



2019-2020 年度
下學期課後活動一覽表
(二至六年級適用)

全年活動（上學期參加者將自動參與下學期活動，及必須於下學期繳付下學期課程之費用。）

活動	詳情	導師/負責老師
HG1	<p>堅二夢幻籃球校隊 Basketball School Team (全年活動)</p> <p>內容：本課程讓學生學習正確籃球技術，內容包括運球、傳球、射球及比賽規則，及代表學校參加學界比賽。 對象：小四至小六 名額：20人 日期：逢星期一（全年活動） 費用：\$440（下學期物資及教練費）</p> <p>日期：星期一共11堂 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3,20/4,27/4,4/5,11/5,18/5</p>	<p>留棟樑教練（香港籃球總會教練）</p> <p>聯絡老師： 趙善康老師 周梓芊老師</p>
HG2	<p>堅二乒乓球校隊 Table Tennis Team (全年活動)</p> <p>內容：本課程讓學生學習正確乒乓球技術，內容包括握拍、正反手發球、擊球及比賽規則，及代表學校參加學界賽事。 對象：小三至小六 名額：12人 備註：學校提供球拍及發球機 日期：逢星期五（全年活動） 費用：\$500（下學期外聘教練及物資費）</p> <p>日期：星期五共10堂 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4,24/4,8/5,15/5,22/5</p>	<p>香港乒乓球總會註冊教練</p> <p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>
HG3	<p>堅二閃避球隊 (全年活動)</p> <p>內容：透過閃避球，並配合體能訓練，提升自信及發展協作、溝通能力。 對象：小四至小六 名額：24人 日期：逢星期五（全年活動） 費用：\$250（下學期外聘教練及物資費）</p> <p>日期：星期五共10堂 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4,24/4,8/5,15/5,22/5</p>	<p>香港閃避球總會註冊教練</p> <p>聯絡老師： 蔡寵榮老師</p>
HG4	<p>堅二健球 Kinball (全年活動)</p> <p>內容：透過健球及體能訓練的配合，提升學童自信，以及發展其協作和溝通能力。 對象：小四至小六 名額：16人 日期：逢星期三（全年活動） 時間：1:15-2:45pm 費用：全免</p> <p>日期：星期三共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3,1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5</p>	<p>區本:合資格健球教練</p> <p>聯絡老師： 蔡寵榮老師</p>
HG5	<p>堅二巧固球 (全年活動)</p> <p>內容：透過巧固球及體能訓練的配合，提升自信及發展協作、溝通能力。 對象：小四至小六 名額：20人 日期：逢星期五（全年活動） 費用：\$350（上學期9堂）（上學期外聘教練及物資費）</p> <p>日期：星期五共10堂 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4,24/4,8/5,15/5,22/5</p>	<p>聯絡老師： 蔡寵榮老師</p>



