

# 《抗疫在家的日子》

——免費教學資源手冊



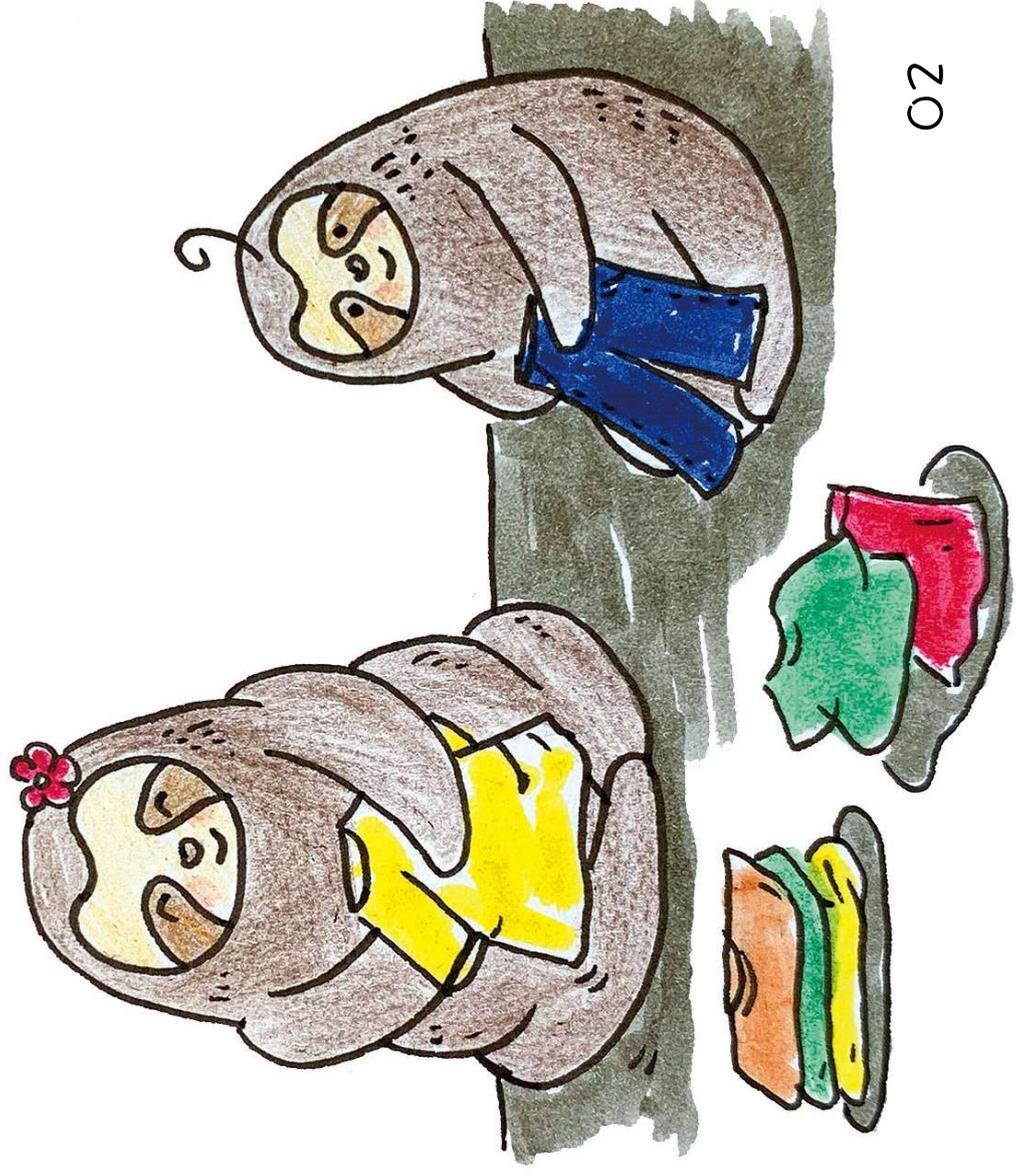
因新  
冠狀  
病毒  
肆虐，  
學校  
要延  
長春  
節假  
期，  
勸籲  
市民  
留在  
家中，  
減少  
外出。

