小五常識練習卷：健康生活、自然現象與社區設施

小五（P5）　常識　｜　時限：50 分鐘　｜　總分：100 分　｜　共 12 題

甲部：健康生活

全部題目均須作答，答案須完整句子，並列出計算步驟。

1. 衞生署建議小學生每天飲用約 6 杯水，每杯約 250 mL。(a) 每天建議的飲水量是多少 mL？即多少 L？(b) 小華今天只飲了 4 杯水，他尚欠多少 mL 才達到建議份量？(c) 寫出一項在天氣炎熱時補充水的正確做法。

答案：答案：(a) 6 乘以 250 = 1500 mL，即 1.5 L。(b) 尚欠 2 杯，2 乘以 250 = 500 mL。(c) 例如運動後分段慢慢飲水，避免一次過大量飲用含糖飲品或冰水。評分要點：(a) mL 與 L 各 2 分，(b) 算式與答案 2 分，(c) 具體可行做法 2 分，只寫「多飲水」不給分。

2. 美儀靜止時心跳每分鐘 72 次，跳繩 5 分鐘後量得每分鐘 132 次。(a) 運動後心跳比靜止時每分鐘快多少次？(b) 心跳增加的幅度是靜止心跳的百分之幾（取一位小數）？(c) 解釋運動時心跳加快的原因。

答案：答案：(a) 132 減 72 = 60 次。(b) 60 除以 72 乘以 100% = 83.3%。(c) 運動時肌肉需要更多氧氣和養分，同時產生更多二氧化碳，心臟須加快泵血把氧氣運到肌肉並帶走廢物，所以心跳加快。評分要點：(a) 2 分，(b) 算式與百分數 3 分，(c) 氧氣需求與運送各 1.5 分。

3. 正確洗手時應以肥皂搓手至少 20 秒。小玲一天洗手 8 次，每次都搓手 20 秒。(a) 她一天搓手共多少秒？(b) 即多少分多少秒？(c) 列出洗手時最容易忽略清潔的兩個部位。

答案：答案：(a) 8 乘以 20 = 160 秒。(b) 160 秒即 2 分 40 秒。(c) 手指罅（指縫）、拇指、手腕或指尖。評分要點：(a) 2 分，(b) 換算 2 分，(c) 每個部位 2 分，共 4 分；只答「手心」不給分。

4. 衞生署建議 6 至 12 歲兒童每天睡眠 9 至 11 小時。小明晚上 22:00 上床睡覺，翌日早上 07:00 起床。(a) 他共睡了多少小時？(b) 他的睡眠時間是否符合建議？(c) 寫出兩項睡眠不足對小學生的影響。

答案：答案：(a) 由 22:00 至午夜 2 小時，加 7 小時，共 9 小時。(b) 符合，9 小時在建議的 9 至 11 小時之內。(c) 例如上課不專心、記憶力差、容易疲倦、情緒不穩或免疫力下降。評分要點：(a) 3 分，(b) 判斷與理由 2 分，(c) 每項 1.5 分，共 3 分。

乙部：天氣、水循環與能源

全部題目均須作答，計算題須註明單位。

5. 某日天文台錄得最高氣溫 31.2 度、最低氣溫 26.4 度，相對濕度達 85%。(a) 當日的氣溫差距是多少度？(b) 在濕度這麼高的情況下，人體的汗水較難蒸發，身體感覺會怎樣？(c) 寫出一項在炎熱天氣下預防中暑的方法。

答案：答案：(a) 31.2 減 26.4 = 4.8 度。(b) 汗水難以蒸發，身體散熱較慢，體感溫度會比實際氣溫高，感覺悶熱不適。(c) 例如避免在正午長時間在戶外活動，多飲水，穿淺色通爽衣物，在陰涼處休息。評分要點：(a) 3 分，(b) 蒸發與散熱各 1.5 分，(c) 具體方法 3 分。

6. 一杯水原有 200 mL，放在窗邊三天，每天蒸發 15 mL。(a) 三天共蒸發了多少 mL？(b) 杯內還剩多少 mL 水？(c) 蒸發後的水去了哪裡？寫出水循環中接着發生的兩個過程。

答案：答案：(a) 15 乘以 3 = 45 mL。(b) 200 減 45 = 155 mL。(c) 水受熱變成水蒸氣升上空中，遇冷凝結成小水滴形成雲，雲中的水滴增大後以雨、雪等形式降落地面（降水），再經河流流回海洋（徑流）。評分要點：(a) 3 分，(b) 2 分，(c) 凝結與降水各 2 分。

