



聖公會基顯小學

地址：九龍牛頭角上邨安善道 電話：27507771 傳真：27951274
電郵：keihin@skhkeihin.edu.hk 網址：http://www.skhkeihin.edu.hk



活動花絮影片

2025-26年度 身心靈健康日



本校重視學生的身心靈健康發展，特意舉辦「身心靈健康日」，旨在透過一系列豐富多元的活動，引導學生關注自身的身心靈平衡發展。我們相信，健康的身心靈是學習與成長的基石，能幫助孩子建立積極的人生觀，提升抗逆能力，並在充滿挑戰的環境中茁壯成長。這次活動中，全校師生共同參與，透過互動體驗，共同營造一個充滿活力、關愛與正能量的校園氛圍，讓每位學生都能在愉快的氛圍中，學習如何照顧自己的身心靈健康。



全校 早餐時間

全校一起吃早餐：
齊享早餐樂，健康
活力滿校園！



「一日之計在於晨」，一份營養均衡的早餐是開啟活力一天的關鍵。本次「身心靈健康日」特別安排全校師生一同享用早餐，推廣健康飲食的重要性，讓學生了解早餐對身體健康和學習效率的影響。透過共同用餐，不僅能增進師生間的交流，營造溫馨的校園氛圍，更能讓學生在輕鬆愉快的環境中，學習如何選擇健康的食物，培養良好的飲食習慣，將這份健康意識帶入日常生活中，為他們的成長注入滿滿的能量。

班際 運動比賽

運動是保持身體健康的最佳途徑，而團隊合作則能培養學生的協作精神。「班際運動比賽」鼓勵學生積極參與體育活動。透過比賽形式，提升學生的運動興趣和體能。比賽項目涵蓋多種運動，讓擁有不同特長的學生都能找到發揮的空間。在比賽過程中，學生學習如何與隊友溝通協調，共同為班級榮譽而努力，體驗團隊合作的樂趣。這不僅是一場體能的較量，更是一次意志的磨練和團隊精神的培養，讓學生在運動中收穫健康、友誼與成長。

班際運動比賽：團
結一心展活力，運
動競技顯班威！



大笑瑜伽

笑聲是最好的良藥！「大笑瑜伽」結合了瑜伽呼吸法與無條件的笑聲練習，幫助學生釋放壓力、提升正面情緒。透過一系列簡單有趣的動作和發聲練習，學生學習到如何自然地大笑，即使沒有任何原因也能感受到快樂。這種獨特的練習方式不僅能促進血液循環，更能有效減輕焦慮，提升正向情緒。我們相信，大笑瑜伽能讓學生在歡聲笑語中，體驗到身心放鬆的愉悅，學會以更積極樂觀的態度面對生活中的挑戰。



這次，我們更特別為六年級安排「師生躲避盤比賽」，加強師生之間的互動與交流，打破師生界限，共同享受運動的樂趣，建立更緊密的師生關係。我們希望透過這項充滿活力的比賽，讓師生共同體驗運動的魅力，共同創造難忘的回憶。



全校 經營活動

班級是學生學習和成長的重要場所，良好的班級氛圍對學生的身心發展至關重要。「班級經營活動」透過一系列精心設計的互動環節，加強班級凝聚力，培養學生的歸屬感和責任感。活動內容包括班級遊戲及團隊建設挑戰，有效促進學生之間的相互了解和支持，營造和諧友愛的班級文化。我們希望透過活動，讓學生學會尊重他人、關愛同學，共同建立一個積極向上、充滿正能量的班級，讓每位學生都能在溫暖的團體中快樂成長。



和諧班級共成長，點滴關懷暖心房！



歡迎了解更多：

Instagram



Facebook



YouTube 頻道

