

西沙GO PARK

學童校外活動 - 精選推介

**GO
PARK**



**SAI
SHA**

校外活動最佳選擇 - 西沙GO PARK!

- ▶ 多元化活動體驗
- ▶ 切合香港教育局津貼指引
- ▶ 活動範疇涵蓋：
 - ▶ 體育及藝術發展
 - ▶ 推廣中華文化
 - ▶ 大自然及可持續發展教育
 - ▶ STEAM與普及創科
- ▶ 適合幼稚園、小學、中學學生參與
- ▶ 可按學校需求和預算，度身設計/修改活動內容



關於 西沙GO PARK

- ▶ 佔地共130萬呎
- ▶ 位處烏溪沙及西貢之間
- ▶ 坐擁馬鞍山與企嶺下海自然風光
- ▶ 提供多元化室內外體藝活動體驗
- ▶ 充足的開放空間和多功能配套設施
- ▶ 是孩童和運動愛好者的最新聚腳點



學童活動推介

大自然教育

森流

- ▶ **教育意義:** 推廣保育觀念，拉近人與大自然之間的距離，讓學童了解植栽與動物知識，內容涵蓋多樣化物種，包括爬行與兩棲、螃蟹、寄居蟹、蜘蛛和昆蟲等
- ▶ 推崇以自然為本的綠色生活，讓學生輕而易舉地接觸並了解動物和植物造景
- ▶ 適合4+兒童、青少年及各成年人士

活動項目:

1. 森林學校

學習概念:

- 主題: 我愛大自然，生命與環境，動物和植物
- 帶領學生探索戶外綠洲，尋找自然元素

課程內容:

- 動物互動前價值觀簡介
- 介紹不同動物的冷知識、特徵和照顧方式介紹
- 接觸小動物 (有蛇、蜘蛛、樹蛙、變色龍) 及拍照

• 活動收費: \$4,800 (40人)

2. 參觀工作室 (西沙GO PARK)

學習概念:

- 主題: 我愛大自然，生命與環境，動物和植物

課程內容:

- 實地了解大自然工作室的運作，與動物面對面
- 約1小時 每人\$200 (20人起)

* 可按學校需求和預算，度身設計/修改活動內容。



- **教育意義:** 認識中國傳統樂器與西洋樂器的分類與特色，以及中國傳統樂器的歷史與文化背景

幼稚園 K2-K3 至 小學生

課程一：西洋樂器與中樂樂器認識配對體驗課程

📌 課程目標

- 認識西洋樂器與中國傳統樂器的分類與特色
- 提升學生音樂欣賞能力
- 培養團隊合作與聆聽能力
- 加深對中華文化與西方音樂文化的理解

📖 課程內容

- 導師講解不同樂器的種類及分類 (如弦樂、敲擊樂、吹管樂等)
- 播放不同樂器示範音色，分析其特色
- 現場展示西洋及中樂樂器
- 學生可近距離觀察及體驗

📖 互動小組挑戰環節

- 導師播放指定音樂片段
- 學生分組分類聲音屬於哪類樂器
- 進行配對及答題活動

🕒 課程時間: 60分鐘

👥 人數安排: 最少 8 人成班，上限 30 人
(如需更大人數安排，可另行商討)

🎯 適合對象: 幼稚園 K2-K3 至 小學生

💰 收費: 每位學生 HK\$130

中學生

課程二：古箏速成體驗課程

📌 課程目標

- 認識中國傳統樂器古箏的歷史與文化背景
- 了解古箏與西洋樂器的分別
- 體驗基礎演奏技巧
- 提升學生對中華文化藝術的興趣

📖 課程內容

- 古箏歷史及文化背景講解
- 古箏與西洋弦樂器比較分析
- 基本演奏方法及指法示範
- 專業導師現場演奏示範
- 學生輪流體驗古箏演奏
(現場配備少量古箏作輪流體驗)

🕒 課程時間: 90分鐘

👥 人數安排: 最少 8 人成班，上限 30 人
(如需更大人數安排，可另行商討)

🎯 適合對象: 中學生

💰 收費: 每位學生 HK\$200

* 可按學校需求和預算，度身設計/修改活動內容。



舞蹈



- ▶ **教育意義:** 舞蹈是舞者配合音樂節奏，以身體動作大、小、強、弱，以非文字的方式，描繪情緒甚至帶有故事性的藝術品
- ▶ 此動旨在帶領孩子感受音樂及身體的連結，認識中華禮樂文化、爵士舞，並享受舞蹈的樂趣
- ▶ **適合4-8歲兒童**

活動項目:

1. 爵士舞體驗班

活動流程 (約1.5~2小時):

- 熱身小遊戲
- 音樂辨識
- 平衡感及協調性訓練
- 舞蹈小品
- 道具製作
- 成果分享

得着:

體能發展

- 透過跨步、跳躍、旋轉等動作，增強孩子的平衡感、協調性與大肌肉群。
- 音樂律動結合舞蹈，提升耐力與柔韌度

藝術涵養

- 爵士舞的節奏感與表演性，讓孩子在舞蹈中感受美感與創意
- 融入故事或角色扮演，培養孩子的想像力與藝術表達

活動收費: \$3,600

人數預算: 40 - 60人

2. 中國舞與中華禮樂文化

活動流程 (約1.5~2小時):

