



保良局陸慶濤小學 家長教師會



校址：將軍澳寶林邨 電話：2701 0011 傳真：2704 0400
電郵：info@plklht.edu.hk 學校網址：<http://www.plklht.edu.hk>

會訊

二零二五年十二月

主席的話

匆匆又一年，2024-2025 繼續是同學們豐收的一個學年。看着同學在老師的帶領下，於各個範疇大放異彩，作為陸小家長確是既自豪，又感恩！除了感謝學校給予很多機會給同學發光發亮外，更加感謝黃校長讓我校的光芒被外界所看見。讓同學獲得更大的肯定和鼓勵。

藉此，我亦想代表家教會，感謝各位家長於過去一年積極投入家長義工工作，協助學校進行不同活動，讓孩子經驗豐富的校園活動。有賴大家的參與，我們才能實踐出「家校同行」的理念，讓孩子受益不淺。期望於這學年的義工活動中再見到大家，繼續齊心打造同行、互愛的氣氛。

大家期待已久的新校舍已開始動工。在充裕的空間和更完善的配套下，相信老師的教學效能可更進一步提升，而學生必定擁有更多姿多彩的校園生活。陸小學生確是幸福滿滿！

最後，祝願各位孩子健康活潑、樂於學習，各位家長生活美滿！



梁梁穎嵐女士
2024-2025 家長教師會主席



第十六屆常務委員會委員名單

家長委員（由左二起）：毛美玲女士 王愛慈女士 周玉兒女士 許安妮女士 梁梁穎嵐女士
梅 珩女士 譚敏儀女士 徐德來先生 梁愛玲女士 吳國安先生
陳思韻女士 王穎賢女士

教師常委：陳慧芝副校長 馮山明主任 邢惠民主任

2024-2025

學校與家長的聯繫及家長教師會活動一覽表

日期	活動內容
24/8/2024	小一新生家長日
29/8/2024	親子快樂迎小一家長講座
10/9/2024、24/9/2024 及 8/10/2024	家長義工包圖書
9-12/9/2024	小一午膳關顧義工
10/9/2024	敬師日
13/9/2024	家長義工聚一堂
21/9/2024	家長教師會講座——如何協助子女迎接考試
27/9/2024	逆風同行——承傳抗逆的寶藏家長講座
27/9/2024	家長教師聚一堂
10/2024-11/2024	正向親子活動： P.1-P.3 齊來學節制比賽 P.4-P.6 友愛／仁愛齊加油比賽
7/10/2024	小一小二正向輔導活動——輔導準備會議
14/10/2024、4/11/2024、 18/11/2024、13/1/2025、 23/1/2025 及 19/2/2025	小一小二正向輔導活動 家長義工攤位協助及秩序管理
18/10/2024	「愛心健康飯盒製作班」及「陸小鬆—鬆茶座」活動
29/10/2024	「玩遊戲挑戰成長思維」親子工作坊
31/10/2024	萬聖節慶祝家長義工服務
11/2024-12/2024	捐贈物資給長者中心及繪畫聖誕卡向長者致敬
11/2024-12/2024	愛心傳城義工大行動訓練工作坊
15/11/2024 及 30/11/2024	聯校網上家長講座：透過體能活動提升子女的學習效能 保良局《培育幸福的孩子——身心健康》身心健康
16/11/2024	第一次家長日：正向身心健康及有獎正向親子活動
14/12/2024	愛心傳城親子義工大行動
20/12/2024	聖誕聯歡會家長義工扮聖誕老人派禮物

