

參加資格：本單位舉辦的活動及課程，主要是為6歲至24歲人士而設計，部分活動亦適合家長或6歲以下的幼童參加；所有符合活動參加資格的人士，均可報名。

繳費方式及報名方式：本單位接受網上報名(easymember.hk)及親臨單位報名。

## 學習有法 - 課餘託管計劃

時間	逢一至五	15:00-18:30
地點	主單位	
內容	1. 課程協助學員完成日常功課 2. 提供多元化的活動讓學員參與 3. 培養學員獨立能力 4. 社工成長小組活動 5. 「星星獎勵計劃」鼓勵參與	
收費	\$1284/月	
對象	小一至小六學生	
備註	低收入家庭(綜援及全書津): 全免; 半書津: 半免 有興趣參加者請填妥課餘託管申請表交回櫃位 報名者須接受社工評估。成功錄取，將以電話通知。	
負責職員	周厚江	

## 學習有成-功課輔導計劃B

時間	逢二四	16:00-18:00
地點	副單位	
內容	針對學生需要, 核對功課及協助溫習默書及測驗考試等	
收費	小一至小三\$710/月; 小四至小六\$740/月	
對象	小學生	
負責職員	李桂玲	

## 坪石Easy他 2024

時間	逢二至三	09:00-18:00
地點	主單位	
內容	1. 協助假期功課 2. 桌上遊戲 3. 球類遊戲 4. 戲院睇電影 5. 戶外參觀 6. 手工小製作	
收費	\$700	
對象	升小一至小六學生	
備註	費用包括午餐、戶外活動入場費	
負責職員	周厚江 / 陳美姬	

## 運動

	<b>跆拳道A</b>	<b>跆拳道B</b>	<b>跆拳道C</b>
時間	逢五19:45-20:45	逢五20:45-21:45	逢四18:00-19:00
對象	11-18歲	6-11歲	6-15歲
	<b>跆拳道D</b>	<b>跆拳道E</b>	
	逢四19:00-20:00	逢五18:45-19:45	
	6-15歲	6-10歲	
地點	副單位		
收費	\$80/堂		
內容	教授初步認識跆拳道技巧，學習跆拳道武學精神，基本套拳、腳法及搏擊，以強健體魄，增強自信心得。		
備註	* 適合初學者，嘗試學習跆拳道 * 穿著輕便運動裝束及長褲上課 (導師代購跆拳道袍連色帶約\$xxx)		
負責職員	陳美姬		

	<b>啟蒙室內籃球班</b>	<b>室外籃球訓練初階班</b>
時間	逢六14:00 - 15:10	逢六15:15 - 16:25
對象	4-7歲	6-12歲
地點	副單位	副單位
收費	\$95/堂	\$95/堂
內容	培養兒童對籃球的興趣，課程主要教授傳接球、運球、射球等基本技巧，並透過小遊戲訓練小朋友跑跳的能力。	培養兒童對籃球的興趣，課程主要加強及改善傳接球、運球、射球及防守等技巧。
備註	請自行帶備水、毛巾	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙體操班</b>	<b>兒童體操班</b>
時間	逢六17:30 - 18:30	逢六18:30 - 19:30
對象	3-6歲	7-14歲
地點	副單位	副單位
收費	\$120/堂	\$100/堂
內容	練習體操可以提升應變能力，能使大腦傳遞訊息的能力比一般人快捷。身手亦會變得更加靈敏，在發生突發意外時能減少受傷的機會。學習主題包括：翻滾動作、跑、跳躍、支撐、手翻及轉體動作等。	鍛煉身體協調及爆發力。透過結集遊戲，教授個人花式、雙人繩及大繩等技巧。
備註	*此課程由中國香港體操總會專業教練教授 * 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙花式跳繩班</b>	<b>兒童花式跳繩班</b>
時間	逢六10:10 - 11:10	逢六11:10 - 12:10
對象	3-6歲	7-14歲
地點	副單位	副單位
收費	\$100/堂	\$125/堂
內容	鍛煉身體協調及爆發力。透過結集遊戲，教授個人花式、雙人繩及大繩等技巧。	透過少林功夫體適能模式，加強訓練學員距離/方向感辨認能力，大小肌肉發展、手腳協調能力、專注力及思維反應等等，以促進學員腦部發育及體格發展。
備註	*導師為花式跳繩總會註冊教練 * 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙劍擊班@PulesSports</b>	<b>啟蒙室內足球班</b>
時間	逢二17:30 - 18:30	逢六10:30 - 11:30
對象	4-6歲	3-6歲
地點	副單位	副單位
收費	\$170/堂	\$110/堂
內容	劍擊是一項講求手眼協調的運動，須動用全身肌肉，屬強身健體、鍛鍊意志的運動。課程將教授劍擊技巧 包括步法、進攻及防守技巧，並會舉行定期會內技術考核及小型比賽。	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。
備註	* 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙爵士舞</b>	<b>少林武術訓練課程(初階)</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢五18:30 - 19:30
對象	4-6歲	6-14歲
地點	副單位	副單位
收費	\$95/堂	\$95/堂
內容	以韓國人氣歌曲教授基本舞蹈技巧，培養兒童的節奏感、協調性受音樂概念。	以輕快和流行的爵士歌曲，加以舞步，啟發兒童對音樂的觸覺，訓練節奏感，從舞蹈中發掘自我，增強自信心和表演慾。
負責職員	潘穩思	潘穩思

