



# 保良局羅傑承(一九八三)中學

「學生大使—積極人生」計劃 2024/25

生命成長體驗學習暨反思歷程 (模式二)

校內推行情況及活動分享

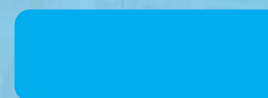
PO LEUNG KUK LO KIT SING (1983) COLLEGE



保良局羅傑承(一九八三)中學

「學生大使—積極人生」計劃 2024/25

模式二：日營、到校小組訓練活動、校本延伸活動

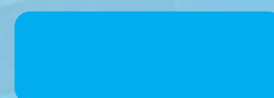
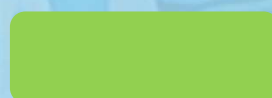


PO LEUNG KUK LO KIT SING (1983) COLLEGE



保良局羅傑承(一九八三)中學

# 學校參加計劃的目的



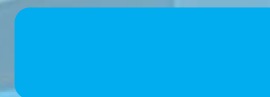




保良局羅傑承(一九八三)中學

## 學校參加計劃的目的

1. 學生解難能力及抗逆力有待加強
  - 期望透過計劃協助學生建立積極的人生觀







保良局羅傑承(一九八三)中學

## 學校參加計劃的目的

### 2. 計劃目標配合學校理念

- 有助學校從學生層面推廣正向及關愛的文化
- 締造更關愛積極的校園氛圍



保良局羅傑承(一九八三)中學

## 學校參加計劃的目的

### 3. 促進學生大使成為同學間的守護者

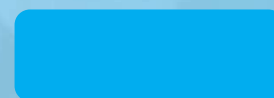
- 有助校方及早識別及支援有需要的學生
- 加強學生的抗逆力和精神健康





保良局羅傑承(一九八三)中學

# 挑選學生參加計劃的考量







保良局羅傑承(一九八三)中學

## 挑選學生參加計劃的考量

來自服務團隊: 輔導領袖生

主要職務:

- 照顧及協助中一同學適應校園生活
- 協助推廣正向及關愛文化
- 協助輔導組籌辦活動



保良局羅傑承(一九八三)中學

## 挑選學生參加計劃的考量

學習態度  
積極主動

願意與人  
合作、  
有能力籌  
備活動

有責任心

包括具不  
同特質的  
學生



# 保良局羅傑承(一九八三)中學

## 推行計劃的歷程

9/2024



日營

解難、定向  
及歷奇活動

11/2024



到校小組  
訓練活動

合作解難  
活動

11/2024



2/2025



4/2025



5/2025

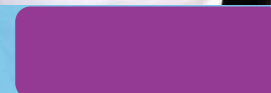
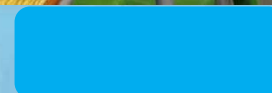


校本延伸活動



保良局羅傑承(一九八三)中學

# 校本延伸活動







保良局羅傑承(一九八三)中學

## 校本延伸活動

攤位遊戲

鼓勵訊息  
及  
點歌環節

Busking  
Time

桌遊比賽



保良局羅傑承(一九八三)中學

## 校本延伸活動 1 - 攤位遊戲

透過攤位遊戲讓學生：

- 學習正面樂觀的生活態度
- 學習減壓方法
- 明白需要適時放鬆，關顧自己的精神健康



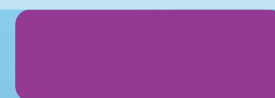
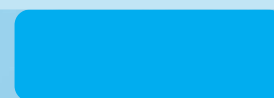


