



# SUP ERC AMP

善于学习  
突出成绩  
卓越生活

**supercamp®**  
EXCEL IN LEARNING  
EXCEL IN SCHOOL  
EXCEL IN LIFE



# SUPERCAMP超人营

美国SuperCamp超人营诞生于1982年，通过量子学习方法为美国及世界青少年提供别开生面的学习及生活技能的集训。超人营是美国第一个青少年全能暑期集训营，全球青少年集训营项目的领军者，专注于提高青少年的学术能力、领导力及交际能力等，让学生在 学习中享受快乐，增强自信，创造卓越。

超人营的课程丰富有趣，充分调动学生的积极性。在这样欢乐的氛围中，促进学生成为更好的学科及生活精英。有别于其它的夏令营，超人营教会学生如何快乐地、有效地学习每一门学科，如何创造出个人最大价值，给学生带来长远的收获。



贯穿量子学习法，超人营每一分钟的内容都由训练有素的培训师精心策划并灵活有效地落实下来，以为学生们在营中的每一天都能提供最高效快乐的学术及生活综合技能的培训。除此以外，学生还通过学习如何发掘自己的潜力和价值进一步提高自己的自信心和积极性。学生们还会学习到如何有效地和他人沟通，建立和维护积极的人际关系，同时学会如何面对冲突、解决矛盾、适时有效地道歉、并在生活中学会勇于承担责任。

## SuperCamp超人营已在香港成功举办了23年。

SUPERCAMP 超人营将帮助学生.....



- 提高成绩
- 提高综合学习能力
- 更聪明地学习
- 提高专注力
- 有效地做笔记
- 加速记忆
- 提高写作能力
- 提高快速且有效的阅读能力
- 提高应试能力
- 提高社交能力
- 增强自信心
- 增强自尊心
- 提高有效的沟通力
- 维护积极的人际关系
- 提高综合素质
- 有效处理人际差异
- 提高学习及生活的积极性



# 超人营为何独树一帜？

## 课程设计

超人营凭借其在学科及生活技能的全能培训闻名全球。每项学科，生活技能，沟通能力，团队合作和领导才能的经验都是基于透彻行为研究转变为技能的量子学习成功模式。这些经验专门为学生量身定制了“成就时刻”。当学生们在超人营不断循环地体验这些“成就时刻”，他们的学习和生活技能都会自然而然地得到提高，从而使孩子们更加自信，更愿意学习，以此形成了积极的循环发展模式。



## 师资力量

超人营聘用来自美国业界顶尖的讲师和教员，他们专门被派遣到香港助力此项目。全体教职人员皆训练有素，经验丰富并拥有与生俱来的教学天赋。

为确保给学生呈现最棒的超人营体验，我们根据领导能力，激励能力以及与青少年间的互动能力严格把关，精心挑选美国和当地的教职职员，他们都是积极进取的标杆！每一位教职人员都必须经过严格的选拔和培训才能获得超人营的聘用。营中的行政人员也是精挑细选出来的，他们的出色工作保证了营期一切进展有序、顺利。

## 教学方式

量子教学方式基于30年创新经验设计的经验，在教育、神经科学、认知行为心理学以及青少年发展的众多领域中广泛应用，并通过研究及实验证明，成为最前沿、成功的教学法。

每天的每分钟都被精心安排，为学生提供充实的10天90小时和7天63小时高强度并有趣味的学术和生活技能的培训。



## 核心价值观

当学习是一个有意义、具有挑战性、并充满快乐的过程时，所有的孩子们都能达到卓越。

## 诚挚承诺

超人营承诺让每位孩子学会掌握如何了解自己，清楚认识自身可以胜任什么任务，并能够实现什么目标的技能和思维方式。

## 卓越承诺

超人营持续不断地测评和改进课程，获得以下美国权威机构的认证：美国夏令营协会(ACA), 西部学校教育联盟(WASC), 以及中北部学校认证及改善联盟(NCA)。



# 项目介绍



发现



学习



提高



了解自己  
并成长



掌握未来



发挥优势

## Junior Forum

初级班  
7天驻扎营  
(10-12岁)

