

五年級--個人成長挑戰訓練營---歷奇

學生透過歷奇活動學習如何合作解決問題，並通過導師的指導進行觀察及反省，以增進學生的自我認識、領袖才能、團隊合作及勇於承擔的精神。

此外，在這三天的訓練營裡，學生能培養自我管理能力和生活習慣，建立健康的生活模式，並與同學互相幫助及培養他們關愛別人的態度。

日期：2015年3月18日至3月20日（星期三至星期五）

活動地點：西貢戶外康樂中心

集合時間：3月18日下午2時正

集合地點：本校雨天操場

解散時間：3月20日下午2時半

解散地點：本校正門

服飾：須穿著整齊學校運動服出發及離營。

六年級--個人成長活出彩虹教育營

學生在教育營當中學會尊重、珍惜及愛護生命，並培養學生的反思能力以幫助他們建立正面、樂觀及積極的人生目標。此外，培養學生自我管理的能力和團隊合作精神，並幫助他們養成良好的生活習慣，建立健康的生活模式。

日期：2015年3月18日至3月20日（星期三至星期五）

活動地點：曹公潭戶外康樂中心 / 挪亞方舟之生命教育館

集合時間：3月18日下午1時30分

集合地點：本校雨天操場

解散時間：3月20日下午2時正

解散地點：本校正門

服飾：須穿著整齊學校運動服出發及離營。

*個人攜帶物品備忘及營地守則詳見附件

個人攜帶物品備忘

物 品	數量
一.衣物	
1. 便衣	3 套
2. 內衣	2 套
3. 襪	2 對
4. 運動鞋	1 對
5. 膠拖鞋	1 對
6. 禦寒衣物	適量
7. 雨具	1 件

物 品	數量
二.梳洗用品	
1. 面巾	1 條
2. 浴巾	1 條
3. 牙刷	1 枝
4. 小牙膏	1 枝
5. 肥皂	1 件
6. 洗髮水	1 枝
7. 梳	1 把
8. 橡筋 (長髮)	2 條

物 品	數量
三.其他	
1. 水/水壺	1 支
2. 太陽帽	1 頂
3. 手帕	3 條
4. 自用藥品	適量
5. 零用錢(少量碎銀)	\$100
6. 筆盒	1 個
7. 拍紙簿	1 本
8. 衛生紙	適量
9. 手錶	1 隻
10. 乾糧	適量
11. 營刊	1 本
12. 輕便背囊	1 個
13. 相機(如需要)	1 部

- 注意：
- (1) 攜帶物品應以方便為原則。
 - (2) 所有零碎用品應用旅行袋或背囊放好，以便攜帶。
 - (3) 個人物品方面，最好貼上姓名、班別，以資識別。

營地守則

- (1) 在營地內絕對服從及尊敬導師及營地職員。
- (2) 要遵守營地一切規則，不得擅自離營，違者將受處分。
- (3) 攜來物品須自行保管，如有遺失，營舍概不負責。貴重物品如平板電腦，請勿攜帶入營。
- (4) 須依照編定之時間表參加各項活動。
- (5) 不得隨意取用別人物品。如借用公物，必須愛惜及準時交還。
- (6) 入營及離營，須穿著整齊學校運動服裝；於分組活動及晚會時可穿樸素之便服。
- (7) 分組時各營長負責領導及照顧組員。
- (8) 集隊時必須快！靜！齊！不得遲到。
- (9) 男、女同學不得互進異性宿舍。
- (10) 每晚 11 時前熄燈就寢，任何活動必須停止，保持安靜。
- (11) 宿舍內不可喧嘩。
- (12) 宿舍用品，如枕、被、床褥、杯具等用品，不得攜帶出宿舍外。
- (13) 經老師分配床位後，不得任意更調。
- (14) 宿舍內床位不得搬動，不可兩人共睡一床。
- (15) 晚間要保持安靜，以免干擾他人安睡。
- (16) 每天起床後須洗漱、更衣及自行收拾床鋪，養成良好起居習慣。
- (17) 營房組員應分工合作，清理營舍，保持地方清潔。
- (18) 起床若早於 7：00a.m.，須保持安靜，不可擅離營舍。
- (19) 用膳時應守規則，注意飲食禮儀及依編定座位用膳。
- (20) 用膳前後，須得到老師的批准，才可購買小食與飲品、進食及離開。
- (21) 離開營舍前，請關妥電燈及風扇等。
- (22) 對人要有禮貌，不可粗言穢語。