

聖公會將軍澳基德小學

「全方位主題學習」

〈2017-2018〉

主題：挑戰自我

班別：六年級_____班

姓名：_____ ()



挑戰自我

目錄

| | 頁次 |
|---------------|-------|
| 1. 目錄 | 2 |
| 2. 時間表 | 3 |
| 3. 主題簡介 | 4 |
| 4. 歷奇活動 | 5-6 |
| 5. 未雨綢繆 | 7 |
| 6. 尋找... | 8 |
| 7. 電影欣賞 | 9-11 |
| 8. 挑戰自我-相約曹公潭 | 12-14 |
| 9. 小小心意大行動 | 15-16 |
| 10. 我欣賞你 | 17-18 |
| 11. 心路歷程 | 19-22 |

我們的學習時間表



| | 15/1/18 星期一 | 16/1/18 星期二 | 17/1/18 星期三 | 18/1/18 星期四 |
|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 8:05-8:20 | 早禱 | | | |
| 8:20-8:30 | 班主任時間 | | | |
| 8:30-9:40 (70 分鐘) | 主題簡介 | 挑戰自我- 相約曹公潭 | 歷奇活動(上) | 人生坦克車 (上) |
| 9:40-9:50 | 小息 | | 小息 | 小息 |
| 9:50-11:00 (70 分鐘) | 未雨綢繆 | | 歷奇活動(下) | 人生坦克車 (下) |
| 11:00-11:20 | 小息 | | 小息 | 小息 |
| 11:20-12:30 (70 分鐘) | 講座 | | 電影欣賞 | 小小心意 大行動 |
| 12:30-1:30 | 午膳 | | 午膳 | 午膳 |
| 1:30-2:30 (60 分鐘) | 尋找... | | | 我欣賞你 |
| 2:30-3:00 (30 分鐘) | 心路歷程 | | | 心路歷程 |
| 3:00-3:15 (15 分鐘) | 班主任時間 | | | 班主任時間 |



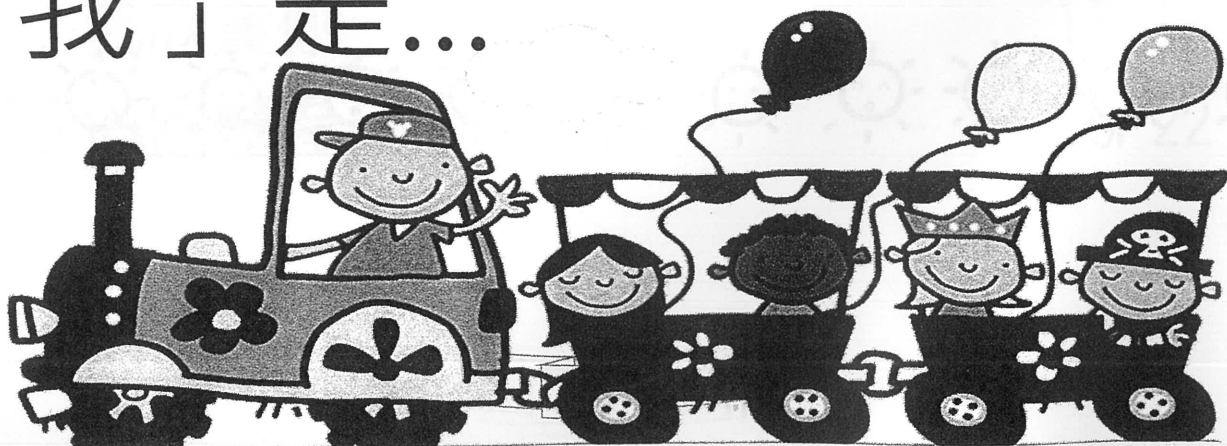
主題：挑戰自我

你有甚麼優點？有甚麼缺點？你可以怎樣超越自我、突破自我？



你們將分組進行一系列挑戰自我的活動，發掘自己和別人的優點與缺點。

「我」是...



