

喜箋

BRAVO EXPRESS

初小成長 體驗課程

2020年8月
第二十二期



本校除了注重學生的學業成績和品德教育，亦希望透過不同的活動提升學生的自理和溝通能力。每年多元化的成長體驗課程一直深受學生和家長的喜愛。因此，今年學校繼續舉行成長體驗課程，令學生可以在個人成長和人際關係上繼續提升。

一年級-半天成長營

一年級的半天成長營着重培養學生照顧自己的能力，教導學生基本的生活自理技能，引導學生明白如何照顧自己的重要性，讓學生能夠順利地適應學校的生活。在成長營當天，老師親自指導學生完成不同的挑戰，例如穿襪子、繫鞋帶和扣鈕扣等。通過這些實踐活動，學生可以愉快地學習基本的生活技能，培養學生的自信心和獨立能力，從而提升學生的自理能力。

學習收拾書包



學習自己穿襪子



學習把衣物摺好



學生在老師的指導下，學習扣鈕扣。





二年級—一天成長營

學生在一天的成長營中，分組進行不同的活動。從製作簡單的午餐到執拾清潔，學生不但學懂基本而實用的生活技能，而且亦學會如何與人相互合作，從而提升學生的自理能力。雖然這些生活技能看似簡單，但對於年紀小小的學生也會有很大的滿足感。相信同學參加了這次的成長營後，他們會更有信心面對未來的挑戰。

製作簡單的午餐



執拾清潔



學習收拾書包





三年級-成長營

1. 訂立個人成長目標:

成長營的第一課便是訂立個人成長目標。在老師的循循善誘，細心指導下，同學們非常認真地思考並寫下自己的目標。



2. 學習個人自理:

自理能力、情緒智商(EQ)和抗逆力(AQ)是一個人健康成長的重要發展元素，而這些能力難以在普通課堂中獲得。透過是次成長營，同學學習生活自理，包括自行洗漱，穿衣，鋪牀，吃飯，自理能力、自信心及對自我要求都有所提升。絕大多數同學表現良好，團結友愛樂於助人，收穫感恩與成長。



3. 建立對他人的信任:

人際關係往往是個人成長重要的一環。對同儕的恰當信任，能有助建立更深厚的同儕關係，有助個人成長。是次成長營，同學於晚上都需要接受「黑夜行」的任務。這任務需要同學們矇眼睛，只可以在扶著前面同學肩膀的情況下在黑夜中走一段路。同學們帶著戰戰兢兢的心情去走過那迴轉樓梯，狹窄的小徑，甚至充滿障礙物的公園。在過程中，同學們都互相提點及照顧前後的同伴，最終大家都完成任務，好不興奮!



4. 培養學生的團隊精神:

學懂與人合作，放低自我，成就團隊，也是成長的必經階段。是次小三成長營內，各班均被分配了不同的隊伍，完成不同的鬥智鬥力的團隊合作任務。在活動中，有時會有意見不同的時候，但同學們都能以良好溝通和隊友一起解決難題。從過程中看到同學們十分投入，並且互相合作，努力完成每個訓練團隊精神的成長任務。



學生心聲

1A 朱梓琳

參加小一成長營，我學會了摺衫和綁鞋帶，我可以幫媽媽忙做家務摺衫，感謝學校和老師花心思設計及安排這活動。

1A 朱梓琳家長

感謝老師為學生安排這個自理營，讓他們可以在輕鬆愉快的環境下學習生活基本需要，從而增加對學校的歸屬感。

1A 巫嫻妤

參加個人成長體驗營，令我學懂照顧自己，能夠和同學一同開開心心成長，真的要多謝老師的教導。

1A 巫嫻妤家長

學校舉辦的個人成長營，不但可以增加小一新生對學校的歸屬感，更可提高他們的自理能力和責任感。除此之外，更令他們加深對同學及學校的認識。

2B 陳鈺如

我很喜歡這次活動，在成長營裏，我學會了做三文治，我感到非常開心，因為就算媽媽不在家的時候，我也可以自己做食物，謝謝老師及學校幫我們安排這次的活動。

2B 陳鈺如家長

感謝學校為小朋友準備此次活動，使小朋友能在玩樂中學習到生活的技能，感受到學習知識的樂趣，能夠學以致用！

2B 陳兆熙

在這次小二成長營中，我學會了收拾書包、做三文治和腸仔等食物，並能夠和同學在遊戲中學習如何相處，十分開心！多謝學校和老師安排這次成長營給我，讓我能學到很多以前不懂的東西，我覺得自己長大了很多！

2B 陳兆熙家長

自從參加了小二成長營後，我覺得兆熙長大了很多，放學回家後能自覺做功課和收拾書包，經常建議媽媽和他一起做些自己喜歡的小吃，並能和我們分享學校裏的事情，多謝學校這次的安排，希望日後每年都能夠舉辦這樣的成長營。

3A 康嘉家

在這次成長營中，我學會了照顧自己，並認識了很多新朋友，非常感謝學校的安排和老師的照顧！

3A 康嘉家家長

嘉家在這段時間有著明顯的成長，在家裏也會主動做家務，而且也勤力做功課，感謝學校的安排及老師的教導！

3A 林敬智

小三成長營中，我學會了照顧自己和明白群體合作的精神，我感到獨立能力和信心都增強了！在此感謝老師們為這次活動辛苦的付出。

3A 林敬智家長

經過小三兩日一夜的成長營後，讓敬智獲益良多。他學會了與人相處溝通的技巧和明白到合作的重要性，很高興透過此活動提升了我兒子的獨立能力和自信心！