

香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups

賽馬會赤柱戶外訓練營  
Jockey Club Stanley Outdoor Training Camp



# 未來技能訓練營

## 活動詳情

透過不同的體驗式活動，讓參加者認識自己的獨特性和內在美，明白個人責任與結果的關係。學習如何明白，了解，接納，包容他人，甚至處理衝突，說服同儕，帶領同伴，建立良好伙伴關係，一起面對種種的挑戰。當遇到困難時，如何保持良好的心理質素，情緒智商，正面地回應，在不傷害任何事或情之下，打破重重的框框，有效地完成不同的目標及夢想。

透過不同體驗式活動，從行動中學習，從自決到實行，從不斷檢視的循環中學習未來技能。從認識自己到與人際協作及創新解難。

目標：

- 提升自理能力
- 提升情緒控制
- 提升創造力
- 提升社交能力
- 提升解難能力
- 提供抗逆力



戶外教育營

# 活動流程

## 小學 / 中學

- 海上活動：  
獨木舟、直立板、巨型直立板、充氣設施、竹筏、海洋清潔之旅

- 團隊活動：  
低結構歷奇活動、赤柱探險、炮架、攻防箭、求生技能

- 小組合作  
挑戰石灘、矇眼夜行、汽球床、機構人大戰、低結構歷奇活動

### 六節 \$850

時間	第一天	第二天	第三日
0800	1500 入營	早餐	早餐
0900		海上活動 / 團隊活動	海上活動 / 團隊活動
1200		午餐	午餐
1300		海上活動 / 團隊活動	1300 離營
1400			
1500			
1600		團體建立	小休
1800		晚餐	晚餐
1900		小組合作	小組合作
2100	休息	休息	

### 四節 \$750

時間	第一天	第二天	第三日
0800	1500 入營	早餐	早餐
0900		海上活動 / 團隊活動	學校活動
1200		午餐	午餐
1300		海上活動 / 團隊活動	1300 離營
1400			
1500			
1600		團體建立	小休
1800		晚餐	晚餐
1900		小組合作	學校活動
2100	休息	休息	

- 晚餐可改為戶外煮食(每位額外費用\$40) / BBQ活動(每位額外費用\$100)
- 如需營外活動需個別報價及收費