



路德會聖十架學校

Holy Cross Lutheran School



2018-2019

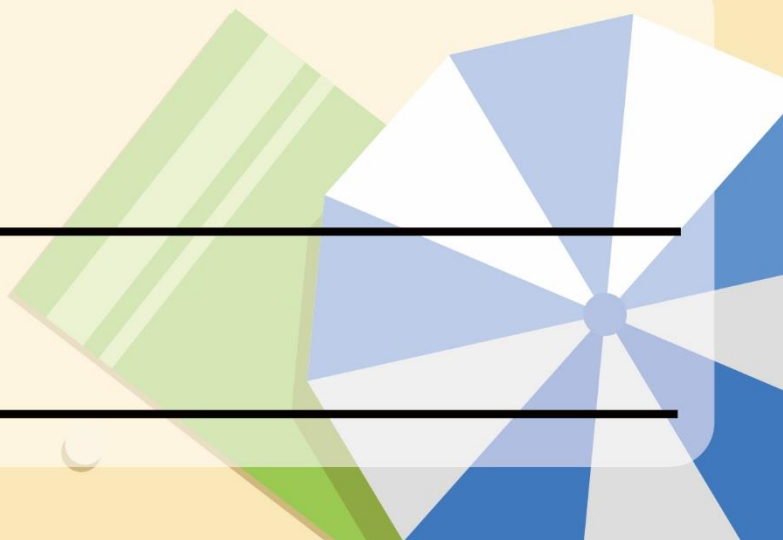
自主創意
暑期樂

「非遺探知
小達人」



姓名：

班別：



目錄

項目	內容	頁數
1	校長媽媽的話	P. 2
2	認識香港非物質文化遺產	P. 3-7
3	暑期「非遺探知小達人」任務簡介	P. 8-9
4	好書推介	P. 10
5	電子閱讀推介	P. 11
6	創造思考方法	P. 12-18
7	學習小總結	P. 19
8	暑期加油站	P. 20
9	暑假好去處	P. 21
10	運動筆記本	P. 22
11	運動安全小知識	P. 23
12	禱告、祈求和感謝事項	P. 24
13	同學的讚賞話語	P. 25
14	家長感言	P. 26

校長媽媽的話

本校自 2016 年起積極發展創意教學，於長假期進行全校創意課業。自主創意課業之主題選擇繁多，透過課業讓學生更關心身邊的人與事，啟發學生創意，探索自己感興趣的主題。香港是我們的家園，讓我們一同了解本地的文化及歷史，並加以承傳。香港非物質文化遺產世代相傳，在群體間提供認同感和持續感，並增強文化多樣性和對人類創造力的尊重。

2019 至 2020 年度，本校將與大灣區(深圳、佛山、惠陽)及上海的四間姊妹學校一同推展非物質文化遺產 STREAM 計劃，把中國四大名著《西遊記》、皮影戲、STREAM 有機地結合，發展具特色的校本課程及活動。各學校亦會發展具本地特色的非物質文化遺產項目，促進各地文化交流。《自主創意暑期樂 2019》，提供一個有選擇、有挑戰及有貢獻的平台，孩子可自行選感興趣的香港非物質文化遺產項目進行探知活動，成為「非遺探知小達人」，啟發孩子的創意思維，讓他們自主建構知識，更顯創客精神。



非物質文化遺產辦事處：

https://www.lcsd.gov.hk/CE/Museum/ICHO/zh_TW/web/icho/home.html

學校關注重點



認識香港非物質文化遺產

根據《保護非物質文化遺產公約》，非物質文化遺產是指被各社區、群體，有時是個人，視為其文化遺產組成部分的各種社會實踐、觀念表達、表現形式、知識、技能，以及相關的工具、實物、手工藝品和文化場所。這種非物質文化遺產世代相傳，在各社區和群體適應周圍環境以及與自然和歷史的互動中，被不斷地再創造，為這些社區和群體提供認同感和持續感，從而增強對文化多樣性和人類創造力的尊重。

《保護非物質文化遺產公約》所界定的非遺項目

《保護非物質文化遺產公約》 所界定的非遺類別	項目
社會實踐、儀式、節慶活動	(1) 食盆 (2) 大澳端午龍舟遊涌 (3) 香港潮人盂蘭勝會 (4) 中秋節—大坑舞火龍 (5) 黃大仙信俗 (6) 宗族春秋二祭 (7) 香港天后誕 (8) 中秋節—薄扶林舞火龍 (9) 正一道教儀式傳統 (10) 長洲太平清醮
表演藝術	(11) 粵劇 (12) 西貢坑口客家舞麒麟 (13) 全真道堂科儀音樂 (14) 南音
有關自然界和宇宙的知識和實踐	(15) 涼茶
傳統手工藝	(16) 古琴藝術（斲琴技藝） (17) 港式奶茶製作技藝 (18) 紮作技藝 (19) 香港中式長衫和裙褂製作技藝 (20) 戲棚搭建技藝

