

明愛元朗陳震夏中學
2026-2027 年度家長通函第十二號
中四級 多元學習周活動安排

敬啟者：

為擴闊同學視野，豐富其學習經歷，學校將計劃於 22/2/2027 (一) 至 26/2/2027 (五) 調撥五天的上課日，舉辦多元學習周，屆時同學將有機會參與不同的活動，體驗學習的多樣化。按上學年 5 月 15 日所發之家長通函第 320 號所載，學校為優化多元學習周的活動安排，讓同學可藉活動獲得更豐碩的成果，本年度將新增以下準則以衡量同學參與交流團的合適性：

考慮範疇	計算時段	具體條件
考勤狀況	由上學年 18/5/26 至本學年約 11 月	無故缺席日子是否超過 10%。
獎懲紀錄		被紀錄之小過、大過的次數。
參與紀錄	過往參加的多元學習周期間	過往參與多元學習周活動的行為表現，如曾於交流團活動期間出現嚴重違規將有機會不再取錄。

一、活動選項：

本學年會為中四級同學開辦以下活動項目供同學選擇：

項目	內容@	參與級別	名額	預計團費# (約港幣)	預計津貼後學生收費 (港幣)#			
					綜援	全津	半津/自決	沒有活動津助
1	5 日 4 夜 外展訓練 (香港外展訓練學校)	中四	36	\$5950	\$1965	\$2380	\$2855	\$3275
2	5 日 4 夜 內蒙歷史文化與經濟生態探索之旅		32-36	\$9000	\$5400	\$5850	\$6300	\$6750
3A	6 日 5 夜 日本沖繩背包之旅*		20	\$13500	\$6750	\$7425	\$8100	\$8775
3B	6 日 5 夜 台灣台東背包之旅*		20	\$10500	\$5250	\$5775	\$6300	\$6825
4	5 日 4 夜 運動集訓營(烏溪沙青年新村)	中三至中五	30-35	\$2000	\$1200	\$1400	\$1600	\$1800

* 最終只開辦其中一團，而其旅程的日數亦有別於其他活動，出發日期及回程日期亦因此而有所分別。

預計費用及學校津貼款項只供參考，其最終收費可能會於招標完成後，按實際情況稍作調整。

@ 各遊學團之活動詳情可參閱通告背面，唯有關內容只供參考，實際行程安排將按學校與承辦商協商為準。

二、填寫意願：

- 9 月 4 日學校將向全體中四級同學派發一份參與活動的意向表(請參閱附頁)。
- 屆時同學須按自己有意參與的活動項目順序填寫參加意願。
- 而有意參加交流團活動(項目 2、3A、3B)的同學，則須再回答相關的問題，以便學校作為甄選同學參與該交流團的另一項主要參考。

三、編配安排：

- 收集同學的意願表格後，學校會先檢視有意參與交流團項目的申請，審閱同學就交流團所設提問的回應，再綜合其他考慮範疇，然後再按同學的意願分派活動項目。
- 沒有填寫任何意願，或最終未獲編配到所選項目的同學，學校將會安排同學參與留校活動，活動詳情及收費容後公佈。

四、確認報名及繳費安排：

- 經完成篩選及編配程序後，學校會正式發通告予同學及家長確認所獲編配的活動項目。
- 屆時家長才須按指示繳付相關的活動費用。

五、其他：

- 如同學於 9 月 4 日缺席或因其他原因未能於當天填寫意向表，同學可於 9 月 7 日至 8 日放學後 203 室補填。
- 若整級同學在交流團及外展訓練的報名百分比偏低，該級多元學習周的各項活動將有機會全部取消。而屆時該級同學將按照正常時間表上課。