活動		詳情	負責老師
HG6	單輪車班 Unicycle (全年活動)	內容：本課程由單輪車總會資深教練教授，透過學習獨輪車訓練他們的協調及平衡，為日後參與各項運動，奠定良好基礎。 對象：小二至小六 名額：每班12人 日期：A班：逢星期一（全年活動） B班：逢星期四（全年活動） 費用：A班：\$385（下學期費用） B班：\$350（下學期費用）	單輪車總會教練 聯絡老師： 何俊賢老師 周梓芊老師
		A班日期：星期一共11堂 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3, 20/4,27/4,4/5,11/5,18/5	
HG7	詩歌班 Sing For God (全年活動)	內容：鼓勵初小的學生參與詩歌班，讓學生透過唱歌、學習簡單樂理來增強音樂知識，並藉此認識基督教信仰。 對象：小二至小四 名額：30人 日期：逢星期二（全年活動） 費用：\$80（上學期費用）	余穎沁老師 鄭瑋婷老師 周梓芊老師
		日期：星期二共12堂 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5	
HG8	花式跳繩班 Fun Skipping (全年活動)	內容：本課程讓學生學習正確跳繩基本技術以及不同的花式，包括個人、雙人及大繩花式，以加強同學對跳繩運動的興趣，以備將來參加比賽及在不同的場合作出表演。 對象：小二至小四 名額：20人 日期：逢星期二（全年活動） 費用：\$420（上學期費用）	香港花式跳繩總會教練 聯絡老師： 蔡寵榮老師 何俊賢老師
		日期：星期二共12堂 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5	
HG9	新福：Magic Kitchen (全年活動)	內容：透過烹飪活動，讓學生認識到不同食材的特質、烹調方法，學懂珍惜食物，以及深思烹調者烹調食物的心思。學生亦會在輕鬆製作美味食品的過程中，學習恰當的英語詞彙、語文運用及飲食禮儀。 對象：小四至小六 名額：20人 日期：逢星期三（全年活動） 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 費用：\$480（下學期費用）	聯絡老師： 余穎沁老師
		日期：星期三共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3, 1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5	
HG10	創藝狂想一族 Creative Arts (全年活動)	內容：本課程透過與學生共同創作多元化的藝術作品，設計不同的畫作，提升學生的創意。 對象：小二至小三 名額：10人 日期：逢星期一（全年活動） 費用：\$715（下學期教練及物資費用）	Creative Kids 極奇創作室導師 聯絡老師： 周梓芊老師
		日期：星期一共11堂 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3,20/4,27/4,4/5,11/5,18/5	
HG11	區本：口琴班 (全年活動)	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，本課程為與基督少年軍合辦的活動，教授吹奏口琴的技巧，提升學生對音樂的興趣，培養學生合作精神，與其他同學共同演奏樂曲。 對象：小二至小三 名額：10人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄	區本計劃機構導師 聯絡老師： 邱晞明老師



		日期：逢星期四（全年活動） 費用：全免	
		日期：星期四共10堂 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5	
HG12	中國舞蹈班 Chinese Dance (全年活動)	內容：本課程讓學生學習中國舞蹈基本知識以及不同的動作，透過中國舞蹈訓練學生身體協調及從中享受中國舞蹈的美感，以備將來參加比賽及在不同的場合作出表演。 A班：逢星期一及四（全年活動） 名額：20人 對象：小二至小三 費用：\$693（下學期教練及物資費用） 下學期共21堂 ➤ 星期一共11堂： 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3, 20/4,27/4,4/5,11/5,18/5 ➤ 星期四共10堂： 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4, 23/4,7/5,14/5,21/5	葉導師 聯絡老師： 周梓芊老師 鄭瑋婷老師 B班：逢星期二及五（全年活動） 名額：20人 對象：小四至小六 費用：\$726（下學期教練及物資費用） 下學期共22堂 ➤ 星期二共12堂： 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3, 31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5 ➤ 星期五共10堂： 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4, 24/4,8/5,15/5,22/5
HG13	堅樂大劇院 (全年活動)	內容：讓學生設計話劇的服裝和道具，學習閱讀劇本、演講技巧、唱歌，學期尾可於校內演出。 對象：小四至小六 名額：15人 日期：逢星期四 費用：\$80（下學期費用）	鍾雅妍老師
		日期：星期四共10堂 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5	



下學期活動

活動	詳情	負責老師
HG14 桌上群英乒乓球班 Table Tennis Class	內容：本課程讓學生學習正確乒乓球技術，內容包括握拍、正反手發球、擊球及比賽規則，以加強同學對乒乓球運動的興趣和強化基本功。 對象：小二至小六 名額：每班各12人 備註：學校提供球拍及發球機 上學期已參加同學優先	香港乒乓球總會註冊教練 聯絡老師： 何俊賢老師 周梓芊老師 余穎沁老師
	A班 (P4-P6) 費用：\$600 (下學期教練及物資費) 日期：星期二共12堂 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3, 31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5	
HG15 武術班 Chinese Kung Fu	內容：本課程讓學生學習詠春基本技術，內容包括手型、步型、拳法、同時培養其尊師重道等中國傳統美德及，加強同學的自律及守規精神。 對象：小二至小六 名額：每班20人	陳頌天教練為前香港武術代表隊成員 聯絡老師： 何俊賢老師 周梓芊老師
	A班 (P2-P3) 費用：\$495 (下學期教練及物資費) 日期：逢星期一共11堂 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3, 20/4,27/4,4/5,11/5,18/5	
HG16	區本：魔術班*	區本計劃機構導師 聯絡老師： 何俊賢老師
	內容：本課程為與基督少年軍合辦的活動，讓學生接觸及學習不同的魔術發掘自己不同的天分及興趣。 對象：小四至小六 名額：10人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 日期：逢星期二 費用：全免 日期：星期二共12堂 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5	
HG17	區本：小結他班* Ukulele For Kids*	區本計劃機構導師 聯絡老師： 余穎沁老師
	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，教授學生小結他，讓學生從中培養對音樂的興趣。 對象：小四至小六 名額：10人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 上學期已參加同學優先 日期：逢星期三 費用：全免 日期：共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3,1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5	
HG18	區本：非洲鼓* African Drum *	區本計劃機構導師 聯絡老師： 余穎沁老師
	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，讓學生非洲鼓，訓練學生節拍，培養對音樂的興趣 對象：小二至小三 名額：10人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 上學年已參加同學優先 日期：逢星期三	



