

「學生大使—積極人生」計劃(2025/26)
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 (西貢營地)	一天(7小時) (包括1小時午膳)	● 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	● 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進行日營活動。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/Appen_3C_2d_PTC_Vehicle_CPD4C_coach_20240222.pdf
2. 機構將為十位學生及兩位學校統籌人員提供免費午膳。如學校安排多於兩位學校人員參與活動，有關人員需自備午膳或預早向營地付費訂購。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(2025/26)
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
第一部分	日營 培訓體驗活動 (馬灣活動中心)	一天 (7 小時) (包括 1 小時午膳)	● 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	● 不同的團隊活動和解難挑戰任務，例如：「體驗式歷奇」、「繩網」、「馬灣定向」
第二部分	小組	3 小時到校 小組訓練活動 (建議每節 1.5 小時)	● 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 ● 灌輸正向及積極的人生觀	● 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中心進行日營活動[^]。

[^]馬灣路為二十四小時限制車輛區域，車輛包括私家車及旅遊巴士，如沒有獲得運輸署發出之禁區許可證將不可駛入，以下除外：旅遊巴士在無需申請許可證下，可進入馬灣的時間為每日早上9時至晚上9時；旅遊巴士如需於其他時段進入馬灣路，便需預早透過馬灣公園服務處向運輸署申請馬灣禁區許可證(費用全免)。

詳見：https://www.noahsark.com.hk/tra/pdf/Ma_Wan_Park_form1_v_15710.pdf 及 <http://www.mawanpark.com/tra/pdf/form-down02.pdf>

2. 機構將為十位學生及兩位學校統籌人員提供免費午膳。如學校安排多於兩位學校人員參與活動，有關人員需自備午膳或預早向中心付費訂購。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、中心使用情況、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(2025/26)
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 (建議每節不少於 1 小時)	● 培養學生正向思維 ● 肯定自我價值 ● 提升幸福感及希望感 ● 以積極的態度接受成長中的挑戰 ● 介紹策劃及設計活動的技巧	● 藝術活動，例如：「輕彩繪」、「拼貼創作」、「酒精滴墨」、製作「小香包」及「七彩泡泡冷靜瓶」 ● 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，例如：「六色積木」、「魔術環」 ● 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(2025/26)
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 (建議每節不少於 1 小時)	● 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	● 藝術活動，例如：製作「剃鬚膏畫」、「奶油膠甜品杯」、「星空瓶」、「感恩相框」 ● 情緒調節及放鬆練習，例如：「靜觀進食練習」、「五感放鬆練習」 ● 團隊互動及協作遊戲 ● 情境討論 ● 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(2025/26)
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 (建議每節不少於 1 小時)	● 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	● 藝術活動，例如：製作「欣賞放大鏡」、「紓壓奶油膠音樂盒」、「『代表我的』電話繩」、「靜心星空瓶」、「我的人生年輪」、「微境觀生態瓶」 ● 個人生命故事回顧及重塑 ● 解難遊戲，例如：「六色積木」、「魔術環」 ● 以圖卡聯想及戲劇形式進行情境處理、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。