



保良局胡忠中学
Po Leung Kuk Wu Chung College

新界沙田马鞍山恒锦街1号恒安邨

26415866

school@plkwcc.edu.hk

26415777

http://plkwcc.edu.hk

办学宗旨

以「爱敬勤诚」为校训，贯彻保良局办学方针：五育并重、全人发展、服务社会、热爱人生。培养同学在德智体群美有均衡发展，健康成长，尽展所长，乐观、勇敢面对逆境，已欲达而达人；鼓励同学积极参与社区服务，多感怀，多反思，用爱怀抱人生。

学校资料

校監/校管會主席	林承毅先生											
校長 (附學歷/資歷)	陳廣堯先生（理學士、教育文憑）											
學校類別	資助	學生性別	男女	創校年份	1977	家長教師會	有	學生會	有	舊生會/校友會	有	
辦學團體	保良局			校訓	愛：愛人如己；敬：敬師愛友；勤：勤思好學；誠：誠摯不阿。							
宗教	不適用			學校佔地面積	約5000平方米			法團校董會	已成立			
校監和校董／官立學校學校管理委員會（校管會）主席和成員的培訓達標率						86%		4Rs精神健康約章		有		

2025/2026学年教师资料（包括校长）

核准编制教师职位数目		全校教师总人数	
55		62	
学历及专业培训（占全校教师人数%）			
已接受师资培训	91%	学士	100%
硕士、博士或以上	50%	特殊教育培训	60%
年资（占全校教师人数%）			
0 至 4 年	5 至 9 年	10 年或以上	
23%	16%	61%	
全校园健康计划		承诺学校	

2025/2026 学年开设科目

2026/2027 学年拟开设科目

以中文为教学语言	中一至中三	中国语文、中国历史、公民、经济与社会（中一及中二）、德育、普通话、创新与科技、音乐、体育、视觉艺术	中国语文、中国历史、公民、经济与社会、德育、普通话、创新与科技、音乐、体育、视觉艺术
以英文为教学语言		英国语文、数学、科学	英国语文、数学、科学
按班别/组别订定教学语言/校本课程		生活与社会（中三）、地理、历史、普通电脑、经济及理财教育（中三）	地理、历史、普通电脑、经济及理财教育（中三）
以中文为教学语言	中四至中六	中国语文、中国历史、公民与社会发展、视觉艺术	中国语文、中国历史、公民与社会发展、视觉艺术
以英文为教学语言		英国语文、数学、物理、化学、生物、经济、「企业、会计与财务概论」	英国语文、数学、物理、化学、生物、经济、「企业、会计与财务概论」
按班别/组别订定教学语言/校本课程		历史、地理、资讯与通讯科技	历史、地理、资讯与通讯科技

2025/2026 班级结构及全年收费

	中一	中二	中三	中四	中五	中六	备注
班数	4	4	4	4	4	4	
学费	-	-	-	-	-	-	
堂费	-	-	-	\$340	\$340	\$340	
非标准项目的核准收费	中一至五\$450，中六\$300。支付冷气、电子学习管理平台、增添校园设施及设备。						
家长教师会会费	25		学生会会费	\$40			
其他收费/费用	补发学生证 \$20						

中一入学、迎新活动及健康校园生活

中一入学	本校接受中一自行分配学位申请。本校参加中学学位分配办法的统一派位（适用于2026年9月升读中一）。自行分配学位录取计分原则如下：教育局成绩次第排名占70%，面试名次占30%。面试内容：中英文朗读、中英文对谈、小组会谈、科学实验。课外活动表现杰出（如校际奖项、香港代表队等）或赋特殊才能者可获额外加分。
迎新活动及健康校园生活	本校为新生提供全方位的迎新辅导活动。暑期开展注册面谈、中一成长周家长座谈会、英语阅读计画、英语、数学及科学衔接课程及图书借阅服务。开学后通过“朋辈辅导”和“阳光大使”计划，持续举办适应工作坊及家长晚会，全年支持学生过渡。我们以成长型思维为核心，注重学生与家长共同培育。学期初即引导学生建立积极心态，并通过成长周加以实践。班主任结合全年班级活动，持续培养学生的心理韧性和坚毅品格，营造支持型成长环境。