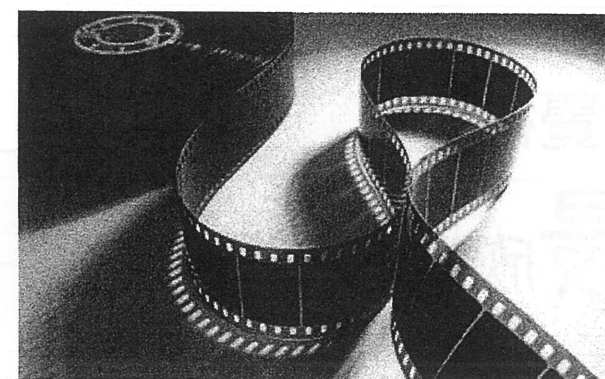
歷奇活動 --

我最難忘的活動

Never give up!

永不放棄!

活動名稱：_____



最難忘的片段：

最令我另眼相看的人：

在這個活動中，最令我另眼相看的人是_____

本來我認為他/她是一個_____

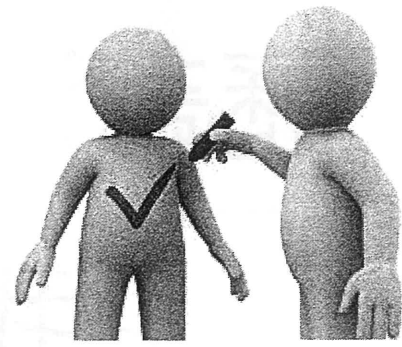
但現在我發現他/她原來是_____

我覺得_____

最欣賞的人：

在這個活動中，我最欣賞的人是_____

因為_____



未雨綢繆

You will go to a day camp. Discuss with your group members about what you need to bring for the camp. Name the things and food that you will take in the table below.

Packing list:

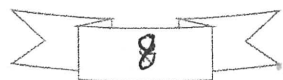
| Items | Amount | Items | Amount |
|----------|--------|------------|--------|
| e.g. cap | 1 | e.g. towel | 1 |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |



尋找...

每個人都有他的優點，你是否已留意到組員的優點呢？
請利用互聯網尋找勵志人物或名人資料，而該人物的優點必須與組員相似的。(可參考第 10-11 頁)

| 組員 | 名人 | 優點 |
|----|----|----|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |



Stephen William Hawking 霍金的成長故事

Hawking was born in 8 January 1942. He is an English theoretical physicist, cosmologist, author and Director of Research at the Centre for Theoretical Cosmology within the University of Cambridge. His scientific works include a collaboration with Roger Penrose on gravitational singularity theorems in the framework of general relativity and the theoretical prediction that black holes emit radiation, often called Hawking radiation. Hawking was the first to set out a theory of cosmology explained by a union of the general theory of relativity and quantum mechanics.

Hawking has a rare early-onset, slow-progressing form of amyotrophic lateral sclerosis (ALS) that has gradually paralyzed him over the decades. He now communicates using a single cheek muscle attached to a speech-generating device.

Disability is certainly not the end of life's journey. Every 'disabled' is 'differently-abled' or gifted with some special talent. Hawking describes himself as 'lucky' despite his incurable disease. Its slow progression has allowed him time to make influential discoveries in the field of Astrophysics.

Answer the following sentences. (Refer to the next two pages)

1. In your opinion what personality does a successful person possess?

2. How would you describe yourself?

3. What personality are you lacking in to challenge yourself?



A List of Positive Adjectives to Get You Started

Here's a list of 20 words to get you started thinking positively. Change your words and change your world!

| | | | | |
|-----------|------------|------------|--------------|-------------|
| Amazing | Awesome | Excellent | Fabulous | Fantastic |
| Favorable | Great | Incredible | Ineffable | Outstanding |
| Perfect | Remarkable | Smart | Spectacular | Splendid |
| Stellar | Super | Ultimate | Unbelievable | Wondrous |



