

任務一：

### 健康博覽專題研習

- 透過啟動禮帶出專題任務。
- 以長者健康作為研習主題，並進行資料搜集及訪問。
- 體驗、欣賞和享受進行不同運動及飲食營養的樂趣。
- 於成果展示日，學生化身成健康大使，為家長測量體質、展示研習結果及提出建議。

任務二：

### 遠足樂

- 親身體驗遠足樂趣。
- 欣賞大自然的景物，感受神創造萬物的美好，培養健康的心靈。

# 健康小超人

## 超越自己,推己及人,健康小超人

甚麼是健康生活？

為甚麼要有健康生活？

如何成為一個身心靈健康的人？

### 知識：認識健康生活的重要及實踐健康生活的方法

#### 中文

圖書教學：  
《我還有一隻腳》  
(心靈健康)

#### 英文

Marvellous Menu  
 Charlie and the  
Chocolate Factory

#### 數學

計算BMI

#### 常識

認識健康飲食的營養素  
認識預防疾病的方法

#### 體育

認識和體驗不同  
類型的運動項目

#### 閱讀

配合書袋，閱讀  
有關健康生活的  
書籍

## 健康博覽會 健康訊息 攤位展示

#### 英文

Choose  
healthy food in  
supermarket

#### 常識

搜集和分析影  
響健康的生活  
習慣

#### 生教

認識生命的週期  
 生命的樂章  
心靈健康：建立正  
面情緒

#### 視藝

繪製蔬  
果人

#### FRT

製作電子問卷以收集飲食、  
作息習慣的數據

#### 數學

以學習的八個方向尋找  
指定的地點，作遊踪

#### 中文

童詩創作  
(製作以感恩為主題的  
詩集)

#### 班級經營

步操訓練及歷奇活  
動

技能：實踐及推廣健康生活的模式

態度：培養健康的生活態度

