

2020

5月

BBG

親子閱刊

免費贈閱

BBG鬆一Zone
每天運動益處多

蘑菇星「漫」遊
母親節快樂
甜在心

大眼周圍LOOK
瀕危的語言

職業聊天室
滅火英雄

毛毛科學實驗室
色盤轉轉轉

Miss Tree通通識
歇後語

憶憶老師教室
常見的交通工具



每天運動益處多

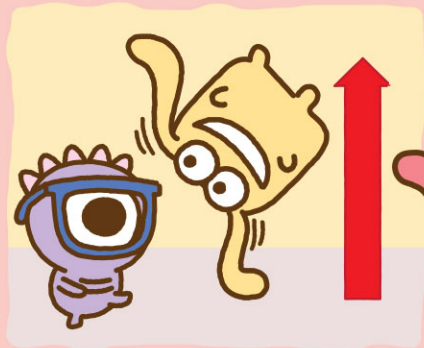
小朋友天性喜歡蹦蹦跳跳，如果養成每天運動的習慣，不但過程充滿趣味，而且幫助身體健康成長，還可以認識新朋友，確實獲益良多。



消耗多餘的熱量，保持適當的體重。



運動後大腦會分泌一種傳遞快樂的物質，使人心情愉快。



幫助骨骼及肌肉的發展，促進身體成長，還會增加肌肉的柔韌度，減低受傷機會。



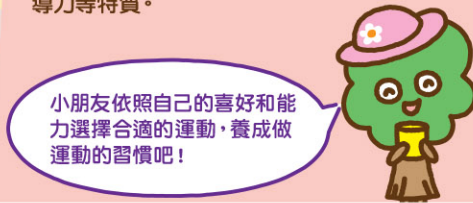
養成運動習慣會增進心肺功能，心臟會變得愈來愈強壯，不會輕易感到疲累。



放鬆腦袋，紓緩精神壓力，也會提高記憶力和專注力，有助學習表現。



養成團隊合作精神，培養自信心、耐性和領導力等特質。



小朋友依照自己的喜好和能力選擇合適的運動，養成做運動的習慣吧！



瀕危的語言

全世界現存六千多種語言，其中四千種語言正面臨滅絕的危機，平均每一個月就有兩種語言在世界上消失，再也沒有人會說。

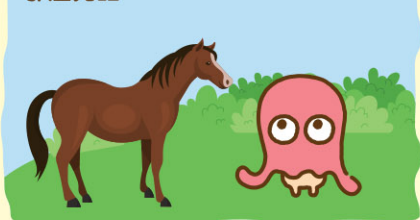


尤奇語



印第安人土著語言之一，1860年代還有數萬人使用，近年只餘下5名使用者。

鄂溫克語



本身沒有文字，現在只流存於內蒙古呼倫貝爾草原的鄂溫克族。

阿依魯語



日本北海道原住民的語言，它的用詞複雜，句子含有多種意思。

奧洛文語



把舌尖置於嘴唇之間並以振動來發音，是巴西瀕危的土著語言。

水上樂園探險去

可惜的是有很多語言已經在世界上消失了，單單在美國已經有150多種印第安人的土著語不復存在。印第安人是美洲最古老的居民，他們最早聚居在印第安納州，如果到這兒旅遊，建議去聖塔克勞斯的「假日世界飛濺水道探險主題樂園」，在色彩鮮明的水上高速滑梯挑戰你的勇氣，在人工海浪感受大海的波濤起伏，在水上漂流欣賞周遭的景色，樂園還有許多機動遊戲，一定會有適合你的。

森林自然交響樂

「印第安納波里動物園」也是很適合小朋友的地方，不但有各種各樣的動物，而且有水族館和植物園。你可以探訪非洲的斑馬、獵豹和長頸鹿，也可以觀察牙買加蜥蜴的日常生活，更可以聽到森林雀鳥和昆蟲嘹亮的交響樂。



