

中華基督教會基智中學
中三級 家政科
自主閱讀計劃

請於下列三個個案中選取一個，並為當中的主角推薦相關書籍，協助他們解決問題。

個案一：

小軒是一多十歲的小學生，但由於他貪吃零食，經年初的身體檢查，發現有超重的情況，甚至可能患上肥胖症。為此，小軒的媽媽非常擔心，決定往圖書館找資料，希望能為兒子健康地減輕體重。若你是小軒媽媽的知心好友，你會向她介紹甚麼書籍呢？

個案二：

小聰的祖父上週感身體不適看醫生，經檢查後醫生發現他患上高血壓。小聰很關心他的祖父，決定和媽媽往圖書館有關高血壓資料，並希望透過飲食改善祖父的身體情況。有一天小聰致電給你，因他知道你曾參關過有關書籍，你會向他介紹甚麼書呢？

個案三：

黃先生經醫生診斷發現患上的糖尿病，醫生提醒他要注意飲食，並將他轉介面見營養師以協助他改善飲食，避免令病情惡化。為著自己的健康著想，黃先生決定往圖書館找有關這方面的資料，希望能透過改善飲食控制病情。若你是黃先生的營養師，你會推薦他甚麼書籍幫助他。

中華基督教會基智中學
家政科
閱讀報告紀錄表

姓名：	班別：	學號：
-----	-----	-----

書名	
作者	
出版社	

請用不少於 50 字寫出本書的內容重點：

請用不少於 50 字解釋為何你會向個案的主角推薦這本書：