順德聯誼總會李兆基中學
一筆過家長教育津貼
2025-2026 一筆過家長教育津貼活動及財政報告

日期: 31/8/2026 **2425 年度餘額: $155,298.8**

項目名稱	範疇 (註)	活動詳情	參與人數	推行日期	評估及檢討	財政開支	負責人/組別
中一級家長班聚	(iii)	為了建立家校合作的信任及提高新生家長對學校的認識，本年度家教會及中一級會合辦「中一新生家長下 午茶聚」邀請四班中一新生家長出席。出席包括楊 文德校長、中一級主任溫國榮副校長、四班八位班主任、訓導及輔導組老師代表、幾位家長義工。	中一家長	25/09/2026 26/09/2026 30/09/2026 02/10/2026	家長回饋 在交流中，大部分家長都反映子女在李中學習是開心的，並且改掉不少壞習慣，老師的教導得到同學認同，同學亦對學校產生歸屬感。	$504	中一級會溫國榮副校
親子 RUN 動起來」接力訓練及比賽	(iii)	研究指出做運動能刺激安多酚的分泌，亦可降低皮質醇水平，達至減壓效果。家長可透過親子訓練樹立榜樣，鼓勵青少年子女實行恆常運動，並一起了解如何藉建立運動模式減低情緒困擾。	24 至 30 組親子參與	23/09/2025	陸運會親子接力今年有 24 至 30 組親子參與，反應熱烈，可惜因為颱風而取消，獎牌留待明年再用。	$1,434	體育科、學生活動組、家教會
AI 智慧養生：家庭健康守護工作坊	(i)	中醫藥文化體驗工作坊：今年有幸邀請了「苗康（集團）有限公司」舉辦「AI 中醫藥文化體驗工作 坊」，除了有中醫藥養生資訊講座，更有香包製作工作坊和該公司研發的 AI 把脈體驗，期間又有專業導師帶領大家一起學習「八段	本校家長義工 48 人	11/10/2025	老師觀察 家長對中醫藥文化和養生資訊有更深的認識。 家長問卷 超過九成家長同意工作坊能令他們更了解子女健康需要，並會嘗試和家人利用 AI 作健康用途	$4,999	家教會鍾曙光老師、溫國榮副校

		錦」，強身健體。					
廣西非遺進校園課程活動	(i)	家長教師會、價值觀教育組及人文學科將與香港廣西僑界同鄉聯誼總會及怡海教育合辦「廣西非遺進校園」繡球燈工作坊。由非遺教育專家現場教學製作具壯族傳統吉祥象徵的繡球燈，從而讓大家感受中華傳統文化的魅力。	5 組親子參與，共 20 人	24/01/2026	家長回饋 家長表示繡球燈製作步驟繁多，面對複雜的工序，家長可以讓小朋友主導教家長怎樣做，讓孩子有機會表現，增加成功感。	$1,300	家教會鍾曙光老師、地理科李康正老師
正向親子學：智能環保親子探索之旅	(i)	是次活動是首次與學校聯合舉辦戶外活動，給學生更多認識香港環保業以至於環保廠房。增強親子環保意識，了解回收設施運作，鼓勵親子實踐環保行動，並促進親子正向互動，共同關心可持續發展。	9 組親子參與，共 30 人	05/12/2025	老師觀察 親子十分投入參與 問卷 100%家長及學生同意活動使其更了解本港回收設施運作、並更有動力去實踐親子環保行動，共同關心可持續發展	$ 1,800	價值教育組蔡凱琪老師、曾卓霖老師
苔蘚心靈之旅工作坊	(i)	家長教師會有幸邀請香港家庭福利會協辦「苔蘚心靈之旅」家庭收納工作坊，將帶領家長親手製作一個苔蘚玻璃球盆景，加上不同的裝飾，成爲獨一無二的作品。讓家長學習不同植物的特性及照顧盆景的方法，培養自我照顧的能力。	全校學生及家長，名額 15 人	10/01/2026	根據問卷調查，100%家長表示滿意，指出能夠學習到種植及照顧盆栽的方法、從種植過程中體會到照顧自己的重要性。也欣賞工作坊的輕鬆氣氛，有助減壓。	$4,500	輔導組鍾曙光老師及黎燕頤社工
星展家長講座	(i)	讓家長了解特別需要學童的成長特質及學習需要，提升家長的支援技巧，促進親子關係，並建立家長之間的交流平台，攜手合作，為孩子創造更有利的學習與成長環境。	特別需要學童家長 8 人	07/02/2026	老師觀察 家長投入參與 家長回饋 超過九成家長同意是次工作坊能幫助其認識子女的需要及掌握如何利用不同介入方法與子女相處(執行	$4,500	學習支援組劉妙嫦老師

