



各位家長：

檔號:C09-141

第七屆「成功父母學堂」下學期的課程現正接受報名

「成功父母學堂」下學期的課程內容豐富多彩，我們除了邀請專家名人為大家作專題講座外，還有家長與您分享管教子女心得。如果您正為不知如何管教子女而煩惱，那麼一定不能錯過「現代青少年教育的困惑與對策」講座，蔡宗輝先生與大家分析青少年問題背後的成因，提供切實可行的方法。此外，3A 班吳力行家長李秀珍女士會教大家如何輕鬆地與子女談性；而 2A 班陳民望家長陳國倫先生亦準備了財務策劃講座。本校教師也會與您分享如何引導子女寫好中文作文，更會教你如何透過做瑜伽來舒展身心。「成功父母學堂」的課程內容豐富多彩，現正等着您報名參加。名額有限，如同日超額申請，則以抽籤決定。

下學期（2 月至 6 月）課程：

A. 專題講座

A1. 主題：現代青少年教育的困惑與對策

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
以生活實例闡釋時下青少年問題背後的成因，並分享切實可行的方法，協助子女成長，面對問題。 (歡迎帶同子女參加)	蔡宗輝先生 --香港童軍總會童軍知友社學校社會工作服務督導主任 --多次以家長教育專家到內地多個城市作巡迴演講，極受各方好評 --其作品《現代青少年教育的困惑與對策》被突破機構評為最暢銷書籍之一	26-02-10 (星期五) 7:00-9:00pm	全校	30	50 人

A2. 主題：「九種性格從自我認識到子女培育」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
<p>1. 每個人都有不同的性格，根據「九型人格學」分析，人的性格可分為九種基本型格，而個人與生俱來均以其中一種型格作主導，有其獨特的世界觀和思考模式。</p> <p>2. 家長可運用「九型人格學」，了解自己的性格特性，從而了解自己管教及培育子女的模式。</p> <p>備註： 是次活動會以工作坊形式進行，去年章先生曾為本校家長義務舉辦了一次講座，反應熱烈，他風趣幽默的演譯方式，大獲好評。</p>	<p>章祥浩先生</p> <p>--資深註冊社工/資深輔導員</p> <p>--擁有 NLP(身心語言程式學)執行師專業資格</p> <p>--城市大學社工系客席講員</p> <p>--任教 Enneagram 達十多年，開辦超過一百個 Enneagram 課程，並有著作：「Enneagram 課程手冊」、「九型人格家教法」。</p>	<p>5-3-2010</p> <p>12-3-2010</p> <p>19-3-2010</p> <p>(星期五)</p> <p>7:00-9:00pm</p>	全校	90	每人 300 元。最少 30 人才成班

A3. 主題：財務策劃

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
<p>1. 退休計劃</p> <p>2. 兒童教育基金</p> <p>(歡迎帶同子女參加)。</p>	<p>2A 班陳民望爸爸</p> <p>陳國倫先生</p> <ul style="list-style-type: none"> - 從事保險業務超過 20 年；財務策劃之經驗超過 10 年。 - 現任「資深區域經理」、投資相連保險及強積金顧問。 - 2002 年成功考取壽險專業的榮譽 — 由美國壽險管理學會 (LOMA) 所頒授之「美國壽險管理學會院士 (FLMI)」及 2005 年完成香港大學專業進修學院之「財務策劃專業文憑」。 	<p>05-03-10</p> <p>(星期五)</p> <p>7:00-9:00pm</p>	全校	30	不限

A4. 主題：「走數學迷宮掌握解難策略」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
<p>1. 以「親子形式」透過戶外活動走迷宮讓參與者掌握解難策略。</p> <p>2. 首1小時在網上學習，接著會走出課室讓家長和子女親身體驗走數學迷宮的樂趣。</p> <p>(須帶同子女參加)</p>	<p>龍德義校長</p> <p>--保良局朱敬文中學校長</p> <p>--香港中文大學教育學院「資優計劃」課程顧問</p>	<p>26-03-10</p> <p>(星期五)</p> <p>7:00-9:00pm</p>	全校	30	30人

A5. 中文寫作

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
<p>1. 如何引導您的孩子寫好作文</p> <p>2. 如何培養孩子的觀察能力</p> <p>(歡迎帶同子女參加)</p>	潘和華主任	<p>16-4-10</p> <p>(星期五)</p> <p>7:00-9:00pm</p>	全校	30	50