		費用：全免	
		日期：共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3,1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5	
HG19	區本：籃球班* NBA Dreamer	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，本課程讓學生學習正確籃球基本技術，內容包括運球、傳球、射球及比賽規則，以加強同學對籃球運動的興趣和強化基本功，以備將來參加學界比賽。 對象：小二至小四 名額：20人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 上學年已參加同學優先 日期：逢星期二 費用：全免	區本計劃機構導師 聯絡老師： 何俊賢老師
		日期：共12堂 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5	
HG20	區本：功課輔導班* Easy Job*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，為學生進行功課輔導、說話訓練及小組討論，以鞏固學生的學習基礎。 對象：小二至小六 名額：每組10人（共6組） 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 日期：A班（P2-P3）逢星期二 B班（P2-P3）逢星期三 C班（P2-P3）逢星期四 D班（P3-P4）逢星期五 E班（P4-P5）逢星期一 F班（P5-P6）逢星期三 費用：全免	區本計劃機構導師 聯絡老師： A班 何俊賢老師 B, F班 余穎沁老師 C班 邱晞明老師
		日期： 星期一（E班 P4-P5）共11堂 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3,20/4,27/4,4/5,11/5,18/5 星期二（A班 P2-P3）共12堂 11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5 星期三（B班 P2-P3/ F班 P5-P6）共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3,1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5 星期四（C班 P2-P3）共10堂 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5 星期五（D班 P3-P4）共10堂 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4,24/4,8/5,15/5,22/5	D班 鄭瑋婷老師 E班 周梓芊老師
HG21	區本：躲避盤* Dodgebee	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，閃避盤為新興運動，結合軟飛盤(飛碟)及閃避球的運動，本課程讓學生學習正確閃避盤基本技術，內容包括、傳球、投擲及閃避及比賽規則，以加強同學對日運動的興趣和強化基本功 對象：小二至小四 名額：20人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 日期：逢星期三 費用：全免	躲避盤聯會教練 聯絡老師： 余穎沁老師



		日期：星期三共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3,1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5	
HG22	區本：3D-Printing*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，本課程教授學生以3D-Print的打印技術，讓學生發揮創意，創作獨一無二的立體模型。 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 對象：小四至小六 名額：10人 日期：逢星期一 費用：全免	聯絡老師： 周梓芊老師
		日期：星期五共11堂 10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3,20/4,27/4,4/5,11/5,18/5	
HG23	區本：手工藝班*	內容：本課程為與基督少年軍合辦的活動，讓學生接觸及學習不同的手工藝發掘自己不同的天份及興趣。 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 對象：小二至小三 名額：10人 日期：逢星期五 費用：全免	聯絡老師： 鄭瑋婷老師
		日期：星期五共10堂 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4,24/4,8/5,15/5,22/5	
HG24	區本：科學小實驗*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，本課程旨在培養學生對科學的興趣，以提升個人的解難能力。 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 對象：小二至小三 名額：10人 日期：逢星期五 費用：全免	聯絡老師： 鄭瑋婷老師
		日期：星期五共10堂 14/2,21/2,28/2,13/3,27/3,17/4,24/4,8/5,15/5,22/5	

