



專注力不足兒童支援計劃

專注力不足指不能把注意力長時間集中在某一件事上，孩子常有分心、坐不定、發呆、心急、粗心大意、遺失物品等情況，導致他們在學習、社交及日常生活上遇到較大的困難。而跟據一些研究所得，專注力可以透過遊戲鍛鍊出來。本計劃，主要透過小組遊戲、運動、音樂、飲食等方面的訓練，提昇孩子專注力及改善執行技巧，而家長也可透過工作坊，認識孩子的需要、學習家居遊戲、伴讀等技巧，協助孩子建立自信心，建立正面的自我形象。

收表時段：2018年4月17日至6月9日
 對象：升小二至小四已確診有專注力不足兒童
 人數：每組6人，共2組
 面試日：15/6/2018(五)晚上8:00；
 16/6/2018(六)上午10:00；
 22/6/2018(五)下午5:00；23/6/2018(六)下午3:00

收費：\$2000

負責社工：余淑瑜姑娘、李曉晴姑娘(A組)

丁淑芬姑娘、陳可兒姑娘(B組)

備註：一參加者務必出席計劃所有活動
 一小組分為A B兩組，兩組內容一樣，但部分活動時間不同，請以下參考活動詳情
 一報名表格可親臨中心索取或網上下載

活動	活動內容及目的	對象	日期及時間	地點
1	SMART 啟動禮 目的:簡介活動、了解期望及建立家長支援的小組。	兒童及家長	14/7/2018(六)晚上7:00-9:00	本中心
2	專注力訓練小組 目的:訓練孩子提升專注力及學習專注技巧。	兒童	A組:24/7-28/8/2018(二) B組:25/7-29/8/2018(三) 晚上8:00-9:30	本中心
3	家長工作坊 目的:家長學習及實踐協助孩子專注的技巧。	家長	9/8/2018(四) 30/8/2018(四) 晚上8:00-9:30 其他日子待定	本中心
4	SMART 自理營 目的:家長學習及實踐協助孩子專注技巧。	兒童	19-20/8/2018(日、一)	營地 (西貢白沙灣)
5	Food JammingX 專注力食譜 目的:運用食療提升孩子專注力及觀察孩子互動情況。	兒童及家長	7/9/2018(五) 晚上8:00-9:30 16/2/2018(六) 下午3:00-4:00	本中心
6	跨專業合作訓練[職業治療師] 目的:藉專業人士的課程,更有效地訓練孩子專注力、大小肌肉協調能力。	兒童	5/10/2018-2/11/2018(五) A組:下午5:30-6:30 B組:下午6:30-7:30	本中心
7	社區節活動(如成功申請贊助才舉辦此活動) 目的:讓社會人士認識專注力不足兒童-的需要及社區資源。	兒童及家長	11月18日(日)	中環遮打道
8	親子親親大自然 目的:增加親子間互動機會。	兒童及家長	28/10/2018(日)	農莊(待定)
9	親子義工嘩啦啦 目的:讓參加者與家長一起做義工,一方面可學習如何與人溝通,建立個人自信,另一方面,親子間也可互相欣賞。	兒童及家長	15/12/2018(六) 上午9:30-11:30 26/1/2019(六) 下午3:00-5:00	本中心及 樂華邨
10	體適能訓練 目的:藉運動持續訓練孩子專注力及建立個人自信心及成就感。	兒童	9/11/2018-7/12/2018(五) A組:下午5:30-6:30 B組:下午6:30-7:30	本中心
11	敲擊專注樂 目的:藉音樂持續訓練孩子專注力及建立個人自信心及成就感。	兒童	15/2/2019-22/3/2019(五) 下午6:00-7:00	本中心
12	SMART 嘉許禮 目的:讓孩子的能力得到認同及嘉許、以增強個人自信心及能力感。	兒童及家長	13/4/2019(六) 晚上8:00-9:00	本中心