小樹懶：「哇！多了那麼多天的假期，不外出更~好~啊~」

「只要花點心思，我們也可以把世界帶到宗裏喔！」樹懶媽媽說。



# 「我們來整理衣服吧！」



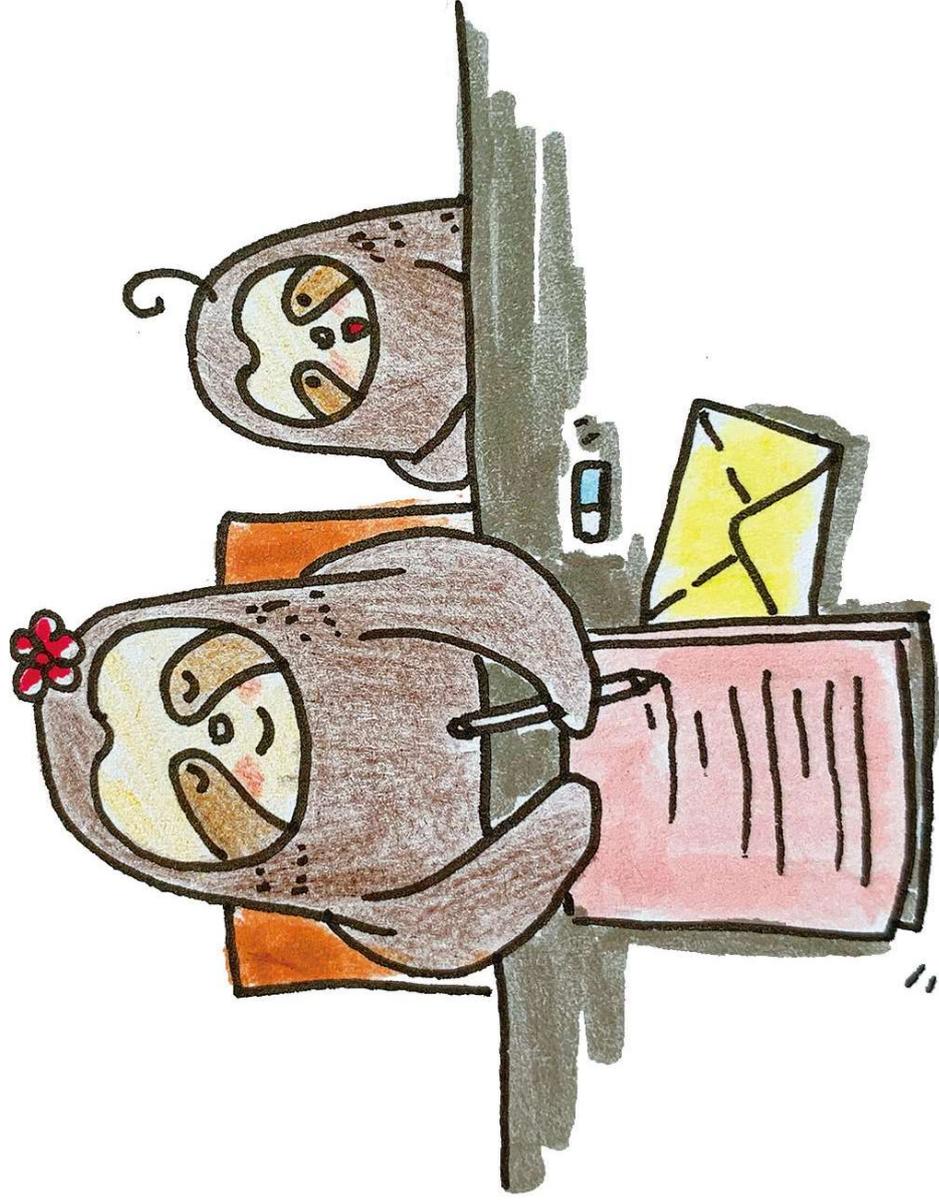
活動與材料：  
衣服、文具、圖書等分類、整理、比較、  
統計

推薦繪本：  
不簡單女孩 1-3 繪本套書組《用圖像思考  
的女孩十有數學頭腦的女孩十眼光獨到的  
女孩》- 茱莉亞·摩斯卡、丹尼爾·瑞  
利 / 字畝文化

《跟孩子一起玩數學》- 唐宗浩 / 遠流出版

推薦網頁：Khan Academy  
<https://www.khanacademy.org/>

「給住在別處的祖父母寫寫信，  
也是個好主意喔！」



活動與材料：

學習書信的書寫格式；認識祝福語；讀書看報，積累詞語；

推薦繪本：

《你好，有信喔！》- 秋山匠 / 三之三出版

《玩出生活語文力：作文老師：不死背、不套句，寫作從五感出發》- 楊嘉敏 / 大好書屋

推薦網頁：

知文識趣 - 教學資源 - 香港教育城  
<https://www.hkedcity.net/chinese/zh-hant/teachingresources>