資料來源：香港非物質文化遺產辦事處

認識香港非物質文化遺產例子

食盆



新界本地圍村傳統會在宗族祭祀、打醮、婚嫁、添丁「點燈」、祠堂開光等場合，烹煮盆菜以饗族人，稱為「食盆」，族人圍坐而食，象徵團結。盆菜是新界本地宗族鄉村傳承了數百年、保存至今的一項獨特飲食文化，不但起着維繫族群的作用，而且具有確認宗族成員身分的社會功能。



涼茶



涼茶是流行於嶺南地區的一種飲料，以特定的中草藥烹煮而成。涼茶是大眾祛濕降火、解燥消暑和防治感冒的獨特飲食文化。涼茶在香港已有百餘年歷史，從前的涼茶店鋪更是大眾消遣的地方。現時涼茶仍是日常生活中一種功能性飲品，承載了獨特的民間智慧及傳統文化。涼茶於 2006 年列入第一批國家級非遺代表性項目名錄。



大澳端午龍舟遊涌



每年端午節，大澳三個傳統漁業行會，即扒艇行、鮮魚行和合心堂，均舉辦傳統「龍舟遊涌」宗教活動。三個行會成員於農曆五月初四早上划著龍舟、拖著神艇，到大澳四間廟宇「接神」。大澳端午龍舟遊涌於2011年列入第三批國家級非遺代表性項目名錄。



中式長衫和裙褂



中式長衫和裙褂約在民國初年開始流行。男裝長衫在新界傳統宗族社會中是為父老的身分象徵，有重要的社會意義。女裝長衫在香港普及後，縫製技術受到東西方服裝設計影響，逐漸孕育出獨特的風格。裙褂則是新娘出嫁的傳統禮服，圖案以龍、鳳為主，傳統上以人手製造。



紮作



紮作是以簡單的材料如竹篾、紗紙、色紙、絹布等，運用紮作技巧和繪畫筆功製作而成。紮作在傳統節日慶典和民間宗教儀式中扮演重要角色，香港常見的製成品包括花炮、大士王、花燈、龍、獅、麒麟及紙祭品等。紮作承載了不同族群的歷史及文化，具有重要的社會和文化價值。



粵劇



粵劇是以粵語演唱和念白的戲曲，流行於粵方言區。粵劇通過唱、做、唸、打的藝術手段，配合化妝、服飾、道具和鑼鼓等演繹故事情節，其表現形式糅合了文學、戲劇、曲藝、舞蹈及武打。粵劇於2006年列入第一批國家級非遺代表性項目名錄，並於2009年列入聯合國教科文組織《人類非物質文化遺產代表作名錄》。



南音



南音是用廣府話說唱的曲藝，二十世紀初曾是香港流行的娛樂，演唱者多為失明藝人，一般用古箏、椰胡等伴奏，並用拍板敲擊節拍，歌詞內容大多反映社會下層的生活困境。



港式奶茶製作技藝



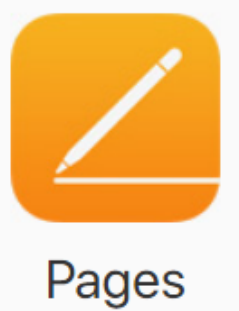
港式奶茶俗稱「絲襪奶茶」，由殖民地時代的英式奶茶，經過百年的逐漸演變，成為今天香港普羅大眾的飲品。港式奶茶由調配茶葉、煲茶、撞茶、焗茶、撞奶等步驟炮製而成，深受香港人歡迎。



3 暑期「非遺探知小達人」任務簡介

是次暑期功課提供一個自由自主的創意平台，讓學生按自己的能力、興趣，利用創造思考方法(ATDE-C 愛的C模式)，完成主題「非遺探知小達人」的任務，培養學生創意。

我們以「香港非物質文化遺產」為主題，延伸至創意任務。透過自主了解香港非物質文化遺產，學生能夠完成「非遺探知小達人」的任務。學生可以不同形式呈現任務/成果，包括設計圖、PPT、APP、短片、詩歌/文章創作、立體書等。作品於 2/9/2019(一)交回班主任。電子作品可發送到學校電郵地址。