此致

貴家長

二零二六年九月一日



校長

歐陽麗萍

謹啟

各項活動之重點內容/行程簡介

項目	內容	級別	日期	行程/活動重點*
1	5 日 4 夜 外展訓練 (香港外展訓練學校)	中四	22/2/27(一) 至 26/2/27(五)	在五天的領袖訓練營中，讓同學透過多樣化的活動，提升同學的個人能力和團隊合作技巧。課程內容包括竹筏建造、定向活動、小組挑戰等，讓同學學習如何解決問題和提升團隊合作能力。在原野探索和天文活動中，同學將有機會親近自然，增強觀察力和思考能力。同時，分享營會的時光將幫助你反思個人表現，深化學習成果。訓練營設計注重實踐與反思，是一次讓同學自我成長的機會。透過多樣化的活動，磨練同學的領導力、應變能力和自信心，並學懂如何與他人默契配合，成為一位有擔當的領袖。
2	5 日 4 夜 內蒙歷史文化 與經濟生態探索之旅			本交流團將帶領學生走進內蒙古，從歷史文化、民族生活、產業發展與生態保育多角度認識這片獨特土地。行程包括漫遊塞上老街，參觀清真大寺、大召寺及內蒙古博物院，認識蒙古族、漢族及其他族群長期交流融合的歷史；並透過皮雕、羊毛氈、剪紙、沙畫等工作坊，親身體驗傳統工藝。學生亦會走進草原及蒙古包，品嚐蒙古奶茶、製作奶豆腐，感受牧民生活與民族文化。另一方面，行程將參訪現代化乳業企業，了解科技如何推動產業升級；更會前往響沙灣及參與沙漠治理體驗，認識荒漠化問題、生態修復與可持續發展。這趟旅程讓學生在文化體驗與實地考察中，思考經濟發展與環境保育如何取得平衡。
3A	6 日 5 夜 日本沖繩 背包之旅		22/2/27(一) 至 27/2/27(六) 或 21/2/27(日) 至 26/2/27(五)	這不是一趟普通的旅行，而是一場屬於同學們的成長挑戰！在領隊及老師陪伴下，同學將以背包客形式探索沖繩／台東，每天根據任務、預算及實際情況，與隊員共同商議交通、膳食及行程安排，真正學習自己作決定、解決問題並承擔結果。旅程中，同學可能會遇上迷路、預算不足、意見分歧或突發變化，但正是在這些未知與挑戰之中，鍛鍊勇氣、判斷力、溝通力與團隊合作能力。同學亦會深入接觸沖繩／台東的風土人情、自然環境及當地居民，從真實互動中拓闊眼界。每天旅程結束後，同學更會一起回顧經歷、反思得失，重新認識自己、發掘潛能。六日五夜，背起的不只是行囊，更是一段讓同學成長、突破與改變的難忘旅程。
3B	6 日 5 夜 台灣台東 背包之旅			
4	5 日 4 夜 運動集訓營	中三 至 中五	22/2/27(一) 至 26/2/27(五)	本集訓營以「突破極限，凝聚領袖」為核心，融合高強度體育訓練、戶外歷奇與運動科學，全方位提升同學的個人素質與團隊戰力。課程包含晨跑、密集式專項技術與戰術鍛鍊、肌力及體能訓練及實戰友誼賽，快速提升競技水準；搭配原野烹飪及不同的歷奇活動，鍛鍊隊友之間的溝通應變、團隊信任與領袖氣質。此外，訓練營期間亦會邀請不同範疇的專家，深入淺出地導入運動表現分析、運動創傷處理及預防、運動心理與營養恢復等專業工作坊，幫助同學建立自律堅毅的運動員心態，徹底轉化為場上場下的大局觀領袖。

*註：活動/行程內容只供參考，實際行程安排將按學校與承辦商協商為準。

學生姓名：_____ 班別：_____ 學生編號：A_____

- 請在方格內加上「✓」號，以表示你的參加意願。「1」代表最希望參與、「2」次之，如此類推。
- 請注意，如選擇交流團項目，必須回應【甲部】及【乙部】的問題。
- 如不「✓」選任何項目，或最終未獲編配到所選項目，學校將會安排同學參與5天留校活動，活動詳情及收費容後公佈。