# 「繪製地圖，認識社區也很好玩。」



**活動與材料：**  
了解附近的標誌建築和設施，認識城市規劃。

**推薦繪本：**  
《我和我家附近的野狗們》- 賴馬 / 信誼基金出版社  
《城傳立新——香港城市規劃發展史 1841 - 2015》- 何佩然 / 中華書局(香港)有限公司

**推薦網頁：**展城館  
<https://www.citygallery.gov.hk/tc/index.html>

# 「來給廢舊物品大變身。」

活動與材料：

牛奶盒、舊衣服、利是封等  
分類回收；提升動手創作能  
力；認識宜居城市的設計。

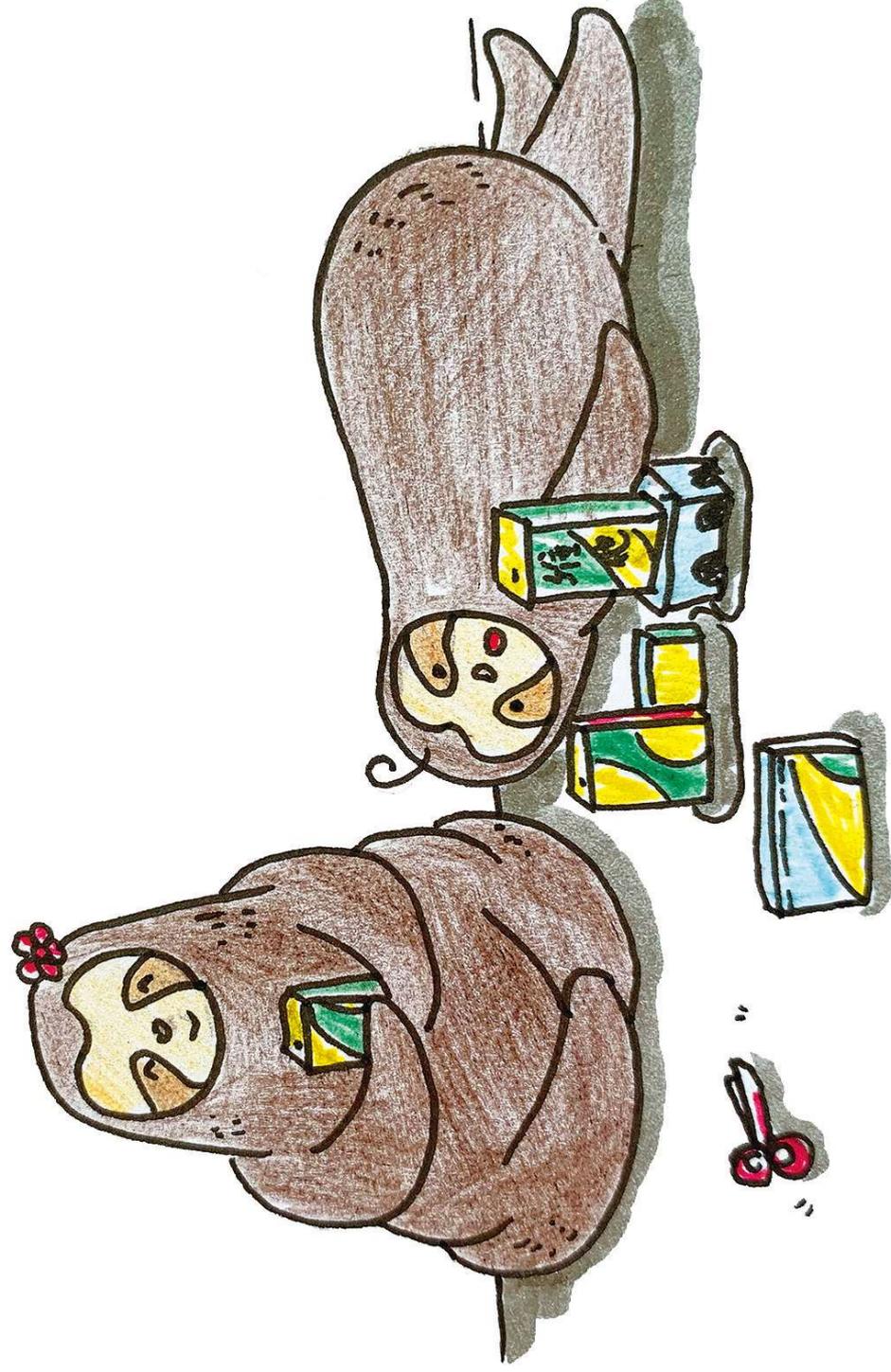
推薦繪本：

《我們的城市》- 伊·索曼 /  
文、易斯·里戈，阿努克·博  
伊斯伯特 / 趣出品

《孩子們，玩創作！：孩子  
是天生的藝術家，隨時隨地  
啟動創造力》- 洪淑青 / 親子  
天下

推薦網頁：環境保護署

[https://www.epd.gov.hk/epd/  
tc\\_chi/top.html](https://www.epd.gov.hk/epd/tc_chi/top.html)



