

上課地點:香港黃金海岸獅子會梁麗貞服務中心 (田景邨田裕樓 7-8 號地下)電話:2454 9297

課程	日期	星期	時間	堂數	學費	對象	※內容※
課餘托管班 A	1/9-30/9	一至五	16:00-17:30	月計	1300	小一至小三	小組形式、督促溫習功課、預默、測驗、考試溫習等。(不包括義)
					1500	小四至小六	
課餘托管班 B			17:30-19:00		1300	小一至小三	
					1500	小四至小六	
課餘托管班 C			14:30-16:00		1300	K2-P1	
成人識字班	3/9-8/10	一、五	09:15-10:15	10	130	有興趣人士	由淺入深教授讀及書寫生字, 詩詞欣賞等。從小學二年級程度開始, 重拾讀書的樂趣。自備筆、格仔簿。
粵曲唱家初班	26/7-16/8	一	10:15-12:15	4	120	有興趣人士	教授粵曲基本知識, 包括粵曲理論、正確使用嗓音、各種唱腔等。
粵曲唱家長者	23/8-13/9 20/9-11/10				100		
明珠國語金曲班	12/7-30/8 6/9-25/10	一	14:00-15:30	8	300	有興趣人士	透過學習練習掌握普通話, 提高普通話能力。配合卡拉 OK 影音器材進行練習, 提高學員興趣及演唱技巧。
*綜合瑜珈班 A	19/7-6/9	一	20:00-22:00	8	460	有興趣人士	藉著學習瑜珈調節身體機能, 強化內臟、鬆弛精神緊張及工作壓力、增加身體柔軟度、以達致纖體修身之效。備註: 需穿著鬆身衣服及自備毛巾、地席, 上課前兩小時不可進食過飽。(上課地點: 良田/大興體育館)
*綜合瑜珈班 B	8/7-26/8	四					
創意皮革 DIY	24/8-14/9	二	09:30-12:30	4	240	有興趣人士	使用皮革製作手袋、八達通套、散紙包、鎖匙包及信封包。包括材料費\$250
成人日語中班	13/7-17/8 24/8-28/9	二	20:00-21:00	6	300	有興趣人士	本課程特為初學者而設, 教授字母書寫、發音、日語基本文法, 句子結構等。讓同學了解和掌握日語句子結構法則, 從而提高同學在日語基本能力。
成人日語初班			19:00-20:00				
*四維太極拳	29/7-24/8 26/8-21/9	二、四	09:00-10:00	8	180	有興趣人士	能舒筋活絡、使腰腿靈活、精神充沛。(上課地點: 山景社區會堂)
智能手機應用班	3/9-8/10	五	10:30-12:30	5	200	有興趣人士	教授手機基本設定, 撥打及接收電話, 時鐘應用, 相機應用, 相片管理, Whatsapp 應用, WeChat 應用, 上網, 地圖, 熱門應用程式 APPS, ZOOM 的運用等
時代金曲研習課程	2/9-23/9	四	10:00-11:30	4	160	有興趣人士	教授國粵語金曲及時代曲: 包括視譜、樂理、運氣技巧、呼吸技巧、唱腔、咬字方法, 提高唱功等準確性。
粵曲研習課程	2/9-23/9	四	14:00-16:00	4	200	有興趣人士	教授粵曲節奏、叮板結構、音符識譜、發聲方法、吐字行腔及閱讀工尺譜技巧、吊嗓、丹田氣之運用、各類曲版的結構及樂理, 改善唱粵曲技能等
自選歌曲唱歌班	8/7-12/8	四	16:00-17:30	6	300	有興趣人士	用 Karaoke 教授 語流行歌曲適合想提升歌唱技巧及會堂準備演出人士。

報名地點:

屯門湖景邨湖碧樓 20-29 號地下
屯門湖景邨湖翠樓 21-27 號地下
屯門蝴蝶邨蝶影樓地下 126-130 號

(電話: 2466 5899) 屯門山景邨山景社區會堂
(電話: 2457 3781) 屯門田景邨田裕樓 7-8 號地下
(電話: 2463 1663) 屯門建發里 4 號 5 樓 506 室
參考網址: <http://www.tm-women.org.hk/>

(電話: 2467 3867)
(電話: 2454 9297)
(電話: 2180 2358)

本會有權修改各項課程資料、舉辦日期並保留最終決定權



上課地點：香港黃金海岸獅子會梁麗貞服務中心 (田景邨田裕樓 7-8 號地下) 電話:2454 9297

課程	日期	星期	時間	堂數	學費	對象	※內容※
*健體瑜伽班 A	20/7-7/9	二	20:00-22:00	8	460	有興趣人士	藉著學習瑜伽調節身體機能，強化內臟、鬆弛精神緊張及工作壓力、增加身體柔軟度、以達致纖體修身之效。備註：需穿著鬆身衣服及自備毛巾、地席，上課前兩小時不可進食過飽。(上課地點：良田/大興體育館)
*健體瑜伽班 B	28/7-15/9	三					
精靈學前預備 A 班(適應班)	8/9-20/10	三	09:30-10:30	6	600	2 至 3 歲	學前預備班是針對幼兒在發展中的需要而設，透過模擬幼稚園課程模式，配以不同主題小班教學活動，孩子在沒有家長陪同下自行上課，學習獨立自理，社交溝通訓練，大小肌肉鍛鍊，提升語言及表達能力。讓孩子投入群體生活，體會學習的樂趣，輕鬆迎接校園生活，把握幼兒學習黃金時機課程內容：導師會透過主題教學活動、英語學習坊、音樂唱遊分享、故事分享、數理、常識、看圖認字、繪畫、小手工製作、集體遊戲等活動。學員自備小背包、粗型蠟筆、濕毛巾、紙巾、水。所有私人物品，家長必須為子女填上姓名。材料費\$50。 同一學員如連續報讀 2 個學前班課程，第二個學前班課程學費可享減\$50 優惠。
精靈學前預備 B 班(適應班)			11:50-12:50				
學前精靈唱遊樂園 A 班			10:40-11:40				
*輕鬆集體舞	3/7-29/7 31/7-26/8 28/8-23/9	四、六	09:00-10:00	8	150	有興趣人士	教授各種輕快活潑的集體舞。(上課地點：良田/大興體育館)
幼兒識字班	1/9-29/9	一三五	15:00-16:00	12	1200	K1-K3	帶領幼兒將認字、字音同實物聯繫記憶，並透過模擬聲音認字，更讓他們從閱讀中認識中文字。
LIVE 唱歌班	9/7-27/8 3/9-29/10	五	20:00-22:00	8	480	有興趣人士	本課程每課選唱中外懷舊金曲，導師為學員進行精心分析及示範，引導學員在音色控制感情演繹甚至台風造型等方面，去達到所需要的技巧，務求學員能即時應用，加深對演唱懷舊金曲之興趣及技巧。

報名地點：

屯門湖景邨湖碧樓 20-29 號地下

(電話：2466 5899)

屯門山景邨山景社區會堂

(電話：2467 3867)

屯門湖景邨湖翠樓 21-27 號地下

(電話：2457 3781)

屯門田景邨田裕樓 7-8 號地下

(電話：2454 9297)

屯門蝴蝶邨蝶影樓地下 126-130 號

(電話：2463 1663)

屯門建發里 4 號 5 樓 506 室

(電話：2180 2358)