電子應用程式推薦

你可於 iOS App Store 或 Android 下載不同的電子應用程式，來製作你的報告。Pages 是文字處理工具，讓你製作各式精彩的文件。你可以加入註解、插圖及影片，介紹你的自主創意活動。

「非遺探知小達人」

你可以參考以下的方法，呈現你的任務。發揮創意小宇宙，選出一個你最有信心或最有興趣的方法，完成你「非遺探知小達人」的任務。

1. 「非遺遊蹤全面睇」

香港各區尋找有很多非遺的痕跡，你能自擬一條路線，利用相片、影片、圖畫或文字，一一把特色記錄嗎？

1

2. 「創意盆菜」

你會為盆菜加入甚麼新食材呢？試用黏土、3D立體筆或其他創意方法製作出來吧。

2

3. 創意中式長衫與裙掛設計

深入了解中式長衫與裙掛後，利用不同物料，設計一套具創意、又有特色的中式長衫與裙掛。

3

4

4. 自選題目

只要你想到其他辦法呈現你的任務，也可以嘗試！



同學們，你可參考以下
書籍，進行你的暑假任務。



好書推介：

	圖書資料	QRcode
1.	<p>《香港非物質文化遺產》 作者：何耀生 出版社：明報出版社有限公司 簡介：本書深入介紹了各種傳統習俗及工藝，包括一些市民難得一睹、媒體亦甚少介紹的風俗及工藝，例如製香工場、大龍鳳木雕藝術、傳統紙紮等。</p>	
2.	<p>《香港風俗及節令文化》 作者：何耀生 出版社：明報出版社有限公司 簡介：本書介紹了將近二十個在香港仍然盛行，又或將近沒落的民間風俗和節令文化，除了農曆新年、元宵、端午節外，更有不少香港獨有的文化，例如大坑舞火龍等。</p>	
3.	<p>《圖說中國非物質文化遺產·中國最美皮影》 作者：關紅 出版社：湖北美術出版社 簡介：內容講述了中國非物質文化遺產皮影的有關內容。皮影戲，又稱「影子戲」或「燈影戲」，是一種以獸皮或紙板做成的人物剪影，在燈光照射下用隔亮布進行演戲，是我國民間廣為流傳的傀儡戲之一。</p>	
4.	<p>《中國傳統節日和習俗》 作者：謝福銓 出版社：和平圖書有限公司 簡介：本書將透過一個個有趣的故事和傳說，告訴同學更多有關中國文化的故事。</p>	
5.	<p>圖書名：《盆菜製作教程》 作者：蔡潔儀 出版社：萬里機構為聯合出版 簡介： 本書介紹多款盆菜，除食譜外，本書亦為讀者提供盆菜的由來及典故，使讀者對烹調方法有更深的認識。</p>	

電子閱讀推介：

	電子資源	網址	QRcode
1.	*HYRead 電子書平台	https://www.hkpl.gov.hk/tc/e-resources/e-books/description/89392/hyread-ebook	
2.	*教城書櫃電子書：《穿越時空遊中國》	http://hkpl.ebook.hyread.com.tw.ezproxy.hkpl.gov.hk/bookDetail.jsp?id=62410	
3.	*教城書櫃電子書：《我哋涼茶係正嘢》	https://www.hkreadingcity.net/book/details/5774f3596a0b62c8098b6231	
4.	*教城書櫃電子書：《錦田鄧族》	https://www.hkreadingcity.net/book/details/5774f3526a0b62c8098b5321	
5.	【盆菜】簡易自家版	https://www.youtube.com/watch?v=BaGcNDQzF6Y	
6.	世界各國皮影藝術	http://www.airitibooks.com/Detail/Detail?PublicationID=P20171103544	
7.	科學 DIY 皮影戲影片	https://www.youtube.com/watch?v=cO76oOEb6i0	

* 同學可登入香港公共圖書館網站，利用香港公共圖書館 HYREAD 帳號及密碼登入直接閱讀電子書。



創造思考方法

(ATDE-C 愛的C模式)

問：提出問題

想：自由聯想，擴闊其思考空間

做：從實際活動中尋求解決問題的方法

評：與他人共同評鑑，選取最適當的行動

延續性：行為可以持續一段時間，並對他人有影響



參考資料：教育局《校本資優課程教師培訓教材套：創意思維》
陳龍安（2014）。《創意的12把金鑰匙：為孩子打開一扇新窗》
陳龍安（1990）。《「問想做評」創造思考教學模式的建立與驗證》

問 (ASKING)

問題 1：為甚麼你選擇這個主題？



問題 2：就着你的主題，你需要甚麼物品來完成？
(如：畫紙、相機、訪問問題等等)



