

「學生大使—積極人生」計劃（2023/24）
計劃活動詳情

模式一：生命成長體驗反思歷程（共 7 小時）

形式	時數	目標	內容
日營 培訓體驗活動 (西貢的營地)	一次 7小時 (包括1小時午膳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 建立朋輩互助的氛圍 ● 提升學生抗逆力 ● 通過體驗式活動，培養學生正向思維 ● 介紹策劃及設計活動的技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ● 不同的團隊合作／解難活動及啟導遊戲，例如：「繩網」、「游繩上升」、「攀石」 ● 分享活動策劃及帶領技巧（學校統籌人員需已有初步校本延伸活動構思）

備註：

1. 學校須自行安排交通前往營地接受日營服務。旅遊巴到達後，參加者需步行約二十分鐘路程始抵達營地[^]。
[^]學校可透過傳真或電子郵件向漁農自然護理署遞交表格，申請旅遊巴進入西貢郊野公園（北潭涌關閘）的許可證（費用全免）；如學校沒有申請有關許可證，參加者下車後需步行約三十分鐘路程始抵達營地。
 詳見：https://www.afcd.gov.hk/tc_chi/application_form/permit/permit_cou/files/Appen3C_2d_PTC_Vehicle_CPD4C_coach_20201104_.pdf
2. 機構將為十位學生及一位學校統籌人員免收費提供午膳。如學校安排多於一位學校人員參與活動，有關人員需自備午膳或自行在營地付費購買。（如個別參加者有特別食物要求，請學校預先與機構洽談相關安排）
3. 上述計劃內容有機會受實際情況影響（例如天氣、營地使用情況、參加者健康情況）而有所調節。
4. 學校可與受委託進行計劃的機構協商計劃的推行細節。

「學生大使—積極人生」計劃（2023/24）
計劃活動詳情

模式二：生命成長體驗學習暨反思歷程（共 10 小時）

形式		時數	目標	內容
第一部份	日營 培訓體驗活動 (西貢大網仔 道的營地)	一次 7 小時 (包括 1 小時午膳)	<ul style="list-style-type: none"> ● 團隊建立 ● 引導學生反思個人生活經歷 ● 提升學生的解難能力 ● 通過體驗式活動，強化學生正向心理素質 	<ul style="list-style-type: none"> ● 不同的團隊活動和解難挑戰任務，例如：「體驗式歷奇」、「游繩下降」、「跨越高牆」
第二部份	小組	3 小時到校 小組訓練活動 (建議每節 1.5 小時)	<ul style="list-style-type: none"> ● 鞏固學生在日營中學到的知識和技能 ● 介紹策劃及設計活動的技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ● 正向體驗活動 ● 分享活動策劃及帶領技巧（學校統籌人員需已有初步校本延伸活動構思）

備註：

1. 學校須自行安排交通前往營地接受日營服務。
2. 機構將為十位學生及一位學校統籌人員免收費提供午膳。如學校安排多於一位學校人員參與活動，有關人員需自備午膳或自行在營地付費購買。（如個別參加者有特別食物要求，請學校預先與機構洽談相關安排）
3. 上述計劃內容有機會受實際情況影響（例如天氣、營地使用情況、參加者健康情況）而有所調節。
4. 建議學校於日營結束後一個月內安排學生接受到校小組訓練活動服務。
5. 學校可與受委託進行計劃的機構協商計劃的推行細節。

「學生大使—積極人生」計劃（2023/24）
計劃活動詳情

模式三：生命成長體驗學習歷程（小學）（共 6 小時）

形式	時數	目標	內容
小組	6 小時到校小組訓練活動 (建議每節 1 小時或以上)	<ul style="list-style-type: none"> ● 培養學生正向思維 ● 肯定自我價值 ● 提升幸福感及希望感 ● 以積極的態度接受生命中的挑戰 ● 介紹策劃及設計活動的技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ● 藝術手作體驗，例如：以輕彩繪製作「感恩手帳」 ● 團體體驗遊戲 ● 正向心理學知識及應用技巧，例如：「快樂七式」 ● 桌上遊戲及解難活動 ● 分享活動策劃及帶領技巧（學校統籌人員需已有初步校本延伸活動構思）

備註：

1. 上述計劃內容會按學校及學生的實際情況而有所調節。
2. 學校可與受委託進行計劃的機構協商計劃的推行細節。

「學生大使—積極人生」計劃（2023/24）
計劃活動詳情

模式四：生命成長體驗學習歷程（中學）（共 6 小時）

形式	時數	目標	內容
小組	6 小時到校小組訓練活動 (建議每節 1 小時或以上)	<ul style="list-style-type: none"> ● 強化正向情緒 ● 學習自我關顧技巧 ● 建立朋輩支援網絡 ● 介紹策劃及設計活動的技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ● 藝術活動，例如：「和諧粉彩」、「壓花書籤」、「情緒彩砂樽」、「失敗的畫」（以荊鬚膏繪畫）、「星空瓶」 ● 情緒管理及放鬆練習，例如：「靜觀呼吸練習」 ● 團隊協作遊戲及桌上遊戲 ● 情境討論及角色扮演 ● 介紹精神健康資訊 ● 分享活動策劃及帶領技巧（學校統籌人員需已有初步校本延伸活動構思）

備註：

1. 上述計劃內容會按學校及學生的實際情況而有所調節。
2. 學校可與受委託進行計劃的機構協商計劃的推行細節。

「學生大使—積極人生」計劃（2023/24）
計劃活動詳情

模式五：生命成長體驗啟迪歷程（共 8 小時）

形式	時數	目標	內容
小組	8 小時到校小組訓練活動 (建議每節 1 小時或以上)	<ul style="list-style-type: none"> ● 認識情緒與精神健康 ● 重新框視個人成長經驗 ● 建立個人目標與夢想 ● 掌握支援朋輩的技巧與語言 ● 提升學生的解難及溝通能力 ● 介紹策劃及設計活動的技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ● 藝術活動，例如：「動力沙」、「禪繞畫」、「和諧粉彩」、「冷靜瓶」 ● 個人生命故事重塑 ● 解難遊戲，例如：「六色積木」、「魔術環」 ● 圖卡聯想、情境處理、討論及分享 ● 分享活動策劃及帶領技巧（學校統籌人員需已有初步校本延伸活動構思）

備註：

1. 上述計劃內容會按學校及學生的實際情況而有所調節。
2. 學校可與受委託進行計劃的機構協商計劃的推行細節。