

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools
主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living
主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
1	有机生活	卡伦·沙利文	三联书店	9789620420665	P	本书介绍有机的定义、有机产品的历史、为什么需要选择有机的东西、选购有机东西要注意的事项，与食用有机物及以有机物代替家庭化学品的的好处，和有机生活的局限。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2053100&fromLocationLink=false&theme=WEB
2	哪里的食物最好吃？ 〔食物教育绘本〕	何巧婵	新雅文化事业有限公司	9789620867880	P	爸爸在欧洲多国一边工作，一边品尝当地的美食，还不忘出谜题予Bibbie和Vivi猜一猜。三个星期后爸爸终于回家了。Bibbie、Vivi问爸爸：哪里的食物最好吃？ 本书以爸爸的回答和有趣的猜谜，让孩子认识各地饮食文化，以食物教育带给孩子身心灵的满足，让孩子认识食物、爱惜食物。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3480773&fromLocationLink=false&theme=WEB
3	防治流感全攻略	方玉辉医生等	万里机构·万里书店	9789621441522	P	本书介绍了流行性感冒的特性，中西医对治疗流感的方法，防护方面的各项措施与装备，以及洗手和使用口罩的详情等。帮助读者加深对流感的认识，强化防疫的概念和意识。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3039390&fromLocationLink=false&theme=WEB
4	自种·自摘·自然食在— —阳台盆栽小菜园	北条雅章、石倉ヒロユキ	喷泉文化	9789869585521	P	本书利用详细的图文教学，介绍最适合的环境、温度、湿度、日照时间、土壤、肥料和种植空间等，让读者掌握种植不同蔬菜的基本技巧，培养他们对种植的兴趣。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3526186&fromLocationLink=false&theme=WEB
5	拥抱力克	阿丁	乐苗基金	9789881226419	P	力克·胡哲，天生没有四肢，却拥有感恩的心。本书借力克的故事和人生哲学，配以大量插画，鼓励青少年积极拥抱生命，像力克一样活出由自己定义的人生价值。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3271376&fromLocationLink=false&theme=WEB
6	别让牙齿打败你	李凌琚	大智文化	9789865718978	P	作者于本书提出牙不好，身体一定出毛病，并引用世界卫生组织的调查，指出有百分之七十的人都有口腔相关疾病。 牙齿是我们进食和与人沟通的第一环，不用置疑，牙齿的健康，对我们的身、心的发展十分重要。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3561102&fromLocationLink=false&theme=WEB
7	「哈啾」不见了： 健康生活的学习	张晋霖	风车图书出版有限公司	9789867267177	P	大多数的小朋友都会害怕看医生，诚实地和孩子沟通，也接受他们害怕、犹豫的心情，透过幻想式的情节，建立小朋友正确的就医观念：医院和医生是帮助我们地方。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2662876&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools

主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living

主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
8	71只小羊踢足球	巴布罗·艾尔伯（Pablo Albo）	采实文化事业股份有限公司	9789578950368	P	作者透过趣味的足球比赛故事，让小羊们一起合作克服困难。本书让孩子体会团队合作的乐趣，除了看见自己的价值，也能学习他人的优点，让孩子学习以不同角度思考和解决问题。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3552770&fromLocationLink=false&theme=WEB
9	垃圾侵略地球！ 〔新雅·知识馆〕	李惠容	新雅文化事业有限公司	9789620869730	P	本书主角居住的村庄满是垃圾，虽然他希望吃垃圾的怪兽侵略地球，可是怪兽没有来。本书带领小朋友读者从废物回收再造发现健康生活的旅程。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3508003&fromLocationLink=false&theme=WEB
10	一个不能没有礼物的日子	陈致元（文/图）	和英文化事业有限公司	9789867942364	P	熊爸爸失业了，没有钱买圣诞礼物，懂事的小熊留意到爸爸、妈妈、哥哥和姐姐的生活细节，给他们找回遗失的帽子、钮扣、风筝和雨伞，还把自己的棒球手套洗干净，用礼物纸包装好，悄悄地放在圣诞树下，成为环保的圣诞礼物。小熊知道家庭成员之间的爱不是建立在物质上，而是在彼此的关怀。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2593930&fromLocationLink=false&theme=WEB
11	口水龙	管家琪（文）王平（图）	小鲁文化事业股份有限公司	9789862116753	P	小恐龙阿丹在一场大病后开始不停流口水，大家就叫他口水龙，连好朋友大象和老虎都避开阿丹，令他十分难过。后来大家知道阿丹是因为换牙才流口水，于是同心合力给他做一个围兜。故事让读者明白体谅和关怀，可以帮助朋友勇敢面对成长的变化。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3494323&fromLocationLink=false&theme=WEB
12	子儿，吐吐	李瑾伦（文/图）	信谊基金出版社	9789628596003	P	小猪「胖脸儿」吃西瓜时，不小心把所有的瓜子儿全吃掉，他怕头上会长出树，急得大哭起来。他一忽儿感到害怕，一忽儿又感到兴奋。故事让读者感受「胖脸儿」在不同处境中的情绪变化，学习以乐观积极的态度面对问题。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3519558&fromLocationLink=false&theme=WEB
13	水果水果捉迷藏	石川浩二（文/图） 刘握瑜（译）	小鲁文化事业股份有限公司	9789862112601	P	这本书采用捉迷藏游戏的方式，让孩子学习观察事物的特征，描述事物的特点，从而认识不同水果，明白吃水果的重要。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3561099&fromLocationLink=false&theme=WEB
14	明天的我	宫西达也（文/图） 周佩颖（译）	小鲁文化事业股份有限公司	9789862115718	P	本书写出小孩子的恐惧与担忧，以及如何学习面对改变，克服困难。「现在的我」是胆小鬼，不敢吃青椒、胡萝卜，不敢一个人睡觉，怕黑，怕狗，怕打针；不过，他相信「明天的我」一定会跟今天不一样。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3446913&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools

主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living

主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
15	朋友	谷川俊太郎（文） 和田诚（图） 林真美（译）	远流出版事业股份有限公司	9789573275169	P	本书透过图画、照片及简单的句子，讲述交朋友的技巧、与朋友相处之道，让读者明白年纪不同的人可以成为朋友，人和动物可以成为朋友，认识和不认识的人也可能成为朋友。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3359490&fromLocationLink=false&theme=WEB
16	爸爸的十六封信	林良（文） 人丁口（图）	新雅文化事业有限公司	9789577517685	P	作者用温柔的语调，与女儿樱樱以书信展开十六次款款深谈：谈害羞、说妒忌、论交友等，以及探讨自我改进的方法，让她从中得到劝勉和鼓励，学会真实坦诚地认识自己，用文字抒发和表达自我。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:116740&fromLocationLink=false&theme=WEB
17	胖国王	张蓬洁（文/图）	景行出版有限公司、 现代教育研究社有限公司	9789622331235	P	胖国王决心减肥，厨师说要少吃甜点，多吃健康食物。医生说不准吃零食，要多做运动。家人也来帮忙，公主跟国王一边听音乐，一边玩呼拉圈。皇后把国王的床搬到高处，让国王睡觉前可以爬楼梯做运动。本书让读者明白到要身体健康，就要注意均衡饮食和多运动。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2174458&fromLocationLink=false&theme=WEB
18	食物哪里来	亚哥斯提诺·特莱尼（文/图） 亚比（译）	远见天下文化出版股份有限公司	9789863204671	P	本书运用连环图、简要的说明文字和图表，为孩子介绍谷物、蜜糖、蔬果、乳制品、海产、肉类等，从生产、采收、加工，到市场出售的过程，借此让孩子增加对食物的认识，明白养成均衡饮食的重要。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3396114&fromLocationLink=false&theme=WEB
19	第五个	恩斯特·杨德尔（文） 诺尔曼·荣格（图） 高玉菁（译）	三之三文化事业股份有限公司	9789572089149	P	本书的封面有五个受损的玩具表情各异地坐在椅子上，等候看医生。左页是文字，右页是图画，以「门开了，一个出来」，配下一页「一个进去」来推展情节，通过重复的结构，让孩子从观察玩具轮候看医生的心情，建立同理心，克服看医生的恐惧。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2461570&fromLocationLink=false&theme=WEB
20	妈妈做给你	长谷川义史（文/图） 米雅（译）	维京国际股份有限公司	9789866310997	P	故事的主角「我」跟妈妈和姊姊生活，妈妈是裁缝，凡是「我」需要的用品，如牛仔裤、运动衣、小布袋等，都能做给「我」。学校举办「父亲参观日」，妈妈没法为「我」做一个爸爸，却穿上男装，打扮成爸爸出现，令「我」哭笑不得。本书让读者了解单亲家庭长大的孩子如何面对成长。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3315426&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools

