



沙田官立小學



2024-2025年度 家長活動回顧



教育局為每所公營小學及直資小學提供 20 萬元的一筆過家長教育津貼，以協助學校啟動有系統的校本家長教育活動，建立正向家長教育的文化。家校合作不僅是教育的基石，更是孩子全面發展的保障。當學校教育與家庭教育相輔相成，孩子便能在一致的價值觀引導下，獲得均衡而豐富的成長體驗。我們期待透過多元化的家長活動和資訊分享，與您建立更緊密的夥伴關係，共同開創孩子成長的無限可能。



四『姿』 改善骨骼健康工作坊



「四『姿』改善骨骼健康工作坊」已於2025年2月17日順利進行，工作坊解析不良姿勢與常見痛症的關係，並示範實用的糾正技巧與家居舒緩練習。參與家長學習了在日常生活中保持健康姿勢的方法，有助預防慢性痛症。此活動不僅促進了家長身體健康，也加強了家校合作關係！

家長講座

除了一系列精彩活動外，學校還於2025年3月1日舉辦了「壓不破的親子關係」講座。專業輔導員分享了面對壓力時維持親子關係的有效溝通、情緒管理及衝突解決技巧。參與家長通過實例分析和練習，學習了如何轉危為機，建立更堅固的家庭連結。



為促進家長身心健康、家校合作及溝通，本校致力打造支持性的家校社群環境。透過提供一系列紓壓工作坊及家校交流活動，我們期望幫助家長釋放壓力，並與學校建立更緊密的夥伴關係。

桌上遊戲 家長工作坊



本校於2025年2月27日已成功舉辦桌上遊戲家長工作坊，在專業導師帶領下，參與家長探索了各類適合不同年齡層兒童的優質桌遊，學習如何將遊戲轉化為促進家庭溝通、情緒管理及認知發展的有效工具。家長在工作坊中積極參與實際操作環節，並獲得如何在日常生活中善用桌遊促進親子互動的實用建議，有助建立更正向的家庭氛圍。此活動不僅幫助家長照顧自身身心健康，同時也加強了家校合作關係，獲得參與者的一致好評。



親子關係是一場無聲的教育，我們的一言一行都在塑造孩子的未來。與其急著看到花開的燦爛，不如耐心澆灌根部的成長；與其追求完美無缺，不如珍視每個成長的過程與瞬間。



為協助家長了解兒童發展的關鍵階段與需求以促進孩子的健康、愉快及均衡發展，學校於本學年設計了一系列活動，藉此與家長共同建立美好的親子關係與成長旅程。

親子互動日及講座



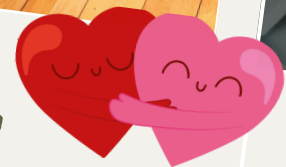
親子互動日已於2025年3月18日順利完成。藉不同活動讓家長了解到高小以及初小學生的需要，高小提供家長與孩子共度優質時光的寶貴機會。透過精心設計的遊戲和活動，促進親子之間的溝通與情感交流，同時培養孩子的社交能力、解決問題的技巧和創意思維。在歡樂的氛圍中，家長將學習如何把日常互動轉化為促進兒童健康均衡發展的珍貴時刻。



投入參與活動



溫暖擁抱



YEAH!

除活動外，當天還有高小及初小家長講座，家長均樂在其中！



親子溝通家長講座深入探討青春期的身心發展特點，為高小家長分享有效的溝通技巧與策略，透過專業指導與經驗分享，家長更懂得如何陪伴孩子健康、自信地邁向青少年階段。



初小目標訂立家長講座探討如何為孩子設定適齡適性的學習與生活目標，培養自律習慣與成就感。幫助家長引導孩子建立正向自我概念，發展內在動機與解決問題的能力，為孩子的學習旅程奠定穩健的基礎。



和諧粉彩 親子工作坊

和諧粉彩親子工作坊於2025年4月2日順利舉行，活動期間導師帶領家長與孩子一同探索藝術創作的愉悅。透過簡單易學的和諧粉彩技巧，讓參加親子在溫馨氛圍中共同創作，不僅促進孩子的創意表達與專注力，更能增進親子溝通與情感連結，讓藝術成為促進兒童均衡發展的美好媒介。



我們專屬的親子時光



一起度過溫馨的下午



躲避盤 親子工作坊



躲避盤親子工作坊於2025年4月12日進行，為家庭帶來活力滿滿的運動體驗。活動不僅能促進孩子的大肌肉發展、協調能力與團隊合作精神，更能通過共同挑戰增進親子默契與溝通。活動當天各位參與親子均一起在歡笑中享受運動的樂趣與成就感！



酒精墨水畫 家長工作坊



酒精墨水畫家長工作坊於2025年3月26日順利進行！當日的家長氣氛輕鬆愉快，活動開始時，導師先簡單講解並示範了酒精墨水畫的基本技法和注意事項。在輕柔的音樂背景下，大家拿起工具開始創作，酒精墨水的流動特性讓家長們沉浸其中，釋放了日常生活的壓力。



雪花酥 家長工作坊



本校於2025年5月10日成功舉辦「雪花酥親子工作坊」，吸引了眾多家庭踴躍參加。在專業烘焙導師的指導下，家長與子女共同學習製作香脆可口的雪花酥，從食材準備到成品裝飾，親子間合作無間。工作坊不僅提供了難得的親子互動機會，也讓參與家庭在輕鬆氛圍中增進感情。完成的雪花酥成品各具特色，成為親子合作的美好見證。此活動有效促進了家校協作，為忙碌的都市生活注入溫馨的親子時光。



大家都玩得好開心！等我同
大家分享下參加者心聲啦！

可以同女兒一起做
甜品，比雪花酥更甜

From Bella,
I LOVE YOU
MOMMY

我能自己
做食物
很自豪！

今天的活動
十分有趣

開心是用時間
陪伴！

活動好玩，食物好味
可以加強親子互動
係個好好既
體驗！

很開心，大家十
分投入！

這次活動很快樂，
可以和家長一起做
甜品，感受到當中
的樂趣

母親節快樂！



為提升親子正向溝通技巧及家庭抗疫力，學校已於2025年5月14日成功舉辦親子戶外歷奇日和親子溝通講座。在充滿挑戰的現代生活中，有效的親子溝通和家庭抗逆力顯得尤為重要。

親子 戶外歷奇日



在親子歷奇活動當中，家長和同學們進行了不同的親子遊戲，當中以家庭作為單位，並完成不同的困難和挑戰。在活動過程中，亦有提供自由時間，讓親子能夠在營地當中享受歡樂的親子時光，體驗不同的歷奇活動及運動。活動當中亦有設立家長講座時間，分享親子溝通技巧及與家長互相交流。