



每期專題

5月19日及20日，一連兩天，學校進行國情教育跨學科中國文化學習活動日，主題是「中國傳統文化，洋溢創意無限」。在這兩天，各級同學透過不同模式的學習，既認識不少中國傳統藝術，又能發揮創意。

中國傳統文化 洋溢創意無限



一、二年級

糉的發現

在家長義工的協助下，同學們看到包紮糉的過程，從中了解糉子的材料。最後，同學們更可嘗到熱騰騰的糉子；吃糉同時，同學們亦學習拿筷子的正確方法。



龍舟競渡

同學們先了解龍舟的外形和特色，然後以手代槳配合鼓聲節奏做出划龍舟動作，最後每兩行一組，配合鼓聲節奏，以板拍代槳模擬賽龍舟。



腦筋小遊戲

5比他大，2比他小，但不是3，也不是4，究竟是甚麼？
(提示：與遊戲有關)

*上期答案

- 21 個，因為 ET 要乘搭 UFO 離開。
- 16 隻，因為獅子把雞吃掉了。



文·藝 推介



《假如我是》

今次，我要介紹一本富有趣味的圖書——《假如我是》。每個作者在「假如我是……」的指定前提下，寫成一篇篇極富想像力和幻想力的文章。既然是「假如」，那就天馬行空，無所約束，筆觸所及，魔鬼、教師、女外星人、億萬富翁……皆一一入文，帶你進入一個從未到過的心靈世界，寫來精采萬分，讀來過癮滿足。

編輯委員會

顧問：吳偉文校長 編輯：葉麗芳老師
記者：盧嘉敏(5A) 文嘉怡(5A) 王麗瑩(5A)
陳敬汶(5C) 洪雅文(6C) 劉力致(6C)
胡霆灃(6C) 阮惠楹(6C) 范嘉熹(6C)

三、四年級



少林武術操

同學們認識了由華佗所創的健體運動「五禽戲」，就是從動物得到靈感，其特點配合五行以強化人的五臟；觀看示範後，同學們分組嘗試以其他動物為模仿對象創作一些健身動作。



毽子

同學們先看老師踢毽子示範，了解踢毽子的技巧，認識毽子的種類，然後親手製造毽子。同學利用不同材料製造毽子，極富創意。

五年級

剪紙工作坊

這個剪紙工作坊是協助我們製作皮影戲的紙偶。剪紙，是中國民間最流行的活動之一。過去，剪紙常用於宗教儀式，現在，剪紙多用於裝飾，甚至剪紙本身也可作禮物贈送他人。



皮影戲

皮影戲導師先播放皮影戲片段，讓我們對皮影戲有初步認識，然後導師教授我們皮影戲的製作原理，最後，我們分組創作皮影戲，紛紛踏上舞台。



六年級

折子戲：造手

我們把要做的動作簡化，抽取神態；將美感為主的觀念，使其舞蹈化；按照音樂或鑼鼓，有節奏地做出手勢。



折子戲：亮相

我們留意鑼鼓聲，鑼鼓停頓及重擊時，便要零秒亮相。亮相後要定住，不可活動。我們亮相的形態是需要因應不同人物的特徵而改變。



健康小資訊

快要放暑假了，我們紛紛走到沙灘去，究竟我們應如何防曬？我們先了解甚麼是 SPF、PA 及 UV 吧！

何謂 UV？

UV 即是紫外線(Ultraviolet)的意思。

何謂 SPF？

SPF 是 Sun Protection Factor 的縮寫，指預防紫外線 B(UVB)波的防曬功效指數。SPF 值越高，防護時效越長。如果你選擇的是 SPF20 的防曬霜，你在日曬下的安全時間就是 15 x 20 = 30 分鐘，以此類推。

何謂 PA？

PA 值(Protection Grade of UVA)是一種防曬品對紫外線 A(UVA)光防禦能力的標準。

通常依照防曬效果，PA 再細分為 PA+、PA++、PA+++，+號越多表示防禦能力越強。PA+即表示比沒塗防曬品的皮膚多了 2-4 倍，可以延緩皮膚曬黑的時間，PA+++指可延緩 4-8 倍，PA+++表示可延緩 8 倍以上。

如何防曬？

- 選擇 SPF30 或以上的防曬油。
- 選擇 PA++或以上度數的防曬油。