參考網址：<http://www.tm-women.org.hk/>

本會有權修改各項課程資料、舉辦日期並保留最終決定權



2454 9297

上課地點: 香港黃金海岸獅子會梁麗貞服務中心(田景邨田裕樓 7-8 號地下) 電話:2454 9297

課程	日期	星期	時間	堂數	學費	對象	※內容※
兒童卡通畫班	4/9-16/10	六	09:00-10:30	4	450	6 - 12 歲	卡通陪伴小朋友成長，本課程導師會透過卡通人物畫吸引並教導小朋友不同實用的畫畫技巧，帶領學生進入卡通世界，認識及善用不同顏料畫具，同時訓練小朋友的觀察力和繪畫速度，以實踐到平日的畫作上。學員請自行帶 A3 size 畫簿，48 色油粉彩，廣告彩，圍裙及手套 (如需要)
進階兒童多元畫班 B 班		六	10:30-12:00	4	400	小二至小六	導師會教導學生認識不同顏料特性和實用畫畫技巧，讓學生能夠在平日畫作中，學以致用。學生自備:50 色油粉彩、12 色廣告彩、A3 畫簿、水彩碟、廣告彩筆 2,4,6,10,12 號各 1 支、小童圍裙和手袖(所有物品必須寫上姓名)
兒童多元創作畫室 A 班	4/9-16/10	六	10:20-11:20	6	390	3-6 歲	本課程以發揮小孩的創意和想像力為主題。導師會利用不同數字、英文字、圖形、顏色、形狀、以及不同材料:如粉彩畫、拼貼畫、水彩粉彩混色等塑材，帶領幼兒在愉快的環境中啟發創作。在畫畫的同時，教導小朋友英文詞彙及增強學習英文的自信心。
幼兒多元創作畫室 C 班			09:15-10:15				
幼兒多元創作畫室 D 班	3/9-15/10	五	15:25-16:25				
*跆拳道訓練 A	3/7-24/7 7/8-28/8 4/9-25/9	六	10:00-11:00	4	200	月計	教授跆拳道之基本理論、腳踢、手擊攻防法、實用自衛術、跆拳道比賽技巧。備註:學員上課時穿著運動服裝，必須為長運動褲動褲。師資:梁雪儀教練 (上課地點: 良田/大興體育館)
*跆拳道訓練 B			11:00-12:00				
幼兒英文特訓 A 班 (聽講讀寫)	4/9-9/10	六	15:20-16:20	6	480	5-8 歲 (K3 至小二之幼兒)	*材料費 \$50。資深導師由易入深透過不同主題/形式「聽、講、讀、寫」多元化教導幼兒學習英語，以故事/話劇/遊戲形式提升幼兒的閱讀興趣和能力，為就讀小學打好良好英文基礎。 材料費\$50
I Love Phonics D 班(初班)	4/9-9/10	六	14:15-15:15	6	480	3 至 6 歲幼兒 (K1-K3)	本課程以拼音(Phonics)方法教授，讓幼兒輕鬆地學習拼讀英文生字的技巧，以銜接小學課程。目的是讓幼兒把字音及字母聯繫，讓幼兒有信心地讀出英文，並從朗讀的過程中加強成功感。 材料費\$50
I Love Phonics F 班(初班)	3/9-15/10	五	14:15-15:15				
I Love Phonics G 班(初班)			17:40-18:40				
I Love Phonics E 班(中班)	4/9-9/10	六	16:45-17:45		530		資深導師教導學生由 26 個字母拼音+短元音/長元音，獨立且流暢地朗讀詞語/句子/短篇故事，以鞏固小學英文基礎。-Phonics 拼音練習 (生字/句子/閱讀理解) -默寫遊戲(拼音/生字/句子) -聆聽測驗每堂設有趣味及富挑戰性的活動/工作紙配合教學。材料費\$50

報名地點:

屯門湖景邨湖碧樓 20-29 號地下

(電話: 2466 5899)

屯門山景邨山景社區會堂

(電話: 2467 3867)

屯門湖景邨湖翠樓 21-27 號地下

(電話: 2457 3781)

屯門田景邨田裕樓 7-8 號地下

(電話: 2454 9297)

屯門蝴蝶邨蝶影樓地下 126-130 號

(電話: 2463 1663)

