

2024年9月至1月 恆常活動資料						
課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
劍橋英語證書課程 Starters	本課程針對以英語為第二語言的小學生，全面提升他們的英語水平，並預備應考「劍橋小學英語考試」。	逢星期六	10:15-11:15	\$150/堂 每兩個月收費	5-7 歲	需要預約面試分班 新生需要買書
劍橋英語證書課程 Pre-Starters		逢星期六	11:15-12:15	\$150/堂 每兩個月收費	3-5 歲	3歲可以直接入讀
劍橋英語證書課程 Movers		逢星期六	12:15-13:15	\$150/堂 每兩個月收費	7-9 歲	需要預約面試分班 新生需要買書
劍橋英語證書課程 Flyers		逢星期六	15:15-16:15	\$150/堂 每兩個月收費	8-13 歲	需要預約面試分班 新生需要買書
劍橋英語證書課程 KET		逢星期六	16:15-17:15	\$150/堂 每兩個月收費	8-13 歲	需要預約面試分班 新生需要買書
幼兒學拼音 Twinkl Phonics	使用來自英國的Twinkl Phonics拼音系統，透過故事、堂上練習和互動遊戲來教授基本發音、元音和拼音等要訣	逢星期六	14:15-15:15	\$150/堂 每兩個月收費	K1-K2 /3-5 歲	/
初級瑜珈班	課堂主要認識初級瑜珈動作，透過動作來放鬆身體及心靈，舒緩因肌肉過勞、錯誤姿勢及運動受傷後所帶來的痛症。	逢星期六	11:45-13:15	\$130/堂 每月收費	15-55 歲	/
課餘增值小先鋒A	以小班教學模式，為小一至小六學生的興趣科目提供強化學習，以互動授課、記憶力訓練、思維解難學習、提高學員在興趣科目得以全面提升，充實放學後的學習時光。導師與學生比例最多4位。	一三五	16:00-17:30	\$130/堂 每月收費	小一至小六	/
課餘增值小先鋒B	以小班教學模式，為小一至小六學生的興趣科目提供強化學習，以互動授課、記憶力訓練、思維解難學習、提高學員在興趣科目得以全面提升，充實放學後的學習時光。導師與學生比例最多4位。	一三五	17:30-19:00	\$130/堂 每月收費	小一至小六	/
基礎少年籃球培訓課程A	課程除了教授籃球規則及策略、橫跨步、傳球、運球及投籃技巧等之外，亦會拆解籃球場內的戰術。課程完成後，務求參加者能夠掌握籃球基本技巧及其運動精神。	逢星期六	13:30 - 15:00	\$195/堂 每月收費	9至14歲	上課地點：單位附近戶外籃球場（先到本單位集合） 如下雨，將轉為室內上課。 請穿運動服及球鞋自備食水、毛巾
基礎兒童籃球培訓課程A	課程除了教授籃球規則及策略、橫跨步、傳球、運球及投籃技巧等之外，亦會拆解籃球場內的戰術。課程完成後，務求參加者能夠掌握籃球基本技巧及其運動精神。	逢星期六	11:55-12:55	\$125/堂 每月收費	6至12歲	請穿運動服及球鞋自備食水、毛巾
進階兒童籃球培訓課程B	課程除了教授籃球規則及策略、橫跨步、傳球、運球及投籃技巧等之外，亦會拆解籃球場內的戰術。課程完成後，務求參加者能夠掌握籃球基本技巧及其運動精神	逢星期三	19:00-20:30	\$195/堂 每月收費	6至12歲	上課地點：單位附近戶外籃球場（先到本單位集合） 如下雨，將轉為室內上課。 請穿運動服及球鞋自備食水、毛巾
基礎兒童籃球培訓課程C	課程除了教授籃球規則及策略、橫跨步、傳球、運球及投籃技巧等之外，亦會拆解籃球場內的戰術。課程完成後，務求參加者能夠掌握籃球基本技巧及其運動精神	逢星期四	18:30-19:30	\$125/堂 每月收費	6至12歲	請穿運動服及球鞋自備食水、毛巾

