



# 健康生活方式

今年上學期閱讀主題是「健康生活方式」，在圖書課上老師會跟學生一同閱讀及討論健康生活各個範疇，藉此希望大家關注健康，包括身體、心靈、心理等各方面，從而身體力行改掉一些壞習慣，多吃健康食物、多做運動、多和同學好好相處，達致健康快樂的人生。在課堂上除了健康生活方式工作紙(簡稱：健工)外，還有閱讀衛生署提供的單張、海報、網上電子書，更有大量實體圖書呀！同學們快點到本校圖書館借閱啦！

現在先看看老師錄製的圖書推介影片吧。共有四段，包括《鬧情緒怎麼辦》、心理篇、個人衛生及生活常規篇、繪本故事篇，全是關於「健康生活方式」這個主題的。大家看完影片，記得來圖書館借閱圖書呀。



(掃描 QR code，看影片)

[https://www.youtube.com/watch?v=oNuB1niCICk&list=PLB-pj7QF5rPHm9SncwuZwM72WJ\\_3sOkU-](https://www.youtube.com/watch?v=oNuB1niCICk&list=PLB-pj7QF5rPHm9SncwuZwM72WJ_3sOkU-)

- 健康生活方式圖書推介 - 心理篇
- 健康生活方式圖書推介 - 個人衛生及生活常規篇
- 健康生活方式圖書推介 - 繪本故事篇



<https://www.youtube.com/watch?v=m-vPsiCqPmY>

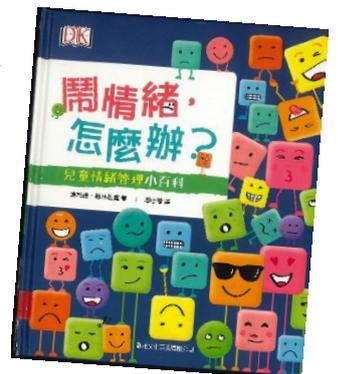
## 《鬧情緒怎麼辦》

作者：埃利諾·格林伍德

譯者：潘心慧

出版社：新雅文化事業有限公司

出版日期：2019年02月01日





## 楊老師同你講故事

楊老師同你講故事又同大家見了，今次這本圖書是

《被欺負時可以打回去嗎？：我不想傻傻被欺負》，大家有沒有被欺負，書中的主人翁因身材矮小被取笑是「矮冬瓜」，但他足球球技了得，加上學習跆拳道，面對同學的欺負，他會以暴易暴嗎？最後有甚麼結果呢？

「校園欺凌」這個課題值得深入探討，盼望大家看過這影片，學識保護自己的方法。此外，老師付設「閱讀小挑戰」活動，考考大家對故事內容的熟悉度，答對全部题目的同學，可得到一次扭蛋機會。(記得：截止日期是 19/12 喔！)



12月1日推出第二個故事 -  
《被欺負時可以打回去嗎？：  
我不想傻傻被欺負》

作者：高大永

譯者：鄭筱穎

繪者：金永鎮

出版社：采實文化

出版日期：2019/05/30

<https://www.youtube.com/watch?v=JxuQId8N8PU>



(聽故事)



(閱讀小挑戰)

## 圖書館活動花絮

課後**閱讀小組**每學年有 3 期，維期 2 至 3 個月進行閱讀活動。第一期在 10 月舉行，至 12 月會結束；然後圖書館老師會再發「招募新一期的閱讀小組成員」的通告，而今次招募二年級學生參加第二期的閱讀小組活動。二年級同學敬請留意提提家長 12 月 12 日發出的通告，並與家長商量能否參加，名額有限，最多招募 15 個愛閱讀的二年級學生啊！萬勿錯過！

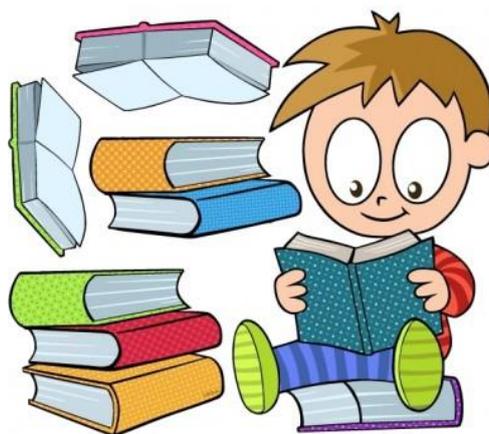
今次我們一起看看第一期閱讀小組成員的活動花絮。我們會先看看故事書，再動手做小手工，看看我們的成果。



## 圖書館活動



各位同學，記住！記住！喜愛閱讀，樂意分享……在聖誕假期裏，請大家完成《**閱讀+分享獎勵計劃**》小冊子(即閱冊)的第 7 至 8 頁，並在 2024 年 **1 月 4 日** 交。做得好的同學，有機會玩扭蛋機一次。



125125125**125**125125125**125**125125125**125**125125125**125**125125125**125**125125125**125**

全校**閱讀日**將在 2024 年 **1 月 25 日**舉行，**書中人物**演繹比賽也是當天其中一個活動，還有**書展**及其他閱讀活動啊！  
我開始構思扮演哪個書中人物，你呢？  
約定你。125！125！125！



125125125**125**125125125**125**125125125**125**125125125**125**125125125**125**