屯門建發里 4 號 5 樓 506 室

(電話: 2180 2358)

參考網址: <http://www.tm-women.org.hk/>

上課地點: 香港黃金海岸獅子會梁麗貞服務中心(田景邨田裕樓 7-8 號地下) 電話:2454 9297

課程	日期	星期	時間	堂數	學費	對象	※內容※
網上英文 升級課程	25/7-29/8 5/9-10/10	日	10:00-11:00	6	500	升 P1-P3	本班將按照教育局的課程指引, 採用英國劍橋大學的幼兒英文生字庫為藍本, 配合香港教科書的內容, 以風趣的教學手法, 協同學輕鬆地掌握英文生字的正確讀音、速效的串字方法, 並牢記常用字詞的解釋等, 令學習過程更暢順, 更見成效。
網上劍橋 英語課程	25/7-29/8 5/9-10/10	日	11:00-12:00	6	600	K2 或 以上	課程由資深導師精心編寫, 他們對考試均具豐富經驗及深厚認識。內容與孩子現時修讀的英語課程相輔相成, 透過具挑戰性及互動的活動, 讓孩子可以輕鬆地預備考試, 事半功倍建議修讀 18 堂, 完成後可自行或本會代報考劍橋少兒英語考試(考試費 starters \$605 / mover \$675)<如通過本會課內考試,出席率達 8 成(18 堂及考試合格, 亦可獲取本會修業證書>
小一全科預備 A 班	3/9-15/10	五	16:35-17:35	6	480	K3 幼兒 將升讀 小一	全科教授小朋友(中、英和數理), 幫助讓學員適應小學課堂生活。 - 提升學習的能力- 由淺入深的教導, 讓學生打好基礎銜接小一課程- 教材練習覆蓋小一課程。中文: 識字練習、詞語運用、作句、閱讀理解、默寫生字。英文: 認識生字、作句、閱讀理解、基礎文法、默寫生字。數學: 五個學習範疇「比較」、「分類」、「數據」、「方向」、「時間」*每堂設有工作紙/默寫遊戲。學員自行帶備文具和蠟筆 8 色* 材料費: 50
小一全科預備 B 班	4/9-16/10	六	11:35-12:35				
幼兒小小 藝術家	4/9-16/10	六	12:00-13:00	6	450	3- 6 歲	本課程導師將帶領幼兒探索藝術, 運用多種不同的材料製作手工, 並在製作過程中, 讓幼兒可以鍛煉小手的精細動作能力, 訓練幼兒手腦協調與專注力, 發揮創意力。 材料費: 50
英文數學精補 課程 A	4/9-25/9	六	14:00-15:30	4	240	P1-P6	針對學生學習英文和數學的困難, 透過補充練習, 有系統地幫助學生掌握學習英文的要訣。課程按各人進度情況, 因材施教。(包講義)
英文數學精補 課程 B			16:30-18:00				
英文文法精讀 課程			15:30-16:30		260		
升小一預備班	1/9-30/9	一至五	14:00 -15:00	月計	1100	K1-K3	鞏固各自特別弱的科目, 打好根基。預習新學年教難的科目。
課後託管服務	1/9-30/9	一至五	14:00-16:00	月計	1500	K3-P6	學習輔導, 義工活動, 課後活動(手工藝或團體遊戲學習等)。

報名地點:

屯門湖景邨湖碧樓 20-29 號地下

(電話: 2466 5899) 屯門山景邨山景社區會堂

(電話: 2467 3867)

屯門湖景邨湖翠樓 21-27 號地下

(電話: 2457 3781) 屯門田景邨田裕樓 7-8 號地下

(電話: 2454 9297)

屯門蝴蝶邨蝶影樓地下 126-130 號

(電話: 2463 1663) 屯門建發里 4 號 5 樓 506 室

(電話: 2180 2358)

參考網址: <http://www.tm-women.org.hk/>

本會有權修改各項課程資料、舉辦日期並保留最終決定權



2454 9297