主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living

主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
21	瘦皇后	张蓬洁（文/图）	景行出版有限公司、 现代教育研究社有限公司	9789622331242	P	故事记述瘦皇后担心胖国王太胖，每天忙着收起胖国王的零食，陪他做运动，结果自己不想吃东西，也睡不着觉。幸好瘦皇后得到厨师、医生和公主的帮忙，终于胖起来，变得健康又美丽，而且明白保持体重适中、饮食均衡和身心健康才是最重要。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2174916&fromLocationLink=false&theme=WEB
22	壮壮超人的均衡饮食	徐宝法	联经出版公司	9789570843309	P	这绘本以健康饮食为主题，让读者认识不同种类食物的营养，明白均衡饮食的重要性。书中透过有趣的图画，以超人壮壮的健康饮食习惯为例，期望改善孩子偏食的情况。本书亦会针对内容适时加入附注说明，帮助读者更深入认识健康饮食。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3349111&fromLocationLink=false&theme=WEB
23	石头汤	文、图：强·穆特 译：马景贤	小鲁文化	9789862114155	P	本书以欧洲家喻户晓的民间传说，带出「打开心门与人分享」的道理，让人反思与人相处的态度，教导人们如何寻找快乐，活出健康人生。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3468495&fromLocationLink=false&theme=WEB
24	帅帅王子不洗澡	林翔	小兵出版社	9789866544460	P	翡翠国的小王子长得很好看，所以大家都叫他「帅帅王子」，可是他不爱清洁，朋友都不喜欢和他玩……这本书让读者注意自己和周遭的环境，要维持得干净整洁，是一本适合孩子阅读的丰富图文故事。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3188215&fromLocationLink=false&theme=WEB
25	小小运动家的49个法宝	日本儿童生活科学研究会	海鸪文化出版图书有限公司	9867763947	P	本书按学校、家庭、户外和运动游戏分为四个范畴，合共49个主题，以图文并茂方式，展示正确的动作或姿势，并提供建议和安全重点。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2784316&fromLocationLink=false&theme=WEB
26	小老鼠尼克的奇幻漂流	作者：罗伯多·鲁齐亚尼 译者：梅思繁	新雅文化事业有限公司	9789620862113	P	透过小老鼠尼克与祖母之间的故事，鼓励孩子无惧成长中的不同挑战，心存盼望、勇敢尝试。适合用作生命教育教材和亲子阅读素材。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3347298&fromLocationLink=false&theme=WEB
27	我很快乐	洪淑惠	东雨文化	9789867268174	P	书中透过12篇有关外貌、减肥、明星梦等故事，让孩子明白真正的快乐来自对自己的认同。适合用作生命教育教材和亲子阅读素材。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2620850&fromLocationLink=false&theme=WEB
28	心情很差的巨人	作者：内夫作； 译者：陈思颖	韦伯文化	9789864270033	P	透过书中主角巨人经常乱发脾气令自己变得孤立，以及如何因为别人的爱而愿意作出改变，教导孩子如何处理自己的脾气，以及如何去爱人。程度适合初小学生。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3536973&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools
主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living
主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
29	很慢很慢的蜗牛	陈致元	和英出版社	9789866608391	P	透过故事主角「蜗牛」和「毛毛虫」因为动作缓慢，反而能够看到别人看不到的风景，来勉励孩子人生不是竞赛，生活中有许多美丽的事物值得驻足观赏。 程度适合初小学生。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3286351&fromLocationLink=false&theme=WEB
30	战胜紧张焦虑的小小战士	作者：凯伦· 扬； 译者：张家绮	大颖文化	9789869477451	P	本书透过把情绪反应拟人化，以绘本方式说明人体因情绪出现的反应如心跳加速、坐立不安、肌肉紧张、颤抖等，协助孩子有意识地自我调节情绪。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3545603&fromLocationLink=false&theme=WEB
31	菲力的17种情绪	迪迪耶·李维	米奇巴克	9789866215308	P	透过具体的情境故事，引导孩子理解心里不舒服的原因，并引导孩子思考如何使用适当的策略来解决问题。 程度适合初小学生。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3341193&fromLocationLink=false&theme=WEB
32	塑料，用还是不用？	作者：金银主； 翻译：陈清如	新雅文化事业有限公司	9789620870293	P	本书通过绘图和简单的文字介绍，让孩子认识塑料的由来和应用，以及对环境带来的污染。鼓励孩子关注环保议题，并反思自己的行为对环境带来的潜在伤害。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3515618&fromLocationLink=false&theme=WEB
33	奥运奇趣异闻录	陈一冰	中华教育	9789888512782	P	由奥运冠军陈一冰介绍奥运的奇趣异闻，题材富趣味，能引发儿童对奥运和运动项目的认识和兴趣。文字为主，较适合高小学生。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3520636&fromLocationLink=false&theme=WEB
34	脏孩子：妈妈绝招多疾病远离我	Rattana Kodchanat/編	小树苗教育出版有限公司	9789888041763	P	作者以轻松的手法加上美丽的图画，带出妈妈如何让孩子知道清洁的重要性。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3076155&fromLocationLink=false&theme=WEB
35	健康教育故事系列 - 请坐好请站好	袁妙霞	小树苗教育出版有限公司	9789888173822	P	故事描述一向精力充沛，好动的Bunny King有一天腰背剧痛，但不知生病的原因。快来看看见识广博的爷爷解说Bunny King生病的原因。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3242401&fromLocationLink=false&theme=WEB
36	番薯变成了便便 —— 认识人体消化过程	许恩美	新雅文化事业有限公司	9789620866630	P	本书以有趣的故事和图片解释消化系统的功能，帮助小学生知道如何爱惜身体，让小学生明白维持健康的饮食习惯的重要性。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3458337&fromLocationLink=false&theme=WEB
37	人体大探险	笹山雄一/监修	汉欣文化事业有限公司	9789576867446	P	利用插图和漫画，让小学生了解人体的结构，引发他们学习有关身体的科学知识的兴趣，培养爱惜与保养身体的正面态度。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3518339&fromLocationLink=false&theme=WEB
38	人体工厂大探险	崔达秀	人类文化（香港）公司	9789887816577	P	全书以简单的文字，有系统地建立幼童对人体器官的基础知识，并且提供常见疑问的解答。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3489783&fromLocationLink=false&theme=WEB
39	动出资优儿——利用运动为智能增值	邓浩明、雷雄德	世界出版社	9789888289899	P	透过心理发展及运动科学理论，解构运动对生理及心理发展的重要性。提供运动及游戏的建议，当中包括按儿童不同发展阶段安排适当运动。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3542979&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools

主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living

主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
40	我爱刷牙	金水令	新雅文化事业有限公司	9789620865978	P	透过立体插图，展示正确的刷牙步骤及方法，亦从中让小朋友以动手刷牙游戏逐步学习刷牙，并鼓励他们从小培养出刷牙的良好习惯。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3435242&fromLocationLink=false&theme=WEB
41	健康成长系列：好习惯	幼狮文化	小树苗教育出版有限公司	9789888230525	P	本书以有趣的故事和插图，让小朋友认识良好习惯，以及塑造积极健康的品格。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3271788&fromLocationLink=false&theme=WEB
42	我的感觉系列：我好难过	作者：康娜莉雅·史贝蔓 绘者：凯西·帕金森 译者：黄维明	天下杂志	986756197X	P	这书帮助孩子学习表达并处理自己的悲伤情绪，让他们从难过的困扰中恢复过来。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2703329&fromLocationLink=false&theme=WEB
43	体育运动知多少（大开眼界小百科）	Giulia Calandra Buonauro, Maria Novella Passaglia	新雅文化事业有限公司	9789620868658	P	内容以儿童的角度出发，图文配合得宜，表达深入浅出，适合儿童自己阅读，从小培养他们对运动历史、文化、运动趣闻和科普知识的好奇心，以及对恒常参与体育活动有正面的效果。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3483969
44	图解运动小百科	Alberto Bertolazzi	大石国际文化有限公司	9789578722637	P	以简单清晰、活泼有趣的文字介绍体育活动规则、基本技术，还附上实用的练习，让每一项运动都变成游戏。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3599048
45	123 动起来：了解身体运动的原理，爱上运动	邓倩妮	天地图书有限公司	9789887465416	P	本书内容以简易显浅的文字，让儿童了解身体是怎样动起来，还提示做运动时要注意的安全事项。书中介绍不同的户外和室内运动，鼓励儿童多加练习，锻炼身体。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3599640
46	请问雷博士！运动科学是与非	雷雄德	一丁文化	9789887720065	P	本书以浅易的文字讲解运动科学理论，为读者拆解坊间谬误，提供一些运动冷知识，帮助大家更享受运动的乐趣。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3486132&fromLocationLink=false&theme=WEB
47	说自己笨的笨笨鸭	布丽塔·泰肯特拉普（文/图） 林珊如（译）	大颖文化	9789865925475	P	这是一本让孩子「认识自我」的绘本。故事中的笨笨鸭走起路来，总是跌倒、滑倒、绊倒或摔倒，感到十分沮丧。幸好笨笨鸭有小鸡在旁不断地为它打气，最终笨笨鸭也找到了自己的长处。透过笨笨鸭的故事，让孩子学懂欣赏自己，建立自信及更快乐的生活。	N/A
48	好消息坏消息	杰夫·麦可（文/图） 吕嘉能（编译）	三之三文化事业股份有限公司	9789867295934	P	本书运用十分简洁的文字，强烈对比的插图，以展示作者笔下的「兔子」与「老鼠」所代表两种不同的性格。故事描述在不同的情境下，兔子看事物的观点是「好」的，「正面」及「乐观」的，而老鼠却凡事都往「坏」处看，思想较负面，也常怀着悲观的情绪。这本书鼓励孩子在生活中遇到挫折及挑战时，建立积极及正面的态度。	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3339048&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools
主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living
主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
49	Bean Appetit : Hip and Healthy Ways to Have Fun With Food	Shannon Payette Seip and Kelly Parthen	Andrews McMeel Publishing	9780740785177	P	This book presents to parents and children fun and easy recipes, as well as food-themed games and activities that inspire healthy eating habits. It is suitable for holiday activities and parent-child reading.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3227044&fromLocationLink=false&theme=WEB
50	Good Enough to Eat: A Kid's Guide to Food and Nutrition	Lizzy Rockwell	HarperCollins Publishers	9780064451741	P	This book introduces nutrient groups (carbohydrates, protein, fat, water, vitamins, and minerals) and their specific functions in a kid-friendly way. It also provides kid-friendly recipes such as Alphabread and Full o' Beans Soup, and even shows kids how to test their food for fat.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2495665&fromLocationLink=false&theme=WEB
51	Healthy Eating	Deborah Chancellor	Crabtree Publishing	9780778747376	P	This book introduces to young readers healthy food (e.g. fruit, milk, fish) and balanced diet through photographs and easy-to-read text. Suitable for self-learning or parent- child reading.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3053596&fromLocationLink=false&theme=WEB
52	Healthy Foods Make Your Body Go	David I.A. Mason	Scholastic	9789814776912	P	The benefits of eating healthy food are illustrated through the comparison with cars - eating healthy food is like fuelling a car with gas, getting the passengers around at top speed and keeping the car in top condition. The messages are presented in the form of songs so children can sing along when they read. A music CD, a glossary and guided reading activities are also included.	N/A
