



培僑小學

PUI KIU PRIMARY SCHOOL

香港柴灣小西灣富怡道 12 號 12 FU YEE ROAD, SIU SAI WAN, CHAI WAN, HONG KONG. 電話 Tel : 28977866 傳真 Fax: 28977883 網址 Website: www.pkps.edu.hk

C14-019

各位家長：

第十二屆「成功父母學堂」開學了！



您們好！「成功父母學堂」昂然邁進第十二個年頭。本學期，我們成功邀請不同機構的註冊社工和心理學家為大家舉辦講座，教導家長如何培養子女建立健康心靈和自主學習能力。此外，為使家長對升中選校有更佳準備，我們再次舉辦「升中全攻略」，這講座每兩年才舉辦一次，小五、六的家長又怎能錯過呢！在子女學習方面，培小老師繼續舉辦一系列講座及工作坊，向您們介紹培育子女學習的有效方法。興趣班方面，除了有跆拳道和太極班外，還有本校家長陳燕琴女士教大家扭汽球，於玩樂中拉近親子關係。

「成功父母學堂」的課程內容豐富多彩，歡迎大家踴躍參加。個別課程名額有限，如超額申請則以抽籤決定，會員優先，請從速報名！

2014-2015 年度學堂課程簡介：

年費：

- 每個家庭只需交年費五十元。
- 舊會員仍須重新登記成為學堂會員，並需繳交年費五十元。
- 年費用於課程和畢業禮支出，學堂會員可以參加畢業典禮，並可以免費借用畢業袍。

課程設計及計分方法：

- 本年度學堂課程分兩類別：專題講座/工作坊及興趣班。
- 課程於 2014 年 10 月份至 2015 年 6 月份，分上下學期舉行。下學期課程將於 1 月份公佈。
- 學堂學員有優先權參加任何課程。
- 每個課程有指定學分，取得指定總學分的學員，可於 2015 年 6 月份舉行的畢業典禮中獲頒發「培小成功父母學堂」畢業證書。已畢業的學員，如在本年度修滿 150 分或以上，可獲頒「成功父母學堂持續優秀學員」證書。



150 學分或以上獲頒畢業證書

200 學分或以上獲頒榮譽證書

- 學員將獲發「學員護照」以作記錄學分之用。「學員護照」稍後派發給有關學員子女代收，並請於上課時帶回。
- 學分並無年期限制，可以按年累積。

上學期（10月至1月）課程：

A. 講座/工作坊（歡迎會員及非會員參加，會員優先）

(A1) 家長講座：小一家長必修篇之「中文及英文科測考要求」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
講述一年級中、英兩科測考評核的內容、形式和能力要求，對家長協助子女溫習有很大幫助。	鄭曉棠主任/廖惠儀主任 黃穎詩主任/陸泳賢主任	10-10-2014 (星期五) 7:00-9:00 p. m.	一年級 家長	30	不限

(A2) 親子工作坊：「大手牽小手，閱讀同步走」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
父母對孩子閱讀習慣的形成，有舉足輕重的作用。如何在生活的細節上培養孩子的閱讀興趣？如何協助孩子養成閱讀的習慣？請不要錯過「大手牽小手，閱讀同步走」親子工作坊。	楊奕芳主任 鄧雪蓮老師	24-10-2014 (星期五) 7:00-9:00p. m.	一、二 年級 家長及學生優先	30	不限

(A3) 家長講座：「靜觀」減壓工作坊

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
只要內心平靜，智慧就得以發揮，自然能應付所面對的種種難關。「靜觀」就是一套調整身心的練習，主要目的是讓人提升對身體、情緒、感受、思想、行為、溝通及意識的覺察力，從而成為自己的主人。講者會帶領家長們一起認識及體驗「靜觀練習」，以提升心靈力量。	梁慧欣小姐 靜慧心智訓練及輔導 中心總監 曾任香港理工大學碩士及學士課程客席導師	31-10-2014 (星期五) 7:00-9:00 p. m.	全校 家長及學生	40	30

