

# 岩與水健康人際互動研習課程表

105 年 08 月 02 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	<p>主講人: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introduction of the Rock and Water program: the Rock and Water mansion 岩與水課程介紹: 岩與水的理念與中心思想</li> <li>2. Qualities and difficulties of boys 男孩的特質與困境</li> <li>3. Physical-emotional development and verbal-emotional development 身體-情緒間以及言語-情緒間發展的關連</li> <li>4. Changes in society, changes in school 社會與學校的變化對孩子們的深遠影響</li> </ol>		百齡堂多 功能視聽 教室
10:00~ 11:00	<p>主講人: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p> <p>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</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: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授</p> <p>主題:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Physical exercise: learning how to deal with physical and mental pressure 學會處理身體與心理壓力</li> <li>2. Introduction of the Rock and Water concept 介紹岩與水的觀念</li> <li>3. Chinese Boxing and Chinese Sticky Hands 中國拳擊與推手</li> <li>4. Anti-bullying exercise: building a Rock Castle 反霸凌動作:岩石城堡</li> </ol>		百齡堂 體育館
13:00~ 13:30	Lunch 午餐時間		

13:30~ 15:30	主講人: Mr. Brian Hayes 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~ 19:00	主講人: Mr. Brian Hayes 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

105年08月03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: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Psycho- Physical 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. Empathetic feeling and the development of social competency and social identity 同理心、社交能力與社會認同的發展 3. Testosterone through the cycle of life of boys and men 男性荷爾蒙在男孩與男人生命週期的變化與影響力 4. Brain development of boys/men and girls/women 男孩/男人與女孩/女人的大腦發展		百齡堂多功 能視聽教室
09:30~ 11:00	主講人: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. 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: Mr.Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: Body language – How to deal with a threatening group 如何應付威脅他人的一群人? 2. Punch and kick exercises 擊拳與踢擊動作	百齡堂 體育館
13 : 00~ 13 : 30	Lunch 午餐時間	
13 : 30~ 15 : 30	主講人: Mr.Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 1. Physical exercise: Body language- Beach attitude and Tunnel attitude 身體語言-沙灘態度與隧道態度 2. Various games 各式遊戲	百齡堂 體育館
15 : 30~ 15 : 45	Break 茶敘/休息時間	
15 : 45~ 19 : 00	主講人: Mr.Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: Intuition 直覺的訓練 2. Theory: Male brain and Female brain; verbal-emotional development and physical-emotional development 理論課程:男女生的大腦;口語與情緒的發展;身體與情緒的發展	

105 年 08 月 04 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	主講人: Mr.Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Challenges and problems in the life of adolescents (14 years and older) 青少年生活上的挑戰與問題 (14 歲或以上) 2. Psychological identity and Spiritual identity 心理上與精神上的認同 3. Conflicting pressures: friends, school, sport, family, job, media, internet 面臨衝突的壓力:朋友、學校、運動、家庭、工作、媒體與網路等..... 4. Following an Inner Compass - Calling of qualities 跟隨內在的羅盤---個人特質的呼喚 5. Development of inner morality, inner strength, inner happiness 內在道德、內在力量與內心快樂的發展		百齡堂多功 能視聽教室

09:30~ 11:00	主講人: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: Fitness exercise 體適能運動 2. Pushing Hands 互推手遊戲 3. Wrist liberations 手腕掙脫術	百齡堂 體育館
11:00~ 11:15	Break 茶敘/休息時間	
11:15~ 13:00	主講人: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Physical exercise: Forward kick 體適能運動:踢擊動作 2. Learning to deal with physical pressure 學會處理身體的壓力 3. Group/mental pressure: 3 versus one 團體/心智壓力:3對1	百齡堂 體育館
13:00~ 13:30	Lunch 午餐時間	
13:30~ 15:30	主講人: Mr. Brian Hayes 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~ 19:00	主講人: Mr. Brian Hayes 與鍾秀琴副教授 主題: 1. Mental strength and inner strength 心智力量與內在力量 2. The unbendable arm and the unbendable bridge 無法被彎曲的手臂與橋樑 3. Breaking a board 擊破木板 4. Certificates 頒證書 5. Closure 結束	百齡堂 體育館