

校訊 2017年5月

香港理工大學 服務研習活動



大家好！我們是香港理工大學學生。感謝大埔三育中學師生和校工的協助和參與，讓我們所有活動順利進行。

是次服務研習主題有兩項：**水耕種植及預防物質濫用**，我們選定的對象為中三學生，並於三月三日至四月七日期間到訪六次進行活動。

希望中三級同學藉此能學習有關水耕種植及預防物質濫用的知識，培養個人興趣，建立健康、良好、愉快的校園生活。

活動簡介

水耕種植

水耕種植為近年新興的無土種植方法，以垂直耕種節省耕作的土地面積，尤為適合於土地供應緊張的香港所使用，種出環保及有機的農作物。

教學講座

我們在課堂期間舉辦了水耕種植教學講座，介紹種植的流程和小貼士。



其後我們讓同學們在苗圃花園親身體驗種植，他們在活動中表現十分踴躍和悉心照料，使農作物茁壯成長，不少已生長至收成期。



水耕蔬菜沙律工作坊

除此以外，我們為同學們舉辦了水耕蔬菜沙律工作坊，讓他們在午飯時間製作和品嚐蔬菜沙律，培養對水耕種植的興趣。

我們亦提供整作的方法，鼓勵他們食用自己親手栽培的農作物，既能感受收成的喜悅，又能享用有機的健康蔬菜。



同學們嘗試製作蔬菜沙律。

「愛健康 零吸毒」

標語比賽得獎作品

標語創作

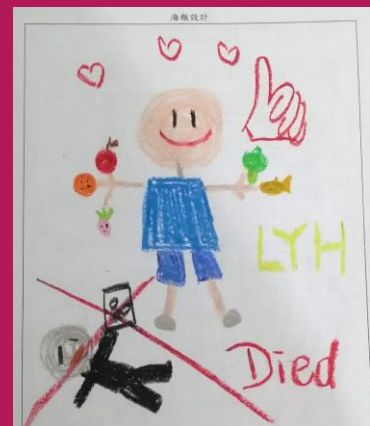
少	壯	喉	錢	吸	毒	。	老	大	得	病	後
傷	悲										

標語創作

音	消	元	涯	。	回	頭	是	岸	。	若	要
找	迷	。	萬	劫	不	復					

「拒絕沉迷網絡」

海報設計比賽得獎作品





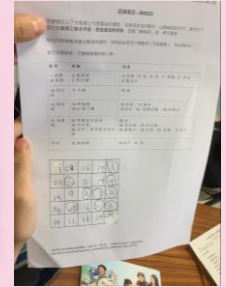
預防物質濫用

由於青少年濫用藥物和網絡成癮的主題較為緊貼現今社會，及同學們較為熟識，因此，我們選取了這兩個物質濫用的例子，加深同學們對濫用藥物和網絡成癮的認識。

預防青少年濫用藥物

現時青少年濫用藥物的情況趨嚴重，這是由於青少年對毒品的認識不足及其他因素如個人好奇心。

因此，我們舉辦講座、角色扮演及小遊戲，希望同學能透過活動加深認識吸毒的禍害，及加強對拒絕濫用藥物的信念。



同學們在體驗網絡成癮的嚴重性及進行簡單伸展動作。

預防青少年網絡成癮

隨互聯網和電子智能產品的普及，很多青少年易過度使用網絡，陷入沈迷和帶來負面影響，所以我們舉辦教育講座及體驗，讓同學意識和感受網絡成癮的嚴重性。

此外，我們還舉辦「愛健康 零吸毒」標語比賽和「拒絕沉迷網絡」海報設計比賽，一方面鼓勵同學應用知識，另一方面加強創作能力。



午息及課後活動

我們為同學們設計了不同的團體活動分別午息於課室和課後於多用途室進行，如挑戰一分鐘遊戲及「移動迷宮」，希望他們能透過參與遊戲增加對朋輩間的信任，建立良好的朋輩友關係。

同時，我們加插了課後環保小實驗活動，分別有環保酵素和橙油潤唇膏的製作，希望同學們能透過小實驗提高環保意識，明白惜物減廢的重要性，及增加對環保實驗的興趣。此外，我們希望同學們有一個健康和愉快的校園生活。



同學們在製作橙油潤唇膏。



同學們玩挑戰一分鐘遊戲及「移動迷宮」。