HG25	區本：電腦機械人班* I-robot	內容：本課程為與基督少年軍合辦的活動，藉製作機械人，培養學生解難能力，幫助學生提升自信，學習與同學分享。 對象：小四至小六 名額：10人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 日期：逢星期三 費用：全免	區本計劃機構導師 聯絡老師： 余穎沁老師
		日期：星期三共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3,1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5	
HG26	區本：義工計劃*	內容：本課程為與基督少年軍合辦的活動，從中學習體諒，多關心身邊人。 對象：小四至小六 名額：10人 資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄 日期：逢星期四 費用：全免	區本計劃機構導師 聯絡老師： 邱晞明老師
		日期：星期四共10堂： 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5	
HG27	英文寫作班	內容：以活動教學形式，教育孩子從趣味中學習英文寫作的組織能力、思考模式、增加英文字庫及書寫短文能力。希望透過課程提升學生對學習英文的趣味，培養學生英文會話及書寫能力，為他日升中面試及筆試作準備。 對象：小四至小五 名額：15人 日期：逢星期二或六 費用：\$450	聯絡老師： 何俊賢老師



		<p>日期： 星期六共9堂 29/2, 7/3, 14/3, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5 星期二共9堂 3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5</p>	
HG28	<p>棒球班 Baseball for Kids</p>	<p>內容：本課程讓學生學習正確棒球技術，內容包括握棒、擊球及比賽規則，以加強同學對棒球運動的興趣和強化基本功。 對象：小二至小四 名額：15人 備註：學校提供球棒及球 資格：上學年參與學生優先取錄 日期：逢星期四 費用：\$500（上學期教練及物資費）</p>	<p>棒球總會教練 聯絡老師： 邱晞明老師</p>
		<p>日期：星期四共10堂 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5</p>	
HG29	<p>玩轉數學</p>	<p>內容：本課程由資深導師教授，利用數學智力遊戲及動手製作個人智力玩具，提升學生對數學興趣，從互動中改善人際關係，訓練逆境處理能力，分享增強人際溝通能力和自信心。 對象：A班 小五至小六 名額：16人 B班 小二至小三 名額：12人 C班 小三至小四 名額：12人 A班日期：逢星期四 B班日期：逢星期三 C班日期：逢星期四</p>	<p>聯絡老師： A、C班： 邱晞明老師 B班： 余穎沁老師</p>
		<p>B班日期：星期三共12堂 12/2,19/2,26/2,4/3,11/3,25/3, 1/4,22/4,29/4,6/5,13/5,20/5 費用：\$480</p>	<p>A班及C班日期：星期四共10堂 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4, 23/4,7/5,14/5,21/5 費用：\$400</p>
HG30	<p>小小環保家</p>	<p>內容：讓學生利用廢物去動手做不同的手工、實驗和科學探究活動，以提高其環保意識及好奇心，並培養學生對科學的興趣，把科學融入生活中。 ● 讓學生在家中或學校收集廢物 ● 運用科學知識或原理製作手工或擺設 ● 學期末有一次相關的參觀活動（待定） 對象：小二至小三 名額：15人 日期：逢星期四 費用：\$80</p>	<p>張凱然老師</p>
		<p>日期：星期四共10堂 13/2,20/2,27/2,12/3,26/3,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5</p>	
HG31	<p>星級小廚神</p>	<p>簡介：教授小食或甜品的烹飪方法，做出一道美味菜肴。從中學學習與人分享，與同學一起互相幫助、合作，建立團隊精神。引發學生對食物和煮食者的尊重和負責任的態度。 對象：小五至小六 名額：12人 日期：逢星期四 費用：全免</p>	<p>聯絡老師： 王凱儀老師</p>
		<p>日期：星期四 共10堂 5/3,12/3,26/3,2/4,16/4,23/4,7/5,14/5,21/5</p>	



