

106 年岩與水健康人際互動研習課程表

106 年 07 月 11 日 (星期二)

Time 時間	Activities 活動	Speakers 演講者	Location 地點
08:00~ 08:30	Registration 報到		百齡堂多 功能視聽 教室
08:30~ 10:00	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Introduction of the Rock and Water program- my Rock and Water journey 我的岩與水旅程 2. The Rock and Water mansion 岩與水的理念與中心思想 3. Boys and girl social and emotional development : Physical-emotional development and verbal-emotional development 男孩與女孩的社交與情緒發展:身體-情緒發展以及言語-情緒間發展的關連 4. Changes in society 社會的變化對孩子們的深遠影響 5. Goals of the Rock and Water program 岩與水教育課程的目標		百齡堂多 功能視聽 教室
10:00~ 11:00	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: Physical exercise: center of power and center of calmness, learning to ground and center. 力量中心與安靜中心:學會站穩與掌握中心		百齡堂體 育館
11:00~ 11:15	Break 茶敘/休息時間		
11:15~ 13:00	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: learning how to deal with physical and mental pressure 學會處理身體與心理壓力 2. Introduction of the Rock and Water concept 介紹岩與水的觀念 3. Chinese Boxing and Chinese Sticky Hands 中國拳擊與推手 4. Anti-bullying exercise: building a Rock Caste 反霸凌動作:岩石城堡		百齡堂 體育館
13:00~ 13:30	Lunch 午餐時間		

13 : 30~ 15 : 30	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: building a Water Castle 水的城堡 2. Rock and water in verbal confrontation 言語衝突時之岩與水的表現	百齡堂 體育館
15 : 30~ 15 : 45	Break 茶敘/休息時間	
15 : 45~ 17 : 30	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: Rock and Water in the playground 遊戲場所的岩與水表現 2. Rock and Water in a relationship 人際關係中的岩與水表現	百齡堂 體育館

106 年 07 月 12 日 (星期三)

Time 時間	Activities 活動	Speakers 演講者	Location 地點
08 : 00~ 08 : 30	Registration 報到		百齡堂多功 能視聽教室
08 : 30~ 09 : 30	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. The Golden Triangle: body awareness - emotional awareness - self awareness 心理-身體發展金三角:身體意識-情緒意識-自我意識三者間的關連與發展 2. The importance of self-control 自我控制的重要性 3. Research findings 研究發現 4. Brain development in adolescents 青少年的大腦發展		百齡堂多功 能視聽教室
09:30~ 11:00	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Review of exercise from day one 複習第一天的動作 2. Rock and water in the playground 遊戲場所的岩與水 3. Physical exercise: Breathing strength - building a Breath Castle 呼吸力量:建立呼吸城堡		百齡堂 體育館
11 : 00~ 11 : 15	Break 茶敘/休息時間		
11 : 15~ 13 : 00	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題:		百齡堂 體育館

	<p>1. Physical exercise: Body language – Tunnel and Beach/Deal with a threatening group 肢體語言-隧道與沙灘態度/應付威脅他人的一群人</p> <p>2. Punch and kick exercises 擊拳與踢擊動作</p>	
13:00~ 13:30	Lunch 午餐時間	
13:30~ 15:30	<p>主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授</p> <p>1. Teaching Rock and Water - some advice and lesson plans 岩與水教學 - 一些建議與教學設計</p> <p>2. How will you start teaching Rock and Water? Develop a plan 如何開始岩與水的教學課程? 發展計畫</p>	百齡堂 體育館
15:30~ 15:45	Break 茶敘/休息時間	
15:45~ 17:30	<p>主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p> <p>1. Boundaries 界線</p>	

106年07月13日(星期四)

Time 時間	Activities 活動	Speakers 演講者	Location 地點
08:00~ 08:30	Registration 報到		百齡堂多功能視聽教室
08:30~ 09:30	<p>主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p> <p>1. Review the Rock and Water Mansion 複習岩與水城堡</p> <p>2. Boys and Girls brain development. 男孩與女孩大腦的發展</p> <p>3. The development of psychological identity 心理認同的發展</p>		百齡堂多功能視聽教室
09:30~ 11:00	<p>主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p> <p>1. Review of Day two exercises and extensions to these 複習第二天的動作以及更進一步的延伸與應用</p> <p>2. Developing intuition 直覺發展</p>		百齡堂體育館
11:00~ 11:15	Break 茶敘/休息時間		
11:15~ 13:00	<p>主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p>		百齡堂體育館

	1. Mental strength and inner strength- Dealing with group pressure 心智力量與內在力量 - 處理團體壓力	
13 : 00~ 13 : 30	Lunch 午餐時間	
13 : 30~ 15 : 30	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: Various games (Rooster fight, Bull fight, Touch Boxing) 各式遊戲練習 (鬥公雞、鬥牛、接觸與拳擊) 2. Eye contact 眼神接觸 3. Body awareness – Personal space 身體認知:個人空間 4. Feeling-setting-protecting boundaries-solidarity 感覺-設定界線與團結	百齡堂 體育館
15 : 30~ 15 : 45	Break 茶敘/休息時間	
15 : 45~ 17 : 30	主講人: Robin Schofield 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Mental strength and inner strength – Concentration 心智力量與內在力量/專注力 2. The unbendable arm and the unbendable bridge 無法被彎曲的手臂與橋樑 3. Certificates 頒證書 4. Closure 結束	百齡堂 體育館