



我會安排休閒活動

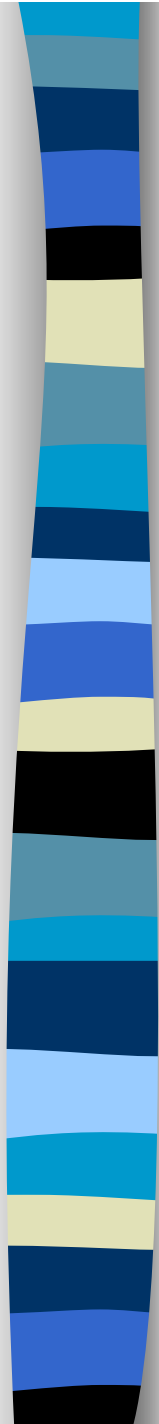
一、休閒活動是什麼？

「休閒活動」是在自由的時間所做的活動。

「自由的時間」是指：下課的時間、放學後在家裡的時間、週休二日的時間，還有大人工作完的休息時間。



放學了，是自由的時間，我要安排「休閒活動」！



「自由的時間」是指：下課的時間、放學後在家裡的時間、週休二日的時間，還有大人工作完的休息時間。



「活動」是指：體操、散步、登山、健行、桌球、網球、園藝、釣魚、下棋、旅遊、養小動物、玩撲克牌、書法、繪畫、插花、舞蹈、音樂、茶道、戲劇、民謠、擔任義工……等。



※請在你做過的休閒活動的
打勾



1.唱歌



2.釣魚



3.園藝



4.跳舞



5.散步



6.游泳



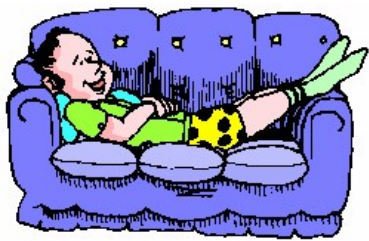
7.畫圖



8.跑步



9.看書



10. 休息



11. 遊戲



12. 郊遊



13. 睡覺



14. 籃球



15. 棒球



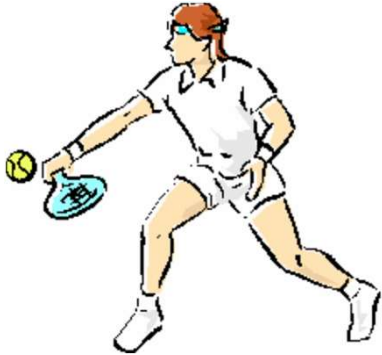


16. 足球



17. 溜冰



18. 爬山

		
<input type="checkbox"/> 19. 網球	<input type="checkbox"/> 20. 排球	<input type="checkbox"/> 21. 騎馬



22. 養魚



23. 養貓
或狗



24. 放風
箏



25. 打羽
毛球



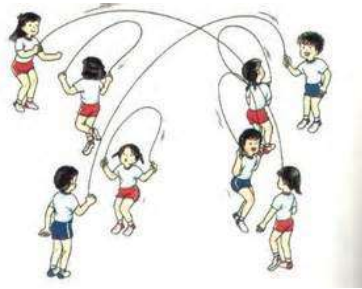
26. 打保
齡球



27. 露營



28. 踢毽子



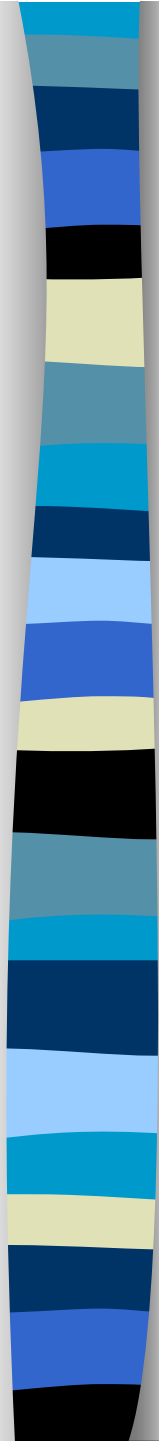
29. 跳繩



30. 下棋



31. 騎單車



二、休閒活動的目的

寒、暑假的時候，小明自己一個人在家裡，很無聊，請你幫小明想一想，他可以做什麼事？



很無聊，
請幫我想一想，
有什麼事情可以做？



1.



2.



3.



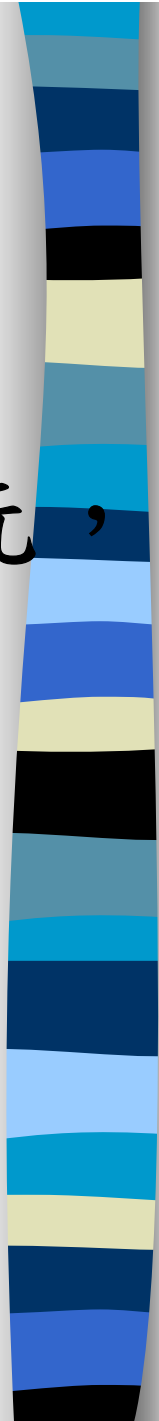
4.