2024年9月至1月 恆常活動資料						
課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
幼兒籃球培訓課程A	課程除了教授籃球規則及策略、橫跨步、傳球、運球及投籃技巧等之外，亦會拆解籃球場內的戰術。課程完成後，務求參加者能夠掌握籃球基本技巧及其運動精神	逢星期六	9:45-10:45	\$125/堂 每月收費	3至5歲	請穿運動服及球鞋自備食水、毛巾
幼兒籃球培訓課程B	課程除了教授籃球規則及策略、橫跨步、傳球、運球及投籃技巧等之外，亦會拆解籃球場內的戰術。課程完成後，務求參加者能夠掌握籃球基本技巧及其運動精神	逢星期六	10:50-11:50	\$125/堂 每月收費	3至5歲	請穿運動服及球鞋自備食水、毛巾
幼兒空手道	課程為<剛柔流>門派，內容包括體能訓練及拳、肘、腳、膝等身體各部位攻防的運用、套拳及搏擊自衛術等，鍛練學員的體能、毅力及意志，培養服從、紀律及修為，從而發揚武德精神。通過定期考試可升級。	逢星期五	19:15-20:00	\$105/堂 每兩個月收費	3至5歲	新生可穿著運動服上課，稍後必須購買空手道袍(約\$280)及色帶。
兒童空手道	同上	逢星期五	20:00-21:30	\$105/堂 每兩個月收費	6歲以上	同上
跆拳道課程 A班	學習跆拳道能改善同學的體質，尤其是減低呼吸氣管發病的機會；同時能改善身體平衡、手腳協調及柔軟度和加強大肌肉的肌力。 在訓練的過程中，同學可學習群體相處的技巧和提高積極性。 課程分9級，由白至紅黑帶，完成每一階段及通過定期考試，均獲頒發認可證書。	逢星期四	18:30-19:30	\$115/堂 每兩個月收費	6歲以上(適合初階)	新生可穿著舒適運動服上課，稍後必須購買跆拳道袍及色帶。
跆拳道課程 B班	同上	逢星期四	19:30-21:00	\$115/堂 每兩個月收費	6歲以上(綠帶以上)	同上
跆拳道課程 E班	同上	逢星期四	17:30-18:30	\$115/堂 每兩個月收費	6歲以上(適合初階)	同上
跆拳道課程 D班	同上	逢星期三	17:30-18:30	\$115/堂 每兩個月收費	8歲以上(綠帶以上)	同上
跆拳道課程 C班	同上	逢星期三	18:30-20:00	\$115/堂 每兩個月收費	6歲以上(適合初階)	同上
國術詠春	詠春班內容以鬆根、體能、基礎詠春技術及自衛術訓練為主。基礎詠春技術包括套路、鶴手、手法、腿法、步法及理論等。希望透過恆常的詠春拳訓練、公開表演、本地或國際比賽來提升學員的自信心、忍耐力、自衛能力、體格及擁有堅毅不朽的精神。	逢星期五	19:30-20:30	\$120/堂 每兩個月收費	6歲以上	請穿著運動服及運動鞋上課如繼續報讀需購買製服Tee

2024年9月至1月 恆常活動資料

課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
中文基礎讀寫班(P1)	本課程透過即時互動的遊戲，引起學生對學習中文的興趣。（互動遊戲內容為基礎語文知識，包括詞語運用、量詞、標點符號等） 1.閱讀童詩、故事和記敘文，提升學生的理解能力。 2.透過鞏固練習，讓學生熟悉閱讀理解的常見題型。 3.重點教授學生如何應對填充題、多項選擇題。 4.教授學生擴寫四素句及各式行為句。 5.根據學生的程度，適時調整教學的節奏。	逢星期六	09:10-10:10	\$150/堂 每兩個月收費	現就讀P1學生	