Personality Adjectives



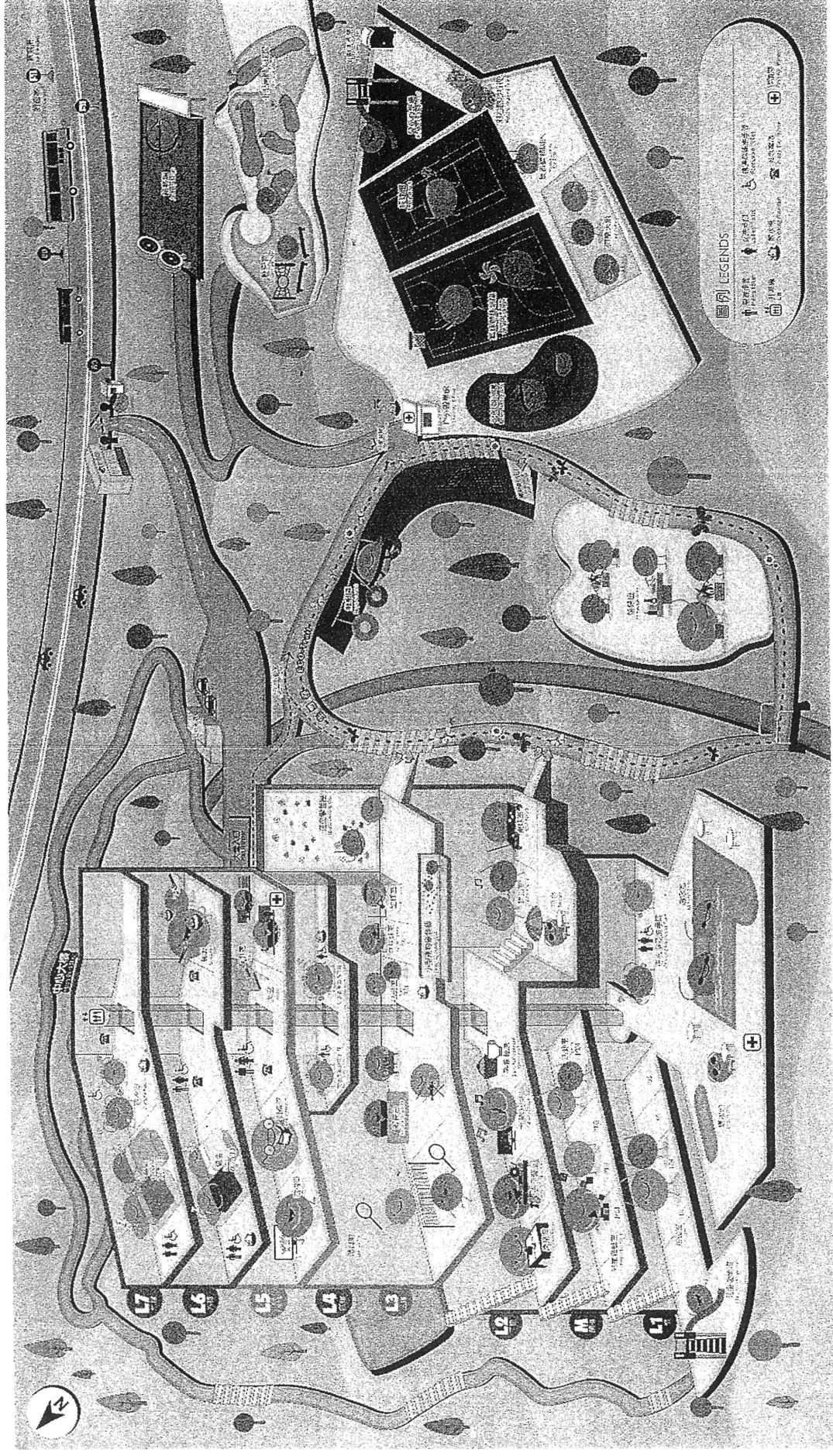
| | | | |
|-----------|-------------------|-------------------------|--------------------------|
| A: | Arrogant 傲慢的 | Aggressive 好鬥的, 有幹勁的 | anti-social 反社會的, 不合羣 |
| B: | Brave 勇敢的 | Belligerent 好戰的 | Bossy 專橫的, 愛指揮他人的 |
| C: | Cunning 狡猾的 | Cruel 殘忍的 | Considerate 體貼的 |
| D: | Dishonest 不誠實的 | Demanding 高要求的 | Diplomatic 說話得體的; 圓滑的 |
| E: | easy-going 隨和的 | Earnest 誠摯的 | Eccentric 古怪的, 反常的 |
| F: | Friendly 友好的 | Faithful 忠誠的 | Fearless 無畏的 |
| G: | Generous 慷慨的 | Gentle 溫和的; 和善的 | genuine 真誠的; 不造作的 |
| H: | Honest 誠實的 | Helpful 有幫助的 | happy 快樂的 |
| I: | immoral 不道德的 | immature 未成熟的 | Impatient 不耐煩的 |

