

## 太空生活Q&A

### Q1：太空人在太空如何喝水？

A：在失重環境不可能像地球上那樣端起杯子就喝，因為在微重力條件下，你把杯子倒轉，水也不會自動流進你的嘴裏。太空人在太空都是用吸管喝水的。裝飲料的容器一端有一個注水孔，太空人用塑膠吸管插入注水孔吸飲。



▲小朋友對航天員在太空的生活非常好奇。

作者：湯圓圓 對世界充滿好奇的過期小學生

中國載人航天工程代表團於上月底來港，與大、中、小學的學生們展開交流，不知小讀者們當時有無在現場呢？其實，內地的航天代表團自1997年之後已多次來港，在做好青少年航天科普方面，代表團亦不遺餘力！圓圓今次整理了代表團近年來會見青少年的相關太空生活問答，今次一併分享出來，小朋友就當作常識去積累吧！

### Q2：在太空需要做運動嗎？

A：太空人在太空飛行中會出現體液頭向轉移、骨質疏鬆、肌肉萎縮等變化，所以為了減少太空飛行對身體的影響，保持飛行和返回時的身體狀態，在太空中做運動、開展鍛煉是必須的。

### Q3：太空人在空間站怎麼吃飯？

A：進餐時他們可以用軌道艙中的加熱器加熱食品，加熱器是一個衛生保健箱大小的裝置，加熱30分鐘便可食用。準備時間加上吃飯的時間，太空人吃一頓飯就得花費1小時，這樣，先吃的太空人一次就要準備好兩個人的飯菜。

### Q4：人在太空會長高嗎？

A：太空失重環境下，椎骨之間間距會增大，人的脊柱長度也會變長，所以人的身高相應也會增加。大概飛完5天時間，基本就恢復原來的身高。

### Q5：天上的用水可循環使用嗎？

A：目前空間站內的飲用水都已處理過，空間站有一整套的水再生處理系統，能夠滿足艙內生活用水的循環使用。航天員王亞平曾向同學們展示飲用袋裝的再生水，並表示「再生水和普通水喝起來沒有什麼區別」。

### Q6：在空間站如何洗頭？

A：在空間站洗頭可是有「神器」的，這就是一頂免沖洗頭罩。洗頭罩具有彈性收口，能夠很好地包裹頭部。航天員翟志剛就曾給大家講解過如何「太空洗頭」：首先用一個頭罩，罩住腦袋，這個頭罩裏面裝的是洗髮液，然後進行揉搓；揉搓完之後扔掉，再取一個頭罩，裏面含有水，再繼續揉搓，揉搓完之後再把它扔掉；最後再取一個乾的頭罩套在頭上，再揉搓，乾後就洗完了。總結關鍵詞就是「揉搓、揉搓、再揉搓」。



## 問：

女兒一直對中文興趣不大，升了五年級後更因為覺得困難而感到抗拒，我可以怎樣補救？

\*家長如有任何問題，或育兒心得想和大家分享，歡迎電郵給我們。

電郵：  
tkpschools@gmail.com

## 家長信箱

香橙老師 | 小學訓輔主任

## 培養學科興趣 支持鼓勵勝過懲罰威嚇

### 答：

#### 香橙老師答：

在提問中感到你的焦急和擔心，要對焦解答你的提問，我必須對你女兒的行為模式、學習程度、困難核心有充分的理解。因此香橙老師先給你幾個大方向，相信你女兒的中文老師能提供更具體的解決方案。

無論是大人還是小孩，做事過程的觀感會影響對事情的興趣。因此家長和老師對女兒中文學習的支持和鼓勵，會為孩子留下良好印象，令孩子更樂意學習中文。相反，如果孩子在學習過程中經常被

懲罰、責罵、威嚇等，又或在無助時感受不到別人的支持，孩子就更易感到氣餒。要令孩子對學習有良好的感覺，方法包括實質獎勵、言語支持、運用有趣的遊戲、故事、片段、歌曲作教材等。以上事例各有長短，家長可以按自己對孩子的認識小心選用。

此外，學習基礎薄弱的孩子，由於無法跟上課程進度，很難在學習過程中獲得樂趣。雖然要重建基礎不是一時三刻的事，但必須一點一點的進行。過程中孩子所獲得的成功經歷和父母的鼓勵，令孩子感

到自己有成功的盼望，從而增加向前跑的動力。家長可以考慮在過程中設定小目標，小至每天學習幾個生字，或完成一頁有趣的故事，配合對孩子的鼓勵和認同，增加孩子的自信，讓孩子相信自己有機會成功。

有些家長會為孩子安排補習班，希望提升孩子的中文水平。家長除了要留意師資、班組的學習內容是否對應孩子的學習需要外，建議還要留意學習過程帶給孩子的觀感。觀感好與壞，決定孩子的動機高低。