A6. 主題：如何在家輕鬆談性

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
<p>1. 如何與孩子輕鬆談性?</p> <p>2. 何時才是談性的適當時候?</p> <p>3. 怎樣進入性的話題?</p> <p>4. 在家談性應該詳細解釋, 還是輕輕帶過?</p> <p>(歡迎帶同子女參加)</p>	<p>3A 班吳力行媽媽</p> <p>李秀珍女士</p> <p>- 註冊社工, 從事社工九年, 主要為青少年及家庭提供輔導服務。</p>	<p>30-04-10</p> <p>(星期五)</p> <p>7:00-9:00pm</p>	全校	30	不限

A7. 主題：如何透過攝影提昇子女創造力－親子工作坊

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
<p>透過分析及討論讓參與者認識攝影藝術的基本元素(如燈光、構圖等)及技巧。(參加者可攜帶數碼相機, 與子女一起即場嘗試, 並能獲得專業意見)</p>	<p>楊志強博士</p> <p>-大中華攝影學會會長</p> <p>-亞洲電視《照遍天下》節目主持人</p>	<p>07-05-10</p> <p>14-05-10</p> <p>(星期五)</p> <p>7:00-9:00pm</p>	全校	60	不限

B. 興趣班

B1. 主題：瑜珈班

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
瑜珈除了能提高身體柔韌性，更能有效緩解壓力。而且瑜珈歷史悠久，令練習的人很容易為它的博大精深所吸引。特別是現代人生活節奏越來越快，為了生存、生活，不少人都感覺身心疲憊，甚至忘記了與自然交流的樂趣。如何排遣心中的壓抑，找到心靈與自然的介面，瑜珈就是這樣的一座橋樑。	王珮淇老師 - Sivananda Yoga 初級導師文憑 - 頒發機構： 香港瑜珈教練總會	26-02-10 05-03-10 12-03-10 19-03-10 26-03-10 (星期五) 7:00-8:30pm	一至 六年 級家 長	100	最 多 10 人

B2. 成人跆拳道班課程

課程簡介	日期	地點	學分	人數
<p>香港跆拳道協會合資格教練擔任導師:杜亦楷先生</p> <p>對象：本校學生家長 (子女參加跆拳道班之家長優先)</p> <p>內容：教授跆拳道禮儀、套拳、基本踢法等。通過簡單動作練習，達至強身健體的效果。每期八節，按個人進度教授第八級(初級)至第五級內容。完成兩期後，家長能協助子女練習本年度教授之跆拳道課程內容。此課程經過調適，適合不同程度運動基礎人士參加。參加者只需穿著輕便運動服裝，如欲考級晉升，方需穿著跆拳道服。</p> <p>學費：每期(共16堂)400元</p>	28-01-10、04-02-10 25-02-10、04-03-10 11-03-10、18-03-10 25-03-10、15-04-10 22-04-10、29-04-10 06-05-10、13-05-10 20-05-10、27-05-10 03-06-10、10-06-10 (共十六個星期四) 7:00-8:30 pm	一樓活動中心	160	15-20

C. 訓練課程：

C1. 午間連線---「婦女歷奇好輕鬆」小組

課程內容	日期	對象	學分	人數
<p>講者：本校社工駱喜洋姑娘</p> <p>身為家庭主婦和在職婦女你們，時時刻刻都為家庭、子女而費盡心力。有時候，實在需要「停一停、抖一抖」。「婦女歷奇好輕鬆」小組，就是你們的加油站。透過歷奇活動、康樂活動，讓婦女能更認識自己、發展所長。在忙碌、急促的生活節奏中，覓出空間，照顧自己的身心需要。</p> <p>形式：歷奇活動，康樂活動，小組分享</p> <p>收費：活動需自費(視活動性質，共同商議後決定)</p> <p>* 歡迎報讀過的家長繼續參與</p> <p>* 若人數太多，則以抽籤形式決定</p>	<p>24-2-10、10-3-10 24-3-10、14-4-10 28-4-10、12-5-10 26-5-10、09-6-10 (隔星期三) 2:00-3:30pm</p> <p>■ 詳細活動安排會在小組內再作商議</p> <p>■ 活動時間會因活動性質不同而有調動</p>	一至六 家長	80	15

