賽馬會官立中學
家長教師會會訊

（第63期）二零二五年七月

地址：九龍牛津道2號B　網址：www.jcgss.edu.hk　電話：2336 6761　傳真：2336 3479

副主席感言

尊敬的老師、家長、同學、朋友們：

不經不覺，女兒栩慧已經升上中四，而我參加家教會的義工工作也差不多四年了。回望這四年，我慶幸和感恩能夠參與家教會舉辦的各項活動，透過這些親子活動，讓我有機會與校長、老師及各位家長攜手合作，加強了與學校的聯繫，讓我更了解女兒在校的情況，明白她的感受，增加彼此的溝通話題，也增進了母女之間的感情。

在參與活動的過程中，與其他家長交流互動，使我獲益良多。從他們身上，我學習到不同的教育方式，更深刻體會到家校合作的重要性。藉此，我誠意邀請各位家長加入家教會的義工團隊，一同參與陪伴孩子成長的寶貴機會。

最後，衷心祝願孩子們在校園中快樂學習、健康成長，平安愉快地享受每一天的校園生活。本人亦希望各位家長珍惜孩子的成長歷程，用心陪伴，為孩子留下最珍貴的回憶。

第三十三屆家長教師會副主席
方茵澤

中六家長委員感言

參加家長教師會和學校管理委員會已經六年了，感謝大家對本人的包容與支持。

首先要感謝校長，副校長及所有老師，在這六年裡，對小兒的包容，盡心盡力關懷小兒，耐心的幫助小兒學習，同時開懷青少年身心成長發展。而工友們對同學友善，他們也會視學生們如自己子侄般對待。

深深感受到學校所有老師們和工友們，悉心教導和關懷學生，這份情懷讓本人願意為學校、老師及學生奉獻一分力量。

今年小兒畢業了，踏入人生轉折點，而開心就是最好的回憶和禮物。在此祝願大家快樂學習，正所謂「世上無難事，只怕有心人」，共勉之。

第三十三屆家長委員
梁偉俊先生

校園親子接力 家校携手同行

——陸運會《家校接力賽》

本校陸運會決賽已於2025年2月26日（星期三）假九龍仔運動場完成。決賽當天，家教會主席王玉琴女士和一眾家長委員到場為子女打氣。家長梁偉俊先生親身參加公開組3000米項目，支持本校陸運會年度盛事。決賽當天最後一項賽事，為本會舉辦的家校接力賽，由家長、老師、學生及校友組成五支隊伍，合力完成8x50m接力賽事，氣氛熱烈。家校接力賽促進家校溝通，並增進親子關係。接力賽在熱烈歡暢的氣氛完成，為陸運會決賽畫上圓滿的句號。

準備！一眾選手，準備三千米長跑賽事

賽前集合打氣，大會嘉賓、校長及副校長為選手打氣

起跑線前，一眾健兒整裝待發

家教會「心靈茶座」溫暖登場 ——與家長同行，關心子女成長路

為促進家校合作及加強家長對子女成長需要的了解，家長教師會於2025年2月28日家長日當天，在校內舉辦了「心靈茶座」活動。活動設於校園內一角，以香濃的咖啡、溫馨的環境，接待到校參與家長日的家長，讓他們在會見老師之餘，也可稍作歇息，細味一杯溫暖熱飲，並與社工輕鬆傾談子女的成長與教養問題。

是次「心靈茶座」分為兩節進行，上午時段為9:30至12:00，下午時段為2:00至4:30，家長反應踴躍，現場氣氛溫馨而真誠。學校特別邀請註冊社工駐場，與家長互動交流，解答有關親子溝通、學習壓力、使用電子產品等常見困惑，亦讓家長彼此交流教養心得，紓解在育兒路上的壓力與疑問。

此外，家教會亦藉此機會邀請家長填寫問卷，收集對親職教育活動的意見與需要。問卷內容涵蓋了家長在育兒過程中遇到的挑戰、子女常見情緒及行為問題、家長壓力指數、學校支援等建議，為日後家教會設計更貼合家長需要的活動，提供寶貴參考。

透過「心靈茶座」，我們希望讓家長感受到「同行者」的支持與關懷，在教養子女的路上不再孤單。感謝各位參與的家長，亦感謝所有義工及支援人員的努力。家教會將繼續舉辦不同類型的親職活動，與家長攜手同行，為學生的健康成長共同努力。

家長日當天，家長與子女圍坐茶座，享用咖啡，彼此細談學習與成長，氣氛溫馨親切

家長們踴躍參與，在輕鬆的環境下與社工交流，並留下寶貴的回饋

學生領袖及義工組的同學們積極參與茶座工作，沖調咖啡及接待工作，展現服務精神

「心靈茶座·與你同行」主題海報與佈置，讓家長踏入校園感受家的溫暖

中六級惜別會

中六級惜別會於2025年3月7日（星期五）上午假本校禮堂舉行，當天各畢業班，向班主任及各老師表達謝意，及分享六年來校園生活點滴。家長教師會預備了暖心的畢業祝福，為中六學生送上愛心蜜糖，家長及教師委員協助分發蜜糖禮品包，「蜜蜜地」為他們即將應考文憑試送上祝福。