	<b>啟蒙爵士舞</b>	<b>啟蒙爵士舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六14:15-15:00
對象	4-6歲	4-6歲
地點	副單位	副單位
收費	\$110/堂	\$95/堂
內容	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。	以輕快和流行的爵士歌曲，加以舞步，啟發兒童對音樂的觸覺，訓練節奏感，從舞蹈中發掘自我，增強自信心和表演慾。
備註	*此課程與Woodky Land合辦	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙K-pop</b>	<b>兒童K-pop</b>	<b>啟蒙芭蕾舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六15:45-16:30	逢六12:15-13:00
對象	4-6歲	7-12歲	3-5歲
地點	副單位	副單位	副單位
收費	\$95/堂	\$110/堂	\$110/堂
內容	以韓國人氣歌曲教授基本舞蹈技巧，培養兒童的節奏感、協調性受音樂概念。	透過體操課程培養幼兒對芭蕾舞的興趣，從而訓練幼兒對音樂的節奏感、協調性等概念。	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。
負責職員	潘穩思		

	<b>啟蒙爵士舞</b>	<b>啟蒙爵士舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六14:15-15:00
對象	4-6歲	4-6歲
地點	副單位	副單位
收費	\$110/堂	\$95/堂
內容	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。	以輕快和流行的爵士歌曲，加以舞步，啟發兒童對音樂的觸覺，訓練節奏感，從舞蹈中發掘自我，增強自信心和表演慾。
備註	*此課程與Woodky Land合辦	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙爵士舞</b>	<b>啟蒙爵士舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六14:15-15:00
對象	4-6歲	4-6歲
地點	副單位	副單位
收費	\$110/堂	\$95/堂
內容	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。	以輕快和流行的爵士歌曲，加以舞步，啟發兒童對音樂的觸覺，訓練節奏感，從舞蹈中發掘自我，增強自信心和表演慾。
備註	*此課程與Woodky Land合辦	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙K-pop</b>	<b>兒童K-pop</b>	<b>啟蒙芭蕾舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六15:45-16:30	逢六12:15-13:00
對象	4-6歲	7-12歲	3-5歲
地點	副單位	副單位	副單位
收費	\$95/堂	\$110/堂	\$110/堂
內容	以韓國人氣歌曲教授基本舞蹈技巧，培養兒童的節奏感、協調性受音樂概念。	透過體操課程培養幼兒對芭蕾舞的興趣，從而訓練幼兒對音樂的節奏感、協調性等概念。	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。
負責職員	潘穩思		

	<b>啟蒙爵士舞</b>	<b>啟蒙爵士舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六14:15-15:00
對象	4-6歲	4-6歲
地點	副單位	副單位
收費	\$110/堂	\$95/堂
內容	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。	以輕快和流行的爵士歌曲，加以舞步，啟發兒童對音樂的觸覺，訓練節奏感，從舞蹈中發掘自我，增強自信心和表演慾。
備註	*此課程與Woodky Land合辦	
負責職員	黃海年	

	<b>啟蒙爵士舞</b>	<b>啟蒙爵士舞</b>
時間	逢六15:00-15:45	逢六14:15-15:00
對象	4-6歲	4-6歲
地點	副單位	副單位
收費	\$110/堂	\$95/堂
內容	透過有趣的足球遊戲，讓參加者從快樂中學習到基本足球技術，包括運球、射門，從而提升兒童下肢肌肉發展。	以輕快和流行的爵士歌曲，加以舞步，啟發兒童對音樂的觸覺，訓練節奏感，從舞蹈中發掘自我，增強自信心和表演慾。
備註	*此課程與Woodky Land合辦	
負責職員	黃海年	

