

**Beijing Lighti Social Work Development
Center**

Ziyue road 18-4-501, Chaoyang district,
Beijing 100018,

P.R.China

Tel: (8610) 6466-9296

Email: info@obchina.org



北京光之爱社会工作发展中心
BEIJING LIGHTI SOCIAL WORK DEVELOPMENT CENTER

与星同行项目

活动结项报告

与星同行项目活动报告

✧ 活动时间：2025年10月~2026年1月

✧ 活动地点：北京、云南

✧ 活动受益人群：60个心智障碍青少年

✧ 活动内容：组织8场融合活动和1次游学活动，服务心智障碍青少年119人次

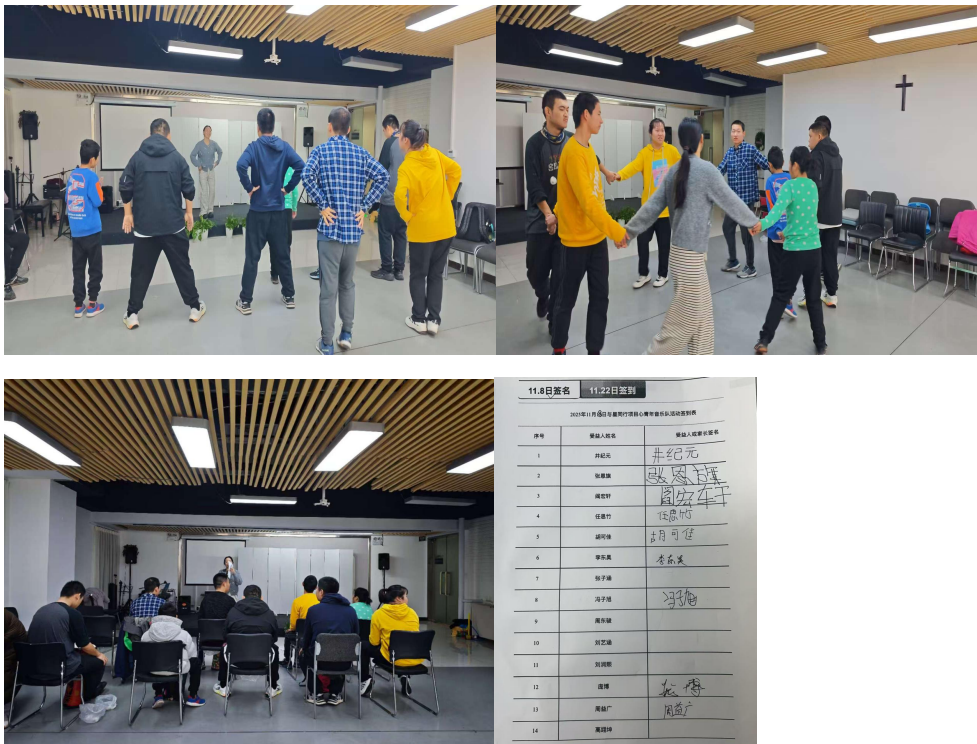
序号	日期	队伍	活动主题	受益人	家长	志愿者
1	2025/11/8	心青年音乐队	音乐课	9		
2	2025/11/22	心青年音乐队	音乐课	12		
3	2025/10/31	心青年体能队	五彩浅山爬山	13	13	
4	2025/11/14	心青年体能队	树小野营地野炊+体能	15	15	2
5	2025/11/28	心青年体能队	体能+篮球活动	11		
6	2025/11/1	心青年运动队	森之家营地用餐+爬山	17	17	18
7	2025/11/22	心青年运动队	然章花园感恩节活动	18	19	20
8	2025/11/8	心青年社会实践队	雁栖湖赏秋+骑行	15	15	16
9	2026/18-24		心青年云南游学活动	9	9	19
合计				119	88	75

◇ 活动细节

1、心智障碍青少年音乐队 2 次活动

我们组织心智障碍青少年音乐队开展了 2 次音乐课，12 位心智障碍青少年参加，在课堂上，志愿老师会用非常有趣的教学方式，调动孩子们的积极性，让孩子的参与度非常高。虽然音基理论对于孩子们有一定的难度，但是志愿老师会用简单形象的卡通画、儿歌口诀的方式教学，孩子们也慢慢掌握了音调和节拍。在每节课的合唱环节，是孩子们的一种合作，刚开始孩子们各唱各的，非常乱，老师一遍遍地指导，直到孩子们可以唱齐一首歌。志愿老师还让孩子们加入非洲鼓的学习，提高了孩子们的节奏感和互动性。每次的活动对于心智障碍青少年都是一个信心增强、建立友谊的过程。

(1) 11 月 8 日音乐课



(2) 11 月 22 日音乐课





2、心智障碍青少年体能队 3 次活动

1) 10月31日组织心智障碍青少年体能队参加了爬山看红叶活动，专业教练带领 13 位心智障碍青少年爬山，虽然当天山上游人非常多，但我们的队伍一点不乱，紧紧跟着教练的节奏，完全没有打扰到其他游客。在山上凉亭就餐时，有游客非常热情得跟我们的心智障碍青少年打招呼，夸奖他们非常棒，这样的社会友好环境，正是心青年们能够走出家门的底气，同时也是孩子们自己努力适应社会规则的结果。