保良局羅傑承(一九八三)中學

## 校本延伸活動 2 - 鼓勵訊息及點歌環節

收集及分享正面的訊息，安排點播具鼓勵性質的歌曲

- 培養學生的正面情緒
- 締造關愛校園的氛圍





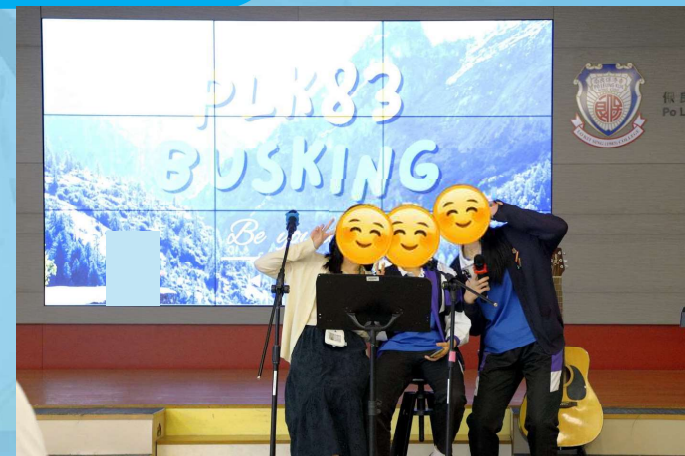
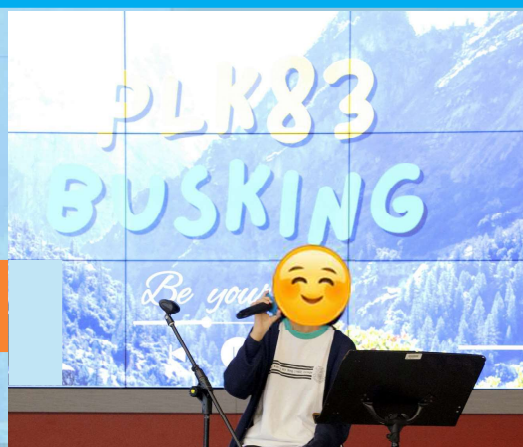


保良局羅傑承(一九八三)中學

## 校本延伸活動 3 - Busking Time

師生以「積極人生」為主題表演

- 培養學生互相欣賞
- 促進朋輩間正向互動，推動朋輩支援







保良局羅傑承(一九八三)中學

## 校本延伸活動 4 - 桌遊比賽

學生大使與同學一起玩桌上遊戲並進行比賽

- 強化學生的解難能力
- 促進朋輩間正向互動，推動朋輩支援





保良局羅傑承(一九八三)中學



配合學校計劃 / 關注事項





## 保良局羅傑承(一九八三)中學

### 學校關注事項：

#### 「崇德立人，正向善行」

- 推廣健康及積極人生的理念
- 栽培學生發展正向思維及正面的價值觀
- 培育學生成為盡責的公民

### 輔導組工作重點：

- 協助學生提升抗逆力及建立正面的價值觀
- 協助學生理解精神健康的重要性及適時提供支援





## 保良局羅傑承(一九八三)中學

學校關注事項：

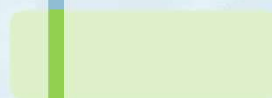
「崇德立人，正向善行」

- 推廣健康及積極人生
- 栽培學生
- 及正面價值
- 培育學生成為盡責公民

輔導組工作重點：

協助學生提升抗逆力及  
價值觀  
理解精神健康  
的重要性及提供支援

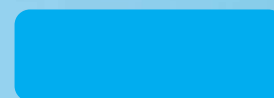
推廣正向及積極人生的理念





保良局羅傑承(一九八三)中學

# 學校統籌人員的角色

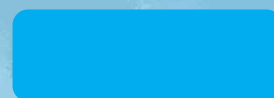




## 保良局羅傑承(一九八三)中學

### 主要職務：

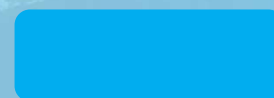
1. 招募及挑選合適學生參加「學生大使」計劃
2. 與機構協調日營及到校小組訓練活動細節
3. 活動期間提供支援
4. 適時引導學生大使籌辦校本延伸活動





保良局羅傑承(一九八三)中學

學生得著





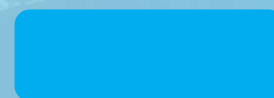


## 保良局羅傑承(一九八三)中學

### 學生得著

參加計劃後學會：

- 團隊合作的重要性
- 嘗試克服恐懼
- 積極地面對困難
- 耐性地與人溝通





## 保良局羅傑承(一九八三)中學

### 學生欣賞計劃的地方

參與定向活動時，最初自己因不熟悉地圖判讀而感到焦慮。在團隊的鼓勵下嘗試主導路線規劃，出乎意料地發現自己的空間分析能力比想像中強。這使我明白到只有在實際行動中才能突破「自我設限」，完成本身認為「不可能」的任務。

在進行高空繩網項目時，部分隊員因懼高而一度想放棄參與。幸得教練的肢體協助及口頭指引，加上隊友間的互助，最後懼高的隊員都能完成挑戰。過程中大家能建立良好的信任關係，「共患難」的經歷亦有助我們提升小組凝聚力。