想 (THINKING) - 腦圖教學

我們根據以下步驟製作腦圖，把想法組織。

1. 先繪一個中心點，它代表整個腦圖的主題。
2. 順時針畫出分支，這些分支與中心相連接，是與中央主題相關的幾個重要想法。
3. 可在分支上寫上自己的想法，也可繪畫圖像。

腦圖例子 - 「非遺探知小達人」



想 (THINKING)

就你想完成的事情，你聯想到甚麼與主題有關的事物？請用以下腦圖填出或畫出。(腦圖可自行增潤)

預測
(Predict)

我的主題

做 (DOING)

現在，請你把你的行動過程一一地記錄下來吧!(請圈出你的記錄方式：行動拍照/拍攝短片/實作/行動計劃書/圖畫/卡/文字描述/文章/其他：_____)

觀察
(Observe)

評 (EVALUATION)

經過實踐，你認為還有甚麼可以做得更好？現在，請為你的行動給予評價，幫助你改進你的行動！

自我評分：



我可以這樣做來改善我的計劃：

請你邀請一個人為你的行動給予意見。

姓名：_____

互評意見：

延續性(CONTINUITY)

真厲害!你已經完成「非遺探知小達人」任務了。你有沒有想過如何能延續你的行動呢?試想一想如何能夠把你的行動持續進行,然後把你的想法記錄下來吧。



解釋

匯報(PRESENTATION)

(EXPLAIN)

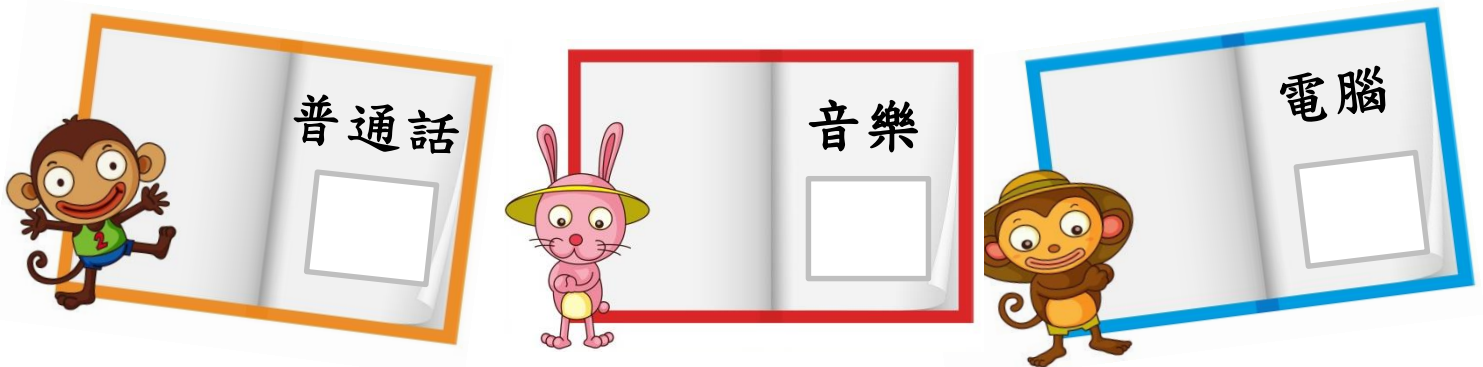
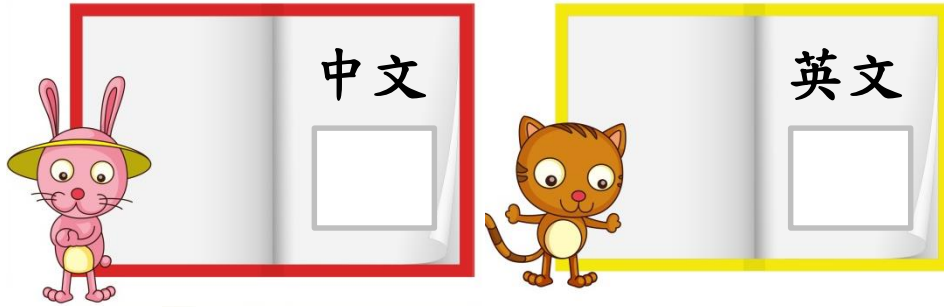
現在,請向家人解釋你的「非遺探知小達人」任務:

- 大家好!我是_____班_____，
- 今年暑假,我完成了……(甚麼作品?)
- 我感到……因為……。
- 我能夠完成「非遺探知小達人」的任務,我要多謝……(曾協助/鼓勵你的人),多謝各位!