| | | | |
|-----------|------------------------------|-----------------------------|----------------------|
| J: | jealous 妒忌的 | Joyful 充滿喜悅的 | Just 正義的 |
| K: | kind 和藹的 | Knowledgeable 博學的 | Keen 敏銳的, 敏捷的 |
| L: | liberal 開明的 | Lonely 孤獨的 | Lively 精力充沛的, 活潑的 |
| M: | mature 成熟的 | Materialistic 物質化的, 唯物論的 | Mean 吝嗇的, 小氣的 |
| N: | neurotic 神經過敏的 | Naive 天真的, 純真的 | Nervous 緊張不安的 |
| O: | open-minded 心胸寬的, 能接受新思想的 | Obnoxious 討厭的 | Optimistic 樂觀的 |
| P: | Polite 有禮貌的 | Pessimistic 悲觀的 | Patient 有耐心的 |
| R: | Reliable 可信賴的; 可靠的 | Rude 粗魯的, 無禮的 | Ruthless 無情的 |
| S: | Shy 怕羞的 | Sociable 好交際的 | Sympathetic 有同情心的 |
| T: | Trustworthy 值得信賴的, 可靠的 | Timid 膽小的 | Talkative 喜歡說話的 |
| U: | Unfaithful 不忠實的 | Unfriendly 不友善 | Uptight 煩躁的 |
| V: | Vivacious 活潑的 | Vicious 品性不端的 | Virtuous 有品德的 |
| W: | Withdrawn 離群的 | Wicked 邪惡的 | Warm 熱情的 |
| Y: | Youthful 朝氣蓬勃的 | Yielding 聽從的; 柔順的 | |
| Z: | Zealous 熱心的; 熱情的 | Zestful 風趣的; 熱心的 | |



