

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K1	公主生病了	生病的病徵	1. 健康生活篇： 《我喜歡運動》	 3. 《小醫生康康》 介紹生病時的病徵，以及醫生如何診症。
		動物運動操	1. 健康生活篇： 《我喜歡運動》	MTV 8. 《動物運動歌》 讓兒童知道注意健康的重要性，並請兒童跟著動畫一起做運動。
K1	米米說不	控制情緒	2. 自信自理篇： 《我是情緒的主人》	 2. 動畫《誰是破壞王》 讓兒童知道不可胡亂發脾氣，以及如何處理負面的情緒。
K1	社區	上街去	3. 愛己愛人篇： 《愛秩序》	 1. 乘地鐵守規矩 3. 圖書館內的守則 4. 乘巴士守秩序 讓兒童初步認識守秩序的標誌，使他們建立守規的行為，並承諾在乘車及公眾地方守規。
K1	幫助我們的人	樂於助人	3. 愛己愛人篇： 《我是小義工》	 2. 動畫《送燒餅》 讓兒童明白幫助別人會令自己及別人快樂。





《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K1	快樂笑笑	自己的事自己做	2. 自信自理篇： 《看我做得到》	 《看我做得到》 讓兒童明白自己的事自己做，建立兒童的自信心。
年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K1	身體動一動	做運動的好處	1. 健康生活篇： 《我喜歡運動》	 2. 動畫《小醫生康康》 讓兒童明白做運動對身體的好處，並鼓勵他們多做運動及注意健康。
				MTV 8. 《動物運動歌》 與兒童一起做運動操，享受箇中樂趣。
K1	吃得健康	吃水果的好處	1. 健康生活篇： 《開心水果天》	 1. 《我不再忍》 讓兒童明白放屁是正常現象，以及吃果的好處。
				MTV 2. 《齊來食個大蘋果》 與兒童一起唸兒歌及作總結。



《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K1	健康飲食	/	1.健康生活篇： 《開心水果天》	 4. 動畫《我不再忍》 讓兒童知道不可偏吃。
			1.健康生活篇： 《健康飲食》	 3. 動畫《健康大使》 讓兒童知道健康正餐的正確份量(3+2+1)。
			 7. 兒歌《健康飲食 321》 兒童唱兒歌作總結，並一起創作動作。	

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例


年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K2	餐盒裏的食物	健康食物的好處	1.健康生活篇： 《開心水果天》	 4. 動畫《我不再忍》 透過動畫故事，讓兒童知道多吃水果的好處。
				 5. 水果好味又健康 透過節目情節，讓兒童知道多吃水果的好處及進食時要有適當的份量。
		均衡飲食的重要	1.健康生活篇： 《健康飲食》	 3. 動畫《健康大使》 透過動畫故事，重溫正餐 321 的比例，以及提醒兒童要多喝清水。
		農夫的工作	1.健康生活篇： 《天天都是蔬菜天》	 2. 守護蔬菜的戰士 介紹守護蔬菜的戰士（甲蟲、螳螂、蚯蚓）和農夫的工作，教導兒童要感謝農夫的辛勞，之後到校園外的花槽尋找蟲蟲。

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K2	社區	我的社區	3.愛己愛人篇： 《愛秩序》 3.愛己愛人篇： 《人人有優點》	 4. 圖書館內的守則  1. 到圖書館去 讓兒童認識圖書館內的守則，例如：保持安靜、不准飲食、要關上手機等。
K2	幫助我們的人	不同的職業	1.健康生活篇： 《天天都是蔬菜天》 《我喜歡運動》 3.愛己愛人篇： 《我是小義工》 《笑 MiMi 的願望》	 1. 多謝農夫 — 農夫 (03:42-04:42) — 醫生 (01:22-01:50) — 燒餅師傅 (03:41-03:54) — 郵差 (01:10-01:48) — 旅行團領隊 讓兒童認識或重溫不同的職業。
			1.健康生活篇： 《天天都是蔬菜天》	MTV 6. 《天天吃蔬菜》 讓兒童知道珍惜食物是感謝農夫辛勞的好方法。




《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K2	交通工具	遵守規則	3.愛己愛人篇： 《愛秩序》	 5. 兒歌《健康小食店的規則》 透過兒歌一起創作標誌。

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K2	我愛香港	關心別人、關心社會	3.愛己愛人篇： 《我家有一扇窗》	 《我家有一扇窗》 讓兒童知道如何為他人送上祝福，打破彼此的隔膜及改善鄰里關係，並鼓勵兒童樂觀地面對困難，互相支持。
K2	奇妙的我	欣賞他人優點	3.愛己愛人篇： 《人人有優點》	 2. 動畫《森林奇遇記》 讓兒童明白每個人即使長相和身型不同，卻都有自己的優點。
				 4. 兒歌《人人有優點》 與兒童一起唸兒歌及作總結。
		欣賞自己	2.自信自理篇：	 2. 動畫《小狗力信》

