



香港基督女少年軍

The Girls' Brigade Hong Kong

總部訓練申請表 2022-23

建立日期: 14/02/2012

更新日期: 26/09/2022

訓練編號: HQT-2122-

所屬分隊: _____

分隊聯絡人姓名: _____

聯絡人電話: _____

聯絡人電郵: _____

訓練地點: _____

請填寫以下項目:

I. 選擇訓練項目 (請以 表示申請項目)

訓練項目	訓練內容	適合組別	配合考核 獎章	課堂/成本價 (每位隊員)	選項	形式
分隊可以免費申請以下所有課程，費用由民政事務局及公益金資助。 *請留意備註事項。* A-E 項是由 G.B.總部提供之訓練課程； F-M 項是與「童創文化」合作舉辦之課程； N 項是與「香港表達藝術治療服務中心」合作舉辦之課程						
A. 進階步操訓練 (此課程委員、導師或總部同工帶領整次訓練，而非協助性質。)	<ul style="list-style-type: none"> - 教授升旗、旗隊技巧 - 教授立願禮、大會操禮儀 - 檢閱禮步操訓練 - 進深步操理論及技巧 	初、中、高 豐盛組 深資組	體能章 步操章	兩節 / \$100	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	實體
B. 無口令步操訓練 (此課程邀請委員、導師或總部同工帶領整次訓練。)	<ul style="list-style-type: none"> - 教授無口令步操技巧 	深資組	步操章	兩節 / \$100	<input type="checkbox"/>	實體
C. 基本步操訓練 (由總部關顧分隊同工協助集隊練習。)	<ul style="list-style-type: none"> - 溫習升旗、旗隊技巧 - 溫習立願禮/大會操禮儀 - 溫習檢閱禮步操訓練 	所有組別	不適用	兩節 / \$50	<input type="checkbox"/>	實體
D. 基礎訓練課程 (對象: 新隊員)	<ul style="list-style-type: none"> - 為新隊員設計的基礎課程 - 教授香港基督女少年軍基本知識、獎章制度、制服穿著、基本步操技巧等 	初、中、高 深資組 豐盛組	不適用	兩節 / \$50	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)



香港基督女少年軍

The Girls' Brigade Hong Kong

總部訓練申請表 2022-23

訓練項目	訓練內容	適合組別	配合考核獎章	課堂/成本價 (每位隊員)	選項	形式
E. 「此乃非賣品」 反人口販賣課程	<ul style="list-style-type: none"> - 認識反人口販賣現況 - 各地小孩受欺壓情況 - 怎樣回應社會需要 	初、中、高	社會章	四節 / \$200	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	社會事務章/ 世界文化章		<input type="checkbox"/>	
F. 腦部大開發	<ul style="list-style-type: none"> - 由記憶力導師或記憶大師負責 - 學習不同記憶的方法(Magic7、圖像記憶法、羅馬宮殿記憶法、聯想記憶法)及道具(Flash 卡、聯想卡、故事排序卡) 	初、中、高	教育章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	自我與家庭章 (自我部分)		<input type="checkbox"/>	
G. 【社交學堂】 人際社交課程	<ul style="list-style-type: none"> - 認識及運用不同層次、程度的情感，從簡單情緒進階至其他複雜情緒 - 社交學習內容包括：認識及妥善管理情緒、認知他人情緒及同理心、人際關係管理、有效溝通、理解社交規則 - 以小組活動及遊戲形式學習社交常規、情緒管理、自信心提昇、與人相處、衝突處理 	初、中、高	社會章	二至四節 / \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	人際關係章		<input type="checkbox"/>	
H. 【漫畫大師】 漫畫創作課程	<ul style="list-style-type: none"> - 由漫畫家負責，具多年創作及漫畫教學經驗 - 讓學生透過漫畫繪畫過程中訓練專注力，同時學習繪畫和創作技巧 - 教授學生不同漫畫繪畫技巧 - 漫畫以人物為主導，因此本課程以人物描繪為入門，並以短篇故事創作為訓練學生故事創作的能力 	初、中、高	教育章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	興趣章		*需另加道具費用，每位每節\$50(完成後學生可以取走道具)*	



香港基督女少年軍

The Girls' Brigade Hong Kong

總部訓練申請表 2022-23

訓練項目	訓練內容	適合組別	配合考核獎章	課堂/成本價 (每位隊員)	選項	形式
I. 【生命知旅】 人生規劃課程	<ul style="list-style-type: none"> - 以全人發展及終生學習為前提，從認識自我、發掘才能，到探知自己的未來及方向，減少拖延症，確立升學、就業、家庭等人生目標，一步一步助學生就成非凡夢想 - 當中可包括各類自我認知的測量評估 (John Holland SES、多元智能、各類性格測試等) 	深資組	生涯規劃章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
J. 【創造奇蹟】 魔術師訓練課程	<ul style="list-style-type: none"> - 魔術課程可讓學生透過輕鬆有趣的學習環境，藉著引人入勝的魔術手藝，讓學生專注其中，可訓練學生的觀察力。 - 能同時訓練左右腦及小手肌，更能提昇學生手眼、手腦等協調能力 - 可訓練學生的說話及表達能力，豐富學生的詞彙、改善其語速及語調 - 魔術鼓勵學生從生活中尋找題材，並透過反覆練習及表演，從失敗中學習，從而磨練耐性，達到提昇抗逆及抗壓能力，過程中學生亦能從成功中獲得自我肯定，提昇其自我效能感。 	初、中、高	教育章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	興趣章	*需另加道具費用，每位每節\$20(完成後學生可以取走道具)*	<input type="checkbox"/>	
K. 【My Life】 共融成長課程	<ul style="list-style-type: none"> - 培養學生同理心，令他們多了解別人的感受 - 深化學生的包容性，並學習欣賞別人的長處，減少集中留意弱項 - 學習 Positive Thinking(正向思考模式)，從中欣賞自己在過程中的成長 - 了解彼此「衝突點」，學習解難及和解協商技巧，及分享解決方法 - 提高處理衝突技巧能力，並以行動實踐共融理念 	初、中、高	社會章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	人際關係章		<input type="checkbox"/>	