相約曹公潭

地圖



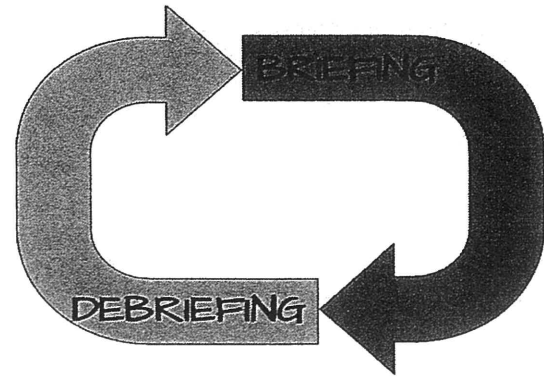
12

請把沿途令你印象深刻的景點畫/貼出來，並加以描述。

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

13

試檢討是次日營



1. 你們能按分工表準備組內的物資嗎？_____

2. 你認為較早前討論的物資足夠嗎？_____

有什麼物資需要添加？

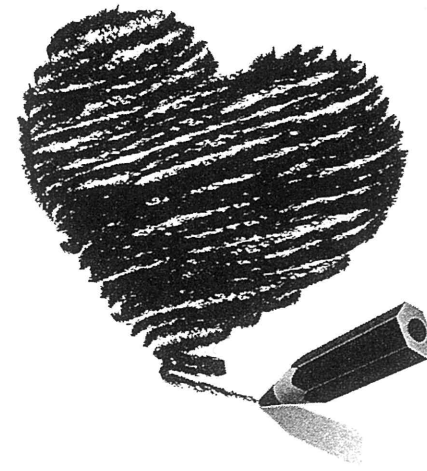
有什麼物資沒有使用過？

3. 你們的組員互相合作嗎？試寫出你們最印象深刻的事情。

4. 這次日營給你的感想：



小小心意大行動



你與同組的組員一同經歷了四天的活動，在各項的活動當中必定會發現組員的優點。現在是你向組員表示心意的時候了，請為你的組

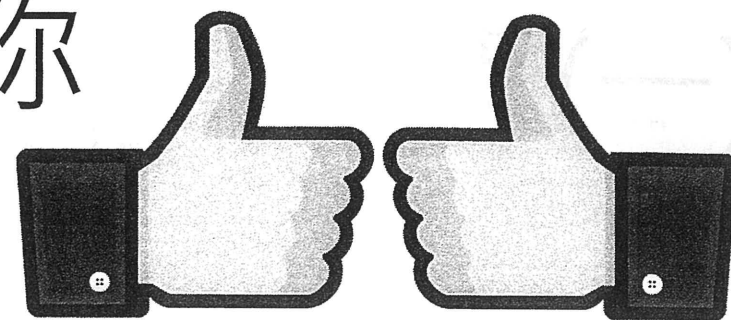
員們設計心意卡，並在卡上寫下你欣賞他的字句。

*****留意！心意卡是要送給每一位組員喔！**

請在下表簡單設計你的心意卡

請貼上你的組員送給你的心意卡

我欣賞你



學習目的：學習欣賞別人、接納別人。



「只要心存謙卑，各人看別人比自己強」

腓立比書2:3



「聖靈所結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制」

加拉太書 5:22-23

你了解你的同學嗎？
除了同學的缺點外，你發掘到他的優點嗎？當你看到同學的優點時，你會對你的同學改觀嗎？

現在尋找你欣賞的同學，
在便條貼寫下欣賞的事項，
然後送給他。



請貼上同學寫給你的便條貼

心路歷程(一)

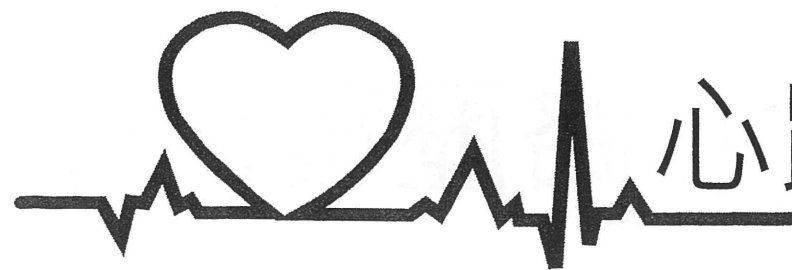
全方位主題學習第一天：一月十五日（星期一）

以短文列出今天活動的重點及你的個人感受。

活動的重點：

你的個人感受：





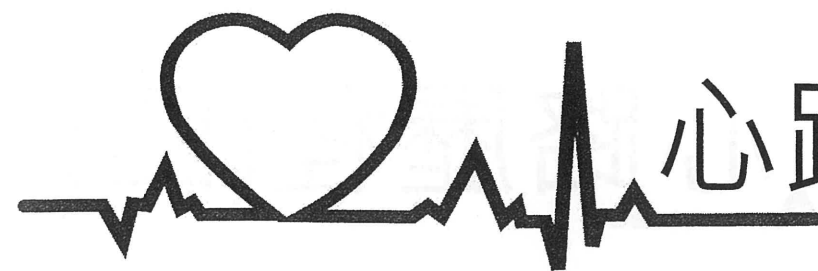
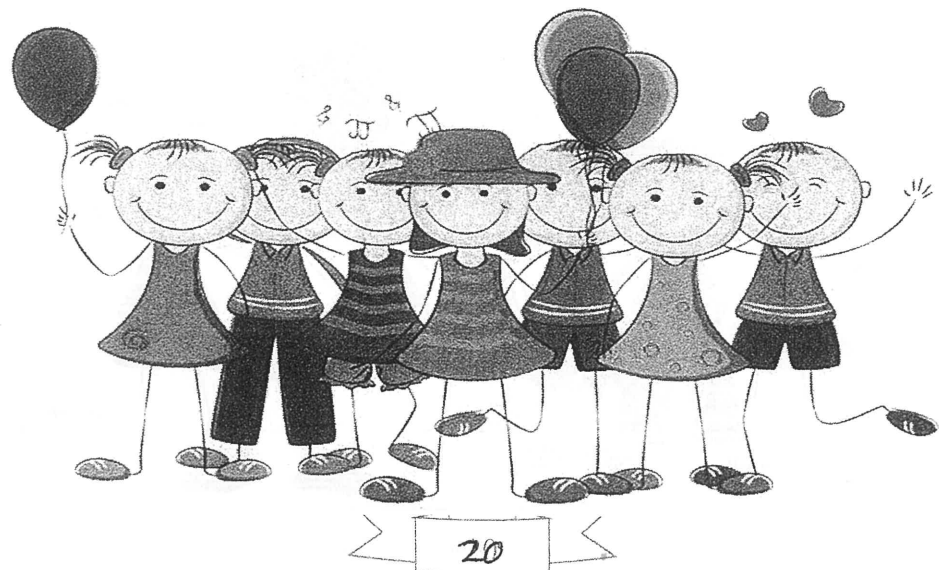
心路歷程(二)