暑假後亦要與老師及同學分享啊!

學習小總結

完成這個假期課業，同學需綜合及應用到各學科知識。請就你的作品，記錄曾應用的學科知識及技能。請於下列空格填寫✓。(可填多於一個✓。)



暑期加油站

內容	對象	日期	備註
中文狀元挑戰計劃 2018/19 (第三期)	初級程度 小四至小六	2019年7月8日至 2019年8月18日	<p>學生可以登入以下網站，完成香港教育城舉辦的一系列學生暑期獎勵計劃。</p> <p>HTTPS://WWW.HKEDCITY.NET/STUDENTSCHEME/</p> 
創作獎勵計劃 2018/19 (第三期)	小學組 小一至小六	2019年6月1日至 2019年8月18日	
Summer English	初小組 小一至小三 高小組 小四至小六	2019年7月10日至 2019年8月18日	
暑期數理常識挑戰計劃	初級組 小一及小二 中級組 小三及小四 高級組 小五及小六	2019年7月8日至 2019年8月18日	
暑期閱讀約章 2019	小一至小五	31/8 以前	
英文閱讀馬拉松	小一至小五	31/8 以前	
自主創意暑期樂	小一至小五	31/8 以前	
閱讀《西遊記》	小一至小六	31/8 以前	

暑假好去處

在暑假中，同學們可以參觀一些本地設施及專題展覽。利用閒暇時間，我們能與家人一起進行自主戶外學習。以下是一些學習地點推介及展覽的最新資訊：

1



香港三棟屋博物館

展覽：《口傳心授系列 II：
香港非物質文化遺產代表作名錄》展覽

日期：11. 2. 2018 起

內容：專題展覽介紹十個本地代表作名錄的新項目，包括南音、香港中式裙褂製作技藝、港式奶茶製作技藝等，讓市民對香港的非物質文化遺產有更深的認識。



錦田紅磚屋

錦田紅磚屋是香港新界錦田的一個跳蚤市場，鄰近吉慶圍，周末可以到錦田閒遊，更可了解圍村的祠堂。



2



亞洲國際博覽館

展覽：《清明上河圖 3.0》數碼藝術香港展

日期：26. 7. 2019-25. 08. 2019

內容：以「開放之城」為主題，「盛世長卷」巨幅動態高清投影，將藝術、文化與科技緊密融合。



大館

大館是香港是一所古蹟及藝術館，其中一項最重要的歷史古蹟活化計劃。建築群內包括三項法定古蹟—前中區警署、中央裁判司署和域多利監獄。



3



饒宗頤文化館

展覽：「活字生香—漢字的世界 世界的漢字」
漢字文化體驗展覽

日期：即日 - 30. 12. 2019

內容：配合我校 CHARM 課程，認識中國文化。展廳共分為八大主題區，參觀者可以通過參觀、遊戲、互動、DIY 體驗等多種方式感受漢字之美及其文化底蘊。



4



香港文化中心

展覽：稻鄉飲食文化博物館

日期：即日起

內容：展出了古今中外之煮食用具、容器、香料及茶具等展品，並透過導賞介紹，讓參觀者了解不同展品的特色及各地飲食文化的有趣歷史。



T · PARK

T · PARK [源 · 區] 是一座廢物處理設施，展示了香港實踐轉廢為能和資源回收的決心，同時為我們提供了最佳的污泥處理方案，並為香港建設可持續發展的未來。



5



東涌公共圖書館

展覽：武器小劇場：香港海防的故事

日期：31. 08. 2019

內容：以香港海防歷史發展為主線，介紹海岸炮、魚雷、戰船、鯉魚門炮台堡壘等軍事設施和武器。



運動筆記本

康文署表示，任何人不論年齡、性別或身體狀況，常做適量運動，均可改善健康。每天累積至少 30 分鐘的中等至劇烈強度體能活動，能強身健體之餘，也令生活更添姿彩。大家坐言起行，在暑假多做運動吧！把你的運動時間記錄下來吧。

日期	項目	時間
(例)17/7	跳繩	30 分鐘

運動安全小知識

運動時想盡得運動的益處，我們應做足安全措施，以策安全，同時減低受傷風險，享受運動的樂趣。

運動前，你應：

- 選擇舒適稱身和配合天氣的衣服，例如棉質衣物；
- 選擇鞋頭、鞋蹠適合腳形又合尺碼的運動鞋；
- 避免空肚做運動，太飽亦不適宜；
- 緊記做 10 至 15 分鐘的熱身運動；
- 注意運動量，量力而為。