(A4) 家長講座：「目標夢想不可少，想法態度最重要」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
一個清晰的目標，對孩子成長十分重要。講座將探討家長如何協助孩子在學業、個人興趣和品格上訂立可達到的目標，及與孩子訂立實踐的方法，鼓勵他們向目標努力奮進。	浸信會愛羣社會 服務處註冊社工	21-11-2014 (星期五) 7:00-9:00p. m.	全校 家長	40	不限

(A5) 家長講座：「獨立自主與學習能力的相互關係」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
放手不會是失去，而是更多的擁有，培養孩子學習獨立自主能力的第一步，從父母「放手」開始。 講座能讓家長了解培養子女獨立自主的重要性，並學習如何培養子女的獨立自主能力。	香港中華基督教 青年會註冊社工	5-12-2014 (星期五) 7:00-9:00p. m.	全校 家長	40	不限

(A6) 家長講座：「升中全攻略」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
升中全攻略： 如何準備「中一自行分配學位階段」的面試。 如何在自行分配學位階段選擇合適的中學。 註：出席家長可獲講義一份	歐陽月玲主任	12-12-2014 (星期五) 7:00-9:00p. m.	五、六年級 家長及學生	30	不限

(A7) 家長講座：「兒童理財策略」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
如何令兒童建立正確理財觀念，考起不少父母。教導兒童理財需要教導他們由如何善用零用錢，到確立正確金錢觀念，至建立理財品德，令兒童按部就班掌握。 講座會講解如何協助孩子建立正確的金錢價值觀，培養他們的理財智慧。	陳偉強先生 何嘉偉先生 講者是資深理財顧問，曾於他校分享親子理財等相關主題	30-1-2015 (星期五) 7:00-9:00p. m.	全校家長	40	不限

B. 興趣班（歡迎會員及非會員參加，會員優先）

(B1) 親子興趣班：「汽球扭扭樂」

課程內容	講者	日期	對象	學分	人數
大人細路一同學習扭球，於玩樂中拉近親子關係。大家只要動動創意，就可以扭出心愛的動物和植物等，栩栩如生，活靈活現！ 備註：學員須繳交材料費 10 元（開課前收取）	陳燕琴女士 (葉銘軒家長)	16-1-2015 (星期五) 7:00-9:00 p. m.	各年級 家長及 學生	30	25

(B2) 成人跆拳道班課程

課程簡介	日期	地點	學分	人數
導師：杜亦皆總教練（香港跆拳道振武館館長） 對象：本校學生家長（子女參加跆拳道班之家長優先） 內容：教授跆拳道禮儀、套拳、基本踢法等。通過單動作練習，達至強身健體的效果。課程分上、下學期，按個人進度教授第八級(初級)至第五級內容。完成兩期後，家長能協助子女練習本年度教授之跆拳道課程內容。此課程經過調適，適合不同程度運動基礎人士參加。參加者只需穿著輕便運動服裝，如欲考級晉升，方需穿著跆拳道服。 學費：上學期 14 堂，每堂學費\$40，共\$560	上學期 10 月 9, 16, 23, 30 日 11 月 6, 20, 27 日 12 月 4, 11, 18 日 1 月 8, 15, 22, 29 日 (逢星期四) 7:00-8:30 p. m. (共 14 個星期)	一樓活動中心	每課 20	15-20

(B3) 楊式太極拳(八十五式) (星期二班)

課程簡介	日期	地點	學分	人數
導師： 邵玉英教練(太極總會認可教練、太極草堂會長、現任香港康樂及文化事務署太極教練) 鄭鳳鳴助教(太極總會認可教練) 對象： 本校學生家長(未曾修習過或祇對八十五式有粗略認識之人士) 內容： 「為兒女、學太極、儲健康」 如果你已開始慢慢要用金錢買健康的話，何不由現在開始學習太極，將你的健康慢慢儲存起來？ 學費： 全學年共 30 堂，上學期 15 堂，學費 600 元	上學期： 10 月 7, 14, 21, 28 日 11 月 4, 11, 25 日 12 月 2, 9, 16 日 1 月 13, 20, 27 日 2 月 3, 10 日 (逢星期二) 7:30 - 9:00 p.m. (共 15 個星期)	地下有蓋操場	每課 20	最少 8 人才開班