7天驻扎营项目专门为青春期的学生而设计，使他们学会深入了解自己。处于此阶段的学生经常想要努力了解自己是谁，擅长什么和如何找到适合自己的朋友圈子。在初级班课程中，学生将会挖掘自身个性化的学习风格以及培养应对渐进繁重的学术课程的技能。身临其境的学习体验将会使学生做出具有责任感的选择并赢得老师和家长的支持、理解与指导。当然，学生们还能够交到好朋友，发掘自己的天赋和强项，并为过渡到中级阶段做好充分的准备。

## Senior Forum

高级班  
(13-14岁)  
10天驻扎营

10天驻扎营为处于人生中最关键时期的学生们量身定制。学生将学会如何充分发挥自己，挖掘自身独特的能力，增强自信心，与此同时掌握在学术上取得成功的策略。学术技能可以帮助学生缓解学业压力，培养学习技巧和提高学科成绩。生活技能教会学生如何挖掘自己的强项，追求目标，做出重大决策，解决困难和化解矛盾。中级班着重于自我表达，同伴间的人际关系，彼此信任并在社会上保持自我独特性。这些新技能将为学生迈向更高水准的级别和高等教育做充分准备。

## Senior Forum Leadership Team

高级班  
领导力团队  
(15-17岁)  
10天驻扎营

领导力团队是高级班的一个独特团队。学生将不仅学习高级班的课程，并且有机会提高领导能力，发展人际关系和加强自我管理。学生还将在沟通交流、团队合作、咨询辅导、目标设定、个人动力、同伴指导与支持，高效领导风格各领域面临挑战的情况下培养自身的学术和个人信心。



