

關於我們



心·跳融合教育中心以運動及社會心理發展為介入手法，協助有特殊學習需要的學生全面發展，我們重視學生成長，以正向手法提昇學生面對挑戰的能力

針對SEN學生的身和心的全面發展 ~ 以身助心、用心展能



+



心跳209
HEART
BEATS 209

課程大綱

心跳209計劃

SEN輔導及訓練

CHALLENGE 209 DAYS



CONQUER

DEVELOPMENT

CHALLENGE

209DAYS
CHALLENGE



心·跳融合教育中心 (SCIE)

T 852 6536 5175

www.sportscaring.org | info@sportscaring.org

歡迎家長及學校致電查詢

心跳209是一個怎樣的課程



有別於一般以培訓運動員為目標的課程，心跳209 針對SEN 學生而設計，透過體能運動、花式跳繩及輔導/訓練課程培訓有特殊教育需要的學生建立三個重要的能力，包括學生的自我效能感、自我形象及社交能力。這三個能力對兒童及青少年的個人成長及學習能力尤其重要，因此，無論體能訓練或輔導服務，我們都以這個能力為學習主題及測量指標。心跳209 將身和心兩個發展部份互相呼應，達至我們的目標，以身助心、用心展能。



HEART BEATS 209

209計劃



心跳209計劃的輔導及訓練部份與跳躍部份呼應，同樣針對SEN學生心理及社會發展需要設計！

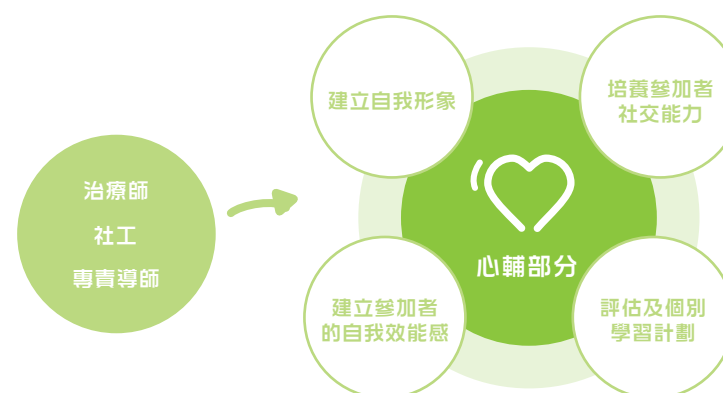
心輔 + 跳躍



為什麼是209

心跳209 計劃是針對中小學校的全方位輔導服務，我們的設計以教育局訂下一年上課不少於209 天為設計基礎，配合學校的上課日子為學生提供訓練及輔導。我們全面配合學校的需要，能按學校的個別情況度身訂造針對校內SEN學生的服務。

計劃目標 PROJECT MISSION



1. 建立自我形象

透過社工的評估，以評量學生的基線，提供有系統及證據為本 (Evidence Base) 的小組訓練，並得出客觀的成長報告

2. 培養參加者社交能力

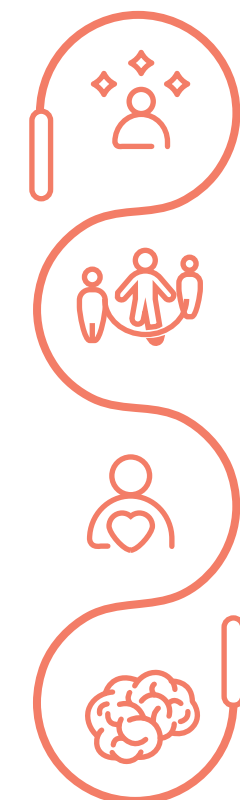
社工和教練將一同合作，提供跨專業協作，於跳躍部份及心輔部份中共同促進學生的個人經驗和社交溝通

3. 建立參加者的自我效能感

自我形象涉及個人的成長經驗和複雜的心理發展，協助同學在心靈上建立正面的自我形象，除了製造成功經驗 (跳躍部份) 外，亦需要檢視過去的經驗 (包括依附關係、失敗經驗和心理創傷)，心輔部份將提供心理治療，幫助學生認識自己，處理創傷，並為正面的自我形象建立基礎

4. 評估及個別學習計劃

社工將為每個參與學生提供個人社心發展評估，以人性化及社會性的人本角度理解學生的能力和限制，為進行計劃前設立基線，並為學生的個別學習計劃提供意見及撰寫發展部份。計劃完成後，亦會為學生提供成長總結及報告



1. 建立自我形象

按進度編排不同的成果展示，如表演、比賽或探訪分享，讓參加者肯定自己的價值與能力

2. 培養參加者社交能力

透過跳大繩及分組遊戲活動，訓練參加者的耐性、情緒控制能力、反應抑制能力、組織能力與彈性處理危機能力

3. 建立參加者的自我效能感

透過完成不同花式與體能目標，將「只要努力，就能成功」的經驗內化，並將其轉化為信念

4. 訓練專注力及執行能力

透過音樂節拍及花式串連，訓練參加者的工作記憶 (Working Memory) 及持久專注 (Sustained Attention)