



To : From : 健峰
Fax : Phone: 0574-62788888
Phone: E-mail :
Pages : Fax Reply No. : 0574-62897377

文韬奋斗营(初中生)

课程主题

逆商心动力

课程宗旨

全新推出以 PBL (Project-Based Learning 项目式学习) 赋能教学为基础, 我们将从四大方面入手, 云智能测评、文化艺术感知统合、情绪管理、思维引导四维一体为核心。通过理论和实践搭配方式, 着重逻辑与专注训练、有效管理情绪、责任担当、培养分析能力和忍耐能力, 以应对情绪处于逆境时, 对逆境的原因和后果敢于担当, 对逆境的发展做出判断。

课程目标

1. 提升自己的认知, 包括自我觉察和自我肯定.
2. 正向面对青春期生活与身心的转变与性格塑造.
3. 厘清自主学习目标, 培养积极健康的学习态度.
4. 探索自我能力优势, 能积极改善学习方式.
5. 能理解生活的逆境也是养份, 学会从中锻炼自我.
6. 乐观进取, 并建立正向人生观, 勇于对生活负责, 展望未来.

课程内容

- | | |
|-----------|------------|
| 1. 逆商指数测试 | 7. 体适能训练 |
| 2. 体能入营测验 | 8. 制定方案与计划 |
| 3. 电影观赏 | 9. 资源整合 |
| 4. 领袖日记 | 10. 逆商小品创作 |
| 5. 逆商正能量 | 11. 导师建议 |
| 6. 任务分配 | 12. 知识技能补缺 |



- | | |
|----------|------------|
| 13. 阶段小结 | 17. 心灵对话 |
| 14. 意见交流 | 18. 体能结营测验 |
| 15. 成果提交 | 19. 领袖晚会 |
| 16. 趣味体能 | 20. 项目发布会 |

课程效益

1. 强化青少年在遭遇逆境时，能懂得如何自处调适，保持积极乐观。
2. 提升青少年对自我价值的认同及对自身情感的认识能力，情绪觉察的自控能力。
3. 通过逆商测试，协助青少年对自身的情绪管理、责任担当、性格特质、忍性耐性等能力，有清晰认知和觉察。

营 队：**文韬奋斗营（初中生）**

时 间：2023/07/31-2023/08/06

地 点：健峰培训城（浙江省余姚市梁弄镇高南村健峰培训城路8号）

费 用：人民币 8800 元/人（包含学费、教材费、文具费、制服费、7天6夜之膳宿费）

注 意：本课程可能因天气和不可抗力因素调整，具体课程执行情况以实际为准！

费用支付方式：报名时请将费用划拨至下列账户：

开户名称	开户银行	账 号
余姚市健峰培训学校有限公司	中国农业银行余姚梁弄支行	39607001040011459

客户服务部电话：0574-62788888 客户服务部传真：0574-62897377 免费咨询专线：8008574466

健峰未来领袖学苑精彩课程 报名表

姓名	性别	身份证号	出生年月日	身高 (公分)	体重 (公斤)	期别	营队时间
家长 联系方式			公司名称				

1. 本表若不敷使用，请自行影印放大使用，填妥本表请回传至客服服务部 传真：0574-62897377
2. 请如实填写报名表，如有虚伪不实的情形，将采退学不退费的处分。

健全体质 超越巅峰

人人有改善的能力，处处有改善的余地