

一年級

冊次	課題	推介網頁	網頁簡介
第二冊	第二課 良好的姿勢	骨骼與脊柱健康	這是衛生署出版的小冊子，利用圖像介紹正確的姿勢，也說明保護脊柱健康的飲食習慣和運動。
	第三課 衛生好習慣	牙齒俱樂部	這是衛生署的網頁，透過小小電影院、小遊戲、故事等介紹保護牙齒的方法。
	第四課 我改變了	ETV：我是家中好孩子	節目以戲劇形式，帶出初小學生應該學習照顧自己和協助家人的訊息。
	第六課 我和他	身體寶貴 小心保護	這是衛生署出版的小冊子，令孩子加強對保護身體及性侵犯的認識。
第三冊	第三課 齊賀新年	香港的農曆新年	網站除了介紹中國農曆新年的習俗，也介紹不同國家迎接新一年的有趣習俗。

第四冊	第三課 家居安全	家居安全	這是衛生署的網頁，透過影片提醒家長及孩童在家的安全事項，避免意外發生。
	第五課 公園裏的動物	香港動植物公園 九龍公園 屯門公園	這些是康文署的網頁，學生可認識公園內的各種設施、動植物等。