

「躍動成長路」計劃 ADHD兒童執行功能訓練(第六期)

ADHD (專注力失調/過度活躍症)兒童因腦部執行功能障礙的影響，在專注力、自我控制及情緒管理方面均出現困難，令他們在學習及生活上遇到很大的挑戰。協康會專業團隊一直透過臨床實證治療，研究改善 ADHD 兒童的執行功能，並特別推出「躍動成長路」計劃 - ADHD 兒童執行功能訓練，2025 年 9 月將展開第六期訓練。詳情如下：

 **計劃目的：**透過專業訓練小組，提升學童的執行功能，協助他們更有效地專注、學習及自我管理，改善其社交、人際關係及參與群體生活。家長亦可透過家長工作坊得到適切支援。

計劃對象：2025 年 9 月就讀小學三年級至五年級，並已評估為 ADHD 的學童。

報名須知(請細閱此部份)

1. 請 WhatsApp 5244 2981 與本部門職員了解報名詳情。
 2. 活動報名截止日期：2025 年 9 月 19 日，報名方式如下：
 - 下載並填寫報名表格，連同學童的評估報告，發送至 WhatsApp
 - 登入 <https://bit.ly/adhd4application> 或 掃描以下 QR code 填寫報名表格
- 
3. 本活動以收表時間排列審批次序，並將優先處理符合以下 3 項要求的報名者：
 - 評估報告中以 **ADHD** 為主要特殊學習需要的學童
 - **首次**參加此計劃的學童
 - 一併**交齊**所需文件者
 4. 本會收到報名表後，一星期內會以 WhatsApp 確認家長所輪候小組。
 - 家長會在 2025 年 9 月 22 日或之前收到面試安排通知
 - 所有出席 2025 年 9 月 27 日面試者，當天需帶同支票 **HK\$450** 預繳訓練小組費用
 - 家長會在 2025 年 10 月 2 日或之前收到面試結果通知若家長沒有收到以上任何通知，請 WhatsApp 5244 2981 與本會職員聯絡
 5. 導師將按學童能力編排小組 (10 節小組安排於 2025 年 10 月至 2026 年 1 月的星期六)，具體小組時間稍後確認。

「躍動成長路」計劃

ADHD兒童執行功能訓練(第六期)

一、學童訓練小組

家長按學童需要選擇其中一個小組，學童需於 **2025 年 9 月 27 日(星期六)**進行面試。

小組名稱	日期	時間	對象	目標	地點	導師
「溝通達人」社交溝通訓練小組	2025 年 10 月 18 日至 2026 年 1 月 10 日 (共 10 節)	A 組 : 09:15-10:30 B 組 : 11:15-12:30	社交溝通方面出現困難的學童，例如：較難專心聆聽別人的說話及理解別人的想法和感受、不顧環境衝動說話、容易與朋輩發生衝突、經常詞不達意和欠缺組織	- 訓練學童提升執行功能，改善在社交場合中欠專注及衝動的表現 - 加強學童的詞彙運用、語言組織能力及社交溝通技巧	協康會 白田中心 (石硤尾白田邨瑞田樓 B 座 3 樓 3 號)	協康會 言語治療師 扶姑娘
「腦力指揮官」自我管理訓練小組	2025 年 10 月 25 日至 2026 年 1 月 10 日 (共 10 節)	A 組 : 09:15-10:30 B 組 : 11:15-12:30	自我管理方面出現困難的學童，例如：專注力較短暫、容易分心、未能依從指示完成工作、情緒控制有困難、做事較欠條理，欠缺計劃能力等	- 訓練學童提升執行功能，包括運作記憶、專注力、解難及組織力 - 協助學童改善自我管理能力，包括自我調節情緒、自我控制和時間管理的能力，提升學習效率	協康會 石硤尾中心 (九龍石硤尾邨美禧樓 304-305)	協康會 職業治療師 呂 Sir
I-CARE「綜合協調能力」訓練小組	2025 年 10 月 18 日至 2026 年 1 月 10 日 (共 10 節)	A 組 : 10:00-11:30 B 組 : 14:30-16:00	執行功能上出現困難的學童，例如：行為衝動；專注力短暫或上堂/做功課時難以集中；情緒控制較弱；動作協調及計劃弱，處理日常生活流程混亂的學童	- 提升自我覺察能力(明白及體驗什麼是專心，了解自己未能專心的原因及提升方法) - 調適覺醒狀態 - 改善視聽覺記憶力及組織力 - 改善親子間的有效溝通及朋輩間的合作	協康會 白田中心 (石硤尾白田邨瑞田樓 B 座 3 樓 3 號)	協康會 物理治療師 柯姑娘