透過體驗式活動我學會了溝通技巧，例如先覆述對方話語再行回應。我驚喜地發現這些溝通技巧能切實地應用於平息班級紛爭。

這些經歷讓我更懂得：積極人生不是「永遠衝刺」，而是在協作中尋找自己的節奏，並願意為他人調整自己的步伐。

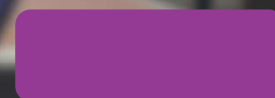
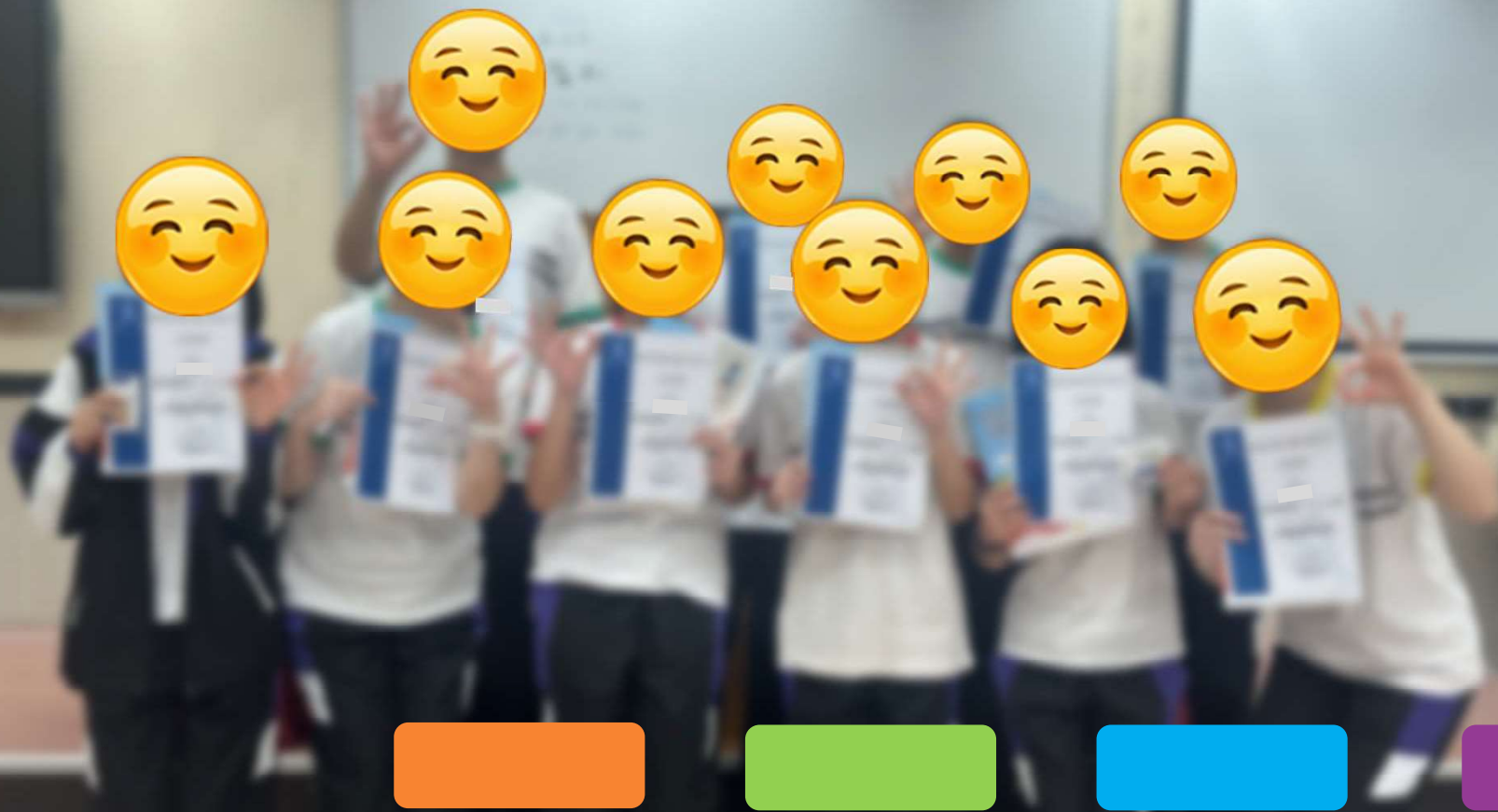
在團體活動中每位隊員都會各自提出解決方案，大家都嘗試聆聽及接納他人的想法和意見，並以行動嘗試彼此的方案。即使過程中遇有阻滯，各隊員都會努力探討可行的方法，嘗試解決問題。