(B4) 楊式太極拳(八十五式) (星期三班)

課程簡介	日期	地點	學分	人數
導師： 邵玉英教練(太極總會認可教練、太極草堂會長、現任香港康樂及文化事務署太極教練) 鄭鳳鳴助教(太極總會認可教練) 對象： 本校學生家長(適合曾修習初班及中班之學員) 內容： 教授太極拳式，訓練學員人體意、氣、神融入外在的拳架，最終達致鬆、散、通、空的太極境界，長期修煉使人達致身、心、靈整體真正健康。 學費： 全學年共 25 堂，上學期 12 堂，學費 720 元	上學期： 10 月 8, 15, 22 日 11 月 5, 12, 26 日 12 月 3, 10, 17 日 1 月 14, 21, 28 日 (逢星期三) 7:30 - 9:00 p.m. (共 12 個星期)	地下有蓋操場	每課 20	最少 8 人才開班

課程名額有限，報名從速。申請表格請於 **9 月 26 日 (星期五)** 前交回班主任。

成功父母學堂統籌

校長

(歐陽月玲)

(吳佳筠)

二零一四年九月五日

致：培僑小學

C14-019

本人申請報讀以下課程(請以✓表示有意參加的課程)：

編號	課程	日期	費用	報讀
A1	講座：小一家長必修之「中文及英文科測考要求」	10-10-2014 (7:00-9:00 p.m.)	全免	
A2	親子工作坊：「大手牽小手，閱讀同步走」	24-10-2014 (7:00-9:00p.m.)	全免	
A3	家長講座：「靜觀」減壓工作坊	31-10-2014 (7:00-9:00 p.m.)	全免	
A4	家長講座：「目標夢想不可少，想法態度最重要」	21-11-2014 (7:00-9:00p.m.)	全免	
A5	家長講座：「獨立自主與學習能力的相互關係」	5-12-2014 (7:00-9:00 p.m.)	全免	
A6	家長講座：「升中全攻略」	12-12-2014 (7:00-9:00 p.m.)	全免	
A7	家長講座：「兒童理財策略」	30-1-2015 (7:00-9:00 p.m.)	全免	
B1	親子興趣班：「汽球扭扭樂」	16-1-2015 (7:00-9:00 p.m.)	材料費	
B2	成人跆拳道班課程	9-10-2014 至 29-1-2014 (逢星期四) 7:00 - 8:30 p.m.	\$560	
B3	楊式太極拳(八十五式)(星期二班)	7-10-2014 至 10-2-2015 (逢星期二) 7:30 - 9:00 p.m.	\$600	
B4	楊式太極拳(八十五式)(星期三班)	8-10-2014 至 28-1-2015 (逢星期三) 7:30 - 9:00 p.m.	\$720	

本人

1. ☐ 願意成為學堂會員。(須繳交 \$ 50)

2. ☐ 願意成為學堂會員，並報讀以下收費課程

☐ B2 \$560	☐ B3 \$600	☐ B4 \$720
共需繳交：年費\$50 + _____元 = (_____)元		

3. ☐ 不願意成為學堂會員，但仍想報讀以下收費課程

☐ B2 \$560	☐ B3 \$600	☐ B4 \$720
共需繳交：(_____)元		

本人選擇以 ☐ 支票 (支票抬頭「培僑小學法團校董會」，背後寫上家長姓名及學生姓名、班別)

☐ 八達通付款

如選擇以八達通付款，請各位留意以下扣款日期：

年級	一年級	二年級	三、四年級	五、六年級
扣款日期(星期)	9月24日(三)	9月25日(四)	9月26日(五)	9月29日(一)

本人有意擔任父母學堂課程的導師，希望負責主持_____講座/工作坊。

學生姓名：_____ 班 別：_____ (_____) 電話：_____

家長姓名：_____ 家長簽署：_____ 日期：_____