

2023/2024 學年一下學期--初中餘暇活動

	項目名稱	課程內容大概	備註
1	禮品包裝設計	1. 認識包裝的基本技巧及意義， 2. 學習包裝的基本步驟， 3. 學習針對不同節慶進行各種包裝。	課程的所需材料，學生自費，費用為 50 元左右。
2	紙雕手作	1. 認識「剪紙」是一種用於裝點生活的民間藝術。 2. 透過剪刀或刻刀等工具剪成各種不同的圖案，如臉譜、窗花等。 3. 發揮創意，創作具有個人特色的剪紙作品。	1. 在課堂上學生需自備剪刀。 2. 課程的所需材料，學生自費，費用為 10 元左右。
3	生活 DIY 手工製作	1. 從不同的手工製作中，找到樂趣和培養動手能力，有不同的製作嘗試：鑽石畫、熱縮片、拼豆、髮飾等等。 2. 運用個人的巧思，做出各式各樣的飾品。	課程的所需材料，學生自費，費用為 50 元左右。
4	反轉手工藝	1. 掌握中國結繩編製不同種類的手繩。 2. 運用皺褶紙創作花。 3. 學習包扎花束的技巧。 4. 運用氣球，製作多種造型。	課程所需的用品包括：中國繩、皺褶紙、包裝紙、蝴蝶結、長條氣球、圓形氣球，學生自費購買。購置以上用品的費用為 35 元左右。
5	初級編織	起針、上針、下針，加針、上下針混合的織法。	在課堂上學生需自備織線及 2 支織針。
6	手工	嘗試多種藝術技巧，利用身邊唾手可得的環保物料，學習製作出美化生活的藝術品，享受手工的樂趣。	課堂所需的工具--剪刀，由學校提供。學生自備環保物料、及由導師代為購置手工材料、物品。手工材料、物品，學生自費，費用為 100 元左右。
7	家居裝飾拼貼	以拼貼手法製作獨特風格的產品，由實用的文件袋、紙巾盒到各式節慶家居裝飾品，將多元素藝術融入生活。	課程的所需材料(包括工具、拼貼圖紙、膠劑、顏料)，學生自費，費用為 100 元左右。
8	手繪文字和衍紙工作坊	通過手繪圖案和文字，再融合衍紙技巧，製作不同的作品。	1. 在課堂上學生需自備剪刀和鉛筆。 2. 課程的所需材料，學生自費，費用為 50 元左右。
9	綜合藝術創作	1. 認識當代和上世紀的藝術家， 2. 透過創作表達自己的情感、視覺文化，色感啟蒙等。	課堂所需的材料(包括水彩紙、水彩、丙烯、馬克筆等)，學生自費，費用為 40 元左右。
10	葡文基礎	1. 認識葡萄牙的歷史、地理、美食、藝術文化等。 2. 了解葡萄牙和葡語系國家與澳門的關係，以及葡語在澳門的發展和作用。 3. 認識葡語的發音規律、句子構成和文法特點。 4. 學習基礎葡語進行簡單日常交流，包括打招呼	1. 製作葡式手工的材料，學生自費，費用為 100 元左右。 2. 課堂部分活動和遊戲需用及電子設備(手機/平板)。

		呼、自我介紹、詢問及回答個人資料、日常生活基本用語和生字等。 5.透過葡語遊戲和製作葡式手工，學習和體驗葡萄牙文化。	
11	校園英語大使	以「任務型」方式，培訓學生成為「校園英語大使」，並以英文為主的環境及導師的帶領下，學生自主組織、籌備、實踐各類英語相關活動，例如撰寫校園活動文章介紹、設計英語推廣校園活動(例如：英語角)、早會英語廣播或拍攝英語小知識短片等，從而提升自身英語綜合能力，也可利用同儕學習影響力在校園推廣英語，豐富校園生活，提高英語會話的興趣。	參加學生需要於課外出席協助推廣校園英語活動。
12	日語	1.以輕鬆的互動教學、小遊戲形式學習 50 音、顏色、簡單的方向、建築物、小動物等。 2.學習日本小知識 (流行及文化)。	課程的所需的學習紙本內容資料，學生自費，費用為 20 元左右。
13	韓語	1.以輕鬆的互動教學、小遊戲形式學習韓語發音、國家、簡單的方向、時間、小動物等。 2.學習韓國小知識 (流行及文化)。	課程的所需的學習紙本內容資料，學生自費，費用為 20 元左右。
14	粵語司儀演說	1.了解司儀角色定位， 2.找到適合自己的司儀風格， 3.掌握各種活動場合的細節，包括：典禮、會議、婚宴、記者會等， 4.克服上台緊張與增強自信心，突發事件控制及即興說話技巧。	/
15	即興劇場	1.培育正面思考， 2.提升團隊合作意識， 3.培育創意思維模式， 4.提升自我認同感。	課堂所需的一些劇場道具，學生自費，費用為 30 元左右。
16	仁愛小先鋒	1.老師以福音精神為基礎，帶領學生參與團體活動，同學透過活動學習欣賞自己、包容他人、關懷身邊的人。 2.提升學生身、心、社、靈的全面發展，透過參觀拜訪校外機構的活動及實踐服務，體驗服務的樂趣。 3. 培養學生努力活出基督的精神。	/
17	桌遊樂趣多	1. 透過不同的遊戲種類或設計玩法，提升大腦部分能力，增強反應力、專注力、觀察力、創造力等。 2. 邊摸索邊策劃，增強策略與耐性，以應對各種盤勢，轉變成現實生活中的良好習慣。 3. 以「團隊」的角度去思考如何達成遊戲目標，互相溝通、互相幫助。 4. 減輕壓力、調整不良情緒。脫離虛擬世界，感受現實生活中自然的接觸與互動。	學生可帶備感興趣的桌遊(需意正面、健康)到課堂上與同學分享。
18	日常生活魔術	1. 魔術基礎歷史、魔術師守則， 2. 以日常生活中所見到的東西來表演的各種魔術， 3. 撲克牌魔術基礎知識內容，	課程中的所需用品包括魔術道具、專業質量撲克牌等，學生自費，費用為 100 元左右，由導師代購。