家長委員分發蜜糖禮品包，獻上祝福

臨別在即，中六同學與班主任合照

Especially for You，中六各位同學

加油！家長教師會委員齊來為中六同學打氣

分發蜜糖禮品前，家長教師會委員大合照

齊心製點心　親子樂滿分

——親子點心工作坊

為慶祝母親節與父親節，家長教師會於2025年5月9日（星期五）下午舉辦了「親子點心工作坊」，邀請家長與學生組隊參加，共同學習製作中式傳統點心——燒賣。活動在本校家政室舉行，由專業點心師傅親自示範與指導，氣氛溫馨熱鬧。

活動過程中，家長與子女分工合作，從揉皮、備料到包製，每個步驟都充滿歡笑與交流，不但讓孩子們親身體驗中華飲食文化的魅力，也讓家長體驗與子女一同學習的珍貴時光。完成的燒賣色香味俱全，令人食指大動，參加者紛紛表示希望未來能有更多同類的親子活動。

是次活動不僅讓參加家庭共享難忘的烹飪時光，更加深了親子間的情感連繫，體現了「家校合作、共育成長」的精神。家長教師會將繼續舉辦多元化活動，為學生家庭締造更多溫馨而有意義的成長經歷。

成果

家長和子女共同度過一個歡笑與溫情的下午，享受親子合作樂趣

溫情祝福送畢業生　家長教會與您同行

——中六畢業禮

2025年5月23日（星期五）下午，本校舉行2024/2025年度中六畢業禮，眾師生、家長及嘉賓聚首禮堂，一同見證畢業生邁向人生新階段的里程碑。是次典禮頒發學術與操行獎項，洋溢著濃厚的感恩與祝福氣氛。

在禮成環節中，一項別具意義的安排是家長教師會親手向畢業同學致送精美畢業熊貓紀念品。此環節充分體現家校合作的精神，表達了家長教師會對畢業同學的衷心祝福與勉勵。中六畢業生逐一從家長委員手中接過紀念品時，場面溫馨感人。

典禮期間，《友誼萬歲》樂聲響起，氣氛溫暖，為畢業典禮畫上圓滿句號。家長教師會衷心感謝各位家長到來支持與參與，並祝願所有中六畢業同學前程錦繡，夢想成真！

6A

6B

6C

6D

各班畢業生與家長、師長大合照，紀錄感恩與團結時刻

學生在台下送上花束，感謝家長及師長的栽培之恩

家長委員向畢業生致送畢業熊貓，見證家校同行情誼

中六班主任及老師手持鮮花及畢業紀念品，場面溫馨

家校攜手，共育成長 ——家長專題講座暨香薰工作坊

為加強家長在培育子女過程中的角色，家長教師會於2025年5月24日（星期六）早上舉辦了《家長專題講座暨香薰工作坊》。

是次活動分為兩部分，首部分為專題講座，邀得親職教育專業培訓學會謝美兒博士主講「如何提升子女的學習動力」。謝博士以深入淺出的方式，結合教育心理學理論與實用策略，為家長剖析青少年學習動機的來源與障礙，並提供具體可行的方法，幫助家長與子女建立更有效的溝通與支持機制，提升子女的自我驅動力。講座期間，家長踴躍提問，反應熱烈。

緊隨其後是香薰潤手霜製作工作坊，在專業導師的指導下，參加者親手製作天然香薰護膚品，體驗芳香療癒的魅力。活動中笑聲絡繹不絕，家長和女兒輕鬆地齊心協作，促進家庭成員的互動與情感連結。

是次活動提供實用的親職教育資訊，也藉著手作體驗，促進親子共融，深獲參加者好評。家長教師會將繼續籌辦多元化活動，與家長攜手，為學生的全人發展營造更完善的環境。

親子同創意 STEAM齊落鑊 ——家教會親子薄餅設計工作坊

為了促進親子交流，推動創新教育，家教會於6月24日下午，舉辦名為「食物科學 × GenAI」的親子薄餅設計STEAM工作坊，活動地點位於將軍澳Jacomax體驗館，共有10組親子家庭參加，連同隨行老師共21人，場面熱鬧溫馨。

整個活動由兩位STEAM導師及Jacomax主廚親自指導，內容豐富，包括以GenAI為基礎的薄餅設計理論講解，及乎作環節——親子合力設計並製作創意薄餅，讓每位參加者都能親手製作專屬的薄餅，並即場焗製及品嚐成果，令活動充滿趣味。

是次活動，不但讓家長與子女共同體驗STEAM教學的樂趣，亦讓學生透過實踐，探索食物科學與創意設計的融合，為學習添上無限動力！

親手設計、搭配食材，並完成薄餅製成品，學生臉上充滿自信與成就感

學生與導師互動，展示色香味俱全薄餅佳作，體驗「學中做，做中學」的樂趣

主廚生動有趣講解麵糰的處理與鋪餡技巧，學生與家長聚精會神聆聽

參加家庭與導師於合照，展示各自製成的創意薄餅，氣氛歡愉