項目	內容	參加意願
1	5日4夜 外展訓練(香港外展訓練學校)	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 不選擇
2	5日4夜 內蒙歷史文化與經濟生態探索之旅	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 不選擇
3A	6日5夜 日本沖繩背包之旅	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 不選擇
3B	6日5夜 台灣台東背包之旅	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 不選擇
4	5日4夜 運動集訓營	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 不選擇

如有揀選交流團項目，請填寫【甲部】及【乙部】的題目。

【甲部】：各團共通題目

1. 我已與_____班_____同學協商，希望學校可編配我與他/她在參與同一交流團中同房。(如沒指定同房同學要求，可不用填寫本題。)
2. 請說明你選擇報名該交流團的首要原因，並列出你希望透過是次旅程達成的2個個人學習目標。
3. 交流團的大部分活動均以團隊形式進行。團隊生活極具挑戰性。你認為自己能為這個交流團隊帶來什麼朋輩協作或關愛支援上的積極貢獻？

【乙部】：為個別交流團設立的題目，請同學回應下列你所選交流團所對應的題目。有選，但沒回應题目的，將有機會被視為放棄參與該交流團

I) 如有揀選「項目2：5日4夜 內蒙歷史文化與經濟生態探索之旅」，請回答本題。

1. a) 行程中將前往的著名沙漠景點「響沙灣」，位於內蒙古哪一個著名的沙漠內？
b) 在內蒙古進行荒漠化治理時，當地常利用乾稻草或麥草在沙丘上插成網格狀以固沙，這種傳統且有效的治沙技術名稱是什麼？
c) 「庫布其沙漠治理模式」如何實現了「治沙」與「致富」的雙贏局面？
2. a) 位於呼和浩特市著名古蹟「大召寺」，主要屬於哪一種宗教建築？
b) 內蒙古博物院展示了許多北方遊牧民族與中原漢族的交流歷史。請列出除了蒙古族和漢族外，長期在內蒙古地區生活或交流的另一個少數民族名稱。
c) 內蒙古傳統手藝，如蒙古族皮雕、羊毛氈等，均已被列入非物質文化遺產。但傳統工藝在現代化與旅遊業發展的衝擊下，容易因過度商業化，而採用機械流水線生產取代手藝，致失去文化獨特性。請建議一些方案，以保存這些傳統工藝而不使其流於過度商業化。
3. a) 呼和浩特市聚集了伊利、蒙牛等國家級乳業巨頭，因此在中國獲得了哪一個美譽？
b) 請列出內蒙古現代化乳業企業在推動產量升級時，所應用的其中一種現代科技技術。
c) 內蒙的現代乳業引進了不同的現代的科技以實現「綠色低碳」及「碳中和牧場」。試寫出其中一種引入的科技，並評論這科技對於環境保護有何貢獻。

II) 如有揀選「項目 3A :6 日 5 夜 日本沖繩背包之旅」 或 「項目 3B:6 日 5 夜 台灣台東背包之旅」，請回答本題。

1. a) 如在旅程中乘搭公共交通工具時，遇到班次延誤或搭錯車的情況，你會如何應對？
b) 假設在背包旅程中，隊伍因為錯過最後一班公車而困在偏遠景點，隊員之間因此發生嚴重意見分歧（有人想花超出預算的金錢搭計程車，有人想徒步幾公里），作為隊員，你會如何處理這個衝突並解決問題？
2. a) 在旅程中，當隊員之間對「下一站去哪裡」產生意見分歧時，你會怎樣處理？
b) 背包旅程伴隨著體力消耗、未知風險與意見分歧，請結合你的個人性格特點，談談你認為這次背包之旅對你個人成長最大的挑戰會是什麼？你打算如何克服它？
3. a) 當團隊在海外/異地遇到語言不通且沒有手提電話（處於離線狀態）時，請列出能幫助團隊繼續導航及與當地人溝通的方法各一。
b) 背包旅程每天結束後，導師會安排每日回饋與反思會。你認為參與反思會可在哪些方面幫助學生成長？