### [Let's Hip Hop] 街舞體驗

時間	逢六17:30-18:30	內容	以嘻哈音樂教授街舞基本舞蹈技巧，培養青年的節奏感、協調性等概念及興趣以凝聚練習舞之人，以凝聚青年從而培養其團隊合作及溝通技巧，本活動亦會為青年提供不同的表演機會從而訓練青年的自信心。
對象	9-14歲		
地點	副單位		
收費	\$110/堂	負責職員	潘穩思

時間	逢六17:30-18:30	內容	以嘻哈音樂教授街舞基本舞蹈技巧，培養青年的節奏感、協調性等概念及興趣以凝聚練習舞之人，以凝聚青年從而培養其團隊合作及溝通技巧，本活動亦會為青年提供不同的表演機會從而訓練青年的自信心。
對象	9-14歲		
地點	副單位		
收費	\$110/堂	負責職員	潘穩思

時間	逢六21:15-22:00	內容	課程由Ken Sir演奏級導師個別授課。透過簡易熟識的樂章，有效率地認識木管樂中的演說家「單簧管」學習其發音技巧、運氣控制、低音至中音區指法。單簧管及色土風個別教授，報名人士先聯結本單位安排交費，各級收費價格如下(以每堂45分鐘計算)：Pre-Grade \$245, Grade 1-3 \$340, Grade 4-5 \$400, Grade 6-7 \$480, Grade 8 \$520
對象	6-24歲		
地點	主單位		
收費	\$110/堂	負責職員	鍾潔雯

## 英語

### 劍橋小學英語

日期 & 時間	劍橋小學英語Junior (A) (外籍導師)11:15-12:15 劍橋小學英語Junior (B) (外籍導師)16:00-17:00 劍橋小學英語Pre-starters (外籍導師)13:50-14:50 劍橋小學英語Starters (外籍導師)12:20-13:20 劍橋小學英語Movers (外籍導師)10:10-11:10 劍橋小學英語Flyers (外籍導師)14:55-15:55 劍橋小學英語KET (外籍導師)17:00-18:00	3-5歲 3-5歲 4-6歲 6-8歲 7-9歲 9-11歲 9-11歲	* 適合升K2至升K3學員報讀 * 適合升K2至升K3學員報讀 * 適合升K2至升P1學員報讀 * 適合升P1至升P2學員報讀 * 適合升P3至升P4學員報讀 * 適合升P5至升P6學員報讀 * 適合升P5至升P6學員報讀 (逢星期六上課)
收費	\$145/堂		
內容	課程為建立學生的良好英語基礎，包括聽、讀、寫、講之能力而設；且同時集中應付各級評核試之要求。課程讓學生提升學習英語之興趣及信心，以及建立穩健牢固的英文基本能力。		
導師	外籍導師 *每季設有Mock Test，為學員進行評估。		

## 語文

### 幼兒戲劇學中文(K1-K3)

時間	逢六15:30-16:30
對象	3-6歲
地點	副單位
收費	\$120/堂
內容	導師運用戲劇習式，帶領參加者圍繞圍繞繪本、兒童故事及童詩，一起進行學習： 1. 角色扮演、2. 肢體律動、3. 小道具。有趣地學習中文詞彙、認讀故事的內容。
SUSAN MAK	
導師	鍾潔雯
負責職員	

### 小一面試多元智能班(星期六)

時間	逢六14:05-15:05
對象	3-6歲
地點	副單位
收費	\$210/堂
內容	本班適合暑期生延續參與，準備考直資和私立小一之學生。本課程循序漸進，由淺入深使幼兒更掌握面試內容，家長亦能了解子女強弱之處，及早對症下藥，加強面試應變能力。內容包括：思維啟發、禮儀及態度、學術常識、聆聽指令、記憶遊戲、圖片演說、排卡說故事、模擬面試、處境技巧、小組表現 等。教學語言:粵/英/普，設有模擬個人和小組面試，時間及安排待開課後再通知家長。*
負責職員	鍾潔雯