中文初級讀寫班(P2)	本課程透過即時互動的遊戲，引起學生對學習中文的興趣。（互動遊戲內容為基礎語文知識，包括詞語運用、量詞、標點符號等） 1.閱讀寓言故事、記敘文，教授學生詞義推斷的方法，提升學生的理解能力。 2.透過鞏固練習，讓學生掌握填充題、選擇題及問答題的答題技巧。 3.重點教授學生運用同義詞、反義詞及結構助詞，迅速找出填充題的答案。 4.教授學生看圖寫作，並寫作實用文及記敘文。 5.隔兩週進行一次寫作訓練。 6.根據學生的程度，適時調整教學的節奏。	逢星期六	14:15-15:15	\$150/堂 每兩個月收費	現就讀P2學生	
中文中級讀寫I班(P3)	本課程透過即時互動的遊戲，引起學生對學習中文的興趣。（互動遊戲內容為基礎語文知識，包括詞語運用、修辭、量詞等） 1.閱讀記敘文、描寫文（人物），教授學生詞義推斷的方法，提升學生的理解能力。 2.透過鞏固練習，讓學生掌握填充題、選擇題、排序題及問答題的答題技巧。 3.重點教授學生運用同義詞、反義詞及結構助詞，迅速找出填充題的答案。 4.教授學生寫作實用文、記敘文（看圖寫作）。 5.隔兩週進行一次寫作訓練。 6.根據學生的程度，適時調整教學的節奏。	逢星期六	11:30-12:30	\$150/堂 每兩個月收費	現就讀P3學生	1.導師：註冊小學教師李嘉欣老師主教 2.建議上課自備平板電腦或手機，以便更好的學習體驗
中文中級讀寫II班(P4)	本課程透過即時互動的遊戲，引起學生對學習中文的興趣。（互動遊戲內容為基礎語文知識，包括詞義辨析、成語、修辭、說明手法等） 1.提升學生的閱讀理解技巧，教授學生如何應對填充題、段旨題、主旨題、長問答。 2.重點教授學生如何審題，找出題目中的關鍵詞句，快速找到答案。 3.教授學生運用排除法，應對選擇題。 4.隔兩週進行一次寫作訓練。 5.教授學生寫作記敘文、說明文及實用文的技巧。	逢星期六	12:45-13:45	\$150/堂 每兩個月收費	現就讀P4學生	

2024年9月至1月 恆常活動資料						
課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
中文呈分進擊班(P5-P6)	本課程透過即時互動的遊戲，引起學生對學習中文的興趣。（互動遊戲內容為基礎語文知識，包括詞義辨析、成語、修辭、說明手法等） 1.提升學生的讀、寫、聽、說能力。 2.教授學生各類文章的閱讀策略及技巧：釐清文章的脈絡、找出段落主旨、尋找關鍵詞句。 3.訓練學生的「歸納」及「延伸」文字的能力。 4.提升學生理解古文的能力，課程會加入文言文的閱讀理解。 5.教授學生寫作描寫文、記敘文、說明文及實用文的技巧。 6.訓練學生的聽辨及口語溝通能力。 7.雙數週寫作一篇，老師將精批細改，給予改善建議。	逢星期六	15:30-16:30	\$160/堂 每兩個月收費	現就讀P5-P6學生	
小一面試班(K2-K3)	本課程為小朋友提供全方位的面試準備，以迎戰小一面試，進入心儀小學。 課程的核心為訓練學生的表達技巧，內容將涵蓋以下範疇： 1. 面試的禮儀 2. 說話技巧（自我介紹、說故事、朗讀、描述物件、書籍介紹） 3. 邏輯思維訓練 4. 解難能力訓練 5. 語文及生活知識 透過各種訓練，提升學生的專注力、觀察力及耐性。根據學生的程度，適時調整教學的節奏。 （家長須為學生準備一本學生喜愛的圖書，課程後期將會教授學生介紹書籍）	逢星期六	10:15-11:15	\$205/堂 每兩個月收費	現就讀K2-K3學生	1.導師：註冊小學教師李嘉欣老師主教 2.建議家長為學生準備一本學生喜愛的圖書，課程後期將會教授學生介紹書籍
