

任務一：

健康博覽專題研習

- 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，為家長測量各項身體指數、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



健康小博士

超越自己,推己及人,健康小博士

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
Comparing different kinds
of food (U3 & U4)

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

Comparing and
choosing food
items

常識

搜集和分析影響
健康的生活習慣

常識

設計問卷以收集飲食、作息
和運動特健康習慣的數據

數學

以學習的八個方向尋找指
定的地點作遊踪

班級經營

學習與人相處：
「傳心傳意」
「我是時間小主人」

視藝

「翩翩起舞」
作品，繪畫出
舞者姿勢

中文

童詩創作
(製作以感恩為主題的詩集)

班級經營

步操訓練及團體活動

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