日期	活動內容
11/1/2025	成為孩子的情緒教練網上講座
21/1/2025	慶回歸中華文化日家長義工服務
15/2/2025	網上家長講座：《快樂的秘訣——培養感恩樂觀的心》
17/2/2025 及 8/7/2025	家長義工：清潔比賽評審
6/3/2025	陸運會家長義工服務
8/3/2025	關注精神健康 提升學習效能家長講座
16/3/2025	保良局慈善步行
17/3/2025	聯課活動：iJunior 德育攤位遊戲
21/3/2025	網上家長講座：如何提升子女的精神健康
26/3/2025	P.1-P.3「正向溝通歷奇遊戲」親子工作坊
12/4/2025	第二次家長日：正向身心健康家長日有獎親子遊戲及親子義工服務
30/4/2025	水運會家長義工服務
4/5/2025	家長教師會親子旅行
10/5/2025	網上家長講座：《靜觀力量——家長心靈的修練》
13/5/2025 及 14/5/2025	紅樹林實地考察家長義工服務
16/5/2025	網上家長專題健康講座：不再拖延
13/6/2025	彩虹繩結吊飾之好精神親子工作坊
19/6/2025	P.4-P.6 優秀領袖親子訓練日營
26/6/2025	「中小銜接齊協力 升中適應有妙法」中小聯校升中家長工作坊
26/6/2025	P.1 故事大使
2/7/2025	P.2 故事大使
2/7/2025	答謝家長義工早會頒獎禮
2/7/2025	水拓編染藝術（浮水畫）親子工作坊
5/7/2025	六年級畢業禮
7/7/2025	朱古力 / 咖啡拉花親子工作坊
9/7/2025	擴香石親子工作坊
11/7/2025	親子園藝工作坊
11/7/2025	家長義工協助第三十六屆畢業聚餐
23/7/2025	保良局親子賣旗日

2024-2025

家校活動花絮

小一小二 正向輔導活動

在小一小二的正向輔導活動中，感謝家長的積極協助和支持，活動才能順利進行。



「玩遊戲挑戰成長思維」 親子工作坊

家長在學校中是不可或缺的夥伴，不論在支持學生學習、培養正確的價值觀以及促進全面發展方面都扮演著關鍵角色。為此，本校於 10 月 29 日舉辦親子工作坊，幫助家長掌握適合子女年齡的育兒知識和技能。讓家長更深入了解孩子的獨特性和特點，從而為自己和子女設立合理的期望，增進家庭關係，並促進雙方的身心健康。



正向迎蛇賀新歲 家校欣賞互關懷

在日常生活中融入正向心理學理念，提供互動溝通的平台，增強人際關係並減低工作壓力。透過分享環節，強調細味生活、愛的語言、知足感恩和共享優質時間，促進正向情緒。並且，從中加深家長與老師之間的聯繫，增進溝通，從而促進家校合作，提升整體幸福感。



正向溝通歷奇遊戲 親子工作坊

本校在3月26日舉行「正向溝通歷奇遊戲」親子工作坊，讓家長學習切合子女年齡的育兒知識和技能，透過掌握相關的知識和技能，家長可更了解子女的獨特性和特點，為自己及子女訂立合理的期望，增進家庭關係，促進子女及自己的身心健康。亦希望透過歷奇活動可以增加親子之間的溝通和合作，讓參加者明白到溝通的重要性，並能夠從中建立更深厚的親子關係。





家長日

感謝各位家長義工，無論是在上學期或下學期的家長日，都抽空協助各個攤位，令活動順利進行，家長及學生們亦能愉快參與，促進身心健康。



校園康樂活動

感謝各位家長義工在校園康樂時間，常常前來七樓多元智能活動中心協助不同的活動，例如二年級的「Fun and Friends」好精神小組及各年級的生命教育分享園地，增強學生正能量！



彩虹繩結吊飾之好精神親子工作坊



愛心傳城親子義工大行動

本校於 12 月 14 日聯同靈實長者地區服務一尚德中心舉行了親子義工探訪活動，讓同學與家長一同探訪本區的獨居長者，為他們送上節日的祝福與關懷。活動當天，有數百名的家長及同學參加，大家積極投入，讓長者感受到社區的關懷與愛心。





親子旅行花絮



關注精神健康 提升學習效能家長講座

隨著社會進步，新一代父母對孩子的未來充滿期待，並努力培育他們。然而，教導過程中常常面臨孩子專注力不足和情緒波動的挑戰，讓親子關係緊張。為了改善這種情況，本校邀請了黃重光醫生太平紳士舉辦家長講座。他將通過實際案例和生活經驗，幫助家長掌握提升孩子專注力和處理情緒的技巧，從而促進學習效能和改善親子關係。





