



保良局陸慶濤小學正向教育計劃

持續推行正向教育，培育學生擁有
「陸慶濤之星」特質

陸慶濤之星特質



L Love 愛與關懷、感恩



H Humbled 謙遜有禮



T Teamwork 團隊精神、包容尊重



S Self-regulation 自我規範、管理

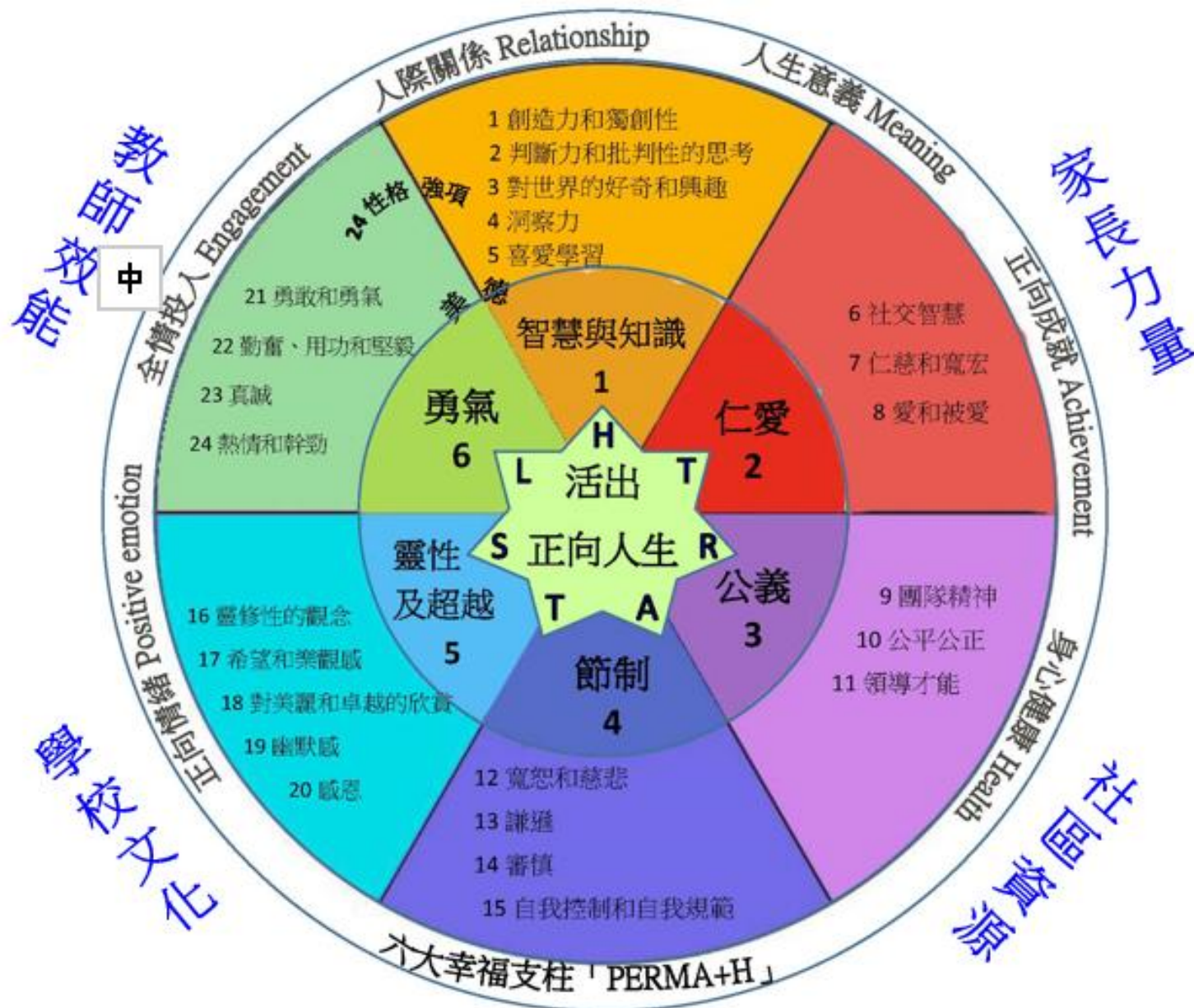


T Talent 才能發揮



A Acceptance 接納欣賞

R Responsible 盡責自律





保良局陸慶濤小學正向教育計劃

21-22年度預備年保良局團隊與本校商議後，選取下列四項推行主題，包括：

22-23年度推行主題

- (1) 性格強項
- (2) 正向情緒

23-24年度推行主題

- (1) 性格強項
- (2) 正向情緒
- (3) 正向人際關係
- (4) 成長型思維/成就感

24-25年度推行主題

- (1) 性格強項
- (2) 正向情緒
- (3) 正向人際關係
- (4) 成長型思維/成就感
- (5) 身心健康





24-25年度 推行主題

正向
情緒

身心
健康

正向人際
關係

性格
強項

成長型
思維



教師



學生



家長

學習
LEARN

教師培訓

家長教育

教學
TEACH

正向教育
課程

活出
LIVE

不同形式
的活動、
推廣、
鼓勵

融入
EMBED

校園環境、
習慣/
措施/
政策

「5P框架」

學校政策 (Policy)

環境佈置 (Place)

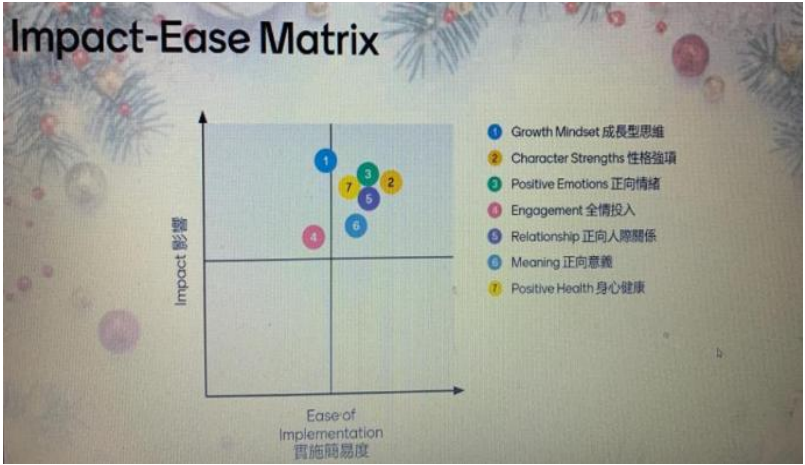
學校活動 (Program)

日常實踐 (Practice)

人物 (People)



保良局教育心理學家為本校教師及家長主持正向教育教師工作坊、正向教育家長講座、正向親子工作坊



功課

① 啟形圖

② 正向鼓勵印件

③ 正向回饋

④ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑤ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑥ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑦ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑧ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑨ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑩ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑪ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑫ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑬ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑭ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑮ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑯ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑰ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑱ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑲ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

⑳ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉑ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉒ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉓ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉔ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉕ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉖ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉗ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉘ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉙ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉚ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉛ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉜ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉝ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉞ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㉟ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊱ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊲ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊳ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊴ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊵ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊶ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊷ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊸ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊹ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊺ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊻ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊼ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊽ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊾ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡

㊿ 又/母親節 → 禮物 + 心意卡



FEEDBACK

肯定學生的努力!

Good TRY!

你好好!

乖仔 乖女!

寫手冊 讚學生

致電家長 讚美學生行為

性格寶石貼子

指出學生什麼行為或專業做得好!

Profile Reframe

失敗 → 失敗 → 失敗

鼓勵 再鼓勵

(成功之母!)

比較自己不比較別人

環境佈置

學生作品 展覽 (佈滿校園)

小休時 閱讀時 播放輕音樂

關心校園相片

鄰近牆畫 (學生作品)

鮮豔 開心喜色 (各樣色) + 外花

鮮花 + 花草 (學生作品)

教室的正向壁紙板 (各層)