# 「中藥材適合做午餐嗎？」

## 活動與材料：

枸杞、淮山、百合、蓮子等，製作中式午餐盒；認識上環的參茸海味街，了解風土人情與歷史。

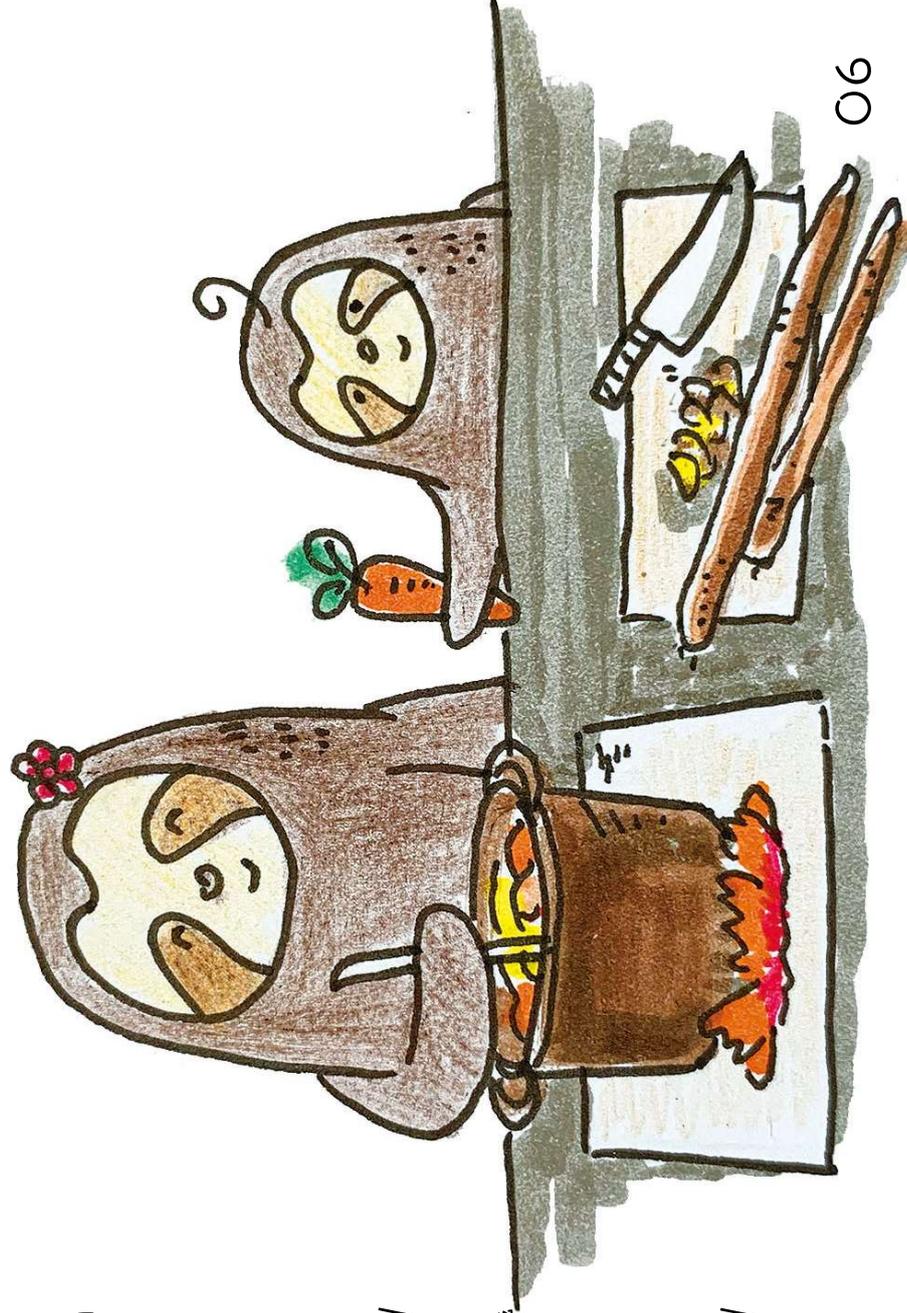
## 推薦繪本：

《走，去迪化街買年貨》- 朱秀芳 / 陳麗雅 / 青林

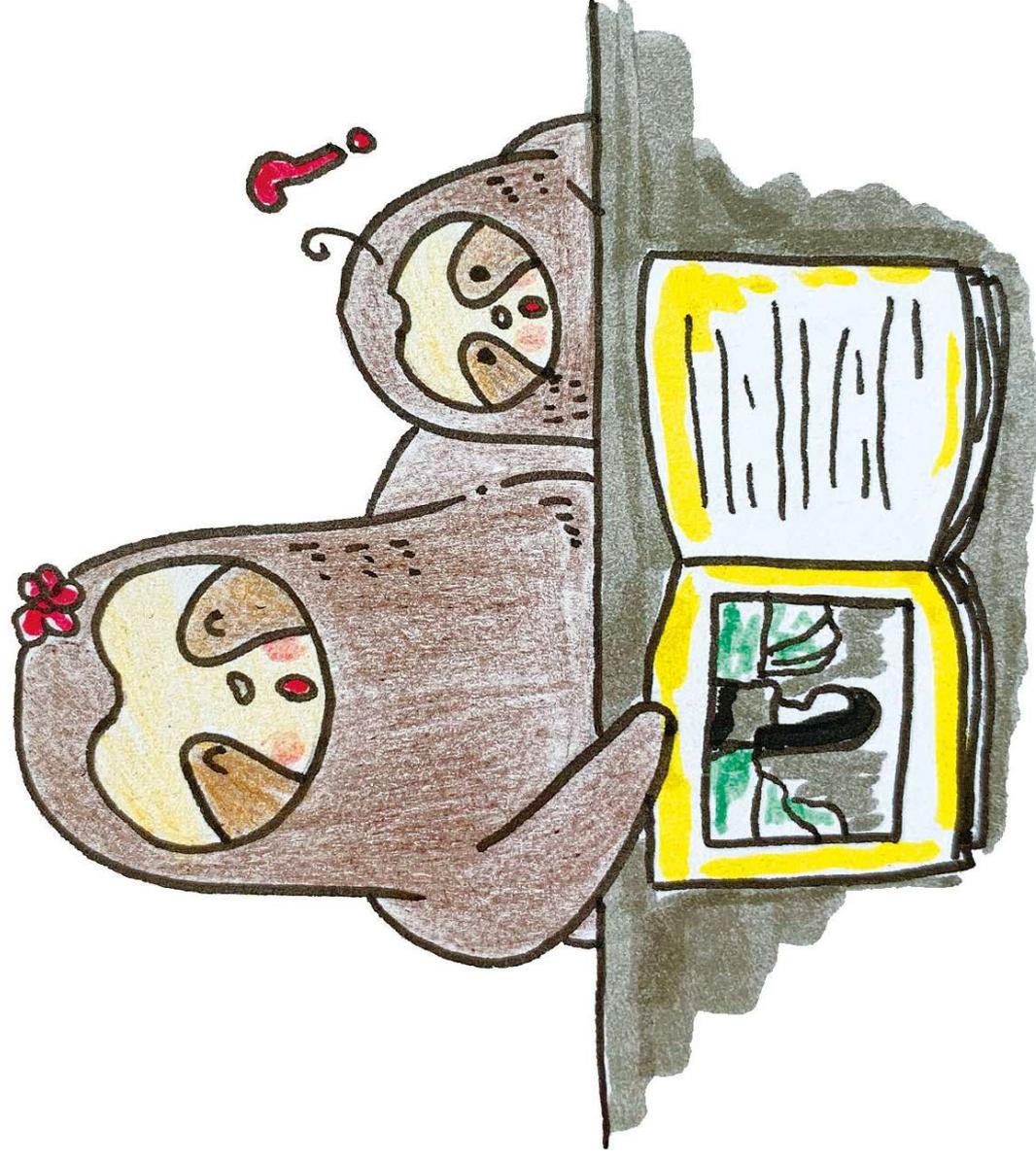
《香港華洋行業百年：飲食與娛樂篇》- 鄭寶鴻 / 商務

推薦網頁：香港旅遊發展局

<http://www.discoverhongkong.com/china/dine-drink/index.jsp>



