

身心平衡 活出農圃人生

農圃道官立小學

梁小雯副校長 傅遠芳主任 陳喜盈主任 劉冠健老師

為培育具備承擔（Commitment）、團隊合作精神（Collaboration）及創意思維（Creativity）的「3C」人才，並提升學生的自主學習能力，本校從精神健康、社交發展及活躍生活三方面入手，協助學生建立健康的生活方式，實踐「身心平衡，活出農圃人生」的理念。

精神健康從4Rs開始

本校與多個社區組織合辦「精神健康童樂日」，透過團隊合作遊戲、《你在嗎》影片欣賞及「情緒唔使『爆』『谷』」靜觀講座等活動，提升師生及家長對精神健康的關注。參與者不僅學會調節情緒的技巧，更加深理解「4Rs」精神健康元素。



本校舉辦「精神健康童樂日」



學生透過遊戲放鬆

社交發展從牽手開始

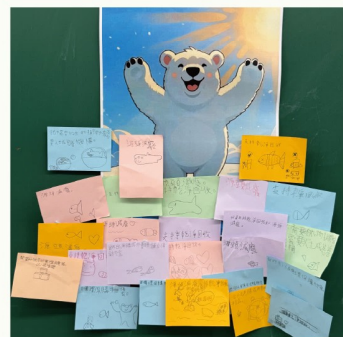
為促進跨年級交流，營造關愛校園文化，本校推行「大手牽小手」學伴計劃，安排高低年級學生結伴，建立互助共學的關係。計劃的重點活動之一是「牽手同樂日之童創永續發展」，圍繞聯合國永續發展目標設計跨科任務，讓學生攜手挑戰，深化友誼。



學生透過拼圖認識17項永續發展目標



學長學弟一起製作木盒



學生承諾保育陸域生態

活躍生活從運動開始

運動有助促進身心健康，為生活增添樂趣。本校一向重視體育，透過陸運會、體能日等傳統活動，協助學生建立良好運動習慣，並引入健球、柔力球等新興運動。這些項目體能要求較低，卻注重合作與策略，不僅提升學生的運動興趣，亦培養多元思考能力。



學生透過健球學習團隊合作



射擊有助提升手眼協調能力