# 典型的一天

从起床到熄灯，八天中的每一天都丰富多彩。每一天都有一个核心主题和要领。上午一般进行学术能力的培训，下午进行团队活动，晚上进行生活技能的培训，并为当日做总结。

7.30am

起床 – 学生为当天的活动和学习做好准备。

8.00am

和组员一起吃早餐 – 营养丰富的早餐为一天的活动提供充足的能量。

8.30am

卓越的8个要领 – 学生学习当日核心主题及性格塑造的要领。

10.00am

学术技能 – 学生掌握可运用到任何学科的学习策略。

12.00pm

午餐 - 短暂闲暇休息时间

1.00pm

团队时间 – 与团队成员互动，从而探讨和学习信任，人际关系，和团队支持的重要性，与此同时学习更灵活有特色的学术技能。



4.00pm

间歇 – 学生参加课余活动，比如篮球、乒乓球、足球、手工艺、玩游戏等。

6.00pm

晚餐 – 经过一天的学习和成长，每位学生都肚子饿啦！

7.00pm

生活技能 – 学生探讨人际关系和学习人际沟通，创造性思考和目标设定的技能。

9.45pm

团队时间 – 学生通过分享一天的经历和洞悉领悟进行自我深思。

10.00pm

释放自己 – 结束语，通告，分享想法和音乐。

10.30pm

晚安 – 为迎接出色的明天，睡个好觉！





# 课程设计



## 生活技能

培养品格和动力,巩固人际关系。

### 卓越的8项要素

8项要素是一套促使个人卓越，做出更好决策和创建个人信誉度的原理准则。这些要素是超人营的精髓，我们将其内涵和重要性融入到每天的生活及学习中。

### 沟通能力和人际关系

学生学习和运用高效的技能方法进行清晰沟通，化解与家庭和朋友之间的矛盾，非批判性倾听以及建立积极的人际关系。

### 创造性思维，目标设立和解决问题

学生学习如何利用更开拓和创造性的思维辨识和解决问题，确立切合实际的目标并让生活、学习向前迈进。

### 户外探险课程

在这一整天的活动中，学生在体能和精神上面临挑战，突破阻止他们取得卓越的个人障碍与极限。

### 卓越的八项要素

- ✔ 正直诚恳
- ✔ 失败乃成功之母
- ✔ 言辞意善
- ✔ 实事求是
- ✔ 坚守承诺
- ✔ 掌控承担
- ✔ 机动灵活
- ✔ 平衡轻重

# 学术技能

建立信心，改善成绩。

## 量子写作

学生学习一套写作体系 – 构思，书写，润饰 – 从而培养写作技能和信心，让学生在感觉压力更小的状态下更加迅速地创作更好的作品。

## 量子速记和思维导图

学生学习大脑如何像化信息的方法，使笔记记录更富有意义和容易记忆。

## 量子记忆

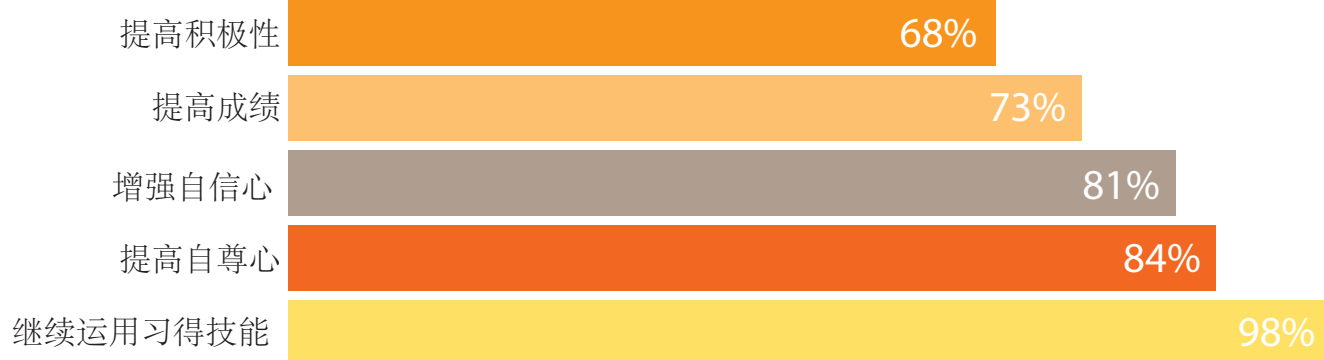
学生学习高效的记忆触发方法及技巧，以帮助在关键时刻开启并牢记重要信息。

## 量子学习策略

超人营学生学习了解自己个性化的学习风格并挖掘具有价值的策略，使学生在任何学科领域能够更加轻松有效地学习。

## 量子阅读

学生学习独特的技巧，改进阅读速度和增强理解力。



这项调查运用质性和量化数据涉及超过6000位年龄在12-22岁的超人营毕业生。

# 超人营 - 全球超过70,000 成功毕业生的国际领袖先锋



## A Model Learning Environment.

(CNN) 美国有线新闻网 - 模范式学习氛围

这个项目能够让学生体验他们在团队里彼此相互合作，把教育引领到之前他们未曾意识到的更广阔的维度。

## Schools Take a Cue from SuperCamp Success.

各大学校从超人营的成功中得到启发，Andrew说：“这太不可思议了！”他参加了两期超人营并因此得到了转变。



## New Style Summer Camps Aim to Turn So-So Students Into Academic Achievers.

新式式的夏令营目的在于将学习成绩甚至平平的学生转变成为出类拔萃的佼佼者。学生学习如何记忆，考试攻略并获得自信。一切因此而大为改进。

Suite 802, Double Building,  
22 Stanley Street, Central, Hong Kong

t: +852 2736 9898

f: +852 2735 9911

e: pal@proactive-learning.com

www.proactive-learning.com

pro  
active  
learning