初中中文讀寫課程(S1-S2)	本課程透過即時互動的遊戲，引起學生對學習中文的興趣。（互動遊戲內容為基礎語文知識，包括成語、修辭、文言知識、描寫手法等） - 閱讀各類散文：記敘、描寫、說明。 - 教授學生各類文章的閱讀策略及技巧： a) 記敘的要素 b) 理解人物的思想感情 c) 認識描寫人物的手法 d) 掌握文章的主旨 -初步認識撮寫及撮寫的技巧，找出段落要旨。 - 閱讀文言文，認識常見的古文題型。 - 初步認識文言文的語法特點：代詞、通假字、詞類活用。 - 教授命題寫作：敘事抒情、人物描寫。隔兩週寫作一篇，老師將精批細改，給予改善建議。	逢星期六	16:45-17:45	\$180/堂 每兩個月收費	現就讀S1-S2學生	1.導師：註冊小學教師李嘉欣老師主教 2.建議上課自備平板電腦或手機，以便更好的學習體驗
珠心算課程 A班	珠心算是利用古代珠算方法，配合現代教育概念，有系統地訓練兒童，最終使珠算內化成心算，提高計算速度。通過耳聽、眼看、手撥、腦算的訓練，增強記憶力和集中力，分珠算及心算，共12級，訓練耳聽、眼看、手撥、腦算的運算方法。	逢星期六	16:30-17:30	\$110/堂 每兩個月收費	3至12歲	新生如需要，可向本單位購買書本(\$35)及算盤(\$35)。
珠心算課程 B班		逢星期六	17:30-18:30	\$110/堂 每兩個月收費	3至12歲	
珠心算課程 C班		逢星期六	18:30-19:30	\$110/堂 每兩個月收費	3至12歲	

2024年9月至1月 恆常活動資料						
課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
小小手 - 兒童多元繪畫創作樂	小孩運用油粉彩、塑膠彩、廣告彩等顏料，兼用其他藝術素材，加強對構圖、明暗、空間、色彩的認知掌握，以進一步學習處理畫作主題及背景創作，增加觀察力和想像力! 此為長期恆常班，課程定期會有不同類型的畫作創作，如輕黏土、半立體畫、和諧粉彩等，讓兒童體驗各種多元藝術空間及提昇藝術創作技能。	逢星期六	10:15-11:15	\$135/堂 每兩個月收費	6至12歲	課程會接觸顏料,請自備圍裙及手袖 導師: Miss Eva
小小手 - 幼兒多元繪畫創作樂	透過繪畫、油粉彩、立體造形等配合不同多元化素材，讓學生體驗各種玩味的藝術創作。以有趣及豐富的題材引發孩子產生繪畫興趣，培養孩子對美藝的觸感及觀察力、同時鍛鍊幼兒的小肌肉，手，眼和腦部協調。	逢星期六	11:30-12:15	\$135/堂 每兩個月收費	3至5歲	課程會接觸顏料,請自備圍裙及手袖 導師: Miss Eva
木顏色及鉛筆素描繪畫課程	課程教授木顏色的各種技巧及硬筆鍛鍊。包括觀察物件形態，解構比例，加強學生對素描的認知、表達及觀察方式。教授素描的基礎技巧及理論，包括：光影明暗、立體幾何、空間、質感等。完成基礎課程以後，學生可以任意選擇各類題材繪畫：包括靜物、風景、人像等。	逢星期六	12:30-13:30	\$145/堂 每兩個月收費	6至15歲	費用已包一本畫簿 如需要，可向本單位購買畫簿。 導師: Miss Eva
綜合水彩繪畫證書課程	課程教授參加者使用水彩的基本技巧，各種繪畫理論，包括：透視理論、色彩理論、構圖等。並兼用其他顏料，以改善繪畫能力，讓他們接觸不同題材及顏料，提高創意力及對藝術的美感。 完成基礎課程後，學員可以： 1. 綜合使用顏料繪畫，如塑膠彩、油粉彩、乾粉彩、蠟筆、木顏色、廣告彩、馬克筆等。 2. 選擇各類題材繪畫：包括傳統靜物、風景、人像、動漫等。	逢星期六	13:45-15:00	\$145/堂 每兩個月收費	6至15歲	請自備圍裙及手袖 課前需準備水彩磚，學員可於中心訂購（\$165） 導師: Miss Eva