如果你自己一個人在家裡，很無聊的時候，你最喜歡做什麼事？



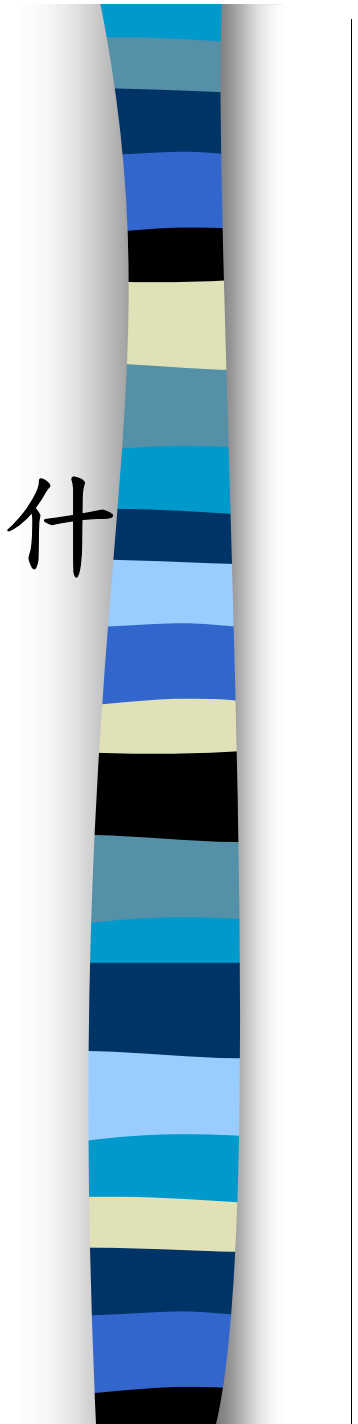
如果可以找鄰居或同學一起玩，
你最喜歡做什麼事？




休閒活動的目的，就是幫助我們無聊的時候，可以做一些有趣的事；工作完了很累的時候，可以休息放鬆心情。



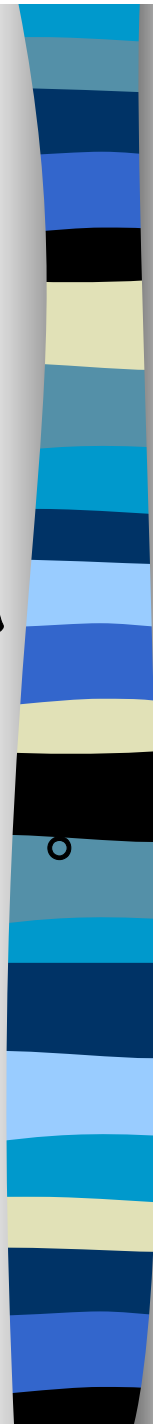
從休閒活動中，我們得到了什麼？



- 
1. 可以使我們更快樂。
 2. 可以使我們和別人相處的更好。
 3. 可以使我們學到很多知識。
 4. 可以使我們變聰明。
 5. 可以使我們健康、活潑。
 6. 可以使我們得到充分的休息。

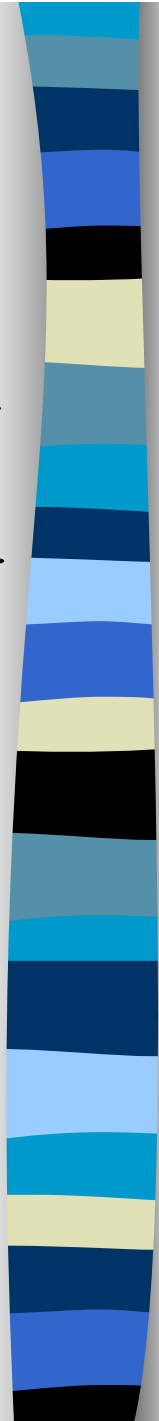
三、休閒的場所（地方）

在家裡，可以從事的休閒活動有
做家政、聽音樂、唱歌、看電視
（電影）、下棋、玩撲克牌、畫
圖、插花、養寵物、泡茶……等





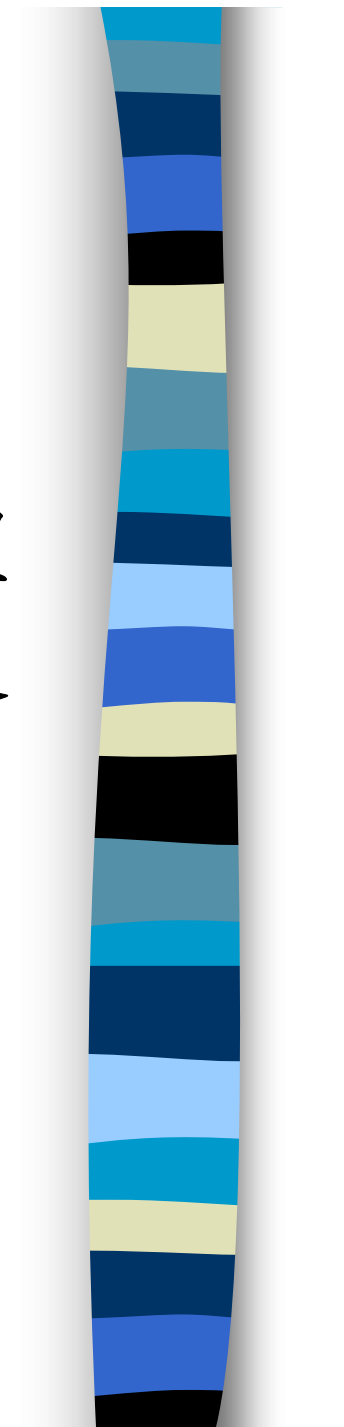
在住家外面（戶外），可以從事的休閒活動有打籃球、慢跑、放風箏、逛街、郊遊、爬山、釣魚……等。



四、不正當的休閒活動 賭博、飆車、吸毒都是犯法的。



賭博、飆車、吸毒都會傷害身體的健康，而且是犯法的。當住家附近有人在賭博、吸毒的時候，不可以過去看，要趕快走開。





都學會了嗎？

你很棒！大家一起拍手！

