興趣課程·個人成長

編號	活動名稱 內容	日期 時間	對象	收費	地點	備註 負責職員
TK-S25-201	**太陽學:幼兒情緒智能EQ提升班** 透過「正向心理」及「遊戲啟導」技巧,以遊戲、故事、角色扮演和解難小練習等,讓學童認識及學懂調整情緒,明白到"想做好事情,先管好心情"。 內容:認識情緒、區分情緒、調節心情小技巧、自我激勵動力及關顧他人(同理心)等。	14/7-18/8 (逢一) 09:00-10:00	3-5歲	$800 / 6堂	本單位	課程器材由導師準備 導師:黃潔盈博士 負責職員:魏朗澄 (Charlotte)
TK-S25-202 TK-S25-203	**太陽學:「口才及正向思維」提升班** 一個專攻自信心、說話組織能力及加強思考訓練的課程,以一系列好玩而具啟發性的遊戲及「正向心理」、「人際溝通」的技巧,讓學參加者認識精準傳意,學習到"我口講我心的能力"。 內容:口才訓練、正向思想訓練、小司儀基本功、有趣急口令、改掉自己的懶音、「快不如表達精準」小習作、好故事賞分享及演繹等; 另加入創意思維應用,綜合提升「思考能力及組織表達力」。	幼兒: 14/7-18/8 (逢一) 10:15-11:15 兒童: 14/7-18/8 (逢一) 16:30-17:30	幼兒: 3-5歲 兒童: 6-10歲	$800 / 6堂	本單位	課程器材由導師準備 導師:黃潔盈博士 負責職員:魏朗澄 (Charlotte)
TK-S25-204	**太陽學:幼兒解難小精靈AQ逆境智能提升班** 本課程透過「正向心理」及「遊戲啟導」技巧,以遊戲、應變小挑戰、解難活動和壓力做好朋友等小練習,讓參加者認識及學習面對挑戰,如何勇敢地面對困難和逆境,增強個人自信心及解決困難的能力。內容:認識情緒和AQ抗逆力、挑戰正面睇、自信建立小技巧及舒壓小習作等。	14/7-18/8 (逢一) 11:30-12:30	3-5歲	$800 / 6堂	本單位	課程器材由導師準備 導師:黃潔盈博士 負責職員:魏朗澄 (Charlotte)
TK-S25-205	**太陽學:兒童「愉快學習法、樂學寶」(學會自律,自我管理,樂學其中)** 教導參加者的自我管理能力,讓他們不只是一直拖、一直等,而是主動學習,避免做事半途而廢,並把自己的事情管理得更好。讓孩子能學會自律。快開學了,開始運用,幫孩子提升學業成績! 課程內容: 1.學習自我管理能力的技巧,減少拖延的壞習慣,並學習主動地完成自己要做的事 2.自決做優先次序的選擇3.自律檢查表 4.時間計劃錄:訓練孩子自律、建立時間的概念 5.培養自律的習慣 6.學習常規家事訓練,培養自律與自理能力 7.自覺→覺他→教他覺→他自覺,學習自律過程的潛移默化法 8.應用篇:功課戰爭、賴床、半途而廢,改善壞習慣等	14/7-18/8 (逢一) 12:45-13:45	6-10歲	$800 / 6堂	本單位	課程器材由導師準備 導師:黃潔盈博士 負責職員:魏朗澄 (Charlotte)

興趣課程·個人成長

編號	活動名稱 內容	日期 時間	對象	收費	地點	備註 負責職員
TK-S25-206	**太陽學：兒童「情緒EQ及逆境智能AQ」提升班** 本課程透過「正向心理」及「遊戲啟導」技巧，以遊戲、故事、角色扮演、解難小練習等，訓練參加者如何勇敢地面對困難和逆境，增強個人自信心及解決困難的能力。 EQ元素內容：EQ情緒智能、調節心情小技巧、自我激勵動力、正面思想平常心、管理情緒萬事通等。 AQ元素內容：AQ逆境智能、挑戰正面睇、自信建立小技巧、舒壓小習作、解難活動等。	14/7-18/8 (逢一) 14:00-15:00	6-10歲	$800 / 6堂	本單位	課程器材由導師準備 導師：黃潔盈博士 負責職員：魏朗澄 (Charlotte)
TK-S25-207	**太陽學：兒童全腦記憶及專注力提升班** 本課程透過「記憶學」、全腦學習力及專注力訓練，以遊戲啟導、記憶法即學即試和有趣小比賽等，讓參加者認識腦袋操作和運用，明白到"用腦學習先做好準備，記憶是有方法的"，從而有效地儲存知識，增強在學習上的信心和興趣。 也以一連串視覺、聽覺、觸覺等專注力活動和練習，讓參加者接觸多元學習法和專注力技巧訓練。 內容：多元記憶法應用、記憶小魔法、專注力智能訓練、視聽觸覺考考您、學習力小考驗及家中小習作等。 多元記憶法：包括圖像記憶法、分類記憶法、故事串連法、數字掛鈎法、圖像聯想英文記憶法等。	14/7-18/8 (逢一) 15:15-16:15	6-10歲	$800 / 6堂	本單位	課程器材由導師準備 導師：黃潔盈博士 負責職員：魏朗澄 (Charlotte)

真係放暑假！

暑期活動

SUMMER
2025

香港青年協會 荃景青年空間
THE HONG KONG FEDERATION OF YOUTH GROUPS,
TSUEN KING YOUTH S.P.O.T.

新界荃灣荃景圍76-84號
荃景花園第十座地下至一樓
G/F-1/F, Block 10,
Tsuen King Garden,
76-84 Tsuen King Circuit,
Tsuen Wan, New Territories

電話 Tel (852) 2498 3333
傳真 Fax (852) 2412 5687
電郵 Email tk@hkfyg.org.hk
網站 Website tk.hkfyg.org.hk
Facebook facebook.com/tk.hkfyg

荃景青年空間
網頁

會員平台 Member portal 青協·會員易 easymember.hk
義工搜尋器 Volunteer Search Engine 好義配 easyvolunteer.hk
支持媒體 Supporting Media M21.hk <青年 空間> 雙月刊 Youth HONG KONG