



敬啟者：

2025-2026 中六歡樂日活動安排（中六級）

為協助中六同學舒緩面對香港中學文憑試所帶來的學業壓力，本校將於 2025 年 10 月 3 日（星期五）舉辦「中六歡樂日」。活動旨在透過多元化的體驗，幫助學生學習放鬆，以積極態度面對挑戰及增強堅毅精神。當日上午將舉行「成功之旅」主題活動，引導學生以正面態度面對成敗，並學習自我激勵；下午則安排輕鬆愉快的休閒活動「放鬆之旅」，讓同學暫時放下學業壓力，享受與同儕共處的時光。

活動流程

日期：2025 年 10 月 3 日（星期五）

服飾：本校體育服

時間及內容安排概覽：

時間	活動內容
上午 8:15 - 中午 12:00	「成功之旅」主題活動 透過策略討論及體驗式遊戲，教育學生如何以正面態度面對成敗，培養堅毅心態，並學習在挫折中重新振作。
中午 12:00 - 下午 1:10	午膳時間
下午 1:10 - 下午 3:45	「放鬆之旅」休閒活動 學校將提供多項休閒活動，包括球類比賽、歌唱活動、桌遊競技等，讓學生自由參與，舒展身心。

是次活動旨為中六同學提供減壓機會，更期望同學在迎接香港中學文憑試挑戰前，能調整心態、凝聚力量。活動結束後，學生將於 10 月 8 日至 10 日在校內進行為期三天的「中六溫習起動日」，正式展開文憑試的全面備戰。請 貴家長鼓勵 貴子女積極參與是次歡樂日活動，活動後收拾心情，全力投入學習計劃。

如對活動有任何疑問，歡迎致電本校 3507 6400 聯絡葛蔭南副校長。

此致

貴家長



崇真書院校長區國年博士



謹啟

二零二五年九月二十六日



崇真書院

TSUNG TSIN COLLEGE

9 LEUNG CHOI LANE, TUEN MUN, N.T.

新界屯門良才里9號

校務處：3507 6400 網址：www.ttc.edu.hk 電郵：ttc@ttc.edu.hk 傳真：2463 7535



附件

中六歡樂日活動詳情

「成功之旅」主題活動

課節	時間	活動內容	地點
第一節	8:15am-8:25am	班主任點名及校長的話	禮堂
第二節	8:25am-9:05am	活動簡介及策略討論	
第三節	9:05am-9:45am	體驗式遊戲	課室
	9:45am-10:00am	小息	
第四節	10:00am-10:40am	體驗式遊戲	課室
第五節	10:40am-11:20am	體驗式遊戲	
第六節	11:20am-12:00pm	成果分享	
	12:00pm-1:10pm	午膳時間	
	1:10pm-1:20pm	點名及下午活動簡介	禮堂

「放鬆之旅」休閒活動

課節	時間	活動內容及地點				
第七節	1:20pm-2:00pm	乒乓球/ 卡拉 OK (學生活動中心)	籃球/排球 (操場)	樂器練習 (2樓樂器房)	卡拉 OK/ 桌遊 (副堂)	保齡球 (屯門美樂保齡球場館)
第八節	2:00pm-2:40pm					(稍後將額外發出通告予參加學生)
	2:40pm-2:55pm					
第九節	2:55pm-3:45pm					

