

你有興趣與一班 4-6 歲的幼兒一齊做運動、出出汗嗎？  
如有…就不容錯過以下機會了



沙田浸信會社會服務處將會聯同香港中文大學醫學院兒科學系於今年暑期推動「星星兒運動訓練計劃」，為自閉症幼兒(下稱：星星兒)提供運動訓練。運動訓練會以小組形式進行，星星兒會在教練及運動班輔助導師的指導下進行帶趣味性的運動，鍛煉體能、服從性和專注能力。

## 現招募 喜動小跳豆幼兒運動訓練班—運動班輔助導師

\*喜動小跳豆幼兒運動訓練班學員完成 2 日培訓，將獲取由本中心頒發的《喜動小跳豆幼兒運動訓練班—運動班輔助導師工作坊出席證書》

招募對象：青少年（高中學生/大專生）

要求：喜愛與 4-6 歲幼兒相處、有耐性、樂於與幼兒齊齊做運動

\*如欲了解本運動班的理念及由來，可參考附件二



培訓日：	第一節 ~ 23/6/2015 星期二 (上午 9:30-13:30) 第二節 ~25/6/2015 星期四 (上午 9:30-13:30)
地點：	沙田浸信會社會服務處 (沙田瀝源街一號一字樓)
培訓日講員：	陳鳳英醫生 (香港中文大學醫學院兒科學系名譽臨床助理教授 兒童體智及行為發展科) 余頌華博士 (香港中文大學醫學院兒科學系 美國國家體能協會認可體能訓練專家) 沈雲雅姑娘 / 卓靜雯姑娘 (沙田浸信會社會服務處 註冊社工)

實習課： (暫定)	A: 7月7日至7月30日 逢星期二、四 (下午 14:30 至 16:00) B: 7月7日至7月30日 逢星期二、四(下午 16:00 至 17:30) C: 8月4日至8月27日 逢星期二、四 (下午 14:30 至 16:00) D: 8月4日至8月27日 逢星期二、四 (下午 16:00 至 17:30)
地點：	沙田浸信會社會服務處-喜動中心 (九龍佐敦德興街 11-12 號興富中心 1 樓)
備註：	學員至少出席 A/B/C/D 其中一段時間作為實習課，若學員在工作坊表現優良，並完成 2 日培訓日，學員將可獲邀參與實習課，擔任運動班輔助導師，完成實習課，學員將會獲取由本中心頒發的《喜動小跳豆幼兒運動訓練班—運動班輔助導師實習出席證書》



報名方法：請填妥報名表(附件一)後，電郵至 [cheukching@hkstbc.org](mailto:cheukching@hkstbc.org)  
查詢電話：2684 5283 與卓姑娘 (註冊社工) 聯絡



主辦：沙田浸信會社會服務處



## 喜動小跳豆幼兒運動訓練班 運動班輔助導師 報名表

姓名	(中文姓名)	(英文姓名)
年齡		
學歷		
聯絡電話	(家)	(手提)
電郵		
*牧區	(*如有，請填寫)	

請將填妥之報名表，電郵至 [cheukching@hkstbc.org](mailto:cheukching@hkstbc.org)  
如有查詢，歡迎致電 2684 5283 與卓姑娘聯絡

# 喜動小跳豆幼兒運動訓練班 簡介

患上自閉症的小孩（下簡稱星星兒），由於受其行為特徵的限制，於社會上是難被人接納及易被忽略一群。家長們在照顧星星兒日常生活的同時，亦時刻承受著很大的壓力。國際文獻指出，運動可有助改善星星兒的心肺功能、專注力和學習能力。這些能力的改善，也能大大減輕家長們的精神壓力。可是，要家長們帶領星星兒進行體育活動，在起步實踐時實在是談何容易，更何況大部份星星兒的身體協調能力發展也稍遜於同齡的小朋友，令他們在進行體育活動時有不同程度的困難。故此，一般星星兒以致他們的家人也會處於靜態的生活模式，較少參與體育運動，這確實大大影響他們日後身體的健康情況。

香港中文大學醫學院兒科學系於 2013 年推行了一項試驗計劃，針對為星星兒制定了一套系統性帶氧運動訓練計劃，成功為 20 多名星星兒幼童（在家長的陪同下）進行了最少 16 星期的運動訓練。星星兒和家長們很享受上訓練課的過程，孩子們在運動、語言、溝通、社交能力方面均有不同程度的進步，而家長們在過程中亦學到帶領孩子運動的技巧。

有見及此，本服務處將於暑假為星星兒推行一個名為《喜動小跳豆幼兒運動訓練班》，盼透過是次運動訓練班，小朋友在教練及運動導師的指導下進行帶趣味性的運動，以鍛煉小朋友運動時的耐力、爆發力、以及身體的平衡和協調能力，讓他們體驗運動的樂趣外，更協助他們建立一個健康的生活態度。