運動劇烈程度知多點

劇烈程度分類為低等強度、中等強度和劇烈強度。劇烈強度的體能活動（如緩步跑）較中等強度的體能活動（如快步行）能為生理健康帶來更大裨益，亦能消耗更多卡路里（按每時間單位），而低等強度的體能活動（如散步）則勝過完全沒有體能活動。

有關運動的網上小遊戲：

（須使用 iPAD 或電腦開啟以下程式）



http://www.lcsd.gov.hk/healthy/living_fair/game2/game2_main.html



http://www.lcsd.gov.hk/healthy/living_fair/game/game_main.html



http://www.lcsd.gov.hk/healthy/b5/game_sport_fit_03.php

《凡事藉着禱告、祈求和感謝》

美好的假期已漸漸過去，請記下值得感恩及祈求的事。



事項：

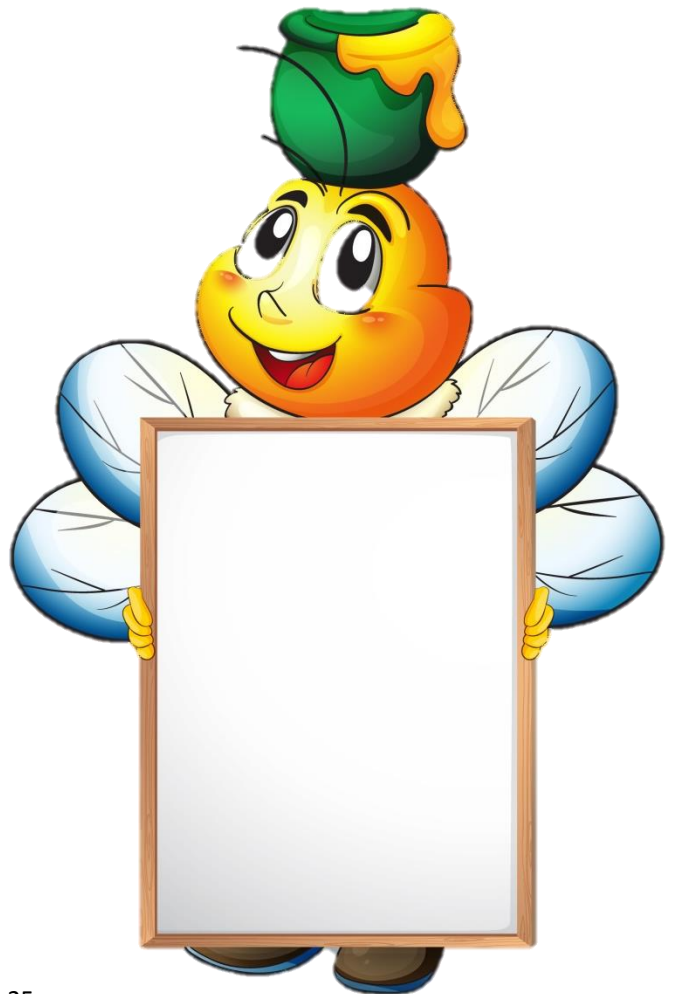
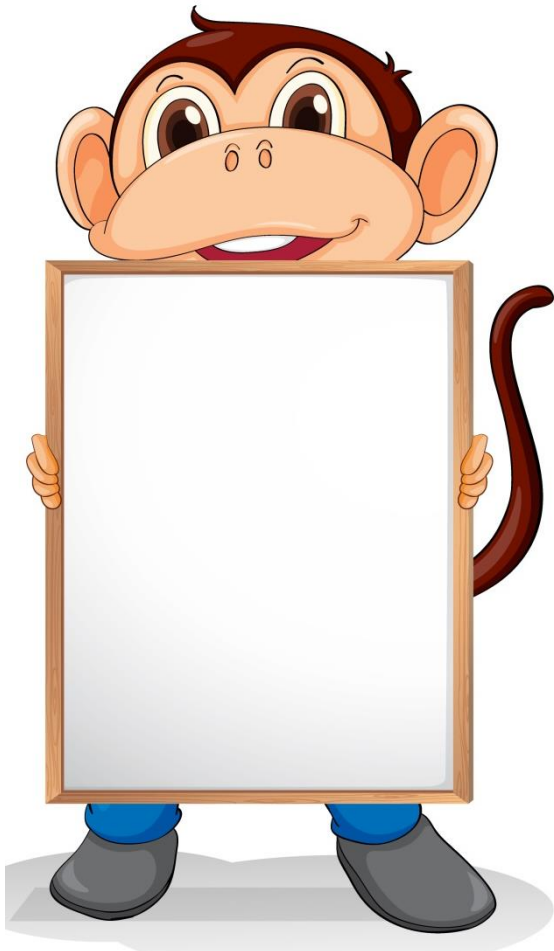
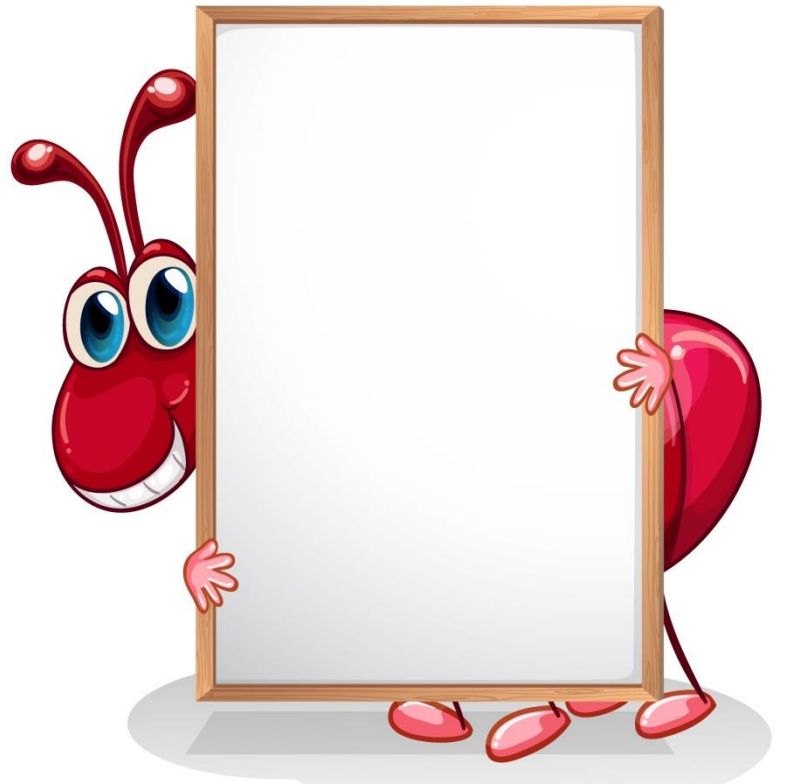
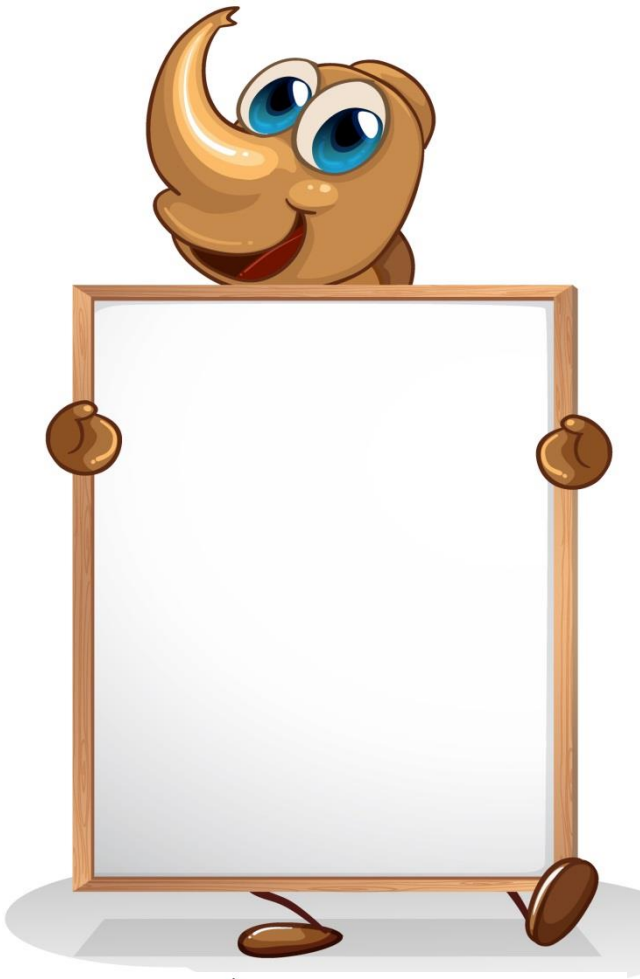
類別	事項
感恩	
祈求	
代求	