					技巧、專注力及抑制衝動行為的訓練)		
中華文化日──家長價值教育活動（中國傳統工藝）團扇工作坊	(i)	利用中華文化日推展家校合作，讓家長了解在家庭培養傳統美德作為首要價值觀的重要性。以中國傳統工藝製作團扇工作坊為渠道，介紹中國文化歷史，豐富家長對中華文化的理解，並於文化日親身向子女傳承相關手藝和歷史。	全校學生及家長，名額約120人	13/02/2026	老師觀察 家長學生積極參與 家長回饋 100%家長同意活動能給予其一個平台向下一代推廣中華文化，並啟發其更多和子女一起經歷中華文化	$3,500	價值教育組蔡君賢老師、家教會鍾曙光老師
正向親子學：靜觀瑜珈	(i)	透過親子共同參與靜觀瑜珈活動，提升身心健康與專注力，促進親子間的正向溝通與情感連結，減輕壓力，培養覺察與放鬆能力，建立和諧愉快的家庭氛圍。	7位家長參與	15/03/2026	老師觀察 親子積極投入參與 家長問卷 100%家長同意活動能讓其更覺察和關注自己當下的需要 ，並啟發其更多和家人/朋友一起探索減壓方法。	$4,500	舞蹈學會張嘉倩老師、輔導組霍凱祈老師
「慢漫寫意心靈」正向親子書畫工作坊	(i)	學習水墨畫(寫意畫)的運筆及用色基本技巧及用毛筆書寫藝術字體。在過程中可以專注自己，嘗試讓自己慢下來享受當下。 認識不同顏色在個人生命的意義，了解及接受彼此的同與不同，親子間學習互相欣賞及共情當下的大家。	6組親子參與，共12人	06/03/2026	家長問卷 100%家長同意透過毛筆藝術能在過程中可以專注自己，嘗試讓自己慢下來。八成家長同意能從活動中學到以不同的方法釋放負面情緒、壓力。	$4,800	視覺藝術科蔡凱琪老師
親子正向戶外探索日	(iii)	家教會舉辦「親子正向戶外探索日」，帶領家長與學生上午走進九龍寨城公園，探索香港百年歷史與殖民歲月，體會昔日社會風貌；下午前往大棠生態園，親近大自然，	全校學生及家長，名額共108人	15/03/2026	老師觀察 親子積極投入參與 家長問卷 100%家長同意活動能促進親子一同學習歷史知識，超過九成認為活	$14,570	家教會鍾曙光老師、溫國榮副校