## 藝術

	<b>黏土初階班A</b>	<b>黏土初階班B</b>	<b>幼兒畫室</b>	<b>幼兒畫室_晚上</b>	<b>兒童畫室</b>	
時間	逢四16:00-17:00	逢四17:00-18:00	時間	逢五17:15-18:15	時間	逢六11:15-12:15
對象	3-12歲	3-12歲	對象	4-6歲	對象	6-10歲
	<b>黏土中階班</b>		地點	主單位	地點	主單位
	逢四18:00-19:00		收費	\$100/堂	收費	\$100/堂
	5-12歲		內容	教授廣告彩及粉彩繪畫基礎技巧運用及背景創作各方面的能力。* 自備B4畫簿、50色油粉彩及6-12色廣告彩，2-3枝畫筆，色碟	內容	啟發想像力好奇心，透過畫筆描繪童心世界。 * 自備B4畫簿、50色油粉彩及6-12色廣告彩，2-3枝畫筆，色碟
備註	*導師為花式跳繩總會註冊教練 * 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物		導師	梁詠康	導師	梁詠康
負責職員	黃海年		負責職員	鍾潔雯	負責職員	鍾潔雯

	<b>Little Kid 幼兒藝術</b>	<b>少年創作畫室</b>	
時間	逢五16:00-17:00	時間	逢六12:25-13:25
對象	3-6歲	對象	8-14歲
地點	主單位	地點	主單位
收費	\$135/堂	收費	\$100/堂
內容	透過每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。由Miss Man Man 帶領你每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。	創作要懂觀察。深刻觀察往往是靈感的來源，好好運用可以成就創作。學畫畫要多觀察和學習把握稍縱即逝的靈感，亦是本課程最重視的。透過主題學習不同繪畫技巧。如：素描、木顏色、廣告彩、水彩繪畫技巧。*自備鉛筆、擦膠、木顏色36/48色、廣告彩(小四或以上參加者自備)、A4畫簿及圍裙	
備註	* 已包課堂材料費		
導師	Miss manman	導師	梁詠康
負責職員	鍾潔雯	負責職員	鍾潔雯

### Funny Art 兒童藝術

時間	逢五17:15-18:15	時間	逢六17:00-18:00
對象	7-10歲	對象	6-12歲
地點	主單位	地點	主單位
收費	\$135/堂 (每2個月收費，視乎該月堂數)	收費	\$115/堂
內容	透過每堂用非傳統的製作方法，突破你的思考方式，去創做你自己的Funny Art 作品，一齊用藝術進入多重幻想宇宙吧！	內容	培養繪畫興趣，探索個人繪畫潛質，建立個人創意思維、自信心、耐性、專注力及色彩表現。每堂一個主題，不同題材，發揮不同的可能性。 * 自備A4畫簿、鉛筆、黑色勾線筆、木顏色/馬克筆、擦膠等。
導師	Miss manman	導師	王宗輝先生
負責職員	鍾潔雯	負責職員	鍾潔雯

### 木管樂入門個別課程「單簧管」

時間	逢六21:15-22:00	內容	課程由Ken Sir演奏級導師個別授課。透過簡易熟識的樂章，有效率地認識木管樂中的演說家「單簧管」學習其發音技巧、運氣控制、低音至中音區指法。單簧管及色土風個別教授，報名人士先聯結本單位安排交費，各級收費價格如下(以每堂45分鐘計算)：Pre-Grade \$245, Grade 1-3 \$340, Grade 4-5 \$400, Grade 6-7 \$480, Grade 8 \$520
對象	6-24歲		
地點	主單位		
收費	\$110/堂	負責職員	鍾潔雯

導師介紹  
**SUSAN MAK** 具20年教學經驗，現修讀教育博士(戲劇教育及語文)，擁有教育碩士(中國語文)學位、戲劇與學校課程深造課程及教育學士(幼兒教育：特殊教育)學位。  
**黃成芳** 為香港城市大學榮譽學士畢業生，分別於浸會大學及北京師範大學合辦普通話教師證書及取得優異級別成績，具備國家語委普通話測試二級水平，具多年普通話教學經驗。

### 小學戲劇學中文 (小一至小三)

時間	逢六16:30-17:30
對象	6-9歲
地點	副單位
收費	\$120/堂
內容	導師運用戲劇習式，帶領參加者圍繞故事及文章，一起進行學習； 1. 人物性格創作、2. 創作劇本、3. 角色扮演。有趣地學習中文詞彙、組織故事的技巧。
負責職員	鍾潔雯

### 非洲鼓學中文 (k2至小2)

時間	逢六17:35-18:35
對象	4-8歲
地點	副單位
收費	\$120/堂
內容	透過成語故事 (例如：鷸蚌相爭) 及文言文故事 (例如：秦中生李)，豐富學生對有關字詞的認識，並培養對中國文化的興趣，提升中國文學能力，為升中學習做準備。
負責職員	鍾潔雯