		<ol style="list-style-type: none"> 4. 少部份簡易入門撲克牌魔術， 5. 部份道具魔術， 6. 手工自製魔術道具， 7. 魔術表演賞析。 	
19	影片製作入門	<p>學習製作影片的三個階段：</p> <p><u>1.前期製作階段</u> *相機理論基礎 *劇本創作的原則</p> <p><u>2.製作階段</u> *了解音頻錄製的原則 *學習拍攝技巧，包括鏡頭運動、場景切換和拍攝角度等</p> <p><u>3.後製階段</u> *學習使用專業剪輯軟件進行影片剪輯 *了解如何添加和編輯音效 *學習調整影片的色彩和對比度</p>	在課堂上學生必須自備有：單反相機、相機記憶卡。
20	中國舞	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以中國舞基訓為主要課程內容，培養舞蹈興趣、音樂節奏感、審美情感等。 2. 學習北舞組合，科學的壓腿及基本功訓練，提高身體的柔韌性。 3. 學習自編舞蹈，提高身體素質和團隊協作能力，增強自信心。 	課堂的所需用品：舞蹈鞋，學生需自行購買。
21	基礎瑜伽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 瑜伽呼吸法， 2. 瑜伽哲學的精神：冥想， 3. 瑜伽的初級體式包括： 站立、平衡、後彎、前彎及放鬆 (增強專注力，身體柔軟度、靈活度) 4. 調息及體驗身、心、靈真正放鬆的狀態及滿足。 	<p>課堂的所需用品包括：瑜伽墊、毛巾、水。</p> <p>學生需自費購買瑜伽墊，尺寸建議如下。 66cm x 180cm，厚度為3--6mm (材質推薦 TPE，比較輕便)</p>
22	足球	<ol style="list-style-type: none"> 1.學習足球基本技巧， 2.學習個人進攻和小組進攻模式， 3.了解團體精神的重要性。 	/
23	籃球	<ol style="list-style-type: none"> 1.了解籃球的相關知識。 2.學習基本的籃球技術，了解籃球競賽規則。 3.發展學生靈敏反應素質和控球能力，培養團結協作的意識。 	/
24	籃球	<ol style="list-style-type: none"> 1.了解籃球的相關知識。 2.學習基本的籃球技術，了解籃球競賽規則。 3.發展學生靈敏反應素質和控球能力，培養團結協作的意識。 	/
25	羽毛球	<ol style="list-style-type: none"> 1.掌握羽毛球基本知識， 2.學習擊球動作， 3.學習比賽規則， 4.進行比賽。 	在課堂上學生需自備羽毛球拍。
26	趣味體操入門	<ol style="list-style-type: none"> 1.以墊上及徒手體操為基礎，發展學生的身體柔韌、靈敏、協調性，包括：前後滾翻、前後滾翻難度延伸、倒立、跳板等， 2.培養學生的手腦協調及勇敢果斷的精神。 	/

27	簡易烹飪	<ol style="list-style-type: none"> 1.通過課程，提升學生的烹飪及生活自理能力。 2.除了製作食品，也會讓學生認識食品的故事，拓展視野。 3.通過團隊的合作和討論，培養學生的團體精神和溝通能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.課堂以小組形式進行。 2.課後學生們都可享用自己製作的食品。 3.學生需自費購買烹飪材料及模具，材料費用為 120 元左右。
28	烏克麗麗小結他	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學習使用烏克麗麗(ukulele)彈奏單音，練習指法和一些小技巧。 2. 學習一些基礎和弦的按法，練習、提速。 3. 培養節奏感，學習掃弦、鉤弦，以及一些拍法技巧，層遞式演繹簡單歌曲。 	在課堂上需自備烏克麗麗(ukulele)
29	古箏	<ol style="list-style-type: none"> 1.彈奏古箏時的正確坐姿、佩戴指甲，熟習古箏基本音及簡單樂理知識。 2.學習托、抹、勾和顫音等指法，並以樂曲加強指法的運用。 3.學習撮音、花指、刮奏等技巧；並學習左手配合右手彈奏樂曲，以練習曲及樂曲加強所學指法。 4.學習按音 4、7，滑音及搖指。學習傳統樂曲及流行歌曲。 	課堂所需的用品包括古箏指甲和古箏紙本教材。學生購買古箏指甲和紙本教材費用為 15 元左右。
30	手語入門	<ol style="list-style-type: none"> 1.認識澳門手語 <ul style="list-style-type: none"> *手語的劃分 *使用手語時需要注意的事項 *手語的構成，涵義和用法 2.基礎的手語單字 <ul style="list-style-type: none"> *能運用學習的單字，練習基本句型 *能反應出正確的手語 *能流暢、無誤地表達內容 3.利用手語建立話題，與人溝通、互動 <ul style="list-style-type: none"> *通過教材的導入，使學生有效理解非語言性的情感表達 *透過活動練習，培養在眾人面前打手語的勇氣，表達身邊的事物 	課程的所需的學習紙本內容資料，學生自費，費用為 50 元左右。