

蕊展計劃

2019

暑期活動

情緒藝術家

星星小課室

魔術樂滿FUN

星星成長課

劇場體驗工作坊

AnMe個人成長計劃



活動報名須知

報名方法：

- 「網上報名」：於網上填妥報名表格，並上載學童的評估報告副本後，把劃線支票郵寄至辦事處，報名將在收到支票後落實。
 - 「郵寄」：填妥報名表格後連同學童的評估報告副本及劃線支票一併郵寄至辦事處。
- 本計劃將在收到報名表及費用後7個工作天內以電郵形式發出通知，確認成功報名參加。
- 活動先到先得，額滿即止。
- 服務對象：被評估為亞氏保加症、自閉症譜系障礙、自閉特徵/傾向、自閉症、高功能自閉症，並於主流學校就讀的學童及其家長參加。
- 每個活動須獨立填寫一份報名表格及一張支票。

繳費方法：

將「劃線支票」正本郵寄或親身交到辦事處，並於背面註明學童姓名、活動編號及聯絡方法。

支票抬頭：

「香港教育大學」或「The Education University of Hong Kong」

蕊展計劃辦事處地址：

新界大埔露屏路十號 香港教育大學 D1-P-02室「蕊展計劃」

備註：

- ◆ 參加者必須符合指定年級。
- ◆ 蕊展計劃保留活動收生的最終決定權。
- ◆ 若天文台於活動前2.5小時仍懸掛八號或以上熱帶氣旋警告信號 / 紅色/黑色暴雨警告信號，活動將會延期，安排則另行通知。
- ◆ 參加者如因個人理由未能出席所報活動，將不獲補堂或退還有關費用。

查詢

電話：2948 8608

電郵：projectaspire@eduhk.hk

傳真：2948 8632

網址：www.projectaspire.hk



Find us on Facebook

Project Aspire - 蕊展計劃



香港教育大學
The Education University
of Hong Kong



蕊展計劃

projectaspire

認識及表達情緒的方法有很多種，藝術創作是其中一種。蕊展計劃舉辦的情緒藝術小組，讓學童於活動中認識及探索情緒世界，並且透過不同的藝術創作把自己的想法和感受表達出來，與別人分享。

活動內容：

以小組形式，通過遊戲、手工製作等方式，去認識及表達自己的想法和感受。

對象：

- 於2019/20學年升讀小二至小四的學童
- 對做手工、藝術創作有興趣

地點：香港教育大學 蕊展計劃課室

日期：7月16, 23, 30日、8月6, 13, 20日(星期二)

時間：上午10:30-中午12:00

名額：6-8名

費用：\$2,250 (共六節)

導師：羅麗婷姑娘 Tracy (註冊社工)
羅卓怡老師 Coco (小組導師)

節數	主題	內容
第一節 16/7	熱身	<ul style="list-style-type: none"> 自我介紹 線條的心情與節奏 
第二節 23/7	開心	<ul style="list-style-type: none"> 快樂動作馬拉松 身體地圖樂繽紛 
第三節 30/7	傷心	<ul style="list-style-type: none"> 情緒烏雲 安全小屋 
第四節 6/8	生氣	<ul style="list-style-type: none"> 繪本分享 憤怒齊齊「搓」(黏土製作) 
第五節 13/8	驚	<ul style="list-style-type: none"> 黑暗中的色彩(刮畫製作) 我的超人面具 
第六節 20/8	平靜	<ul style="list-style-type: none"> 身心鬆弛大法 我的寶盒(馬賽克) 總結(情緒作品集) 

- * 每節內容或會按學童需要作出調整
- * 觀課室會於活動期間開放，歡迎家長觀課

網上報名



<http://bit.ly/2Gejqc8>

星星小課室 (暑期班)

「星星小課室」讓未曾參加過「手牽手成長小組」的學童，以小組形式學習社交技巧。

對象：

- 於2019/20學年升讀小四至小五的學童

地點：香港教育大學 蕊展計劃課室

日期：7月16、23、30日、8月6、13、20日(星期二)

時間：下午4:00-5:30

名額：每組6-8名

費用：\$2,400 (共六節)

導師：蕭詠雯姑娘 Winnie(註冊社工)
朱鑾漢先生 Alvin (活動助理)