53	How to Have a Green Day	Jenny Alexander	Longman	9780582461772	P	This book provides practical tips on how to be green from morning till night, ranging from reducing energy consumption and saving water to producing less waste and recycling. Readers will understand a small act at home or school may make a world of difference in preserving our environment.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2642994&fromLocationLink=false&theme=WEB
54	Look inside Sports	Rob Lloyd Jones	Usborne Publishing Ltd	9781409566199	P	A fun flap book that shows young children what goes on at major sporting events and introduces them to a range of different sports. Scenes include an Olympic style swimming pool, an athletics stadium, a ski slope and a cycling velodrome. With over 100 flaps to lift, there's a lot to discover on each brightly coloured page and plenty to keep curious minds occupied.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3371692&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools

主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living

主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
55	Mind Your Manners On Vacation	Nuria Roca	Active Minds Ltd.	9789888155583	P	This book centres around two young kids, Arnie and Sara, who go camping with their parents. The story dramatises typical events in children's lives, showing them the proper manners as they interact with others. It also shows them the ways to correct their errors, avoid misbehaviour and feel good about themselves while having fun.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3371202&fromLocationLink=false&theme=WEB
56	Move Your Body!: My Exercise Tips	Gina Bellisario	Millbrook Press Trade	9781467723954	P & E	The book revolves around Natalie and her classmates who find that their tired muscles are not ready for the Beach Ball Relay. Their class teacher, Ms Starr, helps through teaching them aerobic, anaerobic and stretching exercises. The book contains interesting facts about the human body, illustrations to demonstrate the different types of exercise and steps to make a "My Exercise" chart for children to actualise their plans to stay healthy.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3399670&fromLocationLink=false&theme=WEB
57	Our Food: A Healthy Serving of Science and Poems	Grace Lin	Charlesbridge	9781580895910	P & E	The book talks about the science of food, the five food groups, and what a healthy meal looks like. The information aligns with both the USDA's MyPlate guidelines and the Harvard School of Public Health's Healthy Eating Plate guidelines. It also includes information about healthy eating and nutritional guidelines.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3442096&fromLocationLink=false&theme=WEB
58	Picky Nicky: The Nutrition Decision. Kids, You Are What You Eat! (Volume 1)	Christopher Silvestre	Touch N' Go Media	9780692856741	P	This fun and rhyming story is about Nicky who only eats junk food. He wakes up one day and finds that he looks terrible! With his parents' guidance, he learns about proper nutrition and how to change his eating habits to become healthy.	N/A
59	Running Is Totally For Me	Cassie Celestain	Cassie Celestain	9780692505526	P & E	The story features a determined girl, Madi, who tries several sports, like basketball, football and swimming, in search of what truly inspires her. She calls on her friends to help her through the process, and finally chooses the one which is fit for her.	N/A

