

香港基督教服務處培愛學校 (宿舍部)

宿舍點滴



『宿舍點滴』——就像人生點滴的縮小版。人生就是由點點滴滴的事情串聯起來。宿舍對宿生來說，就像是『第二個家』。這個家要活得精彩，依靠宿生的付出、家人的愛護、朋友的支持、宿舍的環境和照顧者的協助等等多方面的配合是不可缺少。願我們在這個家一起畫出彩虹，共同守護這個家。

編者的話



在農曆年過後，香港新冠肺炎確診個案屢創新高，宿舍於二月下旬出現確診個案後便隨即封院，希望將受影響範圍減到最低。

當中我們除了提升宿生注重個人衛生和加強宿舍各地方設施的清潔外，宿舍更關注每一位宿生的身體及心靈健康，我們舉辦了「抗疫小先鋒」活動，教導宿生在疫情間保持心境開朗，同心同德共同抗疫。希望宿生和家長保持積極向上的態度面對未來的挑戰。



小組活動

獨立生活技能小組

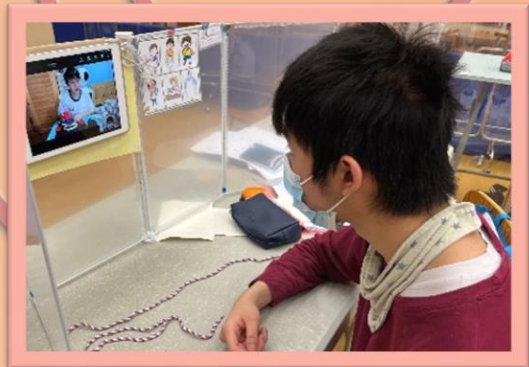
小組運用五常法概念，讓宿生學習「常組織」、「常整頓」、「常清潔」、「常規範」及「常自律」的知識，提升宿生的生活技能，讓宿生在生活中實踐五常法的概念執整及建立一個安全舒適的環境。



小組活動

體藝進進級

魔術班



體藝進進級-魔術

宿生在導師的教導下掌握不同魔術的表演技巧，培養對魔術的興趣，希望在日後能夠於其他活動中表演。從中建立宿生個人自信及自我認同，發挖他們多元發展的可能性。



小組活動

體藝進進級

流體畫

流體畫(又稱流動畫)

是指不使用畫筆，隨著創作者傾斜畫布的角度或使用其它手法，使顏料在畫布上流動與混合的藝術創作形式。由於流體畫的創作難以人為掌控，並且會產生出像岩石、海浪一樣的自然紋理。因此，流體畫也被認為是種能療癒人心的創作方式，讓宿生有不同的藝術體驗。



小組活動

體藝進進級

桌遊班



桌上遊戲，是一種千變萬化的遊樂方式，少至二人同樂，多至數十人也可以。桌遊的主題豐富，代入感甚強。一時可以扮演部落的酋長，一時又可扮演動物園老闆。

透過桌遊小組，各組員可以接觸多款的桌上遊戲，雖然因為疫情，以網上形式進行小組，但仍無阻宿生對學習各種桌遊的熱情。當中可以訓練宿生邏輯性思考、冷靜面對挑戰及遵守遊戲法則。



小組活動

賞嘗大自然

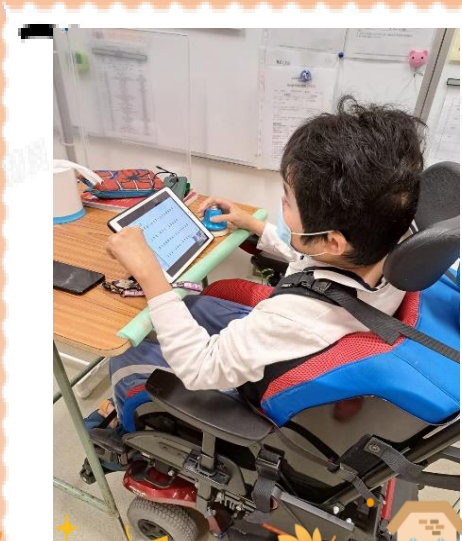
小組透過導師悉心的講解，拓寬了宿生們的視野，增加對大自然多樣性的認識；同時藉著互動的活動模式，使他們對本地常見的植物與動物有多一點印象；此外，在親手繪畫雞蛋形狀的小花瓶中，體驗從種子開始種植一小盆栽，讓宿生感受生命的美妙。



小組活動

敲擊音樂小組

音樂是世界語言，各組員透過敲擊樂小組嘗試接觸不同樂器，激活了潛在的音樂細胞，縱使隔着屏幕也能感受到各組員一起合奏所散發出的震撼力，組員們的專注力亦從跟隨敲打強烈的節拍中得以提升。



