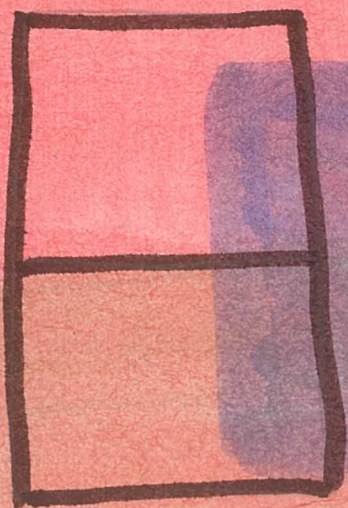


數

學子



報

# 健康飲食原則



1. 食物的選擇要多元化，避免偏食。
2. 多吃蔬菜和水果類食物，每餐應以穀物類為主。
3. 吃適量的奶類、肉、魚、蛋及代替品（包括乾豆）。
4. 減少進食高油、鹽、糖或經醃製和加工食物。
5. 每天飲用足夠的流質飲品（包括清水、清茶和清湯）。
6. 飲食要定時和定量。



世界衛生組織建議以身體質量指數(BMI)來衡量肥胖程度。

公式：
$$\frac{\text{體重(kg)}}{\text{身高}^2(\text{m}^2)}$$

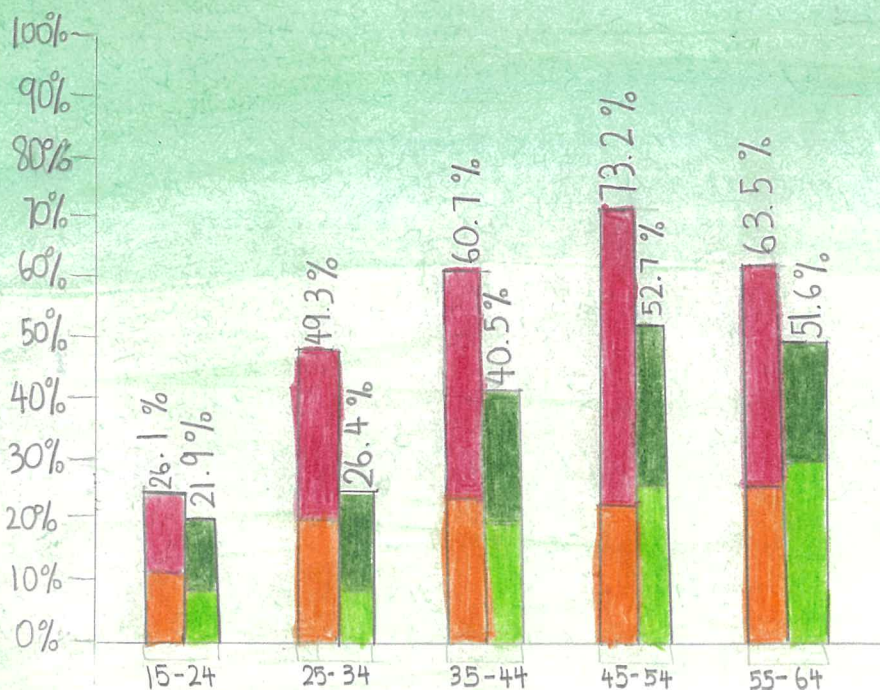


過輕	正常	超重
<18.5	≥18.5及 <23.0	≥23.0



超重和肥胖的人口比例(香港)

人口比例



年齡組別

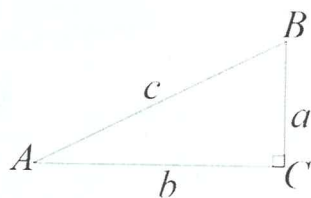


# 數學家：畢達哥拉斯

生平：畢達哥拉斯是古希臘最傑出的數學家之一，他的研究對幾何學、數學和哲學的發展產生了深遠的影響。他的父親是一位富有的商人，曾經經營過貿易。年輕時他曾到埃及和巴比倫等地旅行，接觸到當時世界各地的知識和文化，並在巴比倫學習了數學和天文學。



在他的學習過程中，他發現了一些重要的數學定理，其中最著名的畢氏定理。畢氏定理是指直角三角形中，直角兩邊的平方之和等於斜邊的平方，即 $c^2 = a^2 + b^2$ 。這個定理對於測量和計算三角形的面積和周長非常重要，因此它被廣泛地應用於數學和物理學等領域。



畢氏定理 (Pythagorean Theorem)

$$c^2 = a^2 + b^2$$



MATHEMATICS



# 有趣的數學



右圖是9根火柴棒排成的3個三角形，請移動3根火柴棒，讓三角形變成5個。



答案：



Go To School

## 算術

這裏有5道題目，請

在空格內填上

十、一、 $\times$ 、 $\div$ 等符號

1.  $4 \square 4 = 1$

2.  $(4 \square 4) \square 4 = 2$

3.  $4 \square (4 \square 4) = 3$

4.  $4 \square 4 \square 4 = 4$

5.  $4 \square 4 \square 4 = 5$



答案：

1.  $\div$  2.  $+$  3.  $-$  4.  $+$  5.  $\div$   $+$

學生姓名: 郭承欣

班別: 4D

## 《數學日報》

假設你是《數學日報》的編輯部，負責設計一份報章供同學們閱讀，報章內容包括以下幾部份：

### (一) 必須包含：「健康飲食與數學」主題

你可搜尋及分享一則「健康飲食與數學」的訊息(網頁/報刊/書籍)，着重於分析及研究其中一些數據，提出問題或解決方法。你也可以製作統計圖表達統計結果。

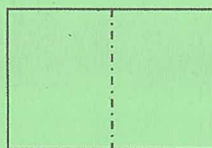
### (二) 選項：(至少選 2 部份)

1. 數學家的歷史
2. 數學新聞
3. 數學小百科 (如與生活或大自然有關的數學知識)
4. 趣味數學 (可設計一些貼合四年級程度，有趣的數學題或遊蹤題目)
5. 自擬其他數學主題

你可以從課外書籍、報章或網上搜尋有關資料，設計一份富有創意的《數學日報》，然後向全班同學作簡單的介紹。

\*《數學日報》的大小必須為 A3(297mm×420mm)，最少包括一頁封面及 3 頁的內容。

#### 設計範本



(把 A3 畫紙對摺成為 A4)



## 數學閱讀 fun fun fun

任務：閱讀最少 3 本介紹數學知識、數學歷史、數學小百科等書籍，搜集和記錄有用的資料來設計你的日報。（也可利用互聯網搜尋資料。）

書名/網頁名稱	作者	索書號	圖書來源/網址
1. 數學家數學史	—	—	<a href="http://www2.mosh.kh.edu.tw">http://www2.mosh.kh.edu.tw</a>
2. 衛生署防護中心一肥胖	—	—	<a href="https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics">https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics</a>
3. 貓偵探的數學謎題 2	楊嘉慧	J3104645	牛池灣公共圖書館
4. 貓偵探的數學謎題 3	楊嘉慧	J3104645	牛池灣公共圖書館

### 〈數學日報〉簡介

以約 120 字介紹你的日報內容及特色。

從這份數學日報中，可以吸取很多不同的數學知識和健康飲食的方法。我利用了棒形圖表示香港肥胖和的比例，希望大家重視健康飲食的重要性。還有，你可以認識一名數學家，這位數學家發現了著名的畢氏定理。最後，我找到了一些有趣的數學題目和大家一同分享，利用有趣的方法，可以深入浅出地明白四則運算！

(130字)