

順德聯誼總會李兆基中學
一筆過家長教育津貼
2025/2026 年度計劃及財政預算

日期: 24/9/2025

總額: \$108,000

項目名稱	家長教育範疇 (註)	工作目標 / 策略	對象(人數)	推行 日期	監察 / 評估	預算	負責人/ 組別
中一級家長班聚	(d)「促進家校合作與溝通」	促進家校溝通，增進家長間聯繫，讓家長了解子女校園生活，共建支援網絡，推動正向親子關係，並交流實用管教及學習適應資訊。	中一家長	9-10/2025	家長回饋	\$2,000	中一級會 溫國榮副校
AI 智慧養生：家庭健康守護工作坊	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」	中醫藥文化體驗工作坊：活動將由專業中醫師帶領家，透過舌診解析與 AI 體質檢測，掌握個人化養生要訣。現場教授實用穴位按摩技巧、八段錦養生操及保健耳穴貼應用，輕鬆緩解常見痛症。工作坊更會分享「藥食同源」智慧，教導家長為子女搭配四季健康膳食，運用傳統智慧守護全家健康	本校家長義工，約 40 人	10/2025	老師觀察 家長問卷	\$5,000	家教會鍾 曙光老師、溫國榮副校
家長講座 《如何協助子女從挫折邁向成功》	(a)「認識青少年發展」 (b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」	讓家長掌握協助子女面對挫折的方法，提升子女抗逆力，並鼓勵家長與子女建立正向溝通，共同邁向成長與成功。	中一至中五家長	12/2025	老師觀察、 家長問卷	\$10,000	家教會鍾 曙光老師、溫國榮副校
正向親子學：智能環保親子探索之旅	(a)「認識青少年發展」 (b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」	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。	全校學生及家長，名額約 20 人	2/2026	老師觀察、 家長及學生問卷	\$ 5,000	價值教育組蔡凱琪老師、曾卓霖老師

星展家長講座	(a)「認識青少年發展」 (b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」	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，名額約 15 人	2/2026	老師觀察、家長回饋	\$ 5,000	學習支援組劉妙嫦老師
中華文化日——家長價值教育活動（中國傳統工藝）	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (d)「促進家校合作與溝通」	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。	全校家長，名額約 20 人	2/2026	老師觀察、家長回饋、學生問卷	\$ 5,000	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	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」	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。	全校家長，名額約 20 人	3/2026	老師觀察、家長及學生問卷	\$ 5,000	舞蹈學會張嘉倩老師、輔導組霍凱祈老師
親子正向戶外探索日	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」 (d)「促進家校合作與溝通」	藉戶外探索學習活動促進親子價值觀教育，讓家長了解到建構文化價值觀或環境保護意識在家庭教育中的重要性。另外，家長將會更明白家校合作如何有利協助青少年創建正面的學習環境。	全校學生及家長，名額約 60-120 人	3/2026	老師觀察、家長及學生問卷	\$ 35,000	家教會鍾曙光老師、溫國榮副校
正向親子學：親耕子作	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」 (d)「促進家校合作與溝通」	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。	全校學生及家長，名額約 20 人	44/2026	老師觀察、家長回饋及作品	\$5,000	STEM 何冠廷老師、家教會鍾曙光老師

正向親子學： 祝福手繪	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」	課程旨在透過書法藝術，掌握言語以外更多的親子正向交流方式。學生與家長互動，互相寫上鼓勵性說話，為彼此畫下美好的祝福。創作過程中，有助學員釋放壓力，表達自我。	全校學生及家長，名額約 20 人	4/2026	老師觀察 學生回饋 藝術作品	\$5,000	視覺藝術科 蔡凱琪老師
校本家長教育資源—— 家在李中	(a)「認識青少年發展」 (d)「促進家校合作與溝通」	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。	全校學生及家長	5/2025	老師觀察 家長回饋	\$10,000	家教會梁騰鋒老師、溫國榮副校
正向親子學： 營養煮場	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (c)「促進家長身心健康」	邀請營養師到校教授，透過共同學習健康飲食，協助青少年在愉快的氛圍中增強營養知識，促進身心均衡發展。同時，家長在烹飪過程中也能釋放壓力，提升自身的身心健康，從而形成家庭整體健康的良性循環。並以親子分組形式加強與子女間的合作，讓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。	全校學生及家長，名額約 16 人，8 對親子	7/2026	老師觀察 學生及家長問卷	\$6,000	家政學會李塋葭老師
親子職涯探索 體驗旅程	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」 (d)「促進家校合作與溝通」	家長透過分享各自行業特色及提供技巧工作坊，了解不同事業發展，從而有助子女定立目標及展開生涯策劃。	全校家長及學生 (20-80 人)	(待定)	學生及家長問卷	\$5,000	生涯規劃組汪鈺妍老師
生涯規劃資訊刊物	(b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」	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	家長聚會/ 家長日	家長回饋	\$5,000	生涯規劃組汪鈺妍老師

註：(a)「認識青少年發展」/ (b)「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」/ (c)「促進家長身心健康」/ (d)「促進家校合作與溝通」

詳情：

1) 津貼使用原則

學校於 2023/2024 學年獲發 \$200,000.00 一筆過定額津貼，使用期至 2027 年 8 月 31 日。學校可運用本津貼向服務供應商及／或個別講者或專家採購服務，為學校提供家長教育課程或活動。為確保有關課程或活動的質素，學校須遵從以下原則選擇服務：

- (i) 家長教育課程或活動必須符合課程架構（中學）的理念和原則；
- (ii) 學校須按其校本需要採購有系統或主題式的家長教育課程，並透過適當模式（例如工作坊、講座或網上課程等）進行，以照顧家長的不同需要；及
- (iii) 學校可使用不多於本津貼的百分之二十向個別講者或專家採購服務，而學校須確保有關講者或專家持有相關方面的專長。

(2) 津貼使用限制

一筆過家長教育津貼不得用於本通函第 4 至 6 段所訂明的家長教育課程或活動以外的用途，例如：

- (i) 舉辦與家長教育無關的活動；
- (ii) 聘請教學或非教學人員；
- (iii) 資助家長參與遊學團或交流活動；及
- (iv) 支付舉辦家長教育活動時的飲食開支等。

以上例子並非詳盡無遺，學校必須審慎運用津貼，並確保符合津貼使用原則。