24-25年陸慶濤小學正向教育課程規劃

年級	正向情緒 (上)	正向人際關係 (上)	身心健康 (下)	性格強項 (下)	成長型思維/成就感 (下)	節數
P.1	P1.1 情緒萬花筒 P1.2 我很快樂 P1.3 情緒炸彈 (2)	R1.1 我的連繫網 R1.2 心連心 R1.3 學習表達愛和關心(一) R1.4 學習表達愛和關心(二) (4)	H1.1 情緒溫度計 H1.2 五指鬆一鬆 H1.3 健康大食會 (3)	CS1.1 優點放大鏡 CS1.2 我的自傳(一) CS1.3 我的自傳(二) (1)	A1.1 成功數數 A1.2 泡泡頭和磚頭頭 A1.3 暫時未得(一) (3)	6+7 13
P.2	P2.1 我有我感受 P2.2 快樂觀察員 P2.3 品味進食 P2.4 快樂推銷員 P2.5 快樂推銷員(三) (3)	R2.1 朋友薄餅 R2.2 好朋友的特質 R2.3 結交新朋友 R2.4 友情地毯 (3)	H2.1 時間管理員 H2.2 我的選擇 H2.3 我可以選擇樂觀 (3)	M2.2 助人手掌 CS2.1 齊欣賞強項 (1)	A2.1 暫時未得(二) A2.2 我做得嗎? A2.3 感受成就感* (3)	6+7 13
P.3	P3.1 認識感恩 P3.2 表達感恩 (2)	R3.1 我們的部族 R3.2 傳情達意「智」多 FUN R3.3 水桶的故事 + R3.4 加水行動 (3)	H3.1 身心鬆一鬆 H3.2 建立內在樂觀感 H3.3 鼓勵的力量 (3)	CS3.1 人人有強項 CS3.1A 齊欣賞強項(補充課) CS3.2 用行動實踐強項 (2)	A3.1 會成長的腦袋 A3.2 一個關於腦袋的秘密 A3.3 最好的錯誤 (2)	5+7 12
P.4	P4.1 焦慮與恐懼 P4.3 處理負面情緒 (2)	R4.1 別人眼中的你 R4.2 有建設性的回應(一) R4.3 有建設性的回應(二) (3)	H4.1 勇者無懼? H4.2 伸手可及的祝福 H4.3 方法寶藏 H4.4 求助地圖 (4)	CS4.1 性格強項-察覺 CS4.2 察覺自己的性格強項 CS4.3 性格強項之高山低谷 CS4.4 好人好事 (2)	A4.1 成長型思維大腦 A4.2 成敗歸因 (2)	5+8 13
P.5	P5.1 憐憫之心 P5.3 給自己的信 (2)	R5.1 組員之間的尊重 R5.2 團隊建立(一) R5.3 團隊建立(二) (3)	H5.1 神奇魔法棒-想法 H5.2 打擊「想法」怪獸 (2)	CS5.1 從性格強項去行動 CS5.2 Go Go Goal (2)	A5.1 訂立目標 A5.2 可達到的目標 (2)	5+6 11
P.6	P6.1 我的孩童時代 P6.2 期待記憶球 (2)	R6.1 How open are you? R6.2 Mission impossible? R6.3 衝突中的 5 種動物 R6.4 衝衝衝 R6.5 身邊的人知多少 R6.6 共享午餐大行動 (6)	H6A 補充課： 想法如何影響我 H6.1 身心健康日 H6.2 聆聽·靈聽 (3)	/	/	2+9 11



24-25陸慶濤小學正向教育計劃活動

◆ 讓我閃耀「性格寶石」計劃

老師按學生的良好品德行為，派發不同的性格寶石，鼓勵教師多運用正向語言及發掘學生不同的性格強項，從而建立學生自我規範



◆ 陸慶濤性格巨星

中、英、數、綜合人文、科學及班主任按學生的良好行為，派發不同的性格寶石，學生每項獲得5枚或以上性格寶石將被評為該項美德的陸慶濤性格巨星



◆ 活出正向人生「LHT STAR」獎勵計劃

此獎勵計劃是與不同的訓輔計劃同時進行，達至相輔相成的目的，訓輔組將24個性格強項簡化為18個，讓學生評量自己在校六方面的美德表現，然後再由老師作進展性評估、表揚及輔導，學生檢視各項表現，作出檢討及改善！

