



2020-2021 年度  
下學期課後活動一覽表  
(三至六年級適用)

以下活動 (HG1-HG5) 將於恢復全日上課後才開始，實際收費按上課節數計算。

活動	詳情	導師/負責老師		
HG1	<p>單輪車班 A/B</p> <p>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。</p> <p>對象：小三至小六 名額：每班 12 人</p> <p>日期：A 班：逢星期一 B 班：逢星期四</p> <table border="1"> <tr> <td>A 班日期：星期一共 9 堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5 費用：\$315</td> <td>B 班日期：星期四共 10 堂 4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5 費用：\$350</td> </tr> </table>	A 班日期：星期一共 9 堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5 費用：\$315	B 班日期：星期四共 10 堂 4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5 費用：\$350	<p>單輪車總會教練</p> <p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>
A 班日期：星期一共 9 堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5 費用：\$315	B 班日期：星期四共 10 堂 4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5 費用：\$350			
HG2	<p>武術班</p> <p>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。</p> <p>對象：小三至小六 名額：20 人</p> <p>日期：逢星期一</p> <p>費用：\$405</p> <p>日期：星期一共 9 堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5</p>	<p>陳頌天教練 (前香港武術代表隊成員)</p> <p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>		
HG3	<p>花式跳繩班</p> <p>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。</p> <p>對象：小三至小四 名額：20 人</p> <p>日期：逢星期二</p> <p>費用：\$385</p> <p>日期：星期二共 11 堂 2/3, 9/3, 16/3, 30/3, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5</p>	<p>香港花式跳繩總會教練</p> <p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>		
HG4	<p>桌上群英乒乓球班</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，以加強同學對乒乓球運動的興趣和強化基本功。</p> <p>對象：小三至小六 名額：每班各 12 人</p> <p>備註：學校提供球拍及發球機</p> <table border="1"> <tr> <td>A 班 (P5-6) 費用：\$500 日期：星期五共 10 堂 5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5</td> <td>B 班 (P3-4) 費用：\$500 日期：星期三共 10 堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5</td> </tr> </table>	A 班 (P5-6) 費用：\$500 日期：星期五共 10 堂 5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5	B 班 (P3-4) 費用：\$500 日期：星期三共 10 堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5	<p>香港乒乓球總會註冊教練</p> <p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>
A 班 (P5-6) 費用：\$500 日期：星期五共 10 堂 5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5	B 班 (P3-4) 費用：\$500 日期：星期三共 10 堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5			
HG5	<p>棒球班</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。</p> <p>對象：小三至小四 名額：15 人</p> <p>備註：學校提供球棒及球</p> <p>資格：上學年參與學生優先取錄</p> <p>日期：逢星期四</p> <p>費用：\$450</p>	<p>棒球總會教練</p> <p>聯絡老師： 何俊賢老師</p>		



		日期：星期四共 10 堂 4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5	
--	--	--	--

在學校網上授課或回校半天上課的情況下，以下活動(HG6-HG21)將於網上以 Zoom 的形式進行。除口琴班外，以下活動將於恢復全天上課後回復實體上課，時間亦恢復為逢星期一、二、四、五 3:00pm-4:30pm 及逢星期三 1:15pm-2:45pm。

活動	詳情	導師/負責老師	
HG6	創藝狂想一族	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：小三至小四 名額：10 人 日期：逢星期一 費用：\$585 日期：星期一共 9 堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5	Creative Kids 極奇創作室導師 聯絡老師： 周梓芊老師
HG7	區本：口琴班	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。 對象：小三至小六 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（附送全新口琴一個） 註：由於吹口琴需脫下口罩，因此即使日後恢復全天上課，仍會以 Zoom 網上授課，以減低風險。 日期：星期四共 10 堂 4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5	區本計劃機構導師 聯絡老師： 周梓芊老師
HG8	中國舞蹈班	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。Zoom 上課期間，葉導師會設計在家也能做的舞蹈動作，加強同學的基本功、伸展筋骨，為將來恢復實體上課的排練作好準備。 A 班：逢星期二 名額：20 人 對象：小四至小六 費用：\$363 日期：逢星期二共 11 堂 2/3, 9/3, 16/3, 30/3, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5 B 班：逢星期一 名額：20 人 對象：小三 費用：\$297 日期：星期一共 9 堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5	葉導師 聯絡老師： 周梓芊老師

活動	詳情	負責老師	活動
HG9	區本：魔術班*	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 11 堂 2/3, 9/3, 16/3, 30/3, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5	區本計劃機構導師 聯絡老師： 何俊賢老師