学校特色	家校合作及校风
学校管理	家校合作： 家教会已成立二十多年，举办多元亲子活动、兴趣班及正向家长教育讲座、家长读书会等，并积极关心学校发展，积极提出具建设性的意见以优化设施及提升学习配套，更和子女一起参与社会服务工作，以身作则，鼓励同学回馈社会。
学校关注事项：	校风： 校风纯朴，以严谨与关怀作为纲领，既训且辅。同学纪律严谨，仪容整洁。贯彻责任、尊重、坚毅的核心精神，着重自律自爱、互助互爱。推行双班主任制及阳光电话与家长紧密联系。设周会、班主任节、正向阳光课、早讲等培养同学良好品德。
学校管理架构：	未来发展
采用「校本管理」模式，由校长、三位副校长及主要科组成员组成的学校发展及自评委员会制订学校的发展方向，透过科组定期会议，让中层管理人员发挥其职能，根据发展方向订立不同计划及展开各项工作，鼓励教师提出意见，就各项计划进行检讨，确保教育素质，推动学校持续发展及改进。	学校发展计划： 1. 推动AI融入学与教，强化学生自主学习策略，提升学习成效，培养未来人才。 2. 优化课程及科务发展，推动跨课程语言学习，加强学生自主学习自信，提升学习效能。 3. 多元化发展：学会40多个，一人一学会，鼓励参与校际比赛及联课活动。初中体艺计划，学习乐器、舞蹈、乐团合奏、球类、围棋及电子绘图，让学生发展兴趣及发挥潜能。 4. 服务精神：本校推广服务学习，不同级别参与不同义工服务。参加香港青少年服务处「义心同行易奖励计划」关 社区。 5. 设茶艺学会及胡忠café，训练同学的耐性和专注力，培养服务精神，提高生活品味及文化素养。 6. 设童军、升旗队、红十字会青少年团、民安队、海关Customs YES及入境事务处青少年领袖团。 7. 设金龙醒狮国术学会，让同学认识中国文化，学习武术礼仪，发扬尊师重道的精神；训练同学纪律及鼓励同学善用课余时间锻炼身体魄。 8. 高中其他学习经历课程完备，设艺术教育科、生涯规划课，亦安排社会服务及职场体验活动，丰富学生涵养及开阔视野。
法团校董会/校董会/学校管理委员会：	全方位学习（包括通过各学习领域、课外活动、联课活动等，提供五种基要学习经历）
保良局胡忠中学法团校董会	1. 领导才能：学生领袖组织包括学生会、训育领袖生、阳光大使、朋辈辅导员、生涯规划领袖生、学生大使、学术长、图书馆助理员、校园管理大使等。 2. 多元发展：学会40多个，一人一学会，鼓励参与校际比赛及联课活动。初中体艺计划，学习乐器、舞蹈、乐团合奏、球类、围棋及电子绘图，让学生发展兴趣及发挥潜能。 3. 服务精神：本校推广服务学习，不同级别参与不同义工服务。参加香港青少年服务处「义心同行易奖励计划」关 社区。 4. 设茶艺学会及胡忠café，训练同学的耐性和专注力，培养服务精神，提高生活品味及文化素养。 5. 设童军、升旗队、红十字会青少年团、民安队、海关Customs YES及入境事务处青少年领袖团。 6. 设金龙醒狮国术学会，让同学认识中国文化，学习武术礼仪，发扬尊师重道的精神；训练同学纪律及鼓励同学善用课余时间锻炼身体魄。 7. 高中其他学习经历课程完备，设艺术教育科、生涯规划课，亦安排社会服务及职场体验活动，丰富学生涵养及开阔视野。
环保政策：	学校设施