另外，在活動的過程中，每位隊員都以團隊目標為先；大家明白到團隊合作的重要性，以及體驗到眾志成城的力量比個人的力量大。

最後，透過是次活動，我明白到可以選擇以正面的方式應對困難；挫折與失敗的經歷能成就更堅強的自己。



# 保良局羅傑承(一九八三)中學



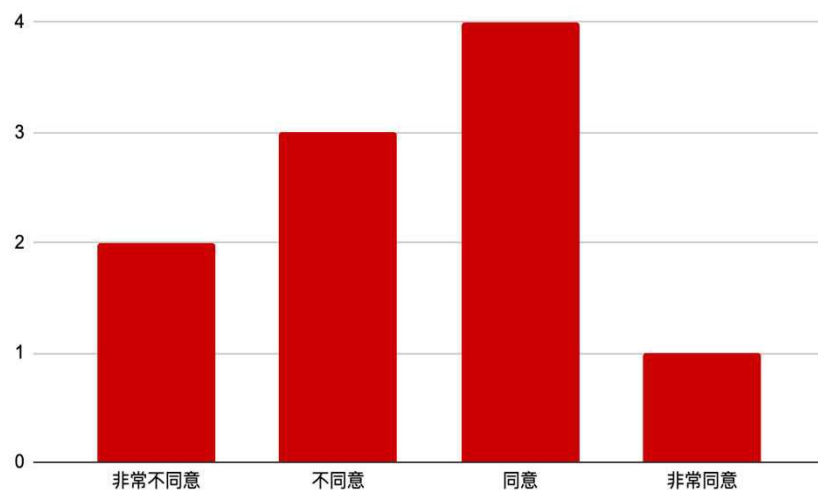


## 保良局羅傑承(一九八三)中學

# 活動前後問卷對比

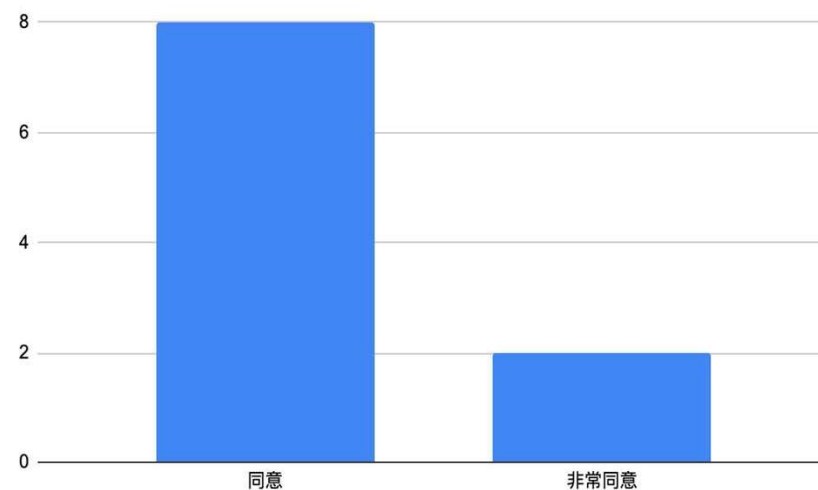
活動前

我很容易感到不安。



活動後

活動能幫助我調節心情。





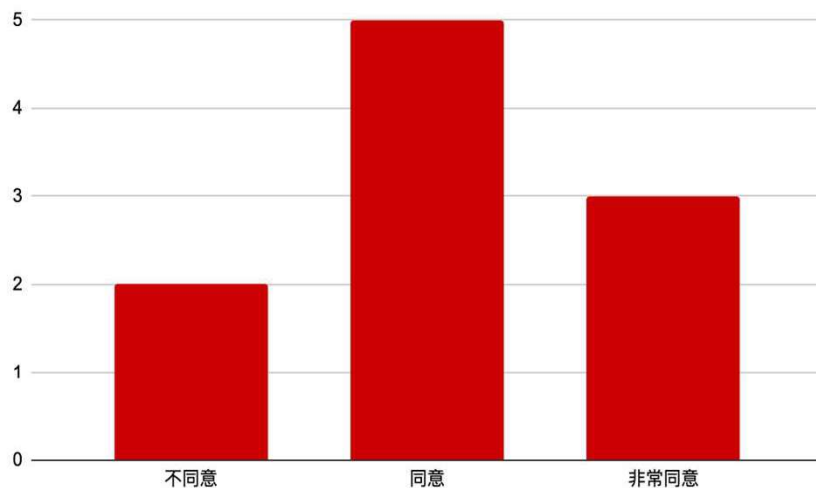


## 保良局羅傑承(一九八三)中學

# 活動前後問卷對比

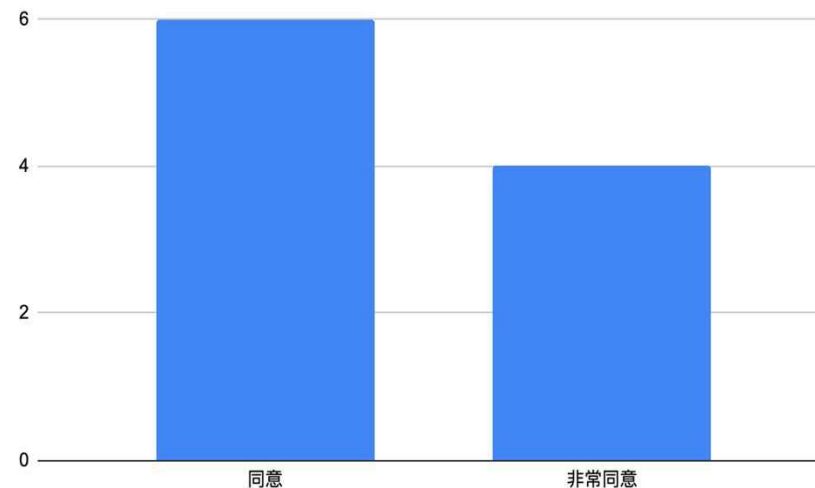
活動前