香港基督女少年軍

The Girls' Brigade Hong Kong

總部訓練申請表 2022-23

訓練項目	訓練內容	適合組別	配合考核 獎章	課堂/成本價 (每位隊員)	選項	形式
L. 【情緒Mix & Match】 情緒認知學習課程	<ul style="list-style-type: none"> - 透過本機構原創之《情緒Mix & Match》遊戲卡進行，透過顏色分類將情緒歸類並具體化，配以清晰表情動作、現實生活情境，藉以增加其真實性、社會性及共鳴感 - 讓學生掌握基本情緒字詞、情緒意思，以及不同程度的情緒；亦能學習觀察別人的表情、動作及說話，猜想別人表達的情緒，提昇其同理心 - 讓學生明白自己及別人的需要及限制，助學生走出自己的情緒框架，學會表達自我、接納他人 	初、中、高	教育章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間 適用)
					<input type="checkbox"/>	
M. 【專注先鋒】 專注力訓練課程	<ul style="list-style-type: none"> - 課堂以經驗學習法，配合不同的專注力遊戲進行 - 提昇專注力，內容包括：視覺專注、視覺追蹤、聽覺專注、選擇性專注、分散性專注、專注力轉換、自我管理及組織能力、衝動抑制、自我控制能力 - 學習個人成長，內容包括：自我發現及認知、建立自信心、自我效能感及欣賞自己 	初、中、高	教育章	二至四節/ \$200-\$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間 適用)
		深資組	自我與家庭章 (自我部分)		<input type="checkbox"/>	



香港基督女少年軍

The Girls' Brigade Hong Kong

總部訓練申請表 2022-23

N. 表達藝術工作坊	<p>香港表達藝術治療服務中心為全港首間以表達藝術治療為主要介入模式的註冊慈善機構。以個人、小組、工作坊的方式，透過視覺藝術、音樂、舞動、戲劇、創意寫作等藝術媒介，提升身心靈健康。 (網頁：https://www.hkexat.org/)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 表達藝術治療是一種融合視覺藝術、音樂、戲劇、舞動及文字創作等藝術媒介的治療模式，透過藝術參與及創作達至身、心、靈治療效果 - 表達藝術治療是一種心理治療方式，提供了非語言的表達及溝通機會，並為參與者提供安全的空間與媒介抒發情緒及想法。 	初、中、高	教育章	二節/ \$400	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 實體 <input type="checkbox"/> 網上(疫情期間適用)
		深資組	自我與家庭章		<input type="checkbox"/>	



總部訓練申請表 2022-23

備註：

- 1) 請於擬定訓練日期前**至少 2 個月**，填妥申請表；
- 2) 每節出席率必須為報名人數的 **80%**，否則分隊需要繳交\$200 的課堂費用；
- 3) 每分隊每年最多可申請**一項** F-N 項總部訓練項目，費用由民政事務局及公益金資助；
- 4) 請以傳真 2602 7663 或電郵 hq@gbhk.org.hk 遞交申請。

參與 A-E 項 (G.B.總部提供之訓練課程)		參與 F-M 項 (與「童創文化」合作舉辦之課程)	
		參與 N 項 (與「香港表達藝術治療服務中心」合作舉辦之課程)	
1.	每節課程必須最少有一位分隊導師參與。	1.	每節課程必須最少有一位分隊導師參與。
2.	每節課程時間為 1 至 1.5 小時，參與人數為最少 9 位，最多 25 位隊員。	2.	每節課程時間為 1 至 1.5 小時，參與人數為最少 6 位，最多 12 位隊員。
		3.	總部會按參加者名單上的人數安排課程，如參加人數在正式確認後有所改動，分隊需承擔課堂費用的差額。
		4.	請安排於 1-3 個月內完成課堂。
		5.	如選擇 H 或 J 項目，道具費由分隊自行承擔。於疫情期間，分隊導師須負責分發課堂物資給隊員。

訓練項目：_____

選擇(一)：

訓練課程日期：_____

訓練課程時間：_____

選擇(二)：

訓練課程日期：_____

訓練課程時間：_____

II. 分隊參與人數 (請填寫後頁參加者名單)

訓練項目：

初級組：_____人 高級組：_____人 豐盛組：_____人

中級組：_____人 深資組：_____人

合共人數：_____人

香港基督女少年軍保留對上述內容之修訂權。
如有任何爭議，香港基督女少年軍保留最終決定權。

如有任何查詢，歡迎與總部同工聯絡 (電話：2694 9321)。

《總部專用》

收表日期：_____ 同工簽署：_____

確實提供訓練日期： (共 _____ 節)



總部訓練申請表 2022-23

參加者名單

所屬分隊： _____ 訓練項目： _____

NO.	隊員姓名	會員編號 (必須填寫)	組別	年齡	電話	(課程期間使用) 出席表			
						//__	_/_/__	_/_/__	_/_/__
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

*如報名表不敷應用，請自行影印。