		並進行親子冰箱貼製作，增加互動樂趣。活動融合歷史文化、生態體驗與親子手作，讓大家在多元學習中共享溫馨時光。			動成功提供家庭生態環保教育的機會。		
正向親子學：親耕子作	(i)	透過親子共同參與耕作活動，增進親子互動，培養合作精神與責任感，讓親子體驗自然與環保的重要，並提升親子間的正向溝通，在校園的土地上建立健康和諧的家庭關係。	6 組親子參與，共 18 人	30/04/2026	老師觀察 導師資訊內容豐富，家長表現投入，全部 6 位家長留到最後協助整理 家長表示有興趣定期回校打理農田	$4,962.5	總務何冠廷老師、家教會鍾曙光老師
家長講座《點燃學習引擎》正向教育講座	(i)	鍾明崇先生帶領家長換個視角，理解孩子缺乏自主性的真實原因，並學會用正向方法啟發孩子主動學習的動機。透過國際案例分享、心態與技巧拆解，陪伴家長找到最適合自己孩子的自我管理與責任感培養策略。	全校家長，約 200 人	09/05/2025	老師觀察 家長反映獲益良多，可考慮將活動轉化為「正向家庭工作坊」，以滿足家長持續學習的需求。 家長問卷 超過九成家長同意活動內容對教育子女有幫助、環節時間分配合適、對工作坊安排感到滿意	$6,000	家教會鍾曙光老師、溫國榮副校
校本家長教育資源 ──家在李中	(ii)	介紹本校家校合作平台及活動，協助家長掌握家校合作與溝通的相關知識、技能和態度。尤其按本校校情，讓家長認識到在支援青少年的發展方面，各持份者於家校合作關係中所擔當的角色。	全校家長及學生	09/05/2025	老師觀察 普遍認為刊物內容有助家長了解學校，資訊正面而實用，充分發揮到家長教育與家校合作的作用。 家長回饋 刊物製作精美，內容豐富，看見很多家教會舉辦的活動，增加了家長對學家教會的歸屬感；學校不同部	$7,200	家教會梁騰鋒老師、溫國榮副校

					門的資訊與「家長小錦囊」，有效了解如何與學校配合教育子女，更可貴的是從中得到舒緩家長壓力的資訊。		
正向親子學：營養煮場-中華文化養生食療煮食班	(i)	活動邀請了香港社區營養師協會的註冊營養師 Bonnie Leung 到校教授中華文化養生食療的健康菜式，透過共同學習製作高纖紅燒獅子頭，讓家長認識如何把傳統中式菜式結合現代健康飲食概念，為家人炮製既美味又有益腸胃健康的佳餚，並協助家長和青少年在愉快的氛圍中增強營養知識，釋放壓力，促進身心均衡發展。同時，以親子分組形式加強與子女間的合作，家長能透過烹飪增加與子女的溝通，從而在輕鬆的環境下培養家庭成員之間的關係和信任，並傳承中華飲食文化中「寓食於養」的智慧。	共 6 組親子參與	03/07/2026	老師觀察 學生及家長積極投入烹飪活動，整體而言，活動有助促進親子之間的合作與溝通，增進感情，同時提升對身心健康及均衡飲食的重視。 家長回饋 家長反應正面，100%同意活動有助青少年在愉快的氛圍中促進身心均衡發展。家長亦認同透過親子共同烹飪，能有效促進與子女之間的溝通與情感連結，並有助紓緩壓力，對家庭整體身心健康帶來正面影響。 學生問卷 學生方面，100%表示對活動感到滿意。學生亦同意活動有助提升其對健康均衡營養的認識，並加強與家長之間的合作與溝通。	$5,000	家政學會李塑葭老師
親子職涯探索體驗旅程	(i)	透過喵公館負責人及參與家長之職業簡介，了解各行各業工作，定立目標，規劃人生 。	共 9 組親子參與	03/07/2026	家長回饋 家長反應正面，100%同意活動有助了解不同事業發展，從而有助子女定立目標及展開生涯察劃。	$4,999	生涯規劃組汪鈺妍老師

貓爪人心・職涯繽紛					學生問卷 學生方面，100%表示對活動感到滿意。學生亦同意活動有助提升其對行業了解。		
生涯規劃資訊刊物	(ii)	透過提供生涯規劃活動及資訊，讓家長更容易與子女探討生涯規劃及升學問題	全校家長及學生	07/02/2026	家長回饋 家長反應正面，表示資訊有助了解升學選科	$392	生涯規劃組汪鈺妍老師

註： i. 有系統或主題式的家長教育課程 / ii. 設計及製作校本家長教育資源/ iii. 舉辦與正向家長運動有關的校本家長教育推廣活動 / iv. 其他

2526 年度使用: $74,960.5

2526 年度餘額: $80,338.3