名額：每組 6 名學童

費用：每組 10 節合共 **HK\$350** (綜援家庭可申請減免)

備註：小組設有專業諮詢，小組導師會於小組進行期間向有需要的家長個別講解學童表現及跟進家居訓練。

「躍動成長路」計劃

ADHD兒童執行功能訓練(第六期)

二、「ADHD學童執行功能」簡介會

(成功入選小組後，家長需參與 2 場簡介會)

日期：2025 年 10 月 11 日(星期六)				
	小組：	「腦力指揮官」	「溝通達人」	「I-CARE」
	地點：	石硤尾美禧樓	協康會白田中心	協康會白田中心
簡介會①	講者：	職業治療師	言語治療師	物理治療師
	時間：	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00
簡介會②	講者：教育心理學家			
	時間：	11:15-12:45	11:15-12:45	11:15-12:45
	形式：	以 ZOOM 形式進行	協康會白田中心	協康會白田中心

三、「ADHD學童執行功能」挑戰賽親子日

(計劃安排小組完結後舉行)

日期：2026 年 1 月 11 日(星期日)

時間：A 場: 10:00-12:30 B 場: 14:30-17:00

地點：協康會賽馬會星亮資源中心 (九龍何文田愛民邨新民樓地下 106-117 室)

對象：參加各訓練小組的學童及其家長

目標：由教育心理學家及社工共同設計各種競技活動和挑戰，期望把學童在此計劃中學到的專注力、忍耐力和記憶力發揮，展現訓練成果

費用：每對親子 **HK\$100** (綜援家庭可申請減免)，費用須於成功報讀小組時一併繳交

四、家長小組

日期：2025 年 11 月 7 日至 2025 年 12 月 12 日 (逢星期五，共 6 節)

時間：19:30-21:00

地點：協康會大坑東中心 (大坑東邨東裕樓地下，近石硤尾地鐵站 B1 出口)

對象：參加各訓練小組學童的家長

目標：認識及了解 ADHD 孩子的訓練需要、所面對的困難及相應策略和技巧。

費用：**HK\$180** (綜援家庭可申請減免)

導師：協康會教育心理學家及社工

「躍動成長路」計劃

ADHD兒童執行功能訓練(第六期)

活動報名須知

(請細閱此部份)

當學童通過面試，成功入選小組後：

- 若學童未能出席首兩堂課堂，其學位資格將會被取消(即不能出席餘下課堂)，並且不會退回學費。
- 若學童因個人/健康理由/因疫情轉綫上授課，而未能出席某些堂數，恕未能補堂或退款。
- 若學童有發燒或傳染病徵狀，請通知小組導師及留在家中休息。
- 若在課堂前兩小時遇上惡劣天氣(即天文台懸掛八號或以上風球、黑色暴雨警告)，該課堂便會改期。學童如未能出席補堂，恕未能退回學費。
- 本會或會於學童訓練小組/家長工作坊/親子日進行攝影/攝錄，作日後培訓及撰寫活動報告之用。

報名表格

請將報名表(此頁) WhatsApp 至 5244 2981

學童姓名(中文)_____ (英文)_____ 性別_____

就讀學校_____ 25 年 9 月就讀_____ 年級 出生日期_____

監護人姓名_____ 與兒童關係_____ 可使用 WhatsApp 的聯絡電話_____

地址_____ 電郵_____

學童特殊教育需要之評估結果(及提供評估的機構)_____

學童現正接受的訓練/治療_____

學童曾否參加其他 ADHD 兒童訓練小組？ 沒有 有，(機構+小組名稱)_____

學童有否長期身體疾病？ 沒有 有，請註明：_____

只可選擇其中一組	必須出席以下面試	面試時間 (請盡量選擇多個時段，以便安排)
☐ 「溝通達人」 社交溝通訓練小組	9 月 27 日 協康會白田中心	☐ 09:30-10:15 ☐ 10:30-11:15 ☐ 11:30-12:15
☐ 「腦力指揮官」 自我管理訓練小組	9 月 27 日 協康會大坑東中心	☐ 09:15-09:55 ☐ 10:15-10:55 ☐ 11:15-11:55 ☐ 12:15-12:55
☐ I-CARE「綜合協調能力」訓練小組	9 月 27 日 協康會白田中心	☐ 10:00-10:45 ☐ 11:00-11:45 ☐ 12:00-12:45 ☐ 14:30-15:15 ☐ 15:30-16:15

☐ 本人明白協康會收集的個人資料，只用作服務安排之用，而不會作其他用途。此外，本人已細閱活動詳情、了解流程及須知，並同意職員為 兒童訓練小組/家長工作坊/親子日 進行攝影/攝錄。

家長簽署：_____

日期：_____