圖片來源：互聯網
刺激好玩的飛濺水道是樂園的標誌。



圖片來源：互聯網
愛睡覺的樹熊正等待你的探訪。

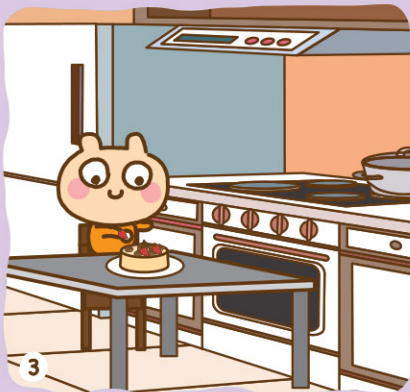
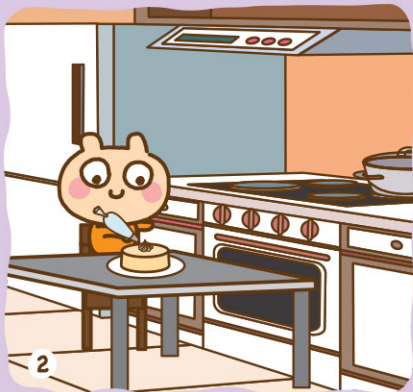
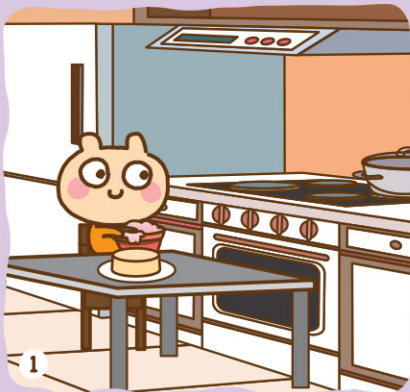


圖片來源：User:Durien (CC BY-SA 2.5)
試試跟海豚互動，指揮牠們做出優雅的動作吧。

母親節快樂



甜在心



齊齊在家做運動

各位小朋友每天在家中努力地進行線上學習，也要多做運動放鬆身心，強健體魄。

跳繩

跳躍的過程中，全身的肌肉一起運動。

選擇合適的繩子
雙腳踏着繩子的中央，雙手握住繩柄到胸口位置，便是合適的繩子長度。



1. 手肘屈成90度角，利用手腕力量將繩子由後往前擺動，越過頭頂，雙腳跳起讓繩子穿過腳底約5厘米。
2. 用腳掌前端著地，膝部微曲，減少與地面的衝擊。



開合跳

帶氧運動，提升心肺功能。

趣味運動數分鐘
每日跳3分鐘，待身體適應後才增加至5分鐘。

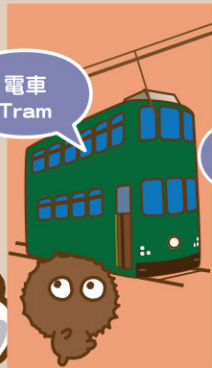


1. 雙手自然垂直在身體兩旁，兩腳分開與肩膀同寬。
2. 雙腳向外跳開至闊過雙肩。同時，雙手往兩側抬高與肩膀成一橫線，手掌朝天。
3. 跳回動作1的姿勢，然後重覆動作。

