



賽馬會「知情達意育優才」計劃
Jockey Club "Gifted in Bloom-Harmony in Heart & Mind" Programme
時間管理工作坊 – 小學版

(JC3W-S131)

<p>簡介</p>	<p>古語有云「一串光陰一寸金，寸金難買寸光陰。」每天有 86,400 秒，你能有效管理每分每秒嗎？時間既是友、也是敵。你是否感到沒有充裕時間完成所有事情，有時甚至要減少娛樂時間，心裏不知所措又焦慮？是次時間管理工作坊將會透過不同的互動遊戲，讓學員學習時間管理的觀念、有效運用時間的重要性，以及積極的處事態度，從而更有條理地管理自己的時間。</p>						
<p>活動種類 / 程度</p>	<p>工作坊系列 / 進階程度 (代幣課程)</p>						
<p>導師</p>	<p>傅倩儀女士 – 香港資優教育學苑計劃主任 (情意教育部 – 賽馬會「知情達意育優才」計劃)</p>						
<p>對象</p>	<p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 已完成 'Let Us Shine!' 課程的香港資優教育學苑小四至小六學員 ➢ 名額：20 人 </p>						
<p>授課語言</p>	<p> 粵語</p>						
<p>授課方式</p>	<p>面授</p>						
<p>證書</p>	<p> 出席全部三節課堂並完成整個工作坊的學員，將獲發電子證書。 * 合資格學員可登入學苑網站 (https://hkage.org.hk/b5/student/SLR/SLR.php) 下載電子證書。</p>						
<p>預期學習成果</p>	<p> 完成本課程後，學員應能：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 描述組織個人偏好的重要性及其影響； ➢ 通過小組活動，發展適當的反應抑制能力及持續專注力； ➢ 透過有效的時間管理，以更積極主動的態度完成各種任務。 						
<p>甄選</p>	<p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 無需甄選，先到先得 </p>						
<p>日程表</p>	<p> (本課程會視乎新冠病毒疫情發展，並參照香港教育局的指引，隨時考慮改期押後授課，請密切留意香港資優教育學苑發出的電郵通知及網上通告。)</p> <table border="1" data-bbox="478 1668 1540 1758"> <thead> <tr> <th>日期</th> <th>時間</th> <th>地點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2020 年 7 月 7、8 及 9 日</td> <td>上午 10 時 – 正午 12 時</td> <td>資優教育學苑 403 室</td> </tr> </tbody> </table>	日期	時間	地點	2020 年 7 月 7、8 及 9 日	上午 10 時 – 正午 12 時	資優教育學苑 403 室
日期	時間	地點					
2020 年 7 月 7、8 及 9 日	上午 10 時 – 正午 12 時	資優教育學苑 403 室					
<p>截止報名日期</p>	<p>2020 年 5 月 25 日 – 6 月 7 日 6 月 21 日 (獲接受報名的申請人稍後會收到學苑電郵通知。請於 2020 年 6 月 4-12 26 日 或之前填妥「確認回條」並以傳真 / 電郵 (jc@hkage.org.hk) / 郵寄方式交回學苑。逾時未填交回條者當作放棄參加論。</p>						
<p>備註</p>	<p>倘若受到惡劣天氣影響，課堂安排以「惡劣天氣下學生課程/活動的安排」為準。詳情可瀏覽學苑網站： https://www.hkage.org.hk/b5/students/important-information/bad-weather</p>						
<p>查詢</p>	<p> 如有查詢，請致電 3940 0518 或電郵至 jc@hkage.org.hk 與我們聯絡。</p>						