◆ 美德至叻星

活出正向人生「LHT STAR」獎勵計劃獲得最多「表現出色，了不起」的同學被評為美德至叻星，早會進行表揚，建立學生模範



◆ 正向態度助成長

班主任在六項美德評語為「繼續堅持，要進步」最多的學生，邀請學生出席聚會，讓同學具體了解美德的應有態度及要求，鼓勵作出改善

活出正向人生「LHT STAR」獎勵計劃
正向人生樂滿 Fun

姓名: _____ () 班別: _____

請學生於德育課時，由班主任帶領進行「學生自評」，請圈出適當的分數(4分最高，1分最低)，然後交由班主任作教師評量，再交回家長簽署確認。

內容	第一期	第二期
日期(學生自評於德育課時進行)	28/11/22	16/5/23
(一) 智慧與知識		
1. 對身邊不同事情、話題都感興趣，會積極參與課堂活動。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
2. 作出決定時會先聆聽，根據不同確切的證據去作結論。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
3. 在遇到困難和問題時，不怕失敗，堅持嘗試不同方法解決。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
學生填寫「智慧與知識」總分	/12	/12
(二) 仁愛		
4. 樂於幫助及照顧他人，別人請我做事，不會推諉。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
5. 用言語去表達自己的想法和感受，說好話，關心及鼓勵他人。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
6. 在不同場合中，要有尊重的態度及合宜的表現。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
學生填寫「仁愛」總分	/12	/12
(三) 公義		
7. 在班級或團隊中，能積極參與，具團隊精神。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
8. 做事公平公正，為人正直，有正義感。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
9. 做事有領導才能，鼓勵組員一起完成任務，維持團隊和諧。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
學生填寫「公義」總分	/12	/12

讓家長了解子女的成長

正向的字句

(四) 節制			
10. 為人謙遜有禮，有包容之心，原諒別人的過錯。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
11. 個人有自制能力：懂得自我管理，如時間、金錢。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
12. 做事審慎有條理，作出選擇時要考慮後果。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
學生填寫「節制」總分	/12	/12	/12
(五) 靈性及超越			
13. 欣賞生活中美好的人和事，懂得感恩，獲得滿足及快樂。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
14. 樂觀有趣，面帶笑容，能保持良好的情緒。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
15. 有正確的信念，面對逆境，盡力克服。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
學生填寫「靈性及超越」總分	/12	/12	/12
(六) 勇氣			
16. 勇敢面對不同挑戰，堅毅，努力地學習及逐一完成。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
17. 正直誠實不說謊，遵守諾言以真心對己待人。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
18. 懷著熱情與幹勁，勤力去完成目標，不會半途而廢。	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆	4 3 2 1 ☆ ☆ ☆ ☆
學生填寫「勇氣」總分	/12	/12	/12
學生填寫六種美德的總分	/72	/72	/72
派發給家長簽署日期	2/12/22(星期五)	18/5/23(星期四)	