節數	主題	內容
第一節 16/7	認識別人的想法	<ul style="list-style-type: none"> 了解別人知識、想法與自己的不同 利用「想法圈圈」讓孩子明白其他人的想法怎樣隨著外在環境而有所改變
第二節 23/7		<ul style="list-style-type: none"> 學習如何清楚告訴別人自己所知道的事情 學習先「了解別人想法」，再「選擇醒目做法」 學習什麼是兩人之間的矛盾及怎樣運用冷靜說話解決矛盾
第三節 30/7	認識情緒	<ul style="list-style-type: none"> 提昇孩子對「情緒」的意識 辨認喜、怒、哀、驚及其他的15款情緒
第四節 6/8		<ul style="list-style-type: none"> 不同程度的「憤怒」 「控制憤怒」的三個步驟
第五節 13/8	互動溝通	<ul style="list-style-type: none"> 學習在對話中聽出別人的主題
第六節 20/8		<ul style="list-style-type: none"> 學習適當去開展對話及豐富話題內容 透過遊戲學習怎樣去持續對話

網上報名

- * 每節內容或會按學童需要作出調整
- * 觀課室會於活動期間開放，歡迎家長觀課



魔術除了帶來驚喜，還可以快速打破隔膜，拉近人與人之間的距離，與人建立良好關係。趁暑假學懂幾套簡單又神奇的魔術，做個魔術小達人。

活動內容：

以魔術訓練作為媒介，配合練習、遊戲、表演、解說等環節，提升參加者與人相處和溝通的技巧。

對象：

- 於2019/20學年升讀小四至小六的學童
- 對魔術有興趣

地點： 香港教育大學 蕊展計劃課室

日期： 7月18, 25、8月1, 8, 15, 22日(星期四)

時間： 上午10:30-中午12:00

名額： 6-9名

費用： \$2,250 (共六節)

導師： 伍子傑先生 Keith (Cheeks Up Studio魔術導師)
羅麗婷姑娘 Tracy (註冊社工)

節數	主題	內容
第一節 18/7	互相認識	<ul style="list-style-type: none"> • 介紹自己 • 認識魔術種類和簡單原理 • 小道具魔術 (上) 
第二節 25/7	尊重戒條	<ul style="list-style-type: none"> • 講解魔術師戒條 • 小道具魔術 (下) 
第三節 1/8	聆聽別人	<ul style="list-style-type: none"> • 魔術師的提問術 • 紙牌魔術 (上) 
第四節 8/8	表達技巧	<ul style="list-style-type: none"> • 錯引法則 (Misdirection) • 紙牌魔術 (下) 
第五節 15/8	面對群眾	<ul style="list-style-type: none"> • 觀眾不同反應的回應方法 • 自制魔術道具
第六節 22/8	欣賞別人	<ul style="list-style-type: none"> • 小組內表演 • 重溫、檢討及互相欣賞

* 每節內容或會按學童需要作出調整

* 觀課室會於活動期間開放，歡迎家長觀課

網上報名



星星成長課 (暑期班)

「星星成長課」讓將於19/20年度就讀中一的學童以小組形式學習有用的社交技巧，藉著暑假為中學生活作好準備。

地點：	香港教育大學 蕊展計劃課室
對象：	於2019/20學年 <u>升讀中一</u> 的學童
日期：	31/7, 7/8, 14/8, 21/8 (星期三)
時間：	下午4:00 - 6:30
名額：	8名
費用：	\$1,800 (共四節)
導師：	馬志輝先生 Ivan (註冊社工) 朱鑒漢先生 Alvin (活動助理)



節數	內容
第一節 31/7	彈性思考(一)：與情緒做朋友 <ol style="list-style-type: none"> 1. 情緒有用嗎？ 2. 情緒多面睇 - 認識不同的情緒 3. 學習同理心，嘗試明白別人感受 4. 我要爆炸了！學習處理負面情緒的方法
第二節 7/8	彈性思考(二)：我的思考習慣 <ol style="list-style-type: none"> 1. 「捉」想法 - 認識自己的想法 2. 有彈性還是愛堅持？尋找自己的思考習慣
第三節 14/8	彈性思考(三)：思考陷阱與改變想法 <ol style="list-style-type: none"> 1. Thinking Good Doing Good - 了解自己的想法如何影響行為 2. 避免思考陷阱，學習有彈性思考 3. 改變想法 - 彈性應對社交難題
第四節 21/8	總結：訂立目標，邁向中學新生活！ <ol style="list-style-type: none"> 1. 我要更好 - 為自己訂下改善目標 2. 很想做卻做不到 - 尋找改變的動力 3. 總結及展望