## 「向藝術大師學習。」



### 活動與材料：

臨摹世界名畫；認識香港不同類型的藝術館，探討傳統與現代藝術的結合。

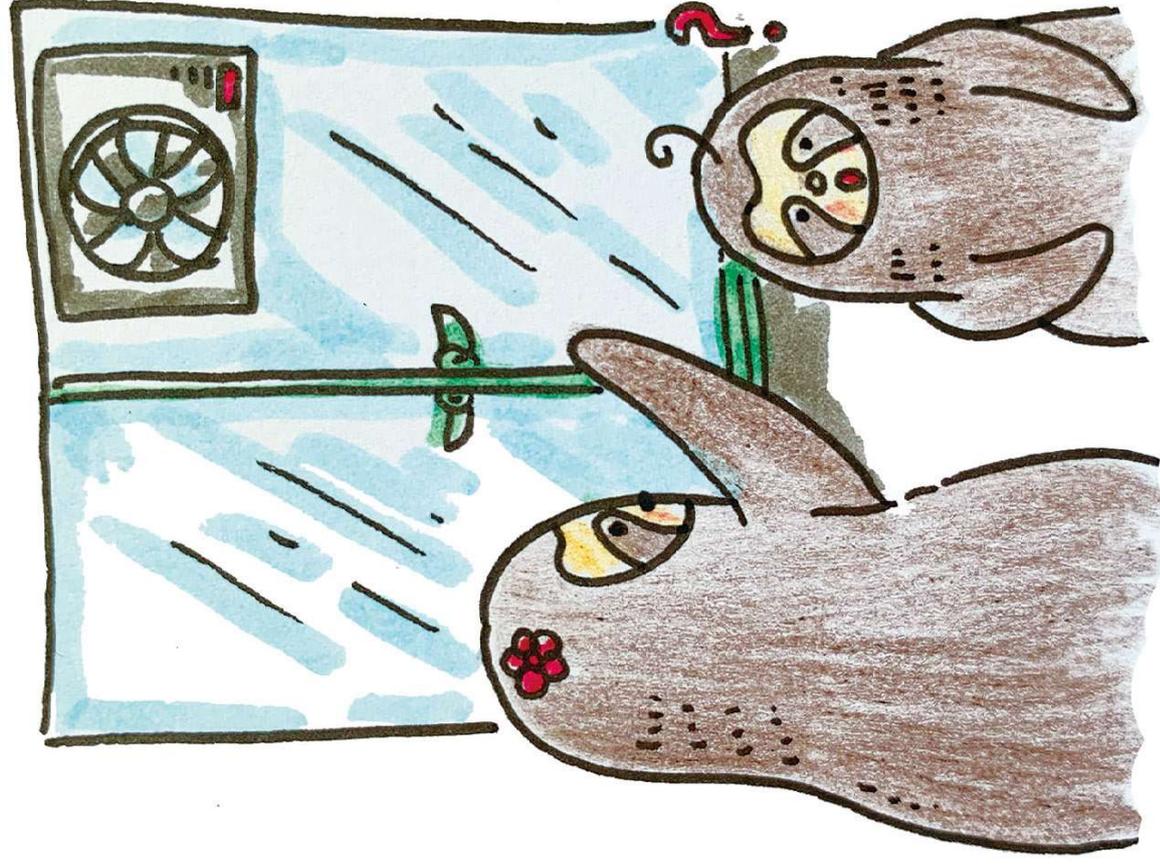
### 推薦繪本：

《名畫裡的貓》- 梅洛迪絲·胡波 / 碧·威利 (Bee Willey) / 上誼文化公司  
《希利爾講藝術史》- 維古爾·希利爾 / 海鴿出版

推薦網頁：香港藝術館

[https://hk.art.museum/zh\\_TW/web/ma/home.html](https://hk.art.museum/zh_TW/web/ma/home.html)

