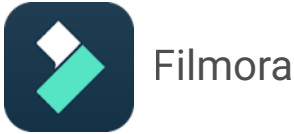




# AI自動影片生成



註冊 | 登入

首頁 > 聖公會油塘基顯小學 關懷好精神 晴天伴我行

## 聖公會油塘基顯小學 關懷好精神 晴天伴我行

2023-11-27

分享



## 油基精神健康周 幸福關懷樂悠悠

聖公會油塘基顯小學一向重視價值觀教育，一直以全校參與的模式照顧學生成長上不同的需要，有見過去數年，學生的學習和社交模式因疫情改變了不少，故響應教育局「多關懷・添幸福」大行動，舉辦了「精神健康周」，有機整合原有的課間活動，灌輸正面及包容的價值觀，為學生建構堅韌牢固的安全網。





學生在熱鬧的氣氛下啟動精神健康周活動及見證晴天加油站開幕。

## 多元活動樂繽紛 師生同行心連心

蘇詠思校長表示，學校本月生命教育的主題剛好是「抗逆力」，與提升精神健康息息相關，透過老師「正」書推介，及不同嘉賓包括失明人士、殘障運動員、思覺失調康復者等的見證分享，鼓勵學生以正面和積極的心態面對逆境。老師也悉心設計一連串豐富活動，例如「唱油基地」和「愛心點唱」，以勵志歌曲營造輕鬆歡愉的氛圍，為師生送上祝福，並邀請同學手持可愛裝飾，跟老師及領袖大使拍照。同學每天早上亦可參與訓導組主持的「活力樂繽紛」集體活動，如跳繩、「紅綠燈」、「拋手巾」，或到「悅讀角」閱讀圖書，或返回課室與班主任及同學進行各式桌上遊戲，透過遊戲享受群體互動之外，更可以到籃球場參加「好精神Morning Walk」，跟老師一同手持繽紛的氣球環繞操場，一邊舒展筋骨，一邊聊天。聽著同學此起彼落的笑聲，可以感受到師生同行濃厚的聯繫感。





健康周首天在籃球場進行「好精神Morning Walk」，鼓勵學生多運動舒展身心，呼吸清新空氣，亦表徵師生同行，學校邀請家教會主席一同參與，現場一片歡樂、繽紛，洋溢愉快的校園氣氛。







透過桌上遊戲，讓孩子練習情緒控制及自我反思、解難能力，也增加群體相處的機會。



釋放正能量活動，為學生考試前加力減壓。

## 增設晴天加油站 遮風擋雨永無間

隨後在Happy Friday早會上，體育老師如常帶領學生進行熟悉的「醒神護脊操」，為大家加添正能量，並特別邀請兩位駐校社工蘇姑娘和枋姑娘，帶領同學一同練習放鬆呼吸法和「蝴蝶擁抱法」(Butterfly Hug)，有助學生增加安全感及安定情緒，大家又以手勢和口號為彼此打氣，透過簡單的小動作表達對別人的關懷和支持！



此外，學校明白環境佈置是建構一個關愛校園的重要元素，一向設有遊戲室、NET's Café、樓層休憩區、海洋圖書館、休閒悅讀角等，讓師生每天都有互相交流和溝通的機會。為進一步提升學生精神健康，更於地下增設「晴天加油站」，提供多一個溫馨、自在，像「樹洞」一樣的地方，讓學生從中釋放壓力，為情緒找到出口。同學看見房間內營地帳幕和太空站等的遊樂佈置，心情頓時豁然開朗，都很期待可在這個賞心悅目又舒適的空間和老師有更多分享呢！



學校善用空間，不斷美化環境，為學生設計不同功能的地方，滿足全人發展的需要。



休閒悅讀角是學生暢遊書海療癒心靈和「充電加油」的好地方。





學校設有影音室，透過情意電影教育課程，讓學生學習抒發情緒。

## 常常禱告多感恩 好事實踐同理心

聖公會油塘基顯小學是一所基督教學校，老師常與學生分享聖經，整個精神健康周亦著意結合宗教元素，例如金句分享、全校佈置感恩樹、在課室祈禱板分享心事，學習彼此代禱、透過「油基點唱站」傳遞祝福等等；亦配合教會節期，在早會點燃代表「盼望」、「信心」和「喜樂」的將臨期蠟燭。另外，為了加強學生的歸屬感，班主任會以溫馨校園生活照佈置走廊、邀請同學一同設計新年壁報、舉行生日會等等，亦會在成長課、導修時段分享正向海報的訊息，及閱讀繪本《三個朱古力挑戰》，藉此培養學生成長型思維，學習正面面對挑戰，亦會繼續推行「Easy Easy好小事」活動，鼓勵學生多為身邊的人做一些小小的好事，實踐同理心，從付出中感受愛。



