



5類暑假班 邊類啱子女？

臨近暑期，坊間推出的暑期班種類眾多，家長為了讓子女善用假期，總會四出奔走搜羅課程，希望藉此提升孩子的多元智能，發展潛力。對於選擇哪類型的暑期班才適合孩子，相信是家長最煩惱的事。為此，我們找來專業社工鄭繼池，為家長分析5類不同性質的暑期班，讓家長為子女選出perfect match。

第1類 輕鬆玩樂

來到暑假，小朋友的角度當然想輕鬆一番；但在家長的立場，卻又擔心孩子會漫無目的地浪費時間。鄭繼池表示，暑假的最大功用是讓孩子好好休息，拋開學業上的煩惱，從平日的緊張中解放出來。若家長希望為孩子安排沒有壓力的活動，可以考慮純粹玩樂的暑期班，例如歷奇訓練，既能讓小朋友放鬆心情，又能增加他們的生活經驗。但安排此類活動時，家長需注意當中的危險性，如為子女安排高規格的歷奇活動，需要留意是否有合資格的良好導師，照顧小朋友的安全。

第2類 社交情意發展

除了輕鬆玩樂外，家長應利用暑期的充足時間，加強發展孩子的社交能力。透過參加提升社交能力的暑期班，小朋友除了學習與人相處外，也能從中學習合作精神。某些暑期班安排了解難的活動，小朋友透過分組方式，合力想出辦法解決問題，以達到提升抗逆力的目標。另外，一些加入故事元素的暑期班，例如透過故事人物的行為及說話方式等，教導孩子學習了解別人的思維、意圖、甚麼行為會引來相應的結果、應以哪種態度處理問題等，從中訓練孩子的心智解讀能力，讓他們懂得於現實生活中自處。

第3類 藝術發展

不少家長也希望透過暑假，讓小朋友發展藝術方面的興趣，如音樂、美術及表演藝術等。鄭繼池分享說，此類有關音樂律動及視覺空間的暑期班，屬於多元智能的其中兩類，有助培養小朋友的靈性發展。

音樂律動如學習舞蹈、樂器等，能讓他們善於理解及學習音樂技巧，利用音樂表達自己；而視覺空間如繪畫、漫畫等，能讓孩子學習空間構圖、顏色配搭、構思故事刺激想像力；參加與表演藝術有關的暑期班，如話劇、音樂劇，當中的場景配合生活，且劇本多與成長有關，能讓孩子學習不同的主題，如以勇氣克服困難、尊重老人等，有助他們的德育成長。



第4類 加強體能

暑假除了靜態的暑期班外，增強小朋友的體魄亦不可忽略。家長不妨趁着暑假，讓孩子多參與體能活動，如游泳、籃球、足球或跆拳道等，既對大小肌肉發展有幫助，亦能訓練孩子的平衡力及運動知覺，如手眼協調。此外，小朋友於上課時，需要聆聽教練的指令，過程中能訓練他們專注力以及實踐的能力；不少運動也是群體活動，能讓小朋友從中透過與人合作，加強他們的團體精神。

第5類 趣味補底

對於着重孩子學術表現的家長來說，相信他們定會希望透過暑假，為孩子打好根基。但選擇與學術有關的暑期班時，鄭繼池提醒家長，教學模式應以有趣味為主，如遊戲學習，令小朋友覺得與平日的上課模式不同，讓他們有興趣學習。另外，家長亦可安排與創意解難有關的暑期班，如珠心算、奧數等課程，除了能加強小朋友的運算能力，對他們的邏輯思維及推理能力亦有幫助。SP