2025年10月31日与星同行项目体能队活动签到表		
序号	受训人姓名	家长签名
1	孙梦慧	孙振
2	沈佳明	沈佳明
3	封睿	封睿
4	张景康	张景康
5	张景康	张景康
6	张景康	张景康
7	何宇婷	何宇婷
8	孔昕	孔昕
9	杨柳依	杨柳依
10	李明修	李明修
11	李金南	李金南
12	庞皮	庞皮
13	李洋伟	李洋伟

2) 11月14日是心智障碍青少年的体能活动日，共有15位心智障碍青少年参加了活动，此次活动我们增加了生活技能学习的内容。在教练的带领下青少年们学习做饭等基本生活技能，他们体验了摘菜、切菜、洗菜和炒菜的全过程，虽然动作缓慢，但非常认真。有一位家长说她的孩子已经20岁了，今天是第一次体验做饭。生活技能学习是心智障碍青少年的必修课，父母总会老去，孩子们需要学习独立生活的技能。下午教练组织大家在大草坪上开展体能运动，15位青少年都感觉收获颇丰，身体素质和生活技能都得到了锻炼和提升。



序号	姓名	联系电话
1	张磊	
2	张磊	
3	张磊	
4	张磊	
5	张磊	
6	张磊	
7	张磊	
8	张磊	
9	张磊	
10	张磊	
11	张磊	
12	张磊	
13	张磊	
14	张磊	
15	张磊	

3) 11月28日组织心智障碍青少年体能队开展了体能+篮球活动，专业教练带领11位心智障碍青少年科学专业的运动，提高孩子们身体协调性、平衡力和团队协作能力，同时帮助他们释放压力，舒缓情绪。这是孩子们第五次学习篮球了，有的孩子从一开始扔球都找不到篮筐，到现在能命中率越来越高，从一开始不会拍球，到现在双手交换拍球，有了不少的进步。



2025年11月28日与星翔行项目体能队活动签到表

序号	志愿者姓名	家长姓名
1	陈伊然	
2	沈在彬	沈津
3	刘睿	刘磊
4	魏松岩	
5	张瑞博	魏羽林
6	张瑞博	李宇
7	杨宇博	刘静
8	王雨	刘凡
9	魏羽林	刘臻玲
10	李瑞博	刘静
11	王勤东	杨欣
12	张瑞博	
13	张亮	张亮

3、心智障碍青少年运动队的两次活动

(1) 11月1日，17位心智障碍青少年和18位志愿者参加活动，这次我们来到一个农场，上午在志愿者的带领下，心青年们唱歌律动。午餐是品尝农场特有的柴火大锅饭，非常美味。下午，志愿者一对一陪伴支持心智障碍青少年爬山赏红叶，山路窄且陡峭，但我们的队伍纪律非常好，每位志愿者都紧紧地拉着孩子们，保护他们的安全，大家有序地登山赏景，很快就登顶了，孩子们都非常有成就感。



2025年11月1日与星同行项目运动队活动签到表

序号	受益人姓名	志愿者	孩子或家长签名
✓ 1 ✓	3 韩子旭 ✓	✓ 任晓云/何丽 ✓	韩子旭 韩丽
2 8	陈思宇 ✓	✓ 康毅 ✓	
3 10	3 周群	✓ 王彦霞 ✓	王彦霞
✓ 4 ✓	2 陆思屹	张冉冉/傅玉菲 ✓	陆思屹
✓ 5 ✓	2 徐铭泽	✓ 肖亮 ✓	徐铭泽
✓ 6 ✓	王知园	0 宋淑丽	王知园 杨琳
7 0	1 王哲宸	✓ 王瑞华/詹东旭 ✓	王哲宸
✓ 8 ✓	4 陈代威	0 许莹玉	陈代威
9 0	张秋实	✓ 曹峰 ✓	曹峰
10 0	6 林凡崇	✓ 邵考 ✓	林凡崇
✓ 11 ✓	5 贺天扬	✓ 张旭 ✓	贺天扬
12 0	5 郝星田	✓ 王仁雄 ✓	郝星田
✓ 13 ✓	1 高明强	✓ 张刚 ✓	高明强
✓ 14	6 严晋培	✓ 马峰成 ✓	严晋培
✓ 15	4 杨尧宇	✓ 曹晓林 ✓	吴玉波
16 0	7 石尚衡	✓ 范志 ✓	李玲
✓ 17 ✓	1 杨昱昊	✓ 孟杰 ✓	郭艳
✓ 18	7 赵尉奇	程亚洲 ✓	马康芝

(2) 11月22日是心智障碍青少年运动队的感恩节主题活动，18位心智障碍青少年和20位志愿者参加活动。上午志愿者带着孩子们制作叫花鸡、烤红薯和烤棉花糖，体验户外生火的快乐。午餐的感恩节大餐是我们自己制作的叫花鸡，因为是孩子们的劳动成果，所以非常美味。午后，我们给孩子们放了感恩节来历的影片，让孩子们分享生活中感恩的事情，虽然表达有限，但孩子们极力表达着感恩父母、感恩志愿者让我们非常感动。