幼兒綜合視藝班 A	透過繪畫及手工，運用多種不同的創作媒介，創作平面和立體作品；拓展視覺和培養創造力，引發對藝術的興趣!繪畫-學習基本繪畫技巧、線條和造形；顏色理論及使用技巧，加強觀察力、認知力和表達力。(油粉彩、木顏色、水彩等)。手工: 學習用搓、剪、壓、捏、貼等技巧，訓練手眼協調及手部肌肉發展。探索多種不同物料，加強想像力和藝術觸角。(黏土、拼貼、布縫、串珠、手工畫等)	逢星期六	16:30-17:30	\$135/堂 每兩個月收費	3至5歲	課程會接觸顏料，請自備圍裙及手袖。 導師: Miss Sharon

2024年9月至1月 恆常活動資料						
課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
兒童綜合視藝班 A	課程揉合繪畫加手工藝的教學，以不同元素創作平面和立體作品，豐富藝術觸角；透過不同繪畫技巧，加強創意思維和繪畫技巧：學習色彩配搭、比例、結構及透視等。(素描、木顏色、水彩、廣告彩、塑膠彩等)。透過學習不同的立體創作，發展三維思考和創意；擴寬對不同物料的認知，了解不同素材的特質和運用。(黏土、紙藝、拼貼、布藝、串珠、馬賽克、摺紙、手工畫、陶土等。	逢星期六	17:30-18:30	\$135/堂 每兩個月收費	6至12歲	課程會接觸顏料，請自備圍裙及手袖。 導師: Miss Sharon
幼兒聽故事畫故事	聆聽中文或英語故事後，運用多種不同的物料創作平面和立體藝術作品，向他人自信地訴說作品背後的小故事。訓練理解力和表達力；探索不同物料，加強想像力、創造力和藝術觸覺。主題內容隨機每次不同	逢星期六	16:15-17:15	\$140/堂 每兩個月收費	3至5歲	1.課程會接觸顏料,請自備圍裙及手袖 2.導師(蟲蟲老師)修畢於香港教育大學幼兒教育學系
兒童快樂繪本研習	想孩子增進語文能力、表達能力和創造力？在專業導師的引導下，學生能夠自信地手持作品，說出畫作的故事！ 課堂內容： 1. 創作故事主角 2. 創作故事反派角 3. 設定故事背景（大環境） 4. 改寫童話結局課程完結後,家長可參與學生分享作品課	逢星期六	17:30-18:30	\$140/堂 每兩個月收費	6至12歲	1.學費已包一本畫簿及用具 2.導師(蟲蟲老師)修畢於香港教育大學幼兒教育學系
幼兒乒乓球課程	本課程專為應付升小而設的乒乓球訓練課程，教練會透過生動有趣的獨特方式來教導小朋友正、反手打法，令小朋友透過學習乒乓球增強集中能力、身體協調能力和敏捷度，培養小朋友對體育運動的興趣，從而發掘內在的潛能。	逢星期六	15:00-15:45	\$125/堂 每兩個月收費	3至5歲	請自備球拍。如有需要，教練可代為購買(\$170) 導師: 沈教練
兒童乒乓球課程		逢星期六	15:45-16:45	\$125/堂 每兩個月收費	6至12歲	
兒童爵士舞課程Theatrical Performing Arts	教授爵士舞最基本的站姿及重心轉移開始，重點培訓靈活的肢體運用和協調性，以增強參加者的信心及全面發展。	逢星期六	15:30-16:30	\$120/堂 每兩個月收費	3至5歲	頭髮束起、緊身運動褲、技巧鞋(軟鞋)及帶備飲用水上課
初級現代爵士舞考試課程 Junior Modern Jazz	教授爵士舞最基本的站姿及重心轉移開始，重點培訓靈活的肢體運用和協調性，以增強參加者的信心及全面發展。	逢星期六	17:30-18:30	\$145/堂 每兩個月收費	5至7歲	頭髮束起、緊身運動褲、技巧鞋(軟鞋)及帶備飲用水上課
