編號	課程名稱	內容	年齡	名額	日期(星期)	時間	地點	收費(元)	備注/導師
	少年/家庭課程　義務工作 科技媒體 體育運動								
PS-S21-C601	暑期空手道班(幼兒)	空手道被喻為可一生持續參與的運動，訓練內容多變而有趣，當中包含踢、打、摔、拿、投、鎖、絞、逆技等多種技術，是一項強調技術運用的速度和技巧的運動。課程設有恆常課程，可在暑假後持續學習。	3至6	12	5/7至30/8(逢一)	16:30至17:30	本單位	585 / 每位	* 課程與沖繩剛柔流順道館香港支部長任教 * 自備輕便運動服裝 * 體驗班暫不需學員購買棍網球用品 * 負責職員：葉偉達
PS-S21-C602	暑期體操班(幼兒)	針對柔軟度、肌力、肌耐力、敏捷性、平衡力、協調性及爆發力的鍛鍊，提升加靈敏度。 主題包括：翻滾動作、跑、跳躍、支撐、手翻及轉體動作等。課程設有恆常課程，可在暑假後持續學習。	3至6	12	20/7至24/8(逢二)	10:15至11:15	本單位	660 / 每位	* 此課程由中國香港體操總會專業教練教授 *出席率達80%可獲發證書 * 如有特別情況更換導師，恕不另行通知 * 負責職員：葉偉達
PS-S21-C603	幼兒田徑訓練(3-6)	透過不同的田徑練習，讓幼兒學習到跑、跳及擲的基礎技術，同時提升兒童的體適能(包括：身體協調能力、肌肉力量、速度和敏捷度…)。 課堂亦會加入趣味小遊戲，培養幼兒對田徑運動的興趣，從小養成運動的健康習慣。	3至6	12	21/7至25/8(逢三)	10:15至11:15	坪石邨籃球場	900 / 每位	* 導師為業餘田徑總會二級教練，逾18年教授田徑經驗 * 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物 * 於課程場地集合及解散 * 負責職員：葉偉達
PS-S21-C604	學前幼兒教室	每堂以一種生活知識為主題，透過遊戲和教具讓幼兒聽從指示，學習與人相處及應有的禮貌。 課程重點: 1. 小手指、肌肉及平衡訓練 2. 增強表達、理解能力 3. 提升自理能力 4. 學習聽從導師的指示	3至3	8	28/7至25/8(逢三)	10:00至11:00	本單位	450/5堂	* 家長無須陪同上課 * 將安排曾受訓練之義務助教從旁協助(1:2) * 負責職員：李桂玲
PS-S21-C605	暑期跆拳道初探	教授初步認識跆拳道技巧，學習跆拳道的武學精神，基本套拳、腳法及博擊，以強健體魄，增強自信心得。課程完結後，兒童學員可報讀本單位的長期跆拳班。	4至5.5	15	7/7至25/8(逢三)	19:00至20:00	本單位	520/8堂	* 適合初學者，嘗試學習跆拳道 * 與捷擊跆拳道館合辦 * 穿著輕便運動裝束及長褲上課 * 負責職員：陳美姬/鍾潔雯
PS-S21-C606	暑期籃球訓練班(幼兒)	學習運動和團隊精神。 1. 基本球感練習 2. 基本運球練習 3. 短距離投籃 4. 傳波技巧 5. 基本籃球規則、分組比賽	4至6	20	10/7至28/8(逢六)	14:00至15:10	坪石邨籃球場	520 / 每位	* 需穿著運動服裝 * 自備足夠飲料及替換衣物 * 導師為籃球總會註冊籃球教練 * 負責職員：葉偉達
PS-S21-C607	幼稚園幼兒教室	透過集體遊戲、唱遊活動、故事創作及認知訓練，增加幼兒的理解能力、語言能力和應對表達等，讓幼兒在兩個月的假期內也能習慣與同齡小朋友交流和相處。	4至5	8	28/7至25/8(逢三)	11:15至12:15	本單位	470/5堂	* 家長無須陪同上課 * 將安排曾受訓練之義務助教從旁協助(1:2) * 負責職員：李桂玲
PS-S21-C608	小型網球訓練班(幼兒)	教授基本技巧，內容包括：握拍法、發球、擊球、截擊及步法等。同時會以遊戲及比賽方式去提升學生的個人技術，藉此認識小型網球的比賽規則、基本球例及計分方法等。	5至6	8	22/7至26/8(逢四)	10:00至11:00	本單位 / 坪石邨籃球場	780 / 每位	* 導師為網球總會註冊教練 * 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物 * 於本單位集合及解散 * 負責職員：葉偉達