

東華三院辛亥年總理中學 2016 至 2017 年度家長通訊第 101 號

「青少年領袖訓練營」事宜

敬啟者：為了使同學度過一個充實而有意義的暑假，本校自 2005 年起，每年均為中一升中二級同學舉辦「青少年領袖訓練營」。活動成效顯著，參加同學獲益良多。訓練營內容包括歷奇訓練、步操、夜行、煮食、燒烤及晚會等，藉以增強同學待人處事能力，培養堅毅精神。本年度的訓練營詳情如下：

- 1 對 象： 全級中一升中二學生必須參加
- 2 日 期： 2017 年 8 月 17 日至 8 月 20 日 (四日三夜)
- 3 活動地點： 香港鰂魚涌青年發展聯會
- 4 集合時間： 上午 8 時 30 分
- 5 集合地點： 本校有蓋操場 (旅遊巴來回)
- 6 回程時間： 下午 3 時正
- 7 解散地點： 本校正門門口
- 8 費 用： 經「黃乾亨基金」贊助後，費用由每位 800 元減至每位 200 元。收費詳情如下：

全費	獲書簿津貼半免者	獲書簿津貼全免或領取綜援者
\$200	\$150	\$100

9 營前簡介會：

日期	時間	地點	備註
2017 年 7 月 4 日	上午 11 時 15 分至 12 時正	4 樓禮堂	歡迎家長出席

活動日程將於稍後派發。收費將於 **2017 年 7 月 7 日 (星期五)** 以自動轉賬形式收取，請家長於上述日期前將足夠金額存入自動轉賬戶口中。

如有查詢，可致電 24645220 聯絡張美思老師。

此致

貴家長

周慶中校長啟

2017 年 6 月 22 日

東華三院辛亥年總理中學 2016 至 2017 年度家長通訊第 101 號

「青少年領袖訓練營」事宜

回條(請於 6 月 26 日或之前交回班主任)

敬覆者：頃接來函，知悉 敝子弟須參加「青少年領袖訓練營」，定囑咐敝子弟積極參與及準時出席，並於指定日期存入港幣 * \$200 / \$150 / \$100 至自動轉賬戶口，支付上述活動收費，敬希查收。

此覆

東華三院辛亥年總理中學校長

學生姓名：_____
班別：_____
家長簽署：_____
聯絡電話：_____

2017 年 月 日

青少年領袖訓練營 2017(學生感想及相片)

1. 步操訓練



2A 徐肇堅

在步操訓練中，我明白了團隊合作的重要性，不能因為自己而令到其他人要承擔後果。在行山中，我明白了我們不應該容易放棄，開始了便要繼續，不能半途而廢。

2. 團隊歷奇挑戰



2B 趙凱晴

我最難忘的活動是團隊歷奇定向，因為在行山途中，會有許多障礙，而同學們要互相幫助才能通過某些梯級。雖然行山的時候很辛苦，但是完成後很有滿足感，而且獲益良多。我明白到有些事並不容易達成，要主動尋找別人幫助。這個活動能訓練我們的團隊合作精神。

3. 野外遠足訓練



2A 周希晴

經過今天後，我認為最難忘和深刻的是爬山這個活動。這是我第一次的爬山體驗。我學會了團隊精神。山路路途險惡，但如果有了團隊精神和合作，儘管路途險惡，也能利用團隊精神克服。

4. 煮食訓練



2A 陳嘉茵

兩天一夜活動中，令我領悟最深刻的就是煮食訓練，當中使我清楚地體會到母親平時煮食的辛苦和困難。此外，在煮食後我們要洗碗，萬萬沒有想到是這麼累的一件工作。這令我明白到，我們不應偏食，使父母難做。一想到母親每天都如此辛苦地洗碗，我的心也很痛，我決定以後經常幫她洗碗，也會幫忙做其他家務。

5. 高空挑戰(攀樹)



2B 劉葉

經過了第一天，我感到最難忘的是攀樹練習。我們先看導師的示範，他們說有四個步驟，我們當時只想著：天啊！好高，聽了也是白聽。開始時只有幾位同學大膽地站出來，我也挺佩服他們的。後來，來大膽試玩的同學也越來越多，後來我也嘗試一次，沒想到玩了一次，我已喜歡上這活動。最後，導師提議我們來一次比賽，我們為自己的組別打氣，應該是團結就是力量吧！最後，我的組別獲得了第一名。

6. 房務訓練



2D 杜依琳

今天，我認為最難忘的事是房務訓練。我們互相提點及幫助，在第一次做的時候便能達標完成，比其他組別突出。

7. 燒烤晚會



2C 梁珞

今天最難忘的活動是營火晚會，因為可以燒烤，我們一班同學圍在一起談天，而且可以看到各班的精彩表演。我在這個活動中學會了要分工合作去清潔燒烤爐和餐具。

8. 畢業步操匯演



2B 莫鎧霖

今天是第二天，明天就要離營，真有點兒捨不得呢！我們由煮飯、遠足、步操、攀樹、營火會，直到燒烤晚會，所有訓練都是要跟隊友一起完成。無論是獎還是罰，大家都要一起捱，一起獎。這兩天的訓練讓我學會了很多，例如膽識、耐力、團體精神等。我希望明天的畢業操，大家都會盡力去做好！

畢業操完結了，大家也很努力地呼喊，整齊地做了所有的步操。雖然這個訓練營滿辛苦，有很多體能訓練，但是我卻捨不得……