常見的交通工具

除了步行外，大家外出時都會乘搭交通工具，你能逐一講出香港常見的交通工具的名稱嗎？

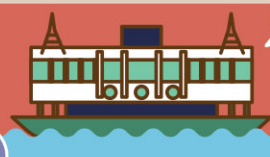
電車
Tram



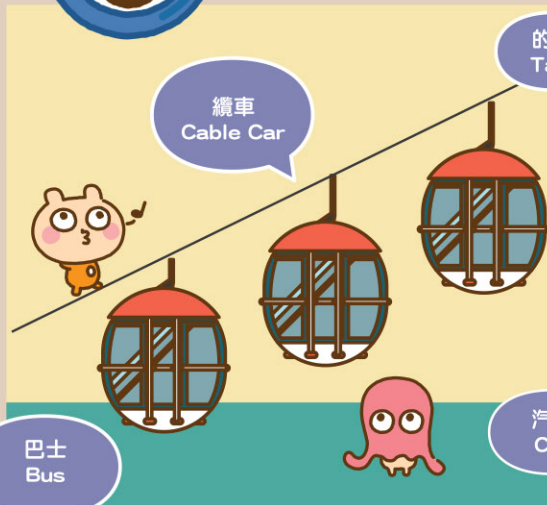
小巴
Minibus



渡輪
Ferry



纜車
Cable Car



的士
Taxi



汽車
Car



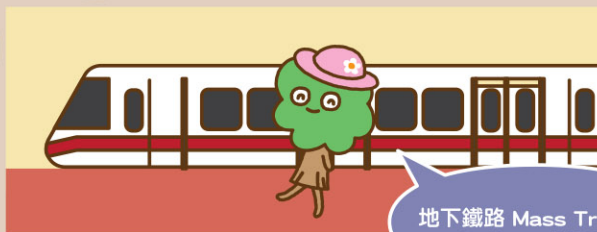
巴士
Bus



輕便鐵路
Light Rail



地下鐵路 Mass Transit
Railway (MTR)