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools

主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living

主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
60	Super Snacks (Kid Power)	Bobbie Kalman	Crabtree Publishing	9780778712749	P	This book provides nutrition facts (e.g. why the body needs water) in a kid-friendly way. It introduces easy recipes for healthy snacking, such as apple-cranberry crisp, orange ambrosia, banana ice cream and shakes and trail mix cookies. Good for school fun and family activities.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2358550&fromLocationLink=false&theme=WEB
61	The Children's Book of HEALTHY EATING	Jo Stimpson	Award Publications Limited	9781782702115	P	By juxtaposing the characters' eating habits in different scenarios, e.g. "Eating out Often" VS "Cooking at Home", "Eating Processed Foods" VS "Eating Fresh Foods", this book provides a guide for children to understand the importance of eating the right food and develop good habits for life. A question is set for each key topic to encourage children to find out more about the topic and reflect on their own behaviour.	N/A
62	The Science of Sleep	Sophie Fern	Pacific Learning	9780077150518	P & E	Why do humans sleep? This is a simple question which does not have a simple answer. The book tells us the interesting ideas that scientists have found out about sleep. The book also gives information about sleep disturbances and dreams.	N/A
63	What are Germs?	Katie Daynes	Usborne Publishing Ltd	9781474924245	P	A flip book with interesting pictures, questions and answers to illustrate what are germs and how they spread, as well as tips to washing hands and staying healthy.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3514437&fromLocationLink=false&theme=WEB
64	What do you do with a Problem?	Written by Kobi Yamada; Illustrated by Mae Besom	Compendium, Inc.	9781943200009	P	This picture book is for everyone who has ever had a problem. The story inspires the reader to look closely at the problem. It is the starting point for the reader to find something wonderful about the problem and himself. It is good for students to read themselves or read in a small group with some sharing. It is good for mental health.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:3460860&fromLocationLink=false&theme=WEB
65	Why Should I Recycle?	Jen Green	Barron's Educational Series	9780764131554	P	This book is among one of the four titles about the environment in the "Why Should I?" series. Mr Jones is a teacher who sets a good example for his students about being a green citizen. From separating rubbish for recycling to taking his students to a recycling plant, Mr Jones helps his students learn the value of recycling.	https://webcat.hkpl.gov.hk/lib/item?id=chamo:2170449&fromLocationLink=false&theme=WEB

Suggested Theme-based Book List For Primary Schools
主题阅读 小学建议书目

Theme: Healthy Living
主题：健康生活

	Book Title 书目	Author 作者	Publisher 出版社	ISBN 国际标准书号	Print / Electronic 印刷/电子版	Description 简介	HK Public Library Catalogue 香港公共图书馆目录
66	Healthy Food	Jenny Giles, Beverley Randell, Annette Smith	Nelson Thomson Learning	9780170096867	P	The book is about a family's visit to a supermarket. Through introducing different kinds of food, children learn to think about how eating various types of food helps us maintain a healthy life.	N/A
67	Healthy Eating	Jenny Dooley, Virginia Evans	Express Publishing	9781471540394	P	This book talks about what we need to eat to keep our bodies fit and healthy. A story about sharing food with others is included in the book to cultivate positive values and attitudes in children.	N/A
68	Grow Strong! A book about healthy habits	Cheri J. Meiners	Free Spirit Publishing	9781631980862	P	This book talks about the importance of developing healthy habits, e.g. maintaining a healthy diet, doing exercise, drinking plenty of water and having enough sleep. The healthy habits help us stay active and healthy.	N/A