請家長每次簽署後交回

註：☆表現出色，了不起 ☆☆做得好，欣賞您 ☆☆☆加油，努力，支持您 ☆☆☆繼續堅持，要進步

C. 教師評分標準：

☆：表現出色，**我可以**
了不起

☆☆：加油，努力，**支持您**

☆☆☆：做得好，**欣賞您**

☆☆☆☆：繼續堅持，**要進步**



校園電視台德育課節目



愛的語言二：有質素的時刻

全神貫注：把專注力放在對方身上，不會一邊工作，一邊和別人聊天

同在在一起：一起做大家感興趣的事，例如一起下棋

有質素的對話：說話時用心聆聽他人的話。例如：了解別人感覺、保持眼神接觸及留意對方肢體語言

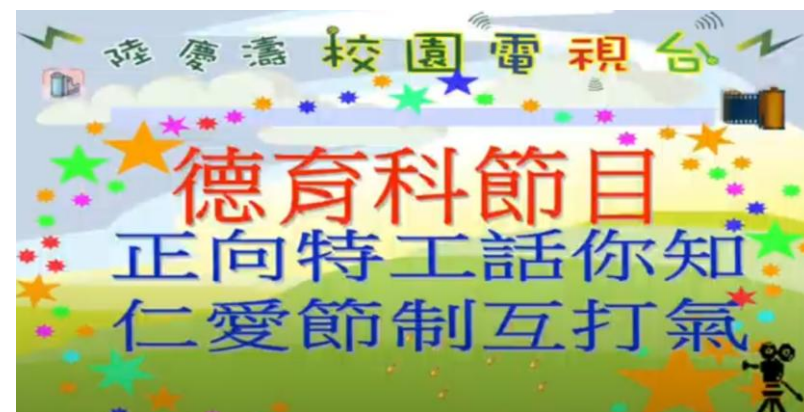
表達自己：表達自己想法、感受及經驗，讓別人認識你，學習用「我」字來表達，例如「我」今天很開心，因為老師讀我很努力練習跑步



運用觸覺，張開雙手，握著目前美好事物，感受當中的溫度、質感、大小



嘗試控制自己的呼吸，深深的吸氣、感受週遭的氣味，心裡默數5-10秒，再呼氣



價值觀正向教育分享園地



◆ 營造正向校園環境，傳遞正能量訊息

在校園當眼處展示與正向文化有關的字句或訊息，讓老師、學生及家長了解，多元化營造正向校園氣氛



◆ 營造正向校園環境，傳遞正能量訊息

在校園當眼處展示與正向文化有關的字句或訊息，讓老師、學生及家長了解，多元化營造正向校園氣氛



雨天操場壁報內容

◆ 正向課室設計比賽(分初中高級組別)

透過班際參與活動設計比賽，加強課室氛圍，有助教師及學生的投入參與



梯間佈置

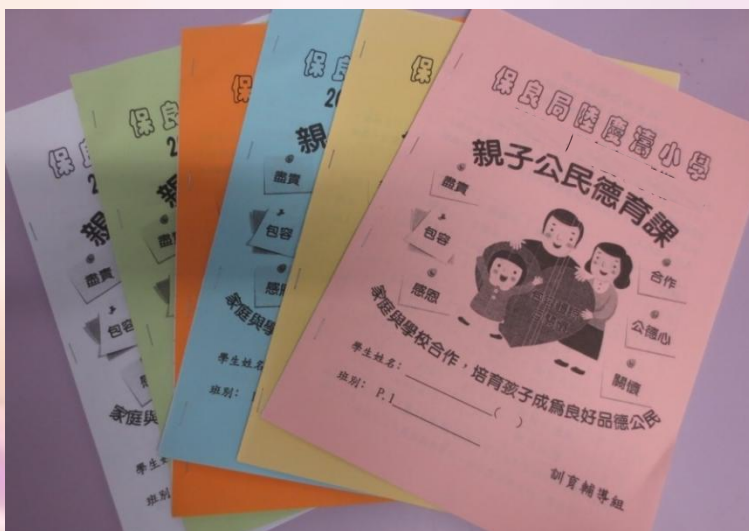


正向教育課程



公民及國民教育德育成長課

校本正向教育親子公民德育課



◆ 小一小二正向活動日

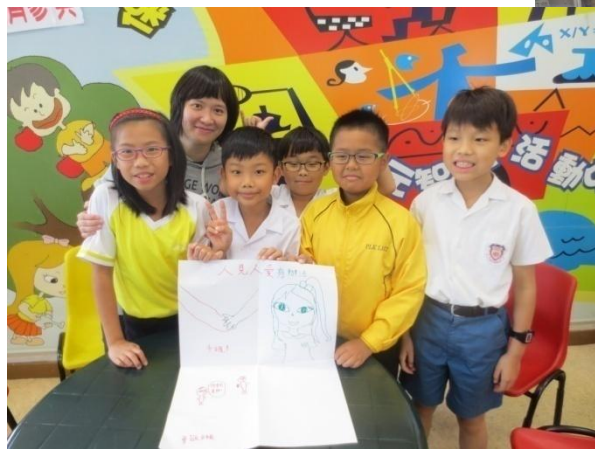
學生輔導主任、老師、青年協會社工及家長義工一同帶領活動，讓學生從正向教育輔導活動中體驗體各項美德

