

訓輔導委員會、價值觀教育委員會  
 二零二五至二零二六年度  
 4R 精神健康 開學「適應周」活動



日期：2025 年 9 月1日至12 日

地點：本校校園

活動目標：

1. 協助新生盡快適應郭中校園生活。
2. 營造愉快的開學氣氛，幫助學生重投學習生活。

活動項目	目的	級別	日期	時間及地點
開學攤位活動 1.你與我的 Emoji 2.你與我的 Emotion 3.你與我的 Moment 4.你與我的 Threads	營造愉快的開學氣氛。	全校	1/9-3/9	07:30-07:50及放學 有蓋操場
關心一線牽 電子問卷	了解學生開學的情緒需要。	全校	1/9-3/9	班主任節 課室
學生情緒講座： 開學的自我關懷	提升學生的開學自我關懷意識。	高中	2/9	09:35-10:35 禮堂
		初中	3/9	11:15-12:00 禮堂
校園遊蹤	幫助中一新生認識校園環境。	中一	4/9-5/9	/
兩性工作坊	培養正確兩性相處態度。	中一	9/9	14:45-16:15 AB:男(105室)女(106室) CDE:男(107室)女(108室)
		中三	10/9	14:45-16:15 主課室
反欺凌工作坊	「認識欺凌行為及後果，推動和諧校園文化」。	中一	12/9	14:45-16:15 主課室
自律守紀比賽	以鼓勵形式推動校園守規氛圍。	初中	9月至10月	/