HG32	世界小吃	<p>簡介：透過烹飪活動，除了讓學生吸收有關食物的知識，也認識世界不同食物背後的故事與文化。在製作食物時，亦可訓練同學的聆聽指示及學習工作步驟，和煮食的技巧，提升合作與解難能力。本課程以食物為主題，連繫生活與學習，並學習用膳禮儀及文化，本課程將有不同形式的學習，讓學習滲透於遊戲、動手製作食物、提升同學的自理能力，學習珍惜食物。完成食品後能與家朋友分享，更能提升學生的自我效能感及自信心。也一同學習各地有關食物的用語，擴闊味覺。</p> <p>對象：小二至小四 名額：16人</p> <p>日期：逢星期二</p> <p>費用：540</p>	<p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>
		<p>日期：星期二共12堂</p> <p>11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5</p>	
HG33	野地人：戶外自然探索學習社	<p>內容：此課程旨在引發、提升及深化學生對自然探索的興趣，讓同學學習野外生活技能，以及提升同學的專注能力及探索精神，保持對自然的嚮往。同學也可藉此加強觀察力、DIY能力及解難力。</p> <p>對象：小三至小五 名額：15人</p> <p>日期：逢星期二</p> <p>費用：\$540</p>	<p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>
		<p>日期：星期二共12堂</p> <p>11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5</p>	
HG34	芭蕾舞初級班	<p>內容：此課程旨在讓學生掌握芭蕾舞的基本技巧，培養學童優美儀態和高雅舉止。芭蕾舞亦可幫助骨骼成長，改善不良姿勢，更可訓練學童的節奏感、靈活性以及身體協調能力。</p> <p>對象：小二至小四 名額：16人</p> <p>日期：逢星期一</p> <p>費用：\$550（已包導師費及舞蹈服裝費用）</p> <p>備註：達八成出席率於學期末可獲退還部分學費</p>	<p>聯絡老師： 周梓芊老師</p>
		<p>日期：星期一共11堂</p> <p>10/2,17/2,24/2,9/3,23/3,30/3,20/4,27/4,4/5,11/5,18/5</p>	
HG35	種瓜得瓜	<p>內容：春天來了，細雨綿綿，是種植的好季節。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過課程同學認識及種植不同季節的農作物，聯繫土地和日常飲食。 2. 認識植物生長所需（陽光水分泥土） 3. 學習照顧農作物的技巧（播種施肥移苗起架防蟲等等） 4. 將種出的作為食材，製作食物，與家人共享 5. 學習煮食技巧 <p>對象：小二至小三 名額：15人</p> <p>日期：逢星期二</p> <p>費用：\$540</p>	<p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>
		<p>日期：星期二共12堂</p> <p>11/2,18/2,25/2,3/3,10/3,24/3,31/3,21/4,28/4,5/5,12/5,19/5</p>	
HG36	「燃亮童夢」正向品格課	<p>內容：此課程旨在建立學童正向價值觀、幫助學童認識自己長處、增強學童的抗逆力及提升學童社交能力。</p>	<p>聯絡老師： 周梓芊老師</p>



		<p>活動項目 (必須出席全部活動)包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正向品格工作坊(7 節, 每節 1.5 小時) 2. 體驗活動(1 節, 每節 2 小時) 3. 夢想之旅(1 節, 每節 2 小時) 4. 頒獎典禮暨嘉年華(1 節, 每節 4 小時)(家長需一同出席) <p>對象：小三至小六 名額：16 人</p> <p>日期：逢星期三</p> <p>費用：全免</p>	
		<p>日期：星期三共7堂</p> <p>12/2,19/2,11/3,25/3,22/4,,6/5,13/5,20/5</p>	

- 星期一、二、四、五課後活動時間為3:00-4:30pm，星期三為1:15-2:45pm（放學時間為3:00pm）。校車公司將會提供第二輪校車服務，星期一、二、四、五開車時間為4:30pm，星期三開車時間為3:00pm，校車公司需另外收取每程\$22車費，每月額外收費上限為\$250。詳情可致電駿景校車公司2254 2223查詢。
- 各學生需遵守導師之指示，如有破壞課堂之行為而屢勸不改，校方有權要求學生終止參與活動，且不作退款。
- 申請「校本課後學習及支援計劃津貼」或「賽馬會全方位學習基金」的同學參與付費活動而達八成出席者會獲得部份費用減免。（實際減免金額視乎申請人數而定）
- *區本課後支援計劃所提供的活動中，正領取綜合社會保障援助（綜援）及獲取學生資助計劃全額津貼（全津）的學生將會優先取錄。
- 學生入選所屬課外活動後，如需要退出已入選之活動，家長必須於兩日內以書面形式通知校方有關退出詳情。
- 開課前仍未繳交費用，則視作放棄該課外活動論。