各位知道這些事物的英文名稱嗎？

1. 交通工具
2. 票價
3. 八達通

各位小朋友喜歡乘搭甚麼交通工具？不如跟同學分享一下吧！

1. Transportation 2. Fare 3. Octopus

答案：

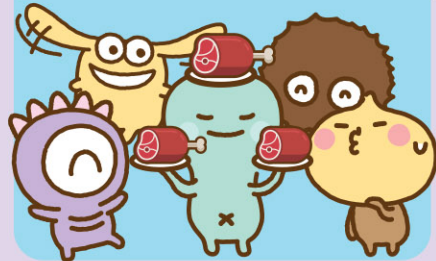
滅火英雄



歇後語

歇後語，顧名思義是「歇」（隱藏）後半段的「語」（說話），改以幽默的方式呈現前半段，讓人揣測說話真正的意思。

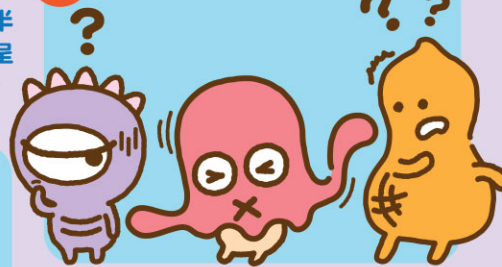
1 太公分豬肉



歇後語：人人有份
解說：傳統上，每年的清明節和重陽節會舉行祭祖儀式，並借喻「太公」（祖先）把祭祀用的豬肉平分給每人，永不落空。



2 啞子食黃連



歇後語：有苦自己知
解說：黃連味道極苦，啞巴吃了黃連，覺得很苦卻難以說出來。通常比喻一個理虧的人，吃了虧後反而不能作聲。

3 秀才遇着兵



歇後語：有理說不清
解說：秀才即是古時的讀書人，解決問題是講道理，兵則只用武力解決問題。比喻雙方都不明白對方，難以溝通。



色盤轉轉轉

毛毛購買了一本填色冊，當他為圖案填色時，突然想到了一個小實驗，立即找來材料試試看。

材料：白色厚紙板、顏色筆套裝、鉛筆、圓規、剪刀

1



用鉛筆和圓規在白色厚紙板上畫出圓形，再用剪刀剪下。

2



把圓形紙板分成七等份，用顏色筆分別畫上彩虹的顏色。

3



把鉛筆戳進圓形色盤的圓心做成轉盤。

4



鉛筆平放在桌上，讓轉盤急速轉動時竟然會看見白色！

考考你

如果把藍色改成其他顏色，結果會怎樣？小朋友試一試吧！

白色是由彩虹的七種顏色組成，當轉盤急速轉動時，眼睛看到的不再是個別的色彩，而是混和後的顏色，因此會看到白色。

*小朋友做實驗時請家長陪同及協助，以策安全。

校長的話



《BBG親子閱刊》邀請了不同學校的校長們，與大家分享學習路上的點滴，鼓勵大家開創未來。

校長的話：



校長認為社會需要有知識、能創新、懂解難、善溝通和懂尊重別人的人。同學們要達成目標，可透過閱讀長知識，學習獨立思考，體驗生活。只要憑著信念，用心感受，用眼觀察、用腦思考問題，堅持進步，生命變得有意義！



仁濟醫院蔡衍濤小學
陳淑兒校長

本刊誠邀各學校校長書寫100字以內的說話鼓勵全港的小朋友，歡迎將文字電郵至
info@bbgpromo.com.hk
電郵請附上學校名稱、校長姓名及近照

兒童不幸患上癌病， 多少人跟他同受煎熬？

他所有的家人，將與他同受煎熬。



母親

作為一個母親，她愛兒女甚於自己的生命。但嬰兒竟不幸患上可怕的癌症，她感到痛不欲生。她甚至會將嬰兒所遭受的一切，歸咎到自己身上，使自己陷於極度痛苦中，不能自拔。

她既要照顧病榻中的嬰兒，又要料理留在家中的子女。兩者之間，實在很難取得一個平衡。力有不逮的時候，丈夫又能否加以援手，給予體諒和關懷？

父親

兒子患上癌病，使他情緒消沉，更使他負上沉重的經濟重擔。龐大的醫藥費用，令家庭經濟日趨拮据。

加時工作本可略為幫補入不敷出的情況，但妻子不在時，又有

誰照顧留在家中的孩子？

身為父親，他似乎對目前困境束手無策，心中的愧疚令他的脾氣日益暴躁，一發不可收拾。這不但傷害了家中的妻兒，更影響了日常的工作。



兄弟姊妹

兄弟姊妹中有人患上癌病，其他成員同樣受到影響。

首先，父母費盡心力照料患病的嬰兒，根本無暇聆聽其他子女的需求。

他們開始埋怨甚至憎恨患病的成員。為求重獲關注，他們不惜佯裝生病，荒廢學業，甚至離家出走。

但這樣依然於事無補，因為經已心力交瘁的父母可能顯得漠不關心，或只會嚴加責備。

一個大好家庭從此支離破碎！



一點支持

幸而目前在香港，這些不幸家庭還未至絕望。因為，兒童癌病基金向他們伸出了援手。

基金是一個由醫生、護士、臨床心理學家、註冊社工、癌病兒童父母及熱心人士組成的志願團體，我們深切瞭解以上家庭所面對的困難，因為在基金的成員之中，確有曾經此苦的家庭。

憑着過往的經驗，我們可以為有需要的家庭提供適當的輔導，幫助他們渡過情緒上的難關，更盡力給予癌病兒童最完善的照顧。

我們的工作雖然艱巨，但卻極有意義。您的愛心和支持，是鼓舞我們的力量！請慷慨捐助，使我們更加有效地幫助不幸患上癌病的孩子。

請踴躍支持，謝謝！



兒童癌病基金

香港干諾道中125號東寧大廈702室

電話：(852) 2815-2525 傳真：(852) 2815-5511 電郵：ccf@ccf.org.hk 網址：www.ccf.org.hk

本人樂意捐贈港幣 _____ 予兒童癌病基金。

捐款人姓名：_____ 電話：_____ 電郵：_____

通訊地址：_____

透過基金網站捐款或以劃線支票抬頭請書明「兒童癌病基金」。

俟捐款收妥，本基金會即連函覆答謝。謹代表所有受惠者向解囊善長致以衷心謝忱！

(捐款港幣一百元或以上可申請免稅)

承蒙《BBG親子周刊》慨贈版位，特此鳴謝。