



東莞學校



五年級

2025-26 年度 第三學段

# 默書手冊



班別：五年級（ ）班

姓名：\_\_\_\_\_（ ）

## 目錄

次數	周次	日期	默書範圍
1.	三	四月十四日/ 四月十五日	<ul style="list-style-type: none"><li>● 聽默 詞語：第一課《怎樣建造一個綠色香港》 課文：第一課《怎樣建造一個綠色香港》第2段</li> <li>● 背默</li><li>● 趣味默書：字詞佳句庫 P.20「保護環境」</li></ul>
2.	七	五月十二日/ 五月十三日	<ul style="list-style-type: none"><li>● 聽默 詞語：第二課《怎麼紓解壓力》 課文：第二課《怎麼紓解壓力》第1段</li> <li>● 背默</li><li>趣味默書：字詞佳句庫 P.7「心理」</li></ul>
3.	九	五月二十六日/ 五月二十七日	<ul style="list-style-type: none"><li>● 聽默 詞語：第四課《春天的小雨滴滴滴》 課文：第四課《春天的小雨滴滴滴》第2-3段</li> <li>● 背默</li><li>趣味默書：寫作佳句</li></ul>

## 評分準則

### 1. 默書佔分分佈

詞語（聽默）	30 分	基礎總分 100 分
課文（聽默）	70 分	
趣味默書（背默）	20 分	加分 20 分

### 2. 批改準則

	五年級
詞語	每個錯漏字扣 3 分
課文	每個錯漏字扣 3 分
	重錯不扣分，多字扣 1 分，錯漏標點符號每個扣 1 分。 段落開首欠空兩格扣 2 分。
趣味默書	每學段第 1、2 次：字詞佳句庫詞語 每個詞語加 2 分，全對才給分，最多加 20 分。
	每學段第 3 次：寫作佳句 20 分倒扣，每個錯、漏、多字扣 1 分，錯漏標點符號每個扣 1 分。





## 溫習默書祕訣

1. 先了解默書範圍
2. 圈出不懂的生字及新詞
3. 分段溫習
4. 先默熟悉的字，再默新詞（不宜過多，一次5個，分組默寫）
5. 嘗試自行批改，培養認真負責的態度
6. 錯漏的地方加上記號，如：圈起錯字，方便重新溫習
7. 溫習半小時後小休，再溫習
8. 正式默書前，重溫有記號的地方

**\*最有效的記憶是隔開時間溫習，  
例如在第一天、第三天及第五天溫習\***



## 默書備忘

1. 準備足夠的文具
2. 保持鎮定，放鬆心情；緊張時，深呼吸
3. 專心聆聽，聽完才寫
4. 字體端正，筆畫清晰，書寫速度適中，不要太慢
5. 不懂的字先留空位，容後補上
6. 聽不清楚，舉手問老師
7. 默書完畢，檢查和修改



摘錄至《家長小錦囊：默書新方向——創意、挑戰、愉快、自學》

## 第一次

四月十四日（星期二） / 四月十五日（星期三）

### 第一課

#### （一）詞語（第一課）

1. 棄置
2. 響應
3. 印證
4. 得天獨厚
5. 絕跡
6. 效益
7. 獨善其身
8. 刻不容緩
9. 物盡其用
10. 置身事外

#### （二）課文（第一課第2段）

在學校方面，學生應建立正確的環保觀念，培養環保習慣。學生可以透過參加講座，了解香港環境現狀，提高環保意識；也要積極參與各種相關活動，例如生態工作坊、小農夫計劃等，透過與大自然親密接觸，親身體驗了解人類活動對環境的影響。日常校園生活中，學生也要響應號召，行動起來，如把課室內冷氣機的溫度調校至 25.5°C，節約用電。

#### （三）趣味默書（字詞佳句庫 P.20「保護環境」）

## 第二次

五月十二日（星期二） / 五月十三日（星期三）

### 第二課

#### （一）詞語（第二課）

- |       |          |       |       |
|-------|----------|-------|-------|
| 1. 伴隨 | 2. 重擔    | 3. 輔導 | 4. 面臨 |
| 5. 促使 | 6. 根源    | 7. 放鬆 | 8. 切實 |
| 9. 承受 | 10. 適得其反 |       |       |

#### （二）課文（第二課第1段）

伴隨着生活節奏的不斷加快、社會的競爭日趨激烈，無形的壓力逐漸向我們逼近。而這些壓力，又將反過來成為工作、學習、生活的障礙，令我們無法順利前行，因此，我們要學會如何釋放壓力、調節心理。那麼，我們應如何消除壓力，讓心靈處於最佳的狀態，以促使我們能游刃有餘地應對工作和學習中的挑戰和挫折？

#### （三）趣味默書（字詞佳句庫 P. 7「心理」）

### 第三次

五月二十六日（星期二） / 五月二十七日（星期三）

#### 第四課

##### （二）詞語（第九課）

- |       |         |        |       |
|-------|---------|--------|-------|
| 1. 葉脈 | 2. 播種   | 3. 涼冰冰 | 4. 花絮 |
| 5. 演奏 | 6. 滾動   | 7. 飄散  | 8. 發芽 |
| 9. 品嚐 | 10. 甜蜜蜜 |        |       |

##### （二）課文（第四課第 2-3 段）

雨，不大，卻滴答滴答地下個不停。於是，屋子前面的小水溝滾動起來了。嘩嘩的水流，像一股股清泉，從地底下湧出來，高興得嘩啦嘩啦，嘩啦嘩啦，你推我擠的。

打開一朵紅色的花傘，走在樹林裏的小路上，聽雨滴打在葉子上，打在柳條上，打在花朵上，打在樹幹上，發出各種不同的聲音，整座森林就像一座音樂廳一樣。

##### （三）趣味默書（寫作佳句）

今天因為幫助別人而遲到，我並不感到後悔，反而很開心呢！