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
			《我要有自信》	讓兒童明白做人要有自信。
		抒發情緒	2.自信自理篇： 《我是情緒的主人》	 2. 動畫《誰是破壞王》 5. 兒歌《輕鬆囉》 讓兒童認識不同的情緒，以及一些抒發情緒的方法，並透過兒歌，讓兒童放鬆心情。



節目片段 (DVD 1-3)

MTV 兒歌 (DVD 5)



繪本

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K2	好吃的食物	認識農夫的工作	1.健康生活篇： 《天天都是蔬菜天》	 1. 多謝農夫 透過唐詩《憫農》，讓兒童認識農夫的工作，並感謝農夫的辛勤耕種。
		均衡飲食	1.健康生活篇： 《健康飲食》	 5. 《天天吃蔬菜》 與兒童唸兒歌及作總結。
K2	珍惜	/	3.愛己愛人篇： 《珍惜》	 2. 《健康大使》 讓兒童認識正餐 321 的比例，以及提醒兒童要多喝清水。
K2	珍惜	/	3.愛己愛人篇： 《珍惜》	 9. 《破袖子》 讓兒童懂得珍惜身邊的事物。。

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K2	夏天天氣熱	/	3.愛己愛人篇： 《笑 MiMi 的願望》	 1. 動畫《水點旅行團》 讓兒童認識水滴來到我們家的過程。
				 2. 認識非洲大旱 讓兒童認識及關懷有需要的人，並分享各種珍惜用水的具體方法。
				 3. 大家多喝水 讓兒童認識每天喝 6-8 杯約 240 毫升流質的飲品，並指出喝水的好處。
				MTV 19. 兒歌《飲水歌》 提醒兒童每天要喝足夠的水。
				 5. 笑 MiMi 的願望 籍着笑 MiMi 的願望，鼓勵兒童多關心別人，幫助別人。

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K3	我是小義工	關愛他人	3.愛己愛人篇： 《我是小義工》	 11. 《送燒餅》 透過故事鼓勵兒童要關愛別人。  3. 做個食物回收小義工 介紹志願機構的食物回收計劃。
K3	社區	我們去遊玩	3.愛己愛人篇： 《愛秩序》	 1. 乘地鐵守規矩 4. 乘巴士守秩序 鞏固兒童乘搭交通工具時應有的行為。
			3.愛己愛人篇： 《愛秩序》	 3. 圖書館內的守則 透過短片及曾到過博物館的經驗，讓兒童了解圖書館及博物館的規則標誌的異同，並學習遵守這些規則。
			3.愛己愛人篇： 《愛秩序》	 5. 兒歌《健康小食店的規則》 讓兒童明白規則標誌應用在適當的地方。




《做個健康好寶寶》資源套—學校示例



年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K3	幫助我們的人	購物和珍惜	3.愛己愛人篇： 《珍惜》	1. 我要珍惜  2. 動畫《破袖子》 3. 兒歌《學會珍惜》 培養兒童珍惜物件的態度。
K3	親親美的世界	懂得珍惜	3.愛己愛人篇： 《珍惜》	 9.《破袖子》 讓兒童明白萬物得來不易的道理。
K3	我要上小學	規律的生活	2.自信自理篇： 《慢世魔王》	3. 誰是慢世魔王？  4. 動畫《打敗慢世魔王》 5. 不要慢摩摩 讓兒童明白光陰稍縱即逝，需要好好把握時間，並學習如何規劃自己的時間。
				 2. 兒歌《時鐘歌》 讓兒童了解時鐘的特徵和用途。

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶	
K3	我長大了	欣賞他人優點	3.愛己愛人篇： 《人人有優點》	 2. 動畫《森林奇遇記》 讓兒童明白每個人即使長相和身型不同，卻都有自己的優點。
				 4. 兒歌《人人有優點》 與兒童一起唸兒歌及作總結。
		勇於面對和克服困難	2.自信自理篇： 《不怕辛苦不怕難》	 4. 動畫《沒有太陽和樓梯》 5. 齊來植樹樂悠悠 透過動畫故事把堅毅具體化，利用生活細節的體驗，讓兒童明白要不怕辛苦不怕難。
				 2. 兒歌《我避我避》 讓兒童了解動物和人們在耀眼的陽光下的反應，並鼓勵兒童不怕辛苦不怕難。
	關愛他人	3.愛己愛人篇： 《我是小義工》	 2. 動畫《送燒餅》 鼓勵兒童要關愛別人，讓他們明白助人為快樂之本。	
		4. 兒歌《環保小義工》		

《做個健康好寶寶》資源套—學校示例

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶
			 提醒兒童要關心社會，關愛別人。

年級	主題	副題(如有)	2015 學前教育電視資源套 — 做個健康好寶寶
K3	欣賞別人	/	 8. 《森林奇遇記》 透過書中的人物角色，讓兒童學習欣賞別人優點。
			 2. 動畫《森林奇遇記》 透過故事動畫，讓兒童學習觀察及說出別人的優點。
			MTV 16. 《彼此欣賞》 透過歌詞，讓兒童學習聆聽別人優點。