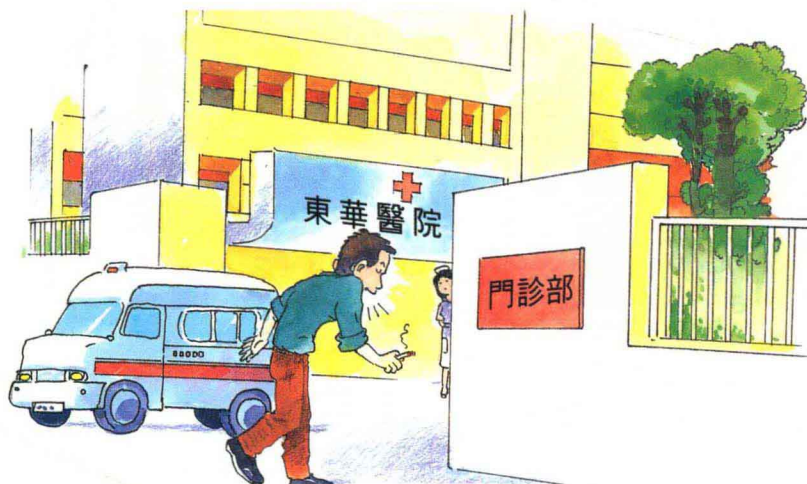
想一想

吸煙還有什麼害處？（除對吸煙者本身有害外，還會危害他人的健康）

(大部分吸煙者生病後，均會利用公共醫療設施治病，這樣會加重納稅人的負擔，並為社會帶來沉重的負擔)

想一想

吸煙者會增加社會的醫療服務負擔嗎？為什麼？



(非吸煙者吸入吸煙者噴出的煙)

討論

什麼是「二手煙」？「二手煙」對身邊的人有什麼影響？



一人吸煙，旁邊的人…… (也會吸入他噴出的煙中含有的有害物質)



污染四周…… (的空氣)

角色扮演

試扮演圖中的情形。

• 學生可自由扮演處理方法。



朋友勸你吸煙



看見朋友吸煙