「開抽風機時，是要開窗  
還是關窗呢？」



活動與材料：

研究抽風機的抽氣原理；小實驗隨時開始，  
科學知識由此來。

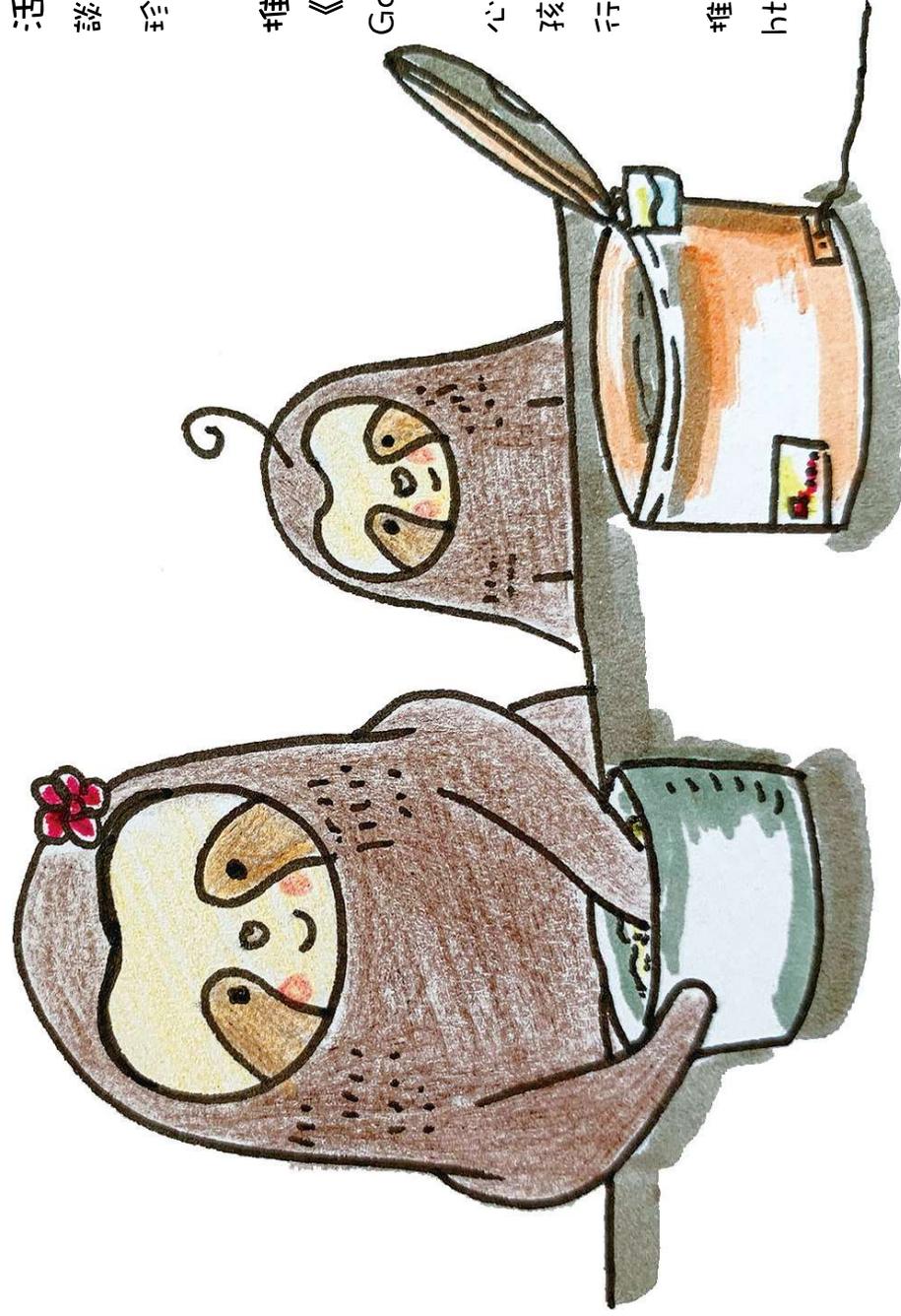
推薦繪本：

《下水道歷險記》- 徐姣 / 呂勇建 / 幼福出版  
《60 創意科學遊戲》- 麗貝卡·吉爾平，麗  
歐尼·普瑞特 / 喬瑟芬·湯森 / 小天下

推薦網頁：香港科學館

[https://hk.science.museum/zh\\_TW/web/scm/  
index.html](https://hk.science.museum/zh_TW/web/scm/index.html)