C2. 「親子溝通小組---迎接青春期的挑戰」

課程內容	日期	地點	對象	學分	人數
<p>講者：本校社工駱喜洋及鄭婷婷姑娘</p> <p>您滿意現在與子女的關係嗎?您期望增加彼此的了解嗎?您知道如何有效地與子女溝通嗎?當子女逐漸長大，踏進青春期後，父母都會想有更多自由和空間。子女開始很重視同學、朋友的相處，作為家長，如果您想知道應該如何面對子女成長上的轉變，家長的角色和以往有什麼不同，子女長大了，彼此能溝通得更好，請參加「親子溝通小組」課程。</p> <p>形式：以平衡小組的形式進行---家長一組，孩子一組，分別由社工帶領，探討親子之間的溝通、相處之道。</p> <p>* 鼓勵父母一同參與</p> <p>* 家長和子女必須一同出席</p> <p>* 參加者必須出席所有課堂</p> <p>* 若人數太多，則以抽籤形式決定</p>	<p>04-6-10、18-6-10、 25-6-10、02-7-10、 09-7-10 (共5個星期五) 7:00-9:00pm</p>	三樓 常識室	小四 至 小六 家長 及 學生	80	10 個 家 庭

課程名額有限，報名從速。申請表格請於1月22日或之前交回班主任。

家校夥伴協作小組組長

校

長

(蔡曼粧)

(連文嘗)

二零一零年一月十八日

「培小成功父母學堂」 09-10 年度下學期課程申請表格

請在適當的空格加✓。例如在(報讀)一欄中，以✓表示參加的課程

編號	課程	日期	學分	費用	報讀
A1	現代青少年教育的困惑與對策	26-02-10 (星期五) 7:00-9:00pm	30	全免	
A2	九種性格從自我認識到子女培育	5-3-10、12-3-10、19-3-10 (共 3 個星期五) 7:00-9:00pm	90	300 元	
A3	財務策劃	05-03-10 (星期五) 7:00-9:00pm	30	全免	
A4	走數學迷宮掌握解難策略	26-03-10 (星期五) 7:00-9:00pm	30	全免	
A5	中文寫作	16-4-10 (星期五) 7:00-9:00pm	30	全免	
A6	如何在家輕鬆談性	30-04-10 (星期五) 7:00-9:00pm	30	全免	
A7	如何透過攝影提昇子女創造力— 親子工作坊	07-05-10、14-05-10 (共 2 個星期五) 7:00-9:00pm	60	全免	
B1	瑜珈班	26-02-10、05-03-10、12-03-10 19-03-10、26-03-10 (共 5 個星期五) 7:00-8:30pm	100	全免	
B2	成人跆拳道班課程	28-01-10、04-02-10、25-02-10 04-03-10、11-03-10、18-03-10 25-03-10、15-04-10、22-04-10 29-04-10、06-05-10、13-05-10 20-05-10、27-05-10、03-06-10 10-06-10 (共十六個星期四) 7:00-8:30 pm	160	400 元	
C1	午間連線---「婦女歷奇好輕鬆」 小組	24-2-10、10-3-10、24-3-10 14-4-10、28-4-10、12-5-10 26-5-10、09-6-10 (隔星期三) 2:00-3:30pm	80	全免	
C2	「親子溝通小組---迎接青春期的 挑戰」	04-6-10、18-6-10、25-6-10 02-7-10、09-7-10 (共 5 個星期五) 7:00-9:00pm	80	全免	

報名方法

「培小成功父母學堂」繳費通知

本人

1. 選擇以 支票 (支票抬頭「培僑小學法團校董會」, 背後寫上家長姓名及學生姓名、班別)
 八達通付款 (請於 2 月 2 日至 2 月 4 日由本人子女戶口扣除以下金額)

2. 已是學堂學員 (上學期已交年費 \$50, 本學期不用再交), 並會報讀以下收費課程

A2 \$300 B2 \$400 共需繳交 : 0 + _____ = _____

3. 願意成為學堂新學員, (上學期未交年費 \$50), 並會報讀以下收費課程

A2 \$300 B2 \$400 共需繳交 : 50 + _____ = _____

4. 不願意成為學堂學員, (不用交年費), 但仍想報讀以下課程

A2 \$300 B2 \$400 共需繳交 : 0 + _____ = _____

5. 請將申請表格連同支票於 **1 月 22 日 (星期五)** 或以前交回班主任。

6. 如選擇以八達通付款, 請留意以下扣款日期:

年級	一、二年級	三、四年級	五、六年級
扣款日期(星期)	2 月 2 日(星期二)	2 月 3 日(星期三)	2 月 4 日(星期四)

學生姓名 : _____ 班 別 : _____ ()

家長姓名 : _____ 家長簽署 : _____
(正 楷)

電 話 : _____ 日 期 : _____