全方位主題學習第二天：一月十六日（星期二）

以短文列出今天活動的重點及你的個人感受。

活動的重點：

你的個人感受：



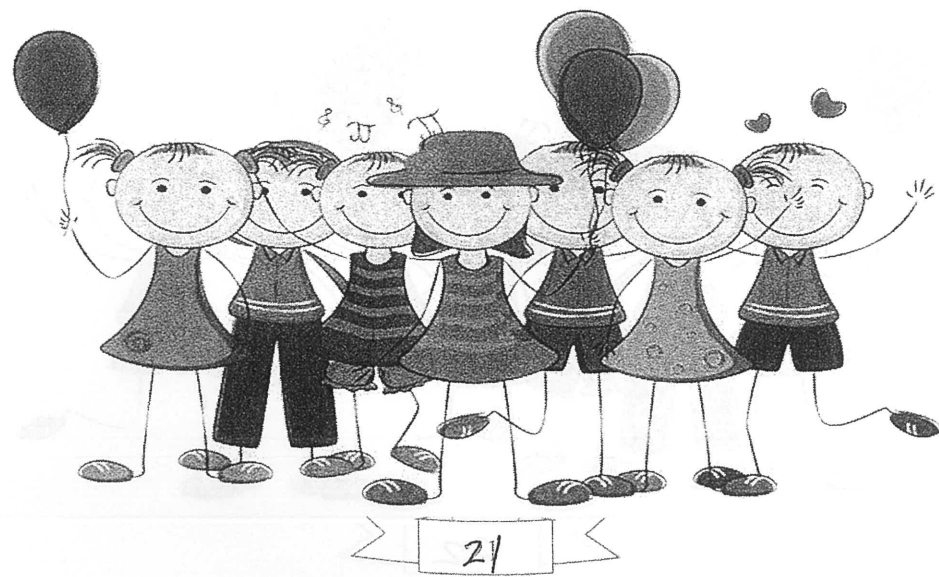
心路歷程(三)

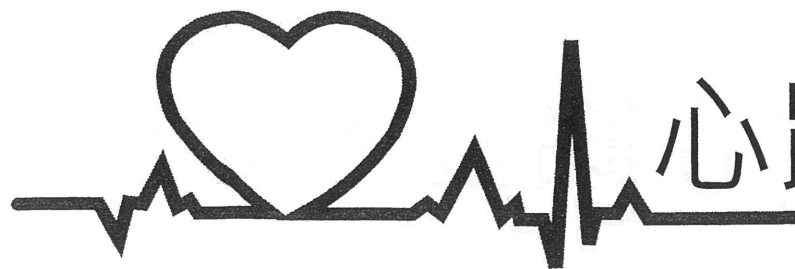
全方位主題學習第三天：一月十七日（星期三）

以短文列出今天活動的重點及你的個人感受。

活動的重點：

你的個人感受：





心路歷程(四)

全方位主題學習第四天：一月十八日（星期四）

以短文列出今天活動的重點及你的個人感受。

活動的重點：

課室遊戲

你的個人感受：