小組活動

創意拍攝工作坊



創意拍攝工作坊

小組是讓宿生了解基本電影語言及拍攝技巧，並體驗媒體創作的過程。作品由構思故事到拍攝到剪接，宿生將會一起完成，從而提升溝通技巧和團隊協作能力。



YOUR
PICTURE
HERE

YOUR
PICTURE
HERE

小組活動

STEM

創科先鋒



「創科先鋒」是一個以STEM為題材的全方位活動，透過不同的科學實驗提升組員對學習科學的興趣和好奇心，培養他們獨立思考及解難能力。



小組活動

賞嚐大自然

小組以煮食形式進行，讓宿生認識來自大自然的食物，學習珍惜食物和感恩的態度。導師鼓勵宿生嘗試自己動手製作美食，宿生從中也取得滿足感，增加對煮食的興趣，樂在其中。

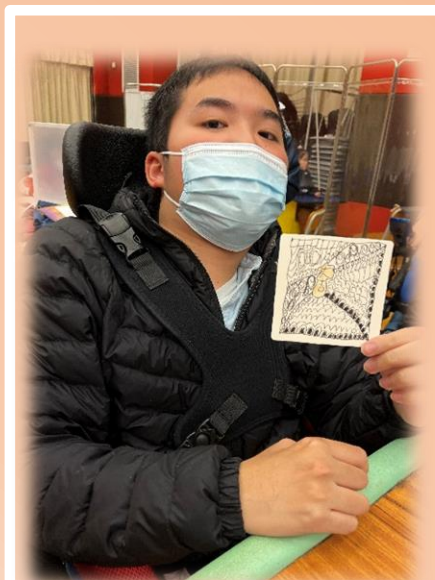


小組活動

禪繞畫

禪繞畫小組

宿生在導師的指導下，用簡單的圖案、線條創作出不同的畫作。這次更嘗試畫於筆袋上，創作獨一無二的筆袋。



小組活動

地壺球

地壺球是一個共融運動，讓不同年齡能力的人士都能參加的團隊體育運動。地壺球是由冬季奧運冰壺運動演變而來。比賽分成兩隊，每隊有3名選手，分為「一壘」，「二壘」和「隊長」。兩隊隊員交替擲壺，使壺最近目標的隊伍為之勝出，每場6局。今年宿舍發展地壺球活動，宿生能學習地壺球技巧和規則，過程中投入參與，享受比賽樂趣。



節日活動

復活節



特別暑假

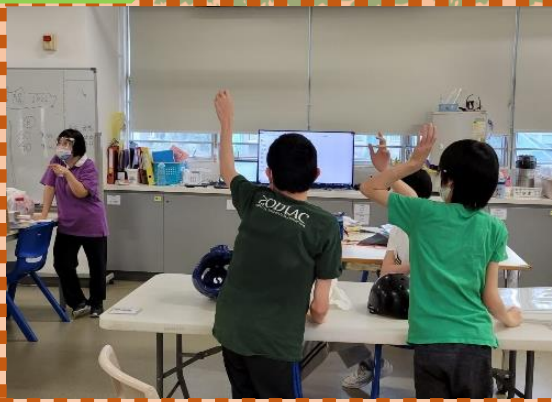


節日活動

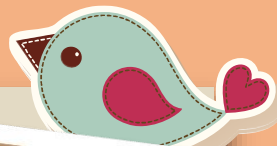
母親節



端午節



活動花絮



休閒生活在培愛



主題分享

身心齊抗疫

宿生們透過生理及心理應對疫情的挑戰，以達到身心健康的平衡，以下是我們的宿生應對的方法。

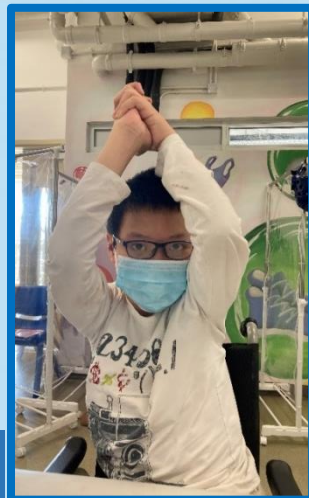
生理方面



1. 充足休息



2. 多做運動



心理方面



1. 保持心境開朗



2. 多學習及發展興趣，來充實宿舍的生活



3. 保持與家人的連繫

聖經分享

『但等候那耶和華的，必重新得力，他們必如鷹展翅上騰，他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。』(以賽亞書40:31)

『耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。』(詩篇23：1)