• 舞蹈示範

以扇舞或水袖舞作示範，展現中國舞的優雅與韻律，同時透過舞姿傳遞「剛柔並濟」的特色

• 簡單介紹中國舞

導師透過簡單故事或圖片輔助，讓學生從中認識意涵包括禮儀、詩意和民族多樣性；以及服飾與道具如：扇子、水袖、燈籠等的特色

• 道具製作

• 學習跳舞技巧

導師教授簡單的舞蹈動作，例如：手勢舞、基本步伐。再師生分組練習，體驗舞蹈的美感

• 成果展示

以小組進行表演與老師一起感受成果

• 互動環節

* 可按學校需求和預算，度身設計/修改活動內容。

兒童攀石



- ▶ **教育意義:** 透過攀爬體驗，訓練體能、意志和正面思維，學會從失敗中成長，挑戰更高難度，登上屬於自己的高峰
- ▶ JUST CLIMB 是由前香港攀石代表隊運動員何善揮先生創立的攀石場
- ▶ 提供各類攀石活動
- ▶ 適合4+兒童、青少年及各成年人士

活動項目:

1. 團體課程優惠 (學校/機構)

原價：\$330 / 攀爬者

優惠價：\$200 / 攀爬者 (20人以下)

\$130 / 攀爬者 (20人以上)

活動時間：共四堂 (每堂1.5hrs、共 6hrs)

適合年齡: 4歲或以上

最少10人、上限30人

帶隊老師免費入場

備註: 完成後可獲取攀爬證書、已包括租借場地租用費、教練費及第三者責任保險費 (不包括意外保險費)

2. 單次試玩優惠

原價：\$330 / 攀爬者

優惠價：\$250 / 攀爬者

活動時間：共一堂 (2hrs)

適合年齡：4歲或以上

人數 15人 (最少)

師生比例 1:15

活動流程：

15分鐘 - 介紹、安全簡介、著安全帶

15分鐘 - 熱身、教練示範

1小時 - 輪流攀爬登頂體驗

30分鐘 - 放鬆肌肉、影相合照

備註: 完成後可獲取攀爬證書、已包括租借場地租用費、教練費及第三者責任保險費 (不包括意外保險費)

* 可按學校需求和預算，度身設計/修改活動內容。



教育意義:

- ▶ 融入STEAM教育元素，結合科學原理與藝術創作，釋放學童想像力
- ▶ 從科學實驗到藝術創作，以「流體的藝術」為主題的互動體驗，探索流動中的創意科學

活動項目:

參與者將透過三項獨特活動，感受流體動態的奧妙，激發創意與協作能力：

1. 派對毛毛球 - 每位\$98

利用輕盈材質，製作色彩繽紛的浮空毛毛球。從組裝、設計到操控，體驗流體力學的趣味應用，同時鍛煉手眼協調與耐心。

2. Ohana 液態能量實驗室 - 每位\$138

以安全材料模擬神秘能量流體，透過混合、調色與反應觀察，探索黏度、密度與色彩變化的科學原理。

3. Amoeba 流體畫- 每位\$198起

將顏料自由傾灑於畫布，透過搖晃、傾斜創造獨一無二的流動紋理。無需繪畫基礎，即可創作出充滿藝術感的作品，療癒身心且促進團隊交流。



身心靈運動 - 普拉提



教育意義:

- ▶ 完成動作的成就感，有助孩子建立積極的自我形象及自信
- ▶ 增強身體控制力，提升專注力與協調度

活動項目:

青少年普拉提

- 對象：8歲以上兒童及青少年
- 特色：著重於柔韌性、核心力量及正確姿勢的培養
- 專業師資：每節課程均由一位經驗豐富的專業導師帶領，確保每位學員的安全並獲得充分指導
- 課程長度：每節55分鐘，節奏緊湊，有效利用時間
- 活動費用：每位 \$180
- 名額限制：每節課程上限 50人

課前準備與服飾建議:

- 服裝：請穿著貼身的運動服（如瑜伽服）或舒適吸汗的運動服，以便導師觀察動作是否標準
- 鞋襪：課程需穿著「普拉提防滑襪」或普通運動襪，以保障地面動作的穩定性與安全

* 可按學校需求和預算，度身設計/修改活動內容。



室內活動場地

- ▶ 可安排導師與全體學生一同於此場地進行體驗活動，令活動流程管理更容易、更輕鬆
- ▶ 近5,000平方呎的多用途室內活動場地
- ▶ 可容納近200名學生進行室內活動
- ▶ 可提供基本設備，如枱、櫈、揚聲器等





請即與我們校外活動專員聯絡，
讓學生體驗別具特色的校外活動！

Ms. Ada Kwok / Ms. Winky Wong / Mr. Tiky Chui
電話：3168 2528

Mr. Calvin Chan
電話：2828 8207