賽馬會眾心行善年度十大愛心學校

保良局陸慶濤小學榮獲 2024 愛心義工獎：賽馬會眾心行善十大愛心學校

透過家校協作隊服務、親子義工及學生服務學習，共建和諧校園及傳遞義工服務精神而獲得嘉許！

賽馬會眾心行善 年度十大愛心學校

JC VOLUNTEER TOGETHER
Top 10 Caring School



鳴謝陳亦晴媽媽及陳舜寧媽媽兩位
家長義工組長代表學校領獎

優秀家長

本年度參與實體及
網上家長講座出席率達
70% 或以上，家長將獲
頒嘉許狀，以作表揚。



由左至右：吳均豪及吳嫻曉家長 陳芷攸家長 陳靖然家長

梁珮旻家長 鄭佩欣家長 林庭樂家長 (因事未能出席：劉星陽家長)



由左至右：陳楨洛家長 陳諾家長 陳曉諾家長 郭芷慧家長 卓栩政家長

陳逸軒家長 李爾晞家長 龍萃怡及龍萃欣家長 (因事未能出席：郭恩語家長 林鑄銘家長)



馬嘉蔚及馬偲瀚家長

優秀家長義工

家長義工多年來積極參與學校各項義工服務，為學校提供寶貴的人力資源，亦能樹立推己及人的榜樣，榮獲「優秀家長義工」實至名歸！



由左至右：陳皓綽及陳舜寧家長 卓栩政家長 龍柏廷及龍韻淳家長

曾智謙及曾智樂家長 陳亦晴家長 凌宇臻家長



由左至右：嚴琛淇家長 張凱竣家長 梁鈞睿家長 陳君睿家長

馬焯傑家長 蔡紫森家長 梁約純家長 陳柏衡家長

李爾晞家長 余玥因家長



由左至右：嚴琛淇家長 馬嘉蔚及馬偲瀚家長 張凱竣家長

陳舜寧家長 龍柏廷及龍韻淳家長

傑出學生



3D 王思穎



BR 李爾晞



5L 葉干荷



5L 雷逸晞



6D 馮心玥



6R 張凱竣

敬師選舉



最有才華教師獎 梁景衡



最有愛心教師獎 黃珮婷



最盡責教師獎 黎小華



最佳教學教師獎



最親切笑容教師獎 李紅



最佳學養教師獎 馮曉暉



最嚴謹教師獎 陳志華



曹麗玲老師弄瓦之喜

郭芷霖老師弄瓦之喜

時代的轉變

2025年9月1日，是新一學年轉變的開始。

對剛入讀陸慶濤的一年級學生而言，是非常特別的日子，因為你們剛剛由幼稚園最高的年級，變成小學最低年級的學生，環境轉變、生活轉變、學習轉變、同學轉變……種種的轉變，都是一年級學生的重大難關，我們必定會全力讓你們順利適應，一一跨過。

對在陸慶濤就讀中的學生，你們已有一定的學習及生活經驗，我對你們充滿信心，但你們要時刻裝備自己，接受隨時出現的機遇與挑戰；去年六年級的學生，你們已畢業及升上羅氏基金中學，展開新的學習階段，願你們發揮陸慶濤精神，在這轉變中能夠克服困難，擁抱將來！

在學生轉變的同時，陸慶濤亦不斷轉變中，為著的是讓學生學習得更愉快、更有效，其中的重要目標，就是於三年後順利遷校。我們很高興地向家長及學生們宣佈，位於安達臣道的新校舍已於2025年8月18日正式開始動工興建，預計於2028年8月落成。校方正加緊部署，包括與教育局及建築署緊密溝通，期望工程順利；由於遷校後班數將會增加，故亦增聘教師人手，以穩定教學質素。

新校舍興建，舊校舍倒數，一切都因應發展而在轉變。同學們，你們亦不要停下腳步，轉變是成長中必經的階段，陸慶濤會陪伴你渡過！

黃志揚校長，M.H.

