

2024-2025年度

戶外教育營

01/09/2024 - 11/07/2025

烏溪沙青年新村

自選早午活動 (09:30-11:30 / 13:30-15:30 / 15:30-17:30)

活動時間：2小時

羅馬炮架

學生學習繩結，並合作用長竹紮作砲架，以砲架進行水彈大戰。

原野烹飪

學生學習以枯枝枯葉生火，並體驗野外烹煮蛋糕、粟米、雞蛋、魚柳等食物。

環保原野烹飪

結合了烹飪和環保意識，讓學生在大自然中享受美食的同時學習如何減少對環境的影響。學生將學習使用環保烹飪器具和技巧及Farm-to-table的體驗，為組員準備可口的戶外餐點。

歷奇活動

訓練學生的團隊合作精神、解難能力及溝通技巧。

限時內完成3-4個歷奇項目分站如珠行萬里 / 青蛙過河 / 迷宮 / Time-Out / 團隊30等

營地康樂活動 - 活動時間：2小時 (以下活動每節1小時以分組形式同步進行)

低結構繩網

透過低高度的繩網攀爬和穿越，挑戰平衡、協調和勇氣，同時培養團隊合作和信任。

運動攀登

挑戰自己的體能和勇氣，攀爬10米高的攀登牆壁，體驗刺激和成就感。

Floor Curling

室內場地進行的冰壺遊戲，使用特殊滑輪地壺推向目標，培養準確性、策略性和團隊合作。

Mölkky

一種芬蘭傳統遊戲，使用木柱和投擲木材，目標是擊倒特定的柱子，培養投擲技巧和計分能力。

燙珠手工

使用燙珠和熨斗進行創作，培養創意思維、手眼協調和細緻動作技巧。

Cornhole

將布袋投擲到斜坡上的洞中，提升投擲準確性、反應速度和團隊合作。

越野追蹤

營地定向活動，學習使用地圖，全組合作搜尋營地內指定地點回答題目或完成指定任務。

旋風球

團隊或個人對賽的球拍運動，透過活動體驗使用球拍製造高速飛球及曲線路徑的基本技巧，以遊戲進行對賽。

2024-2025年度

戶外教育營

01/09/2024 - 11/07/2025

烏溪沙青年新村

自選早午活動 (09:30-11:30 / 13:30-15:30 / 15:30-17:30)

營地康樂活動 - 活動時間：2小時 (以下活動每節1小時以分組形式同步進行)

閃避球 / 躲避盤

團隊對賽運動，擲球或軟飛盤攻擊對方內場球員，若擊中身體即告出局。

攻防箭

真人射箭對戰活動，學習安全使用弓箭的技巧，以安全設計的弓箭進行競技。

地板球

地板曲棍球為團隊對賽運動，以射球進對方龍門得分，每人配備一枝球桿進行競技。

Mini Archery

輕巧版的攻防箭，配合安全設計的小型弓箭進行競技。

綠野遊蹤 (樹木遊蹤)

這個活動將帶領學生在綠野間享受一次難忘的遊蹤之旅，專注於探索和學習關於樹木的知識。

穿越城市森林，尋找各種樹木，認識其特點、功能和生態價值。這樣的遊蹤體驗不僅有助於加深對自然的認識，還能讓學生欣賞到大自然的美麗。

樹木牌畫

利用顏料在木塊上發揮個人的創意及藝術。

樹枝匙扣

這是一個結合創意和手工藝的活動。學生將使用自然掉落的樹枝和其他自然材料，學習如何製作簡單但有趣的鎖扣和飾品。這個活動將啟發學生對自然材料的運用和創造力的發揮，同時也是一個展示環保意識的方式。

環保創意木工

這個活動結合了木工技巧和環保意識，讓學生利用回收和可再利用自然掉落的木材創作獨特的木工作品。導師將指導學生如何使用基本木工工具和技巧，打造屬於你的環保飾品，同時提醒重視資源再利用的重要性。

高疊盤

上攀歷奇項目，以2-3個汽水盤為起點，參加者坐於汽水盤，將其他汽水盤一個接一個疊成為一幢高塔，透過組員傳遞高疊盤，活動期間參加者配戴安全帶及頭盔。

環保banner小袋

利用廢棄大型橫額加工，製作成袋子。

健球

使用巨型充氣球，而進行的團隊體育比賽。

2024-2025年度

戶外教育營

01/09/2024 - 11/07/2025

烏溪沙青年新村

加費早午活動 (09:30-11:30 / 13:30-15:30 / 15:30-17:30)