# 「洗米煮飯沒難度！」



活動與材料：

談談飢餓與貧窮的問題，培養孩子珍惜食物，關愛世人的良好品德。

推薦繪本：

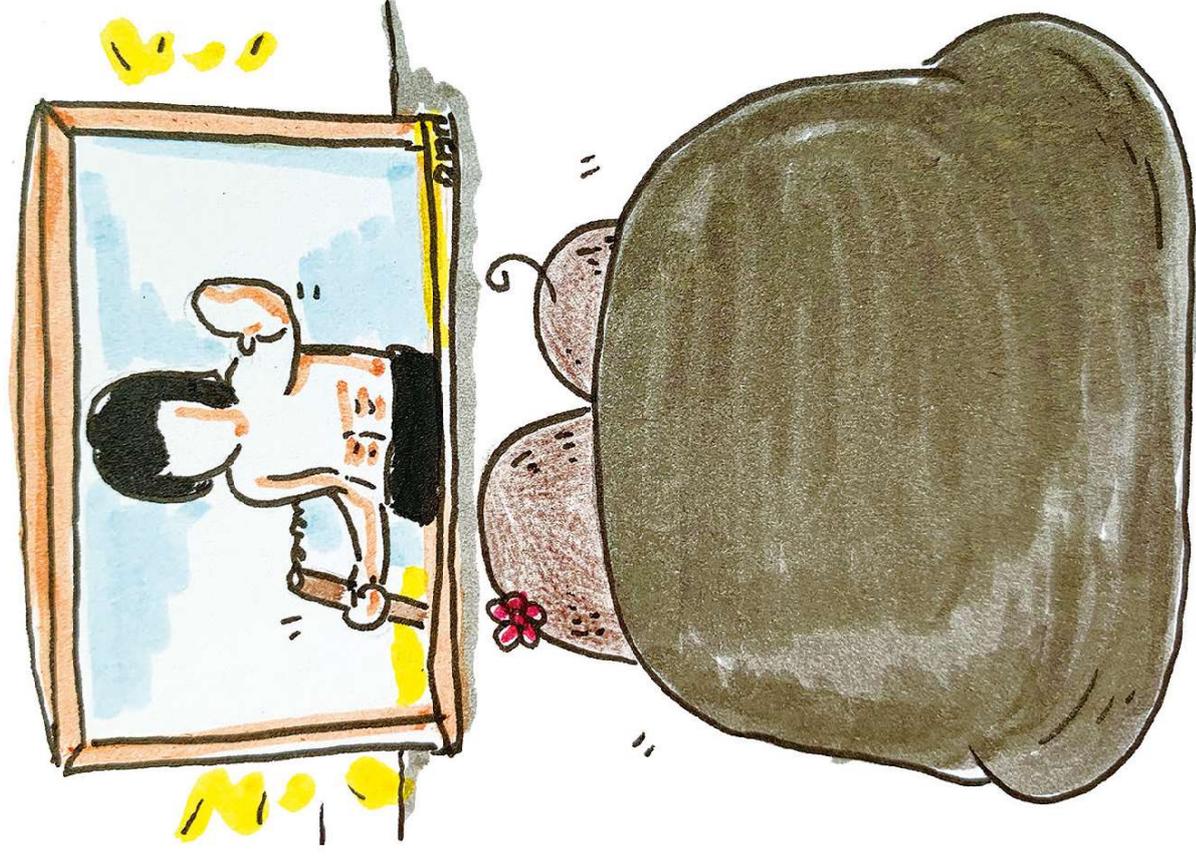
《紙箱裡的人》- Roxane Marie Galliez/ 木棉樹出版社

《阿德勒式親子溝通魔法卡：日本心理教練獨創！一天5分鐘，解鎖孩子情緒，培養自信心、同理心與行動力》- 原潤一郎/ 台灣廣廈

推薦網頁：樂施會

<https://www.oxfam.org.hk/tc/>

# 「窩在沙發上舒服服看場電影吧！」



## 活動與材料：

欣賞港產電影，了解香港歷史與人生百態。

## 推薦繪本：

《電影開麥拉》- 弗倫斯·德卡特 / 香緹·皮坦 / 喜伯出版

《電影課本——從港產片學中英數香港歷史地理》- 中西區民政事務署

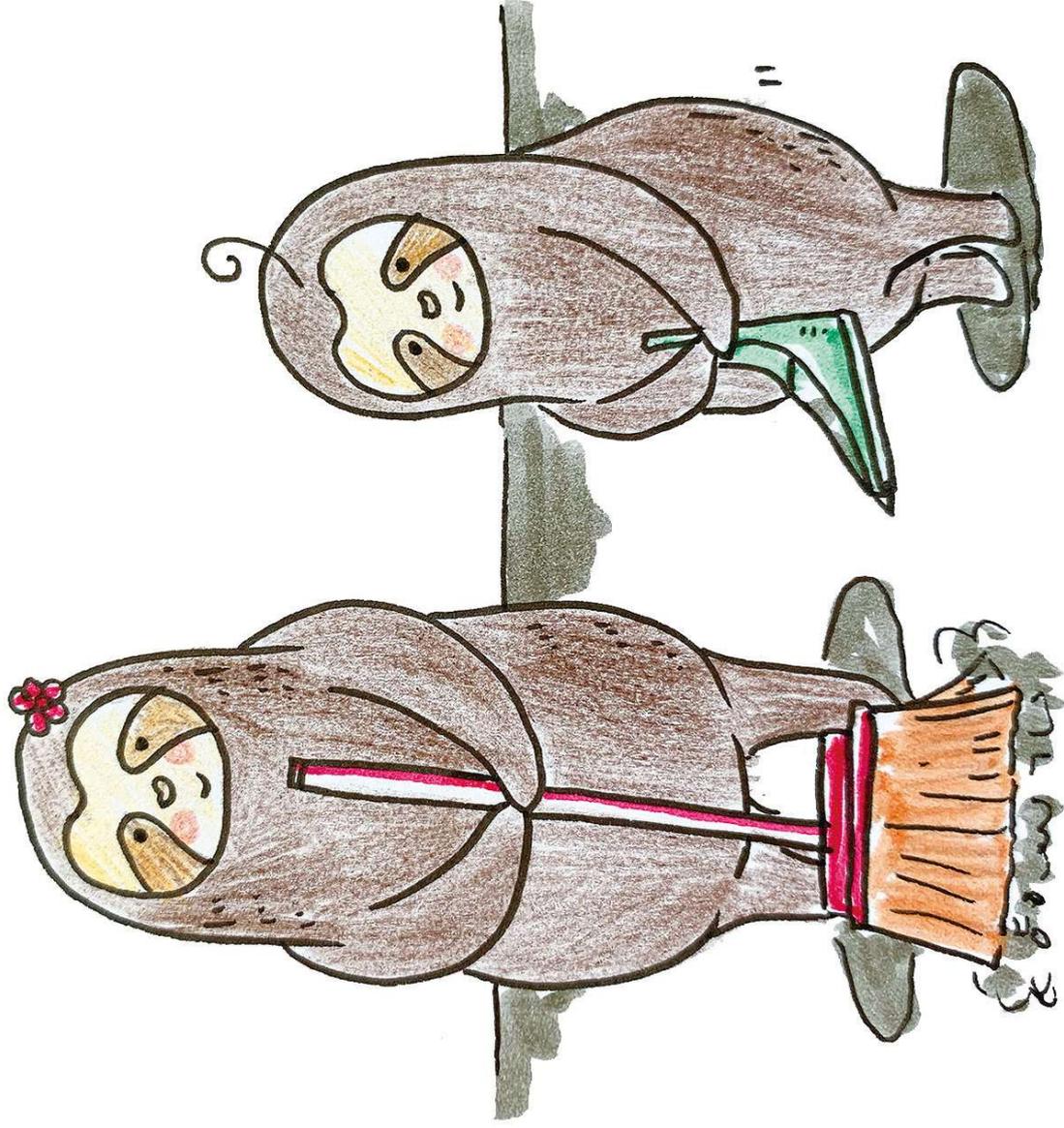
推薦網站：香港電影資料館

[https://www.lcsd.gov.hk/CE/CulturalService/HKFA/zh\\_TW/web/hkfa/aboutus/intro.html](https://www.lcsd.gov.hk/CE/CulturalService/HKFA/zh_TW/web/hkfa/aboutus/intro.html)

《電影課本》免費下載

<http://www.playfuldistrict.hk/>