一級現代爵士舞考試課程 Grade1	教授爵士舞最基本的站姿及重心轉移開始，重點培訓靈活的肢體運用和協調性，以增強參加者的信心及全面發展。	逢星期六	16:30-17:30	\$160/堂 每兩個月收費	6至12歲	頭髮束起、緊身運動褲、技巧鞋(軟鞋)及帶備飲用水上課
Baby Pop Dance	透過節奏強勁的流行音樂及輕鬆活潑的舞步，訓練小朋友認識音樂節拍、身體之協調性及大小肌肉運用。	逢星期六	14:00-15:00	\$120/堂 每兩個月收費	6至12歲	1.請束起頭髮，穿著輕便運動服、運動鞋及帶備飲用水上課。 2. 可訂購舞蹈技巧鞋 (約\$80一對)
Kids Pop Dance	透過節奏強勁的流行音樂及輕鬆活潑的舞步，訓練小朋友認識音樂節拍、身體之協調性及大小肌肉運用。	逢星期六	15:00-16:00	\$120/堂 每兩個月收費	6至12歲	1.請束起頭髮，穿著輕便運動服、運動鞋及帶備飲用水上課。 2. 可訂購舞蹈技巧鞋 (約\$80一對)
中國舞	透過編排舞蹈來訓練身體的協調性、靈活性、關節柔軟度及音樂節拍感訓練。課程以“中國北京舞蹈學院等級考試”作為藍本，同時它的特點是集合舞蹈的訓練、娛樂和中國舞蹈的知識為一體。	逢星期六	16:00-17:00	\$120/堂 每兩個月收費	6至12歲	1.請束起頭髮，穿著輕便運動服、運動鞋及帶備飲用水上課。 2. 可訂購舞蹈技巧鞋 (約\$80一對)

2024年9月至1月 恆常活動資料						
課程名稱	內容	日期	時間	每節收費	對象	備註
青年YOUTH Dance (KPop & Contemporary)	課程利用現時最流行的韓國音樂，由淺入深教導學員基礎的舞蹈技巧，並會加上MV中的招牌舞步，令學員更容易上手	逢星期六	17:00-18:00	\$120/堂 每兩個月收費	12至24歲	1.請束起頭髮，穿著輕便運動服、運動鞋及帶備飲用水上課。 2. 可訂購舞蹈技巧鞋 (約\$80一對)
流行爵士鼓 個人班 - 黃鎮聰老師任教	流行鼓結構及姿勢介紹 手部、腳部靈活及耐力訓練 教授過百首中、港、台、日、韓及西方流行經典歌曲 深入研究藍調、搖滾、爵士以及多種音樂風格的演繹方式	逢星期六	14:00-19:00 (要先聯絡職員查詢時間)	\$180/堂 每兩個月收費	3至24歲	要先聯絡職員查詢時間
流行爵士鼓 個人班 - Shadow Sir任教	流行鼓結構及姿勢介紹 手部、腳部靈活及耐力訓練 教授過百首中、港、台、日、韓及西方流行經典歌曲 深入研究藍調、搖滾、爵士以及多種音樂風格的演繹方式	逢星期六	10:00-14:00 (要先聯絡職員查詢時間)	\$180/堂 每兩個月收費	3至24歲	要先聯絡職員查詢時間
幼兒劍擊課程	劍擊課程由資深導師設計教授。為提升小朋友的運動興趣，更加插體適能訓練讓小孩認識身體不同部分的特徵和功能，以增強對環境的敏感度，建立保護自己的意識、培養意志及勇氣。	逢星期六	17:00-18:00	\$135/堂 每兩個月收費	3至6歲	穿著輕便運動服、運動鞋及帶備飲用水上課。
兒童劍擊課程（新班待開）	劍擊課程由資深導師教授。為提升小朋友的運動興趣，更加插體適能訓練讓小孩認識身體不同部分的特徵和功能，以增強對環境的敏感度，建立保護自己的意識、培養意志及勇氣。	逢星期六	18:00-19:00	\$135/堂 每兩個月收費	6至12歲	穿著輕便運動服、運動鞋及帶備飲用水上課。