HG10	區本：小結他班*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，教授小結他的基本技巧，讓學生從中找到音樂的樂趣！ 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 上學年已參加同學優先 日期：逢星期三 費用：全免	區本計劃機構導師  聯絡老師： 周梓芊老師
		日期：星期三共10堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5	
HG11	區本：手指琴班*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，同學可學習時下新興且容易上手的手指琴，用兩隻拇指便能奏出音樂盒般的悠揚樂章！ 對象：小三至小四 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： 周梓芊老師
		日期：星期三共10堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5	
HG12	區本：體適能 A/籃球班*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，本課程由專業教練教授，旨在讓學生在家中有有限空間仍能進行體能訓練、養成運動的習慣，強身健體。若稍後恢復全天上課，課堂會轉成籃球課，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。 對象：小五至小六 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	區本計劃機構導師  聯絡老師： 何俊賢老師
		日期：星期三共10堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5	
HG13	區本：體適能 B/躲避盤班*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，本課程由專業教練教授，旨在讓學生在家中有有限空間仍能進行體能訓練、養成運動的習慣，強身健體。若稍後恢復全天上課，課堂會轉成躲避盤班，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。 對象：小三至小四 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	區本計劃機構導師  聯絡老師： 何俊賢老師
		B班：星期二共11堂 2/3, 9/3, 16/3, 30/3, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5	
HG14	區本：英文班*	內容：此活動為與基督少年軍合辦的活動，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：小三至小六 名額：每組10人（共6組） 資格：領取綜援及獲取全津的學生及參與暑期網上英文班的同學優先取錄 日期：A班（P5-6）逢星期一 B班（P5-6）逢星期三 C班（P5-6）逢星期五 D班（P3-4）逢星期一 E班（P3-4）逢星期三 F班（P3-4）逢星期五 費用：全免	區本計劃機構導師  聯絡老師： 周梓芊老師
		日期： A班(P5-6)、D班(P3-4)：星期一共9堂 1/3, 8/3, 15/3, 29/3, 19/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5	



		<p>B班(P5-6)、E班(P3-4)：星期三共10堂 3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5</p> <p>C班(P5-6)、F班(P3-4)：星期五共10堂 5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5</p>	
HG15	區本：手工藝班*	<p>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。</p> <p>資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄</p> <p>對象：小三至小四 名額：10人</p> <p>日期：逢星期五</p> <p>費用：全免</p>	聯絡老師： 周梓芊老師
		<p>日期：星期五共10堂</p> <p>5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5</p>	
HG16	區本：科學小實驗*	<p>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。</p> <p>資格：領取綜援及獲取全津的學生優先取錄</p> <p>對象：小三至小四 名額：10人</p> <p>日期：逢星期五</p> <p>費用：全免</p>	聯絡老師： 周梓芊老師
		<p>日期：星期五共10堂</p> <p>5/3, 12/3, 19/3, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5</p>	
HG17	玩轉數學	<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。</p> <p>對象：A班 小五至小六 名額：16人 B班 小三至小四 名額：16人</p> <p>日期：逢星期四</p> <p>費用：\$400</p>	聯絡老師： 周梓芊老師
		<p>A、B班日期：星期四共10堂</p> <p>4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5</p>	
HG18	生命魔法 M.A.G.I.C.	<p>內容：此計劃採用「正向心理學」的理念，結合「強處為本」的介入手法，協助參加計劃的青少年認識自己的強項及優點，發掘及發展自己的品格強項(Character Strength)，欣賞生命的價值，充分發揮其生命的可能性及創造力，從而產生對自己生命的認同感。</p> <p>對象：小四 名額：12人</p> <p>日期：逢星期四</p> <p>費用：全免</p>	歐陽麗萍老師
		<p>日期：星期四共10堂</p> <p>4/3, 11/3, 18/3, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5</p>	
HG19	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：\$495</p>	山與海導師  聯絡老師： 何俊賢老師
		<p>日期：星期二共11堂</p> <p>2/3, 9/3, 16/3, 30/3, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5</p>	





HG20	我的專屬繪本	<p>內容：透過閱讀繪本、角色扮演及手工製作，強化兒童聆聽、想像力和好奇心、培養思考力和專注力、從而增進語文能力、觀察力、邏輯推理能力、建立自我概念和生活態度。並且培養兒童的同理心、良好品格、對世界的關懷、開拓視野，擴闊兒童的知識領域，能尊重及了解人與人之間的不同。</p> <p>對象：小三至小四 名額：12 人</p> <p>日期：逢星期三</p> <p>費用：\$450</p> <p>學生出席課堂達到 80%，均可獲得一本新出版繪本。</p>	<p>香港公立圖書館故事繪本導師/正面管教認證講師/手工藝導師</p> <p>聯絡老師： 周梓芊老師</p>
HG21	兒童創意藝術畫班	<p>內容：透過兒童品格藝術課程可幫助孩子全方位發展，讓他們開心成長。課程中不但有平面繪圖和剪貼，更有立體創作，可幫助孩子發展創意思維，增加自信及學習興趣。</p> <p>課程架構主要有三個主題：</p> <p>1) Q 版公仔；線條及形狀訓練</p> <p>2) 我想去旅行；色彩及空間感訓練</p> <p>3) 聖經品格故事；小肌肉及設計訓練</p> <p>*家長不需要額外購買畫具材料，可以用家中 A4 紙、木顏色、油粉彩、剪刀及膠水。</p> <p>對象：小四至小五 名額：12 人</p> <p>日期：逢星期二</p> <p>費用：\$495</p>	<p>Kenly' s Chan Art 劉嘉寶導師</p> <p>聯絡老師： 周梓芊老師</p>
		<p>日期：逢星期三共 10 堂</p> <p>3/3, 10/3, 17/3, 31/3, 14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 12/5, 26/5</p>	
		<p>日期：逢星期二 11 堂</p> <p>2/3, 9/3, 16/3, 30/3, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5</p>	

- 在全天在校上課的情況下，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）；在網上授課及半天上課的日子，星期一至五課後活動時間為 **3:45pm-4:45pm**，並以 Zoom 的形式上課。
- 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。
- 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）或半額津貼（半津）的學生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）或半額津貼（半津）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，家長必須於兩日內致電校方申請。
- 開課前仍未繳交費用，則視作放棄該課外活動論。