姓名	性别	年龄	备注
✓ 1	▲ 郝	10岁	自闭症
✓ 2	▲ 王	10岁	自闭症
✓ 3	▲ 李	10岁	自闭症
✓ 4	▲ 张	10岁	自闭症
✓ 5	▲ 刘	10岁	自闭症
✓ 6	▲ 陈	10岁	自闭症
✓ 7	▲ 周	10岁	自闭症
✓ 8	▲ 吴	10岁	自闭症
✓ 9	▲ 孙	10岁	自闭症
✓ 10	▲ 赵	10岁	自闭症
✓ 11	▲ 钱	10岁	自闭症
✓ 12	▲ 孙	10岁	自闭症
✓ 13	▲ 李	10岁	自闭症
✓ 14	▲ 王	10岁	自闭症
✓ 15	▲ 张	10岁	自闭症
✓ 16	▲ 刘	10岁	自闭症
✓ 17	▲ 陈	10岁	自闭症
✓ 18	▲ 周	10岁	自闭症
✓ 19	▲ 吴	10岁	自闭症
✓ 20	▲ 孙	10岁	自闭症

4、心智障碍青少年社会实践队 1 次活动

11月8日组织了心智障碍青少年社会实践队活动。15位心智障碍青少年和16位志愿者参加活动。我们来到雁栖湖登山步道。天气很好，人也很多，期间看到几个孩子有些焦虑和不安，有几个孩子因为焦虑甚至出现乱丢东西的情况，这对于心智障碍青少年来说是常见的社交障碍，我们的活动也是锻炼孩子们公共场所的适应性，志愿者们积极地安抚和引导孩子们，让他们慢慢平静下来，游人从刚开始的诧异也慢慢接纳，孩子们与游人能够和平共处，一起走在山间步道上。下午孩子们体验骑行，主要锻炼孩子们的交通安全意识，在志愿者和家长左右保护下，孩子们在骑行中非常遵守交通规则，不争不抢，安全完成骑行。





2025年11月8日与星同行项目社会实践活动签到表

序号	受助人姓名	志愿者	受助人或家长签名
19	林奕欣 ✓	王一凡 ✓ 张以琳 ✓	张以琳
20	张鹏远 ✓	梁嘉耀 ✓	张鹏远
21	陈皓 ✓	郭杰 ✓	郭杰
22	刘润琛 ✓	白菲 ✓	刘润琛
23	蔡明轩 ✓	郭花 ✓	蔡明轩
24	高安怀 ✓	高悦 ✓	高悦
25	王鹏宇 ✓	杨丹丹 ✓	王鹏宇
26	刘家强 ✓	程美辉 ✓	刘家强
27	王捷洋 ✓	李越 ✓	王捷洋
28	刘文斌 ✓	高畅 ✓	刘文斌
29	陶玉柱 ✓	张静 ✓	陶玉柱
30	罗彦麟 ✓	李昕 ✓	罗彦麟
31	王子程 ✓	刘康康 ✓	王子程
32	吴世哲 ✓	李义和 ✓	吴世哲
33	徐景琪 ✓	李存玉 ✓	徐景琪

5、1次心智障碍青少年云南芒市-瑞丽-腾冲游学活动

1月19-24日，心智障碍青少年云南游学活动，9个志愿者障碍青少年和云南芒市10个志愿者和云南腾冲9个志愿者参加。游学是一场综合的社会实践，孩子们体验了飞机、火车长途交通工具，辗转住了3个不同的酒店，吃到很多云南特色美食。1月20-21日芒市的10位志愿者一对一陪伴孩子们在芒市和瑞丽游览，我们去了德宏博物馆，了解民族历史和文化，去了大金塔看芒市全景。我们乘坐着大巴从去了瑞丽的姐告国门了解国家的边境关卡。去了一寨两国，看到一个寨子分处两个国家，透过栏杆就能看到缅甸居民的生活。还看到一群那边的缅甸小学生正在过海关到中国这边来的上学，他们可是最小的留学生了，每日往返在两国之间。1月22-23日，腾冲的9位志愿者一对一陪伴孩子们在腾冲游览，腾冲是地貌最丰富的一个地方，孩子们先见识了火山公园遗留的火山坑，捡了火山石，又看到火山喷发形成的柱状结理带，又去了火山熔岩堆积挤压而形成的地下暗河。下午又去了云南最大的湿地公园，看到一些珍贵的鸟。第二天去了地热温暖影响，见识了地热温泉，闻到浓浓的硫磺味，洗洗手感受温泉的温度，还用98度的温泉水泡了茶，尝到咸咸的味道。孩子们在腾冲真是增长了很多见识。



2024年10月14日腾冲北海湿地研学旅行记录表

序号	研学内容	研学心得/感悟
1	观鸟	张雨晴
2	观水	刘宇
3	观草	李思远
4	观鱼	李思远
5	观鸟	李思远
6	观水	李思远
7	观草	李思远
8	观鱼	李思远
9	观鸟	李思远
10	观水	李思远