积极推荐同学参与环保活动及比赛，屡获环保竞赛奖项，如机电工程署香港能源效益奖最佳效能商户银奖、全港中小学环保成就奖、可持续发展学校奖励计划金奖、可持续发展社区项目参与奖及积极推动可持续发展荣誉大奖、环保大使金、银、铜、优秀奖、港灯最杰出『綠得開心学校』卓越奖、「海洋公园保育联盟最佳学校」-杰出社区服务奖和创新科技奖等。于2024-25年参与环境保护运动委员会、环保署和教育局主办的环保风纪计划，3位同学获嘉许状，3位同学获杰出表现奖。本校亦参与赛马会绿建环评计划，校内安装环保节能设备，目标减最少10%碳排放，荣获绿建环评既有学校「绿建学校」评级。	课室数目： 28
教学规划	学校设施： 除一般学校皆有的设施外，本校设胡应湘爵士演讲厅（配备优良影音设备）、胡郭秀萍英语中心、视艺创作室、美乐及管弦乐团训练中心、健身室、舞蹈室、学生会中心、学生辅导室、生涯规划室、STEM创客中心、颜宝铃多用途中心、教研汇萃中心、校园电视台、中华文化室及融HUB。全校课室已安装智能互动教学电视。
全校语文政策：	支援有特殊教育需要学生的设施： 畅通易达升降机及畅通易达洗手间。
初中每级两班以英语为授课语言（詳情請參閱2025/26及2026/27学年开设科目资料）。其他班别采化时为科，数学及科学以英语教授，提升同学英语水平。各级英文科采小组授课，共设33组，加强个别指导。香港中学文凭考试中文及英文科3级或以上比率远超全港水平，有利升读大学。初中设普通通课：早会以粤语、英语及普通话三语进行。成立「跨学科语文核心小组」，增聘老师，由英文科科长带领，辅助学生以英语学习其他学科，提升学习效能及自信。	其他
学习和教学策略：	本校同学在多个领域屡获佳绩，展现卓越才能与全面发展。学校设有逾十项保良局奖学金及四十多项校内奖学金，表扬学生在学业、品德、活动及服务上的杰出表现。 音乐：学生于2025年第77届香港学校音乐节获得49个奖项及联校音乐大赛2025年则荣获51个奖项，涵盖合唱团金奖、声乐独唱金奖及乐器独奏金奖，连续五年获颁「卓越音乐培训奖」。 阅读：学生积极参与不同的征文比赛，培养阅读与写作能力，学生连续三年荣获佛教永义奖学金（每位5万元）。2025年度有三名学生荣获哈佛图书奖及一名获《读者》征文比赛优秀作品奖。
1. 学与教：善用科技推动自主学习革新，强调预习、笔记摘录及整理。安排多元化课业，教导学生善用人工智能平台提升自主学习效能，设奖学金表扬学生的毅力及学习策略；课堂学习重视师生互动及生生互动，推行小组协作学习，设学习技巧课等以提升同学学习效能及兴趣。 2. 初中课后增润课程：由中二开始，于课后进行中、英、数三科主科增润课程，让学生及早准备，打好基础，为文凭试争取更高成绩。 3. STEAM及资优教育：由初中起为同学进行数理科拔尖。	领袖：获沙田杰出青年嘉许奖、童梦同行香港杰出学生服务领袖奖、课外活动优秀学生表扬奖、第三届爱心行动奖嘉许状及沙田区杰出学生等。 科学：学生于「AI x HK Open Cup 2024」夺冠，2025年于【机甲联盟】空地协同赛获全港总冠军，「香港健康创科杯」获资讯清晰度卓越奖季军。本校更凭借人工智能编程实力，于【微信小程序全球创新挑战赛】香港区域赛夺得一等奖，展现师生科技创新能力。 体育：学生在多项赛事中表现优异，包括保良局「乒乓」同庆建国75周年属校锦标赛团体季军、循道杯排球邀请赛女子组季军、狮子会全港学生3V3閃避球赛U15组季军、第一届乐道躲避盘暨日轮躲避盘邀请赛新赛季冠军及沙田区「打」击毒品羽毛球赛高中男子单打冠军与男子双打亚军、国际青少年壁球公开赛及香港壁球联赛组别冠军等。