我必平安地躺下睡覺，因為獨有你—耶和華使我安然居住。

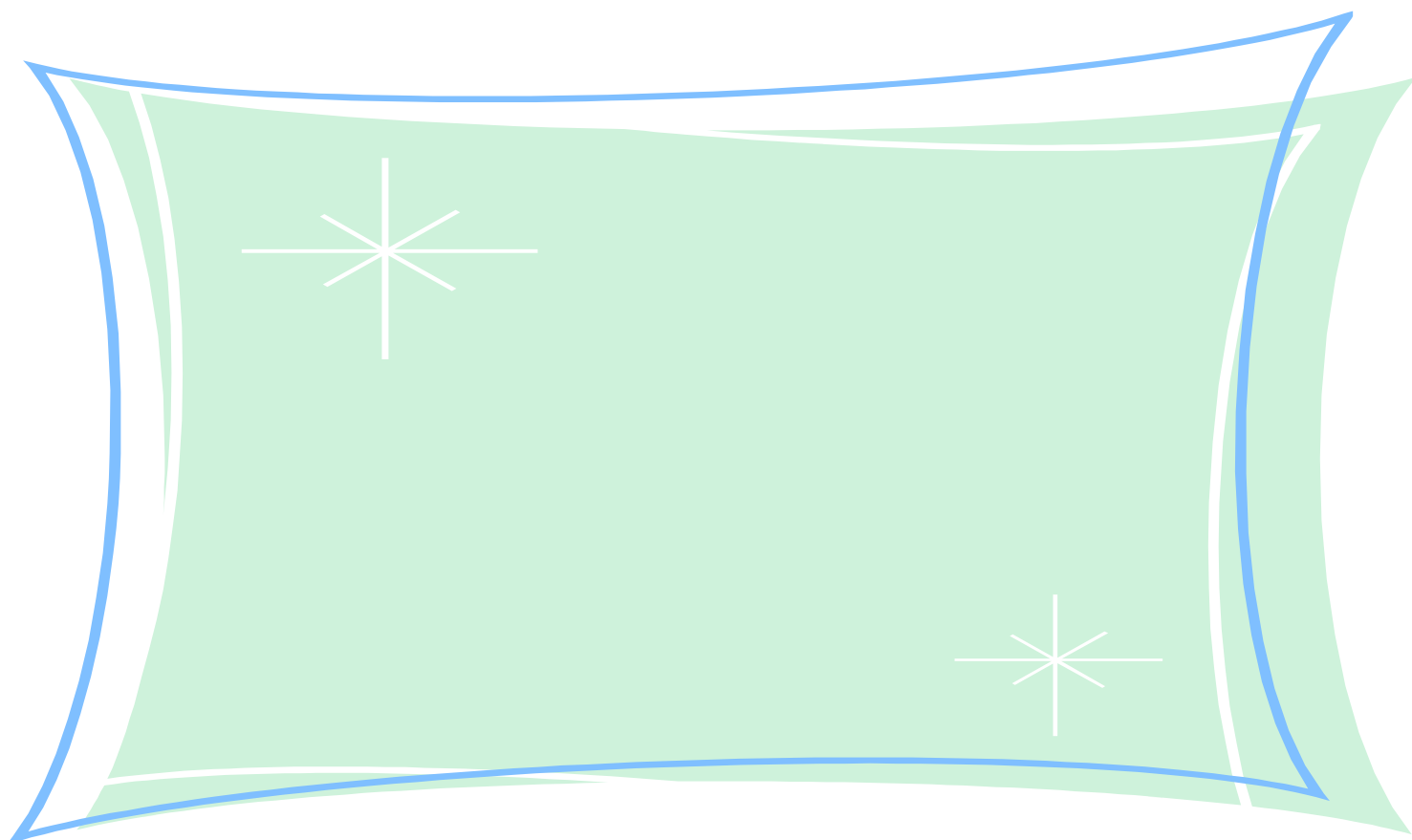
(詩篇 4 篇 8 節)

《凡事謝恩、凡事相信、凡事盼望》

同學加油站



家長感言：請寫下給孩子的鼓勵



家長評估表

評估項目	請圈出代表分數 (1 為最低分， 5 為最高分)
我的子女能掌握創意步驟	1 2 3 4 5
子女能發揮創意製作作品	1 2 3 4 5
作品及小冊子內容清晰	1 2 3 4 5
作品及小冊子製作用心、美觀	1 2 3 4 5

家長或監護人簽署：_____

日期：_____年____月____日



our Glory. Jesus is our Lord, The Holy
耶穌乃主
十架為榮
Cross is our

地址: 荃灣路德圍31號 (荃灣港鐵站A出口)
31 LO TAK COURT, TSUEN WAN, N.T., HONG KONG

電話: 2415 7878

傳真: 2490 0049

網址: <http://www.hcls.edu.hk>

電郵: hclswd@eservices.hkedcity.net