- * 每節內容或會按學童需要作出調整
- * 觀課室會於活動期間開放，歡迎家長觀課

網上報名



你對戲劇、扮演有興趣嗎？

蕊展計劃的劇場體驗工作坊，透過體驗不同的劇場遊戲，來開發同學多元感官的經驗，提昇同學的觀察力與感知能力。

小組形式的創作更能開發想像力，加強合作和溝通的能力，提昇社交技巧。

對象：

- 將於2019/20學年升讀中一至中三的學童
- 對戲劇有興趣



地點：香港教育大學 蕊展計劃課室

日期：7月18, 25、8月1, 8, 15, 22日(星期四)

時間：上午10:30-中午12:00

名額：6-8名

費用：\$2,250 (共六節)

導師：陳港虹先生 虹仔(戲劇導師)
蔡筱筠姑娘 Kitty(小組導師)

節數	主題	內容
第一節 18/7	認識彼此	<ul style="list-style-type: none"> 透過活動學習用各感觀去留意及認識身邊的人
第二節 25/7	團隊的精神	<ul style="list-style-type: none"> 透過團體遊戲，加強合作與溝通的能力
第三節 1/8	身體的自由律動	<ul style="list-style-type: none"> 使用不同的身體位置去探索空間
第四節 8/8	動物的神態	<ul style="list-style-type: none"> 深入觀察動物的動靜，以動物的眼光看世界 扮演不同動物
第五節 15/8	演員的想像力	<ul style="list-style-type: none"> 通過不同的假定情境，讓學員想像自己身在其中，開發不同的創造力
第六節 22/8	語言魔術師	<ul style="list-style-type: none"> 嘗試用不同的方法運用聲音表達自己

- * 每節內容或會按學童需要作出調整
- * 觀課室會於活動期間開放，歡迎家長觀課

網上報名



AnMe 個人成長計劃

返學為乜？
賺錢為乜？
人生為乜？

點解成日無朋友、
無人明白我？

究竟我係
個點嘅人？

升上高中，除了天天面對將來來臨的公開試，又要為將來計劃。你會有以上的疑問嗎？

AnMe個人成長計劃 活動名稱中的AnMe，A=Autism，AnMe (A and Me)意思就是我和自閉症的關係。

「自閉症」並不定義你是誰，擁有一些與眾不同的特點，其實可以是值得自豪的事。計劃中的活動能讓你加強對自閉症的認識，消除誤解，克服困難，活出真正的自己。

活動內容包括：小組課堂學習、技巧訓練、團隊合作活動、遊戲、個別面談及戶外活動。

我們誠邀你參加這個計劃，在這個暑假開始，重新認識自己，建立一個新的人際網絡。

2019年7-8月

個人成長小組（六節）

2019年9月至2020年3月

每月聚會 - 活動由學員自行商討和決定（三節）
個別面見 - 與社工個別面談（一節）

日期： 7月16, 23, 30日、8月6, 13, 20日(星期二)

時間： 下午2:30-4:30

地點： 大埔教育大學 蕊展計劃課室

對象： - 將於2019/20學年升讀中四至中六
- 已知道自己「亞氏保加症/自閉症譜系障礙」的評估

名額： 8名

導師： 賴成恩姑娘 Grace(註冊社工)
馬志輝先生 Ivan(註冊社工)

費用： \$3,650
費用包括暑期個人成長小組、一節個別面見及之後活動的部份開支。

完成計劃後，你可以：

增加對自己的認識

找出自己的人生方向

加強社交溝通技巧

結識新朋友

渡過一個愉快的暑假

節數	暑期活動內容
第一節 16/7	「自閉」的我？ • 互相認識 • 探討「亞氏保加症/自閉症譜系障礙」與自己的關係
第二節 23/7	與人聯繫：團隊合作遊戲
第三節 30/7	社交溝通技巧 • 我的社交優點和缺點 • 團隊合作技巧
第四節 6/8	主流價值 vs 與眾不同 • 社會角色與期望 • 我的價值觀
第五節 13/8	未來的我 • 我的夢想和計劃 • 總結與展望
第六節 20/8	Let's have fun together! • City Hunt 鬥智鬥力大考驗 • 燒烤晚會 (當日部份活動將於大埔區內進行，下午1時開始)

網上報名