### 童行成長-恆常手工小組

時間	逢五14:30-15:30
對象	3-6歲
地點	副單位
收費	\$120/堂
內容	與孩子從手工製作入手，解決小手肌、專注能力及手眼協調問題。小朋友除帶手工回家外，亦為家長送上提升小手肌能力錦囊，為小朋友寫前階段多做準備!
導師	Miss manman
負責職員	鍾潔雯

	<b>黏土初階班A</b>	<b>黏土初階班B</b>	<b>幼兒畫室</b>	<b>幼兒畫室_晚上</b>	<b>兒童畫室</b>	
時間	逢四16:00-17:00	逢四17:00-18:00	時間	逢五17:15-18:15	時間	逢六11:15-12:15
對象	3-12歲	3-12歲	對象	4-6歲	對象	6-10歲
	<b>黏土中階班</b>		地點	主單位	地點	主單位
	逢四18:00-19:00		收費	\$100/堂	收費	\$100/堂
	5-12歲		內容	教授廣告彩及粉彩繪畫基礎技巧運用及背景創作各方面的能力。* 自備B4畫簿、50色油粉彩及6-12色廣告彩，2-3枝畫筆，色碟	內容	啟發想像力好奇心，透過畫筆描繪童心世界。 * 自備B4畫簿、50色油粉彩及6-12色廣告彩，2-3枝畫筆，色碟
備註	*導師為花式跳繩總會註冊教練 * 自備足夠飲料、毛巾、替換衣物		導師	梁詠康	導師	梁詠康
負責職員	黃海年		負責職員	鍾潔雯	負責職員	鍾潔雯

	<b>Little Kid 幼兒藝術</b>	<b>少年創作畫室</b>	
時間	逢五16:00-17:00	時間	逢六12:25-13:25
對象	3-6歲	對象	8-14歲
地點	主單位	地點	主單位
收費	\$135/堂	收費	\$100/堂
內容	透過每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。由Miss Man Man 帶領你每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。	創作要懂觀察。深刻觀察往往是靈感的來源，好好運用可以成就創作。學畫畫要多觀察和學習把握稍縱即逝的靈感，亦是本課程最重視的。透過主題學習不同繪畫技巧。如：素描、木顏色、廣告彩、水彩繪畫技巧。*自備鉛筆、擦膠、木顏色36/48色、廣告彩(小四或以上參加者自備)、A4畫簿及圍裙	
備註	* 已包課堂材料費		
導師	Miss manman	導師	梁詠康
負責職員	鍾潔雯	負責職員	鍾潔雯

	<b>Little Kid 幼兒藝術</b>	<b>少年創作畫室</b>	
時間	逢五16:00-17:00	時間	逢六12:25-13:25
對象	3-6歲	對象	8-14歲
地點	主單位	地點	主單位
收費	\$135/堂	收費	\$100/堂
內容	透過每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。由Miss Man Man 帶領你每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。	創作要懂觀察。深刻觀察往往是靈感的來源，好好運用可以成就創作。學畫畫要多觀察和學習把握稍縱即逝的靈感，亦是本課程最重視的。透過主題學習不同繪畫技巧。如：素描、木顏色、廣告彩、水彩繪畫技巧。*自備鉛筆、擦膠、木顏色36/48色、廣告彩(小四或以上參加者自備)、A4畫簿及圍裙	
備註	* 已包課堂材料費		
導師	Miss manman	導師	梁詠康
負責職員	鍾潔雯	負責職員	鍾潔雯

	<b>Little Kid 幼兒藝術</b>	<b>少年創作畫室</b>	
時間	逢五16:00-17:00	時間	逢六12:25-13:25
對象	3-6歲	對象	8-14歲
地點	主單位	地點	主單位
收費	\$135/堂	收費	\$100/堂
內容	透過每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。由Miss Man Man 帶領你每週用創意無限的藝術展示形式，一同創造各式各樣獨特的藝術品。	創作要懂觀察。深刻觀察往往是靈感的來源，好好運用可以成就創作。學畫畫要多觀察和學習把握稍縱即逝的靈感，亦是本課程最重視的。透過主題學習不同繪畫技巧。如：素描、木顏色、廣告彩、水彩繪畫技巧。*自備鉛筆、擦膠、木顏色36/48色、廣告彩(小四或以上參加者自備)、A4畫簿及圍裙	
備註	* 已包		