



明愛全人發展培訓中心
Human Empowerment & Achievement Training
Caritas Family Service



學生課程 - 小學篇 (2026-2027)

報名表:



SCAN ME



學生課程 - 小學篇

PS01	「社交小偵探」小組 人數：6-8人 時間：1小時 / 4節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$ 8,000	- 透過遊戲活動，學習小組群體活動的社交禮儀 - 發展社交能力，如：團體合作、表達意見、溝通與協商 - 訓練聆聽及跟從指令能力
PS02	六色積木小組 人數：6-8人 時間：1小時 / 4節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$ 8,000	- 提升兒童的各項專注力及執行功能技巧 - 加強社交技巧，包括與人合作、溝通、協商、解難的能力 - 提升兒童表達自我的能力，加強自信心和自尊感。
PS03	專注小兵團執行功能小組 人數：6-8人 時間：1小時 / 4節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$ 8,000	- 透過多元化的動態及靜態遊戲，加強運用視覺及聽覺專注力來學習，玩出集中性、持久性、選擇性、分散性、轉換性專注力 - 加強執行功能技巧，學習抑制衝動行為
PS04	創意技巧及團隊協作提升工作坊 人數：10-15人 時間：1小時 / 4節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$ 8,800	- 以運動、舞蹈、音樂或動作體驗團隊協作 - 學習及運用SCAMPER創意技巧解難 - 學習合作及信任概念
PS05	正向品格桌遊樂小組 人數：6-8人 時間：1小時 / 4節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$ 8,000	- 以遊戲治療技巧介入，結合品格強項元素，從玩不同的桌遊中促進兒童發展正向社交技巧及培養正向品格特質 - 兒童透過「玩」去經歷及體驗不同的品格主題，達至「玩中學，學中成長」



學生課程 - 小學篇

PS06	身心整合專注力及記憶力訓練 人數：8-10人 時間：1小時 / 6節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$12,600	• 身心介入專注力訓練 • 學習十種記憶方法及儲存技巧 • 學習放鬆身心技巧
PS07	壓力及時間管理技巧工作坊 人數：10-15人 (小四至小六) 時間：1小時 / 4節 形式：實體 (短講、練習、分享等) 收費：\$8,800	• 認識什麼是壓力 • 學習不同的身心釋放及整合練習 • 介紹時間管理概念及建立清單 • 基本做筆記原則及記憶儲存方法
PS08	「綠色魔法 - 園藝治療」學生工作坊 人數：10人 時間：2小時 / 2節 形式：實體 (短講、練習、分享) 收費：\$8,000；另材料費\$80/位	• 透過種植或製作與植物有關的作品，達致接納、平靜及靈性健康
PS09	「靜觀減壓」學生工作坊 人數：20人 時間：2 小時 / 1節 形式：實體 (短講、練習、分享) 收費：\$4,000 (活動物資另議)	• 靜觀概念 • 靜觀的心態 • 靜觀練習 (可選擇：靜觀呼吸、靜觀步行、靜觀伸展、靜觀進食) • 身體掃描
PS10	「魅力 - 點線圈」學生工作坊 人數：15人 時間：2小時 / 1節 形式：實體 (短講、練習、分享) 收費：\$4,000；另材料費\$50/位	• 禪繞是專注創作, 順著靈感而畫, 不作修改和計算 • 過程體驗定靜狀態, 讓頭腦放空, 身心得以放鬆

備註：課程費用將按實際情況有所調整，詳情請參閱報價中的注意事項。