學校安排不同生命教育活動，鼓勵同學愛己及人。



# 向天父禱告

親愛的天父：  
現在以色列發生  
戰爭，求你保持世界  
和平。奉主名求  
阿們

親愛的天父：  
求你保佑以色列和平，  
求你保佑以色列人民。  
奉主名求  
阿們

親愛的天父：  
現在以色列發生戰爭，求你  
保佑受影響的人。  
奉主名求  
阿們

親愛的天父：  
現在以色列發生  
戰爭，求你醫治他們  
如你停止全部戰爭  
奉主名求，阿們。

親愛的天父  
現在以色列  
發生戰爭求你  
醫治傷者。奉主名求  
阿們  
潘竣希

親愛的天父！  
現在以色列發生了  
戰爭，求你去傷重者，  
令受影響的人可以平安  
回家，去安慰那些  
死亡的人。  
奉主名求  
阿們  
鄭國豪

親愛的天父：  
現在以色列發生戰爭，  
受影響的人都你心。  
希望你可以保護他們  
和停止這場戰爭。  
感謝你。  
奉主名求  
阿們。  
郭軒熙

親愛的天父：  
現在以色列  
發生戰爭求你保護  
他們和停止戰爭  
奉主名求  
阿們

親愛的天父  
現在以色列發生  
戰爭求你停止  
戰爭

親愛的天父：  
以色列現正戰爭中，  
求你伸出你的手，  
停止這場戰爭，  
安慰悲傷中的人。  
奉主名求，阿們  
馮詠

親愛的天父  
現在以色列發  
生戰爭。求你  
保佑他們。  
奉主名求  
阿們  
林培廷

親愛的天父  
現在以色列發生  
戰爭求你醫治  
他們和停止戰爭  
奉主名求  
阿們

親愛的天父：  
現在以色列發生戰爭。  
求你停止戰爭。  
奉主名求阿們。  
奉主名求 4A(23)

親愛的天父  
希望以色列戰爭可以停止  
因為以色列正在戰爭  
奉主名求，  
阿們  
陳曉

親愛的天父：現  
在以色列發生戰  
爭求你停止。奉  
主名求，阿們。

親愛的天父：現在以色列發生  
戰爭求你保護他們。  
奉主名求，  
阿們  
劉陽

親愛的天父：  
現在以色列發生戰爭。  
求你停止戰爭。  
奉主名求，阿們  
4A 2 陳曉霖

親愛的天父  
現在以色列發生  
戰爭，求你停止戰爭  
奉主名求，  
阿們。  
曾柏依

親愛的天父，現在  
以色列發生戰爭求你  
停止以色列的  
戰爭，奉主名求，阿們  
廖志強

親愛的天父：  
現在以色列發生  
戰爭。求你停止  
戰爭。奉主名求  
阿們  
杜莉

親愛的天父：現在以  
色列發生戰爭求你醫  
治他們，奉主名求阿  
們  
4A(1)歐陽

課室祈禱板上貼上滿滿的愛，彼此代禱。

## 獎勵計劃成效顯 家校齊心減風險

提升家校對精神健康的關注，是長遠的工作，學校會貫徹關愛文化，持續舉行各項校本活動和獎勵計劃，例如「自律自愛獎勵計劃」、「油基自學Goal Go Grow」、「多元智能課」等，透過適時的獎勵肯定和各項舒壓課後活動，提高學生的紀律和自主學習動機，潛移默化地培養學生正面積極的學習模式，讓他們喜愛學習，並與各持份者攜手合作，齊心提升學生的正能量和幸福感，維持良好的精神狀態。





油塘基顯師生同心，關注精神健康，致力建立充滿愛的校園。