7. 六月、七月和八月的降雨量分別是 420 mm、380 mm 和 450 mm。(a) 三個月的總降雨量是多少 mm？(b) 平均每月降雨量是多少 mm（取一位小數）？(c) 這三個月屬於香港哪一個季節？該季節常受甚麼天氣系統影響？

答案：答案：(a) 420 加 380 加 450 = 1250 mm。(b) 1250 除以 3 = 416.7 mm（取一位小數）。(c) 屬於夏季；常受颱風（熱帶氣旋）及西南季候風影響，雨水集中。評分要點：(a) 3 分，(b) 3 分，未取一位小數扣 1 分，(c) 季節 1 分、天氣系統 2 分。

8. 一個 9 W 的 LED 燈膽和一個 60 W 的鎢絲燈膽，每天各使用 5 小時，一個月以 30 日計算。(a) 分別計算兩者一個月的用電量（以 kWh 表示）。(b) 兩者的用電量相差多少 kWh？(c) 寫出一項家居節約用電的方法。

答案：答案：(a) LED：9 乘以 5 乘以 30 除以 1000 = 1.35 kWh；鎢絲燈膽：60 乘以 5 乘以 30 除以 1000 = 9 kWh。(b) 9 減 1.35 = 7.65 kWh。(c) 例如隨手關燈、改用 LED 燈膽、關掉不使用的電器及拔掉插頭。評分要點：(a) 兩個用電量各 3 分，(b) 2 分，(c) 1 分。

丙部：社區設施與生活應用

全部題目均須作答，每題須寫出兩項或以上例子。

9. 社區圖書館每天 10:00 至 19:00 開放，逢星期三休館。(a) 圖書館每天開放多少小時？(b) 一星期共開放多少小時？(c) 列出兩項圖書館為社區提供的服務。

答案：答案：(a) 19 減 10 = 9 小時。(b) 一星期開放 6 日，9 乘以 6 = 54 小時。(c) 例如借閱圖書、提供自修室、免費電腦及上網服務、舉辦閱讀推廣活動、提供參考資料。評分要點：(a) 2 分，(b) 3 分（須扣起星期三），(c) 每項 1.5 分，共 3 分。

10. 某屋苑每戶每天產生垃圾 1.2 kg，其中三成可以回收。(a) 一星期（7 日）每戶共產生多少 kg 垃圾？(b) 其中可回收的垃圾有多少 kg？(c) 寫出兩類應放入回收箱的廢物。

答案：答案：(a) 1.2 乘以 7 = 8.4 kg。(b) 8.4 乘以 30% = 2.52 kg。(c) 例如廢紙、鋁罐、膠樽、玻璃樽、金屬罐。評分要點：(a) 3 分，(b) 3 分（須先求一星期總量），(c) 每類 1 分，共 2 分。

11. 某巴士路線由 07:00 起每 12 分鐘開出一班。(a) 由 07:00 至 09:00 共開出多少班巴士？(b) 08:00 之後的下一班巴士在甚麼時間開出？(c) 寫出兩項乘搭公共交通工具時應注意的安全事項。

答案：答案：(a) 07:00 至 09:00 共 120 分鐘，120 除以 12 = 10，加開出的第一班，共 11 班。(b) 08:00 開出一班，下一班是 08:12。(c) 例如排隊上車、上車後站穩並握緊扶手、不把頭手伸出窗外、不在車廂內追逐。評分要點：(a) 4 分（漏加第一班只得 2 分），(b) 2 分，(c) 每項 1 分。

12. 一盒 250 mL 果汁的標籤顯示每 100 mL 含糖 9 g。(a) 飲完整盒果汁會攝取多少 g 糖？(b) 世界衞生組織建議每日游離糖攝入量應低於 50 g，這盒果汁佔每日上限的百分之幾？(c) 為甚麼吃原個水果比飲果汁較健康？

答案：答案：(a) 9 乘以 250 除以 100 = 22.5 g。(b) 22.5 除以 50 乘以 100% = 45%。(c) 原個水果含膳食纖維，需要咀嚼，飽足感較強，糖分吸收較慢；果汁把纖維濾走，容易在短時間內攝取大量糖分。評分要點：(a) 3 分，(b) 3 分，(c) 纖維與飽足感各 1 分。

TutorZone 小五（P5）常識練習卷｜題目與文章為原創，並非任何學校或出版社的教材。