	年級	活動
第一次	P.1	正向輔導活動：勇敢毅力成長樂
	P.1	正向輔導活動：自制孩子人人讚
	P.2	正向輔導活動：營營式健康營
	P.2	正向輔導活動：謙遜孩子逐個捉
	P.1-P.2	正向輔導活動：建立正向情緒活動(一)
第二次	P.1	正向輔導活動：共建快樂校園
	P.1	正向輔導活動：整潔儀容、微笑行動
	P.2	正向輔導活動：健康小食多滋味
	P.2	正向輔導活動：社交智慧齊齊學
	P.1-P.2	正向輔導活動：建立正向情緒活動(二)
第三次	P.1	正向輔導活動：我是時間小主人
	P.1	正向輔導活動：感恩孩子人人愛
	P.2	正向輔導活動：小小健力士
	P.2	正向輔導活動：公民公德知多少
	P.1-P.2	正向輔導活動：正向人際關係知多少
第四次	P.1	保護自己學習活動：如何避免侵犯
	P.1	正向輔導活動：誠實正直好孩子
	P.2	正向輔導活動：快樂生活小貼士
	P.2	正向輔導活動：正向溝通有妙法
	P.1-P.2	正向輔導活動：正向意義大本營



校康活動時段
家長義工到校協助

正向成長工作坊



級別	主題	齊體驗 常參與特色	多關顧學生需要而引領出目的
P.1	愉快校園顯繽紛	➢ 砌積木、玩遊戲 ➢ 小組選舉最佳表現獎	✓ 從遊戲中學習合作、守紀及禮貌的精神。
P.2	學習專注工作坊	➢ 觀看圖片 ➢ 學習專注好處	✓ 提升觀察及專注力、明白守紀及合作態度，有助提升學習成效
P.3	和平教育工作坊	➢ 觀看善導會製作短片 ➢ 情景討論及小組分享	✓ 瞭解與人相處應有的態度 ✓ 如有困難應向老師求助
P.4	人見人愛有辦法	➢ 設計海報 ➢ 小組討論人見人愛元素	✓ 明白個人衛生及良好行為，有助提升人際關係
P.5	和諧校園齊創建	➢ 觀賞短片 ➢ 小組討論及分享辯論	✓ 掌握與人相處的技巧 ✓ 學習朋友雙贏之道 ✓ 杜絕校園欺凌問題
P.6	「人生過山車」 互動遊戲工作坊	➢ 從遊戲中體驗成長過程面對的種種困難與挑戰	✓ 勇敢面對及克服逆境 ✓ 向成年人求助及找出改善方法

正向家長日

(1) 親子情緒翻翻樂	(2) 親子合力布袋闖高峰	(3) 親子合力層層疊
(4) 細味生活知多少	(5) 性格寶石人物大追蹤	(6) 正向遊樂園眼力大挑戰



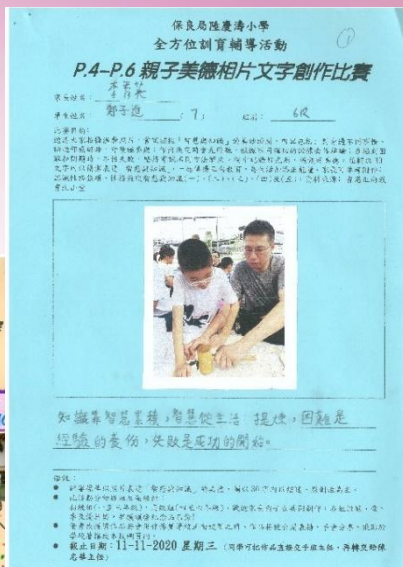
鳴謝：

- (一) 香港青年協會賽馬會苗茵青年空間提供「親子情緒翻翻樂」、「親子合力布袋闖高峰」及「親子合力層層疊」攤位遊戲。
- (二) 教育局正向家長運動提供「玩轉親子樂」展板。
- (三) 凡參加以上任何一個活動皆可獲蓋印一個，集齊一定數量的蓋印可得禮物乙份！



