



# 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@plkht.edu.hk 學校網址：http://www.plkht.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 梁穎嵐女士  
梅珏女士 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「陸小鬆一鬆茶座」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：陳振洛家長 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：陳皓緯及陳舜寧家長 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  
馬煒傑家長 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



3R 李爾晞



5L 葉千荷



5L 雷逸暉



6D 馮心玥



6R 司徒梓灝



6R 張凱竣

## 敬師選舉



最有才華教師獎  
梁景衡



最有活力教師獎  
馮山明



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  
盧藹思



最親切笑容教師獎  
李紅



最佳學藝教師獎  
馮曉暉



最嚴謹教師獎  
陳志華



# 教師喜訊



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.

## 校長的話