活動時間：2小時

小農夫體驗

這是一個讓您體驗農場生活的活動。您可以親身參與農場的日常工作，例如種植、收穫以及學習農業技巧。這是一個城市森林中享受大自然和農村生活的絕佳機會。

野外求生

這個活動將教授您實用的繩結及露營技巧。您將學習如何繫結結實的繩結，搭建營地和露營裝備，以及處理露營中的常見問題。這些技能將使您在野外生活中更加自信和獨立。

攀樹歷奇

這是一個具刺激和挑戰性的活動，讓您可以攀爬和探索大樹的世界。在專業教練的指導下您將學習攀爬技巧、安全措施和使用攀爬裝備的方法。這個活動不僅提供身體上的挑戰，還讓您欣賞從樹冠俯瞰風景的獨特視角。

海岸生岸導賞

在這個導賞活動中您將探索海岸帶的生態系統。您將了解海洋生物、潮間帶生態和岩石地形的特點，並學習保護海岸環境的重要性。這個活動將讓您近距離觀察大自然中的奇妙生物和美景。

體驗水肺潛水

這是一個令人興奮和難忘的活動，讓您可以穿上水肺潛水裝備，在專業潛水教練的指導下，您將於泳池中學習基本的潛水技巧和安全程序。

盆栽製作工作坊

在這個工作坊中您將學習如何種植和製作盆栽植物。專業園藝師將指導您選擇適合的植物、種植技巧和盆栽的護理方法。您可以親自動手製作屬於自己的盆栽植物，並將之放置在室內或室外空間中，增添綠意和美感。

小廚神體驗

透過製作曲奇或薄餅，培養參加者的自理能力及提升社交技能。

免燒陶瓷工作坊

這個工作坊提供了一個創意和有趣的陶藝體驗。您將學習使用免燒陶瓷材料創作藝術品，而無需使用窯燒。導師將指導您使用陶瓷塑造作品，然後使用特殊的材料和技術進行固化和上色。您可以創作出獨特的陶瓷作品，展示您的藝術才華。這個工作坊適合任何年齡和藝術水平的人士參加。

STEM系列 (水火箭)

以回收膠樽製作火箭，並運用水壓發射火箭，從中學習科學原理

高結構繩網 (營地康樂活動選項之一)

參與者在離地7米懸空的繩網上攀爬，是培養勇氣的個人挑戰。

2024-2025年度

戶外教育營

01/09/2024 - 11/07/2025

烏溪沙青年新村

自選晚上活動 (19:30 - 21:00)

活動時間：1.5小時

黑夜追蹤

晚間營地定向活動。

天才表演 / 話劇晚會

此晚會需預先與學校配合。學校安排同學排練不同表演項目，並安排老師負責評分。營地教練講解觀看表演禮儀，及舞台演出技巧，並成為晚會司儀，安排表演項目前台演出。

營燈晚會

在營地教練帶領下，圍著營燈唱營火歌及跳營火舞、進行集體遊戲，歡渡一個難忘的晚上。

康樂晚會

營地導師帶領同學進行集體遊戲，建立同學之間的友誼。

細運會

同學以班為單位，進行一連串非一般的班際趣味運動會比賽。

晚間原野烹飪

這個活動讓學生在夜晚探索大自然的同時享受美食。學生將學習如何在戶外營火或特殊設施下準備晚間烹飪例如燒烤、露天火鍋或草地野炊。這是一個與同學共享美食和星空的絕佳機會，同時也提醒我們在享受自然的同時保護環境。

營地夜間生態導賞

在夜晚探索營地的生態奇觀。帶領學生進行夜間探索，觀察夜行動物，讓學生深入了解自然界的黑暗面。

燒烤晚會

燒烤晚會為留營期間其中一餐晚膳。營地職員運送食物及燒烤用品到燒烤場地及負責生火，亦會講解燒烤注意事項，並安排學生有秩序地領取食物及相關物品。（如學校安排老師自行帶領燒烤晚會流程則不當作一節活動計算）

加費晚上活動 (19:30 - 21:00)

活動時間：1.5小時

夜行

同學輪流成為小組的領航員在黑夜中指示矇眼的組員移動。可訓練同學的表達能力，觀察力及團隊合作精神。

天文體驗活動

讓學生對天文知識有初步的了解，期望提升他們對天文的興趣。