◆ 親子美德相片文字創作比賽

記錄好光影，滿載好美德，傳揚正向教育，提供訊息、網路連結及家長參考資訊：認識性格強項，協助家長逐步認識正向教育，為生活加添正能量



親子美德相片文字創作比賽

上學期，訓輔組邀請學生及家長拍攝溫馨照片，嘗試捕捉日常生活中的美妙瞬間，記錄好光影，滿載好美德，並輔以30文字內以簡潔表達主題，一起傳揚正向教育，為生活加添正能量。比賽已經圓滿結束，初級組有101個家庭參加，而高級組有128個家庭參加，感謝各位家長和同學的踴躍支持！是次參賽作品水準甚高，作品都能突出主題，要選出得獎作品出真不容易呢！

初級組 - 主題為「公義」

我希望成為班長，作為同學的模範，帶同學成為正直和守規的好學生。
1R 陳柏衡

香港是我家，清潔愛護靠大家。我們不應該亂丟垃圾，應該把它丟到垃圾桶裏，如果看到分類箱就應該按指示把不同的垃圾丟進相應的垃圾桶裏，做一個好市民。
3S 楊洛盈

我的家有四個人：爸爸、媽媽、哥哥和我。我們每人都有自己的職責。我們彼此關心、合作、支持。我很愛我的家。
1R 梁鈞純

親子美德相片文字創作比賽

高級組--主題為「節制」

(1) 原諒弟弟搶走自己的書本。
(2) 每日設定30分鐘學習新詞語。
(3) 想買新玩具，先想有無需要，再決定買不買。
(4) 覺得今次畫畫很好，下次要保持水準，更加努力，畫得更好。
4D 劉穎珊

我每天放學後，都會自行完成功課並練習樂器，才去打遊戲。無論媽媽不在家中，我也會自律，控制好時間。
6R 劉卓璋

這圖片表示我們要節制，在買玩具的時候要想清楚是想要還是需要，價錢和耐不耐玩。
6R 陳成源

「親子美德相片文字創作比賽」優異獎名單如下：

初級組

- 1L 范俊傑
- 1R 林駿逸
- 1D 高晉熙
- 2R 張紓浚
- 2R 蔡齊殷

高級組

- 4L 李卓琳
- 4D 張貝山
- 4D 蕭苡穎
- 5D 范俊仁
- 6L 張晰皓

得獎作品刊登於學生報「陸幼苗」內

學生義工服務

小息服務學習計劃：P3-6學生帶領P1-2同學進行桌上遊戲



愛心哥哥姐姐計劃：P6學生照顧P1學生適應小學生活



愛心傳城親子義工大行動

透過家長與子女一起參與義務工作及家長積極參與學校舉辦的活動，不單能加強彼此溝通，促進親子關係和塑造學習型家庭生活模式，對孩子進行言教身教，功效尤為顯著。臨近聖誕節，本校將安排上述親子義工服務，透過探訪的過程，讓孩子了解「施比受更有福」的概念及培養學生向曾對社會作出貢獻的長者表達關懷。



陸小正向好精神祝福活動

上下學期「陸小好精神祝福週」活動，同學們踴躍參與，發揮大家的性格強項。上學期在寒意漸濃的十二月，同學們化身「幸福小天使」在5天分級親手製作藏有暖心話語的「祝福刮刮卡」，將祝福送給師長、同儕，也留一份鼓勵給自己。



下學期活動升級為「端午祝福五彩繩」，將傳統文化與心靈關懷完美融合。五彩繩承載五行智慧，同學精心挑選「端午祝福五彩繩」，加上打氣祝福卡送贈同學，祝福別人及關懷自己。此外，是此本校的家長義工亦非常支持，每天都有不同的家長義工到學校協助活動進行。共證家校合作的力量！



香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心舉辦
《身心守護隊@尋找復活彩蛋》活動
榮獲「團體精神優異獎-最積極參與學校」



2009-2025本校連續15年獲香港基督教服務處頒發
「關愛校園獎勵計劃」優異獎

訓輔組繼續以「一個學生也不能少」的關愛精神為本，
推行全方位輔導服務活動。

榮獲2024「賽馬會
眾心行善年度
十大愛心學校」