遇到挫折我會積極面對。



活動後

活動能讓我學會積極面對挫折。



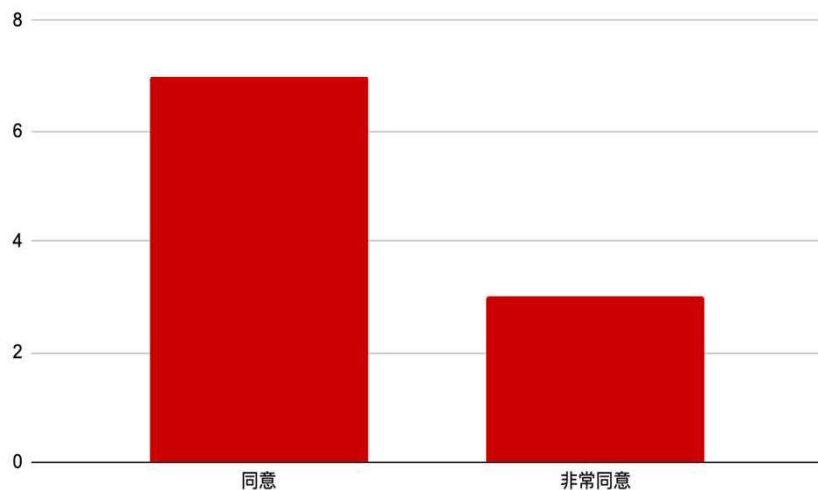


## 保良局羅傑承(一九八三)中學

# 活動前後問卷對比

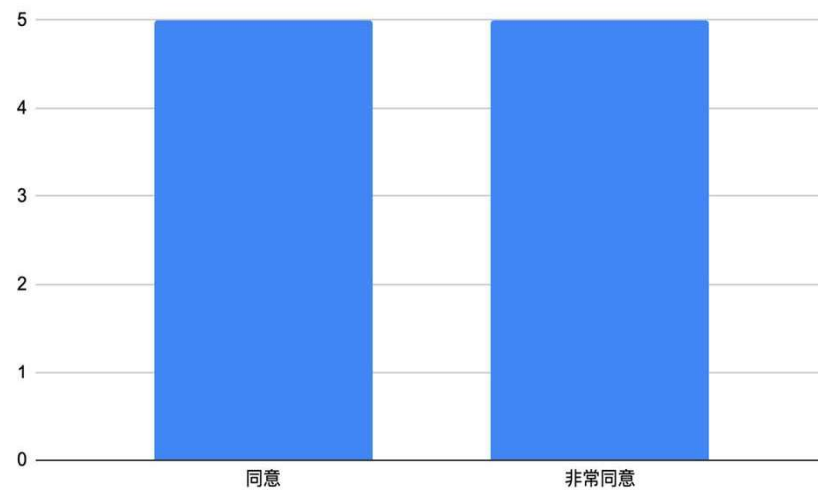
活動前

我認為困難和失敗都有正面的意義。



活動後

活動能讓我明白困難和失敗都有正面的意義。

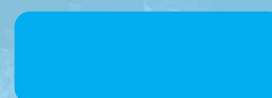




## 保良局羅傑承(一九八三)中學

### 活動後的改變：

- 學生自信心得到提升，更勇於走出舒適圈及接受挑戰
- 學生變得更外向及主動
- 鍛鍊到學生策劃、執行及協作的的能力
- 學生學會以更正面的態度和情緒面對困難
- 學生能更關注其他同學的情況和需要





保良局羅傑承(一九八三)中學

Thank you!