# 「齊齊做個衛生小鬥士！」



## 活動與材料：

擦桌子、抹地板……力所能及的宗務，不但可以保持宗中環境衛生，亦能鍛煉身體。

## 推薦繪本：

《我們來洗手！》- 東尼·羅斯 / 三之三出版

《送綠》- 中西區民政事務署

《培養孩子從做宗務開始》- 楊霞 / 朝華出版社

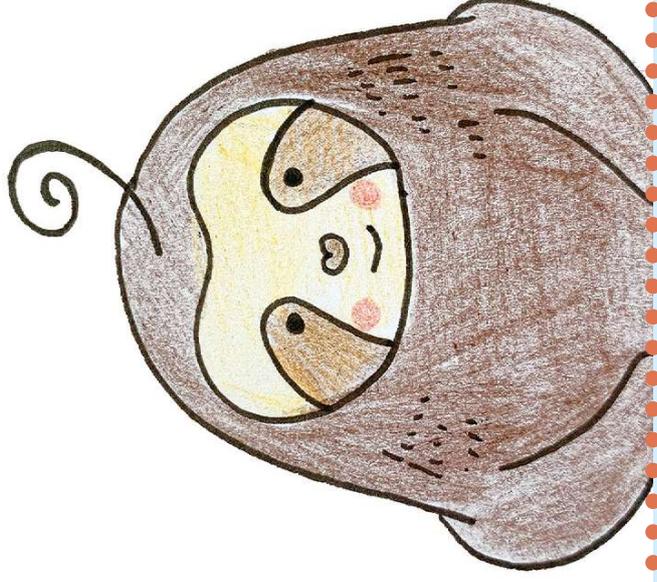
推薦網頁：衛生防護中心

<https://www.chp.gov.hk/tc/>

第十三屆中西區區節（免費下載《送綠》繪本）

<http://www.playfuldistrict.hk/>

不論真和人的帶社  
不認人多界及  
似真孩途入會  
懶宗一、內，的興趣。  
樹在子徑屋議  
般中一起材，引起  
洋時，和起  
洋間，我資孩  
，們源子  
還，只都，對  
是要有將香  
認大很世港



以共理給  
上同與香  
是理上港  
很念載市  
多，更民。  
香我的  
港們資  
機會訊  
構在免  
與網頁費  
團上提  
的整供

【只要好玩唔計分，在家在外一樣 fun】

網址：<http://www.communitybench.hk/>

## 檔口仔親子社區學校

作為一間親子社企，「檔口仔」得  
主張玩有手腳的體驗，學習紙上談  
兵，而是真切的體會、再作應用；  
亦積極與不同地區組織、學校和  
機構合作，共享資源，以教育創  
建社區青創網絡。