学生于沙田区田径比赛中囊括女子垒球、100米、200米及400米冠军，获100米栏亚军及跳高季军，在观塘跆拳道搏击比赛11-12岁色带组夺冠，新界地域校际室内赛艇锦标赛及保良局联校运动会获多项个人及团体奖项。于香港学校舞蹈节获得校园健康舞及中国双人舞甲级奖。 辩论：英语辩论队多年荣获香港学辩论比赛获得优异成绩，于2025香港中学生辩论比赛获得总决赛冠军。 艺术：2025年于卡通动漫角色绘画竞赛获得中学电绘组银奖，亚州杰出精英艺术比赛获季军。社会服务：连续四年获香港红十字会捐血服务中心嘉许为全港十杰出生捐血百分比最高中学之一，获颁卓越伙伴大奖。 国民教育：参与由入境处青少年领袖团主办的「庆祝香港特别行政区成立28周年一总监杯」，获全场总冠军；升旗队于「沙田区中小学升旗礼仪比赛」获得优异奖，于「第二届中华文化问答比赛」获最踊跃参与学校奖（中学组季军）。
校本课程：	直达学校的公共交通工具
1. 选修科目：2X及3X。亦可选修数学延伸单元二。 2. 课程重点：高中课程多元化，开设10科选修科目。核心科目，中文、英文、数学及公民与社会发展均设小组授课。高中四班分五组，减少每班人数，加强照顾学习差异。初中设创新科技及学习技巧课程，高中推行校本艺术教育及生涯规划课。	1. 港铁：屯马线恒安站；东铁大学站转专线小巴； 2. 巴士：40X、43X、81C、85K、85M、85X、86C、86K、86S、87D、87K、89C、89D、286C、286M、299、680、681、682； 3. 专线小巴：26（大埔）、806B、807A/807C（大学站）、808、810、811B。
学校课程主要更新重点：	
1. 德育、公民及国民教育：班主任节、周会、正向阳光课、讲座及工作坊，培养良好品德及正向思维。 2. 从阅读中学习：阅读奖励计划推行了二十多年，同学的阅读指标基本60本：初中每年15本（英文及中文各每科至少6本、数理3本），中四全年16本。另有英语广泛阅读计划、英文读本教学。中文科设置着阅读计划、读书报告及阅读专题。另安排同学于早上阅读报章。本校图书馆在学校假期仍开放，图书经费每年十万以上。 3. 专题研习：中文科、历史及中史科合办中环文化考察专题研习、地理科高中探究性实地考察、生物科野外考察课程及课后生物工程研习。 4. 运用资讯科技进行互动学习：本校于初中设立创新与科技科，透过学与教活动培养同学对创新科技的兴趣，提升学生在科学、科技、工程及数学的综合应用能力。装备同学在运用创新思维、团队协作及解难能力，迎接AI时代的挑战。透过举办不同的活动及参与学界的比赛开阔学生视野。本校在STEAM领域持续表现卓越，近年屡获殊荣，充分展现学生在创新与技术应用方面的优秀能力。2025年，本校在【机甲联盟】空地协同深港大师赛中荣获全港总冠军，彰显了在机械人技术与协同编程方面的杰出能力；同时，于香港大学李嘉诚医学院主办的「香港健康创科杯」中，荣获资讯清晰度卓越奖季军，突显学生在健康科技领域的创意与传意能力。本校更获得【微信小程序全球创新挑战赛】香港区域赛香港区域赛一等奖，此项比赛由腾讯联合多家权威机构发起，聚焦AI编程，旨在激发青少年创新潜能，以技术解决社会痛点。	
生涯规划教育：	
自2016年起，本校成为赛马会「鼓掌·创你程」计划的25所参与中学之一，获拨款设立生涯规划辅导室，推行多元化活动并提供小组及个别辅导，协助学生探索未来方向。2021年起，引入「香港生涯发展自评基准」（HKBM），运用自评机制优化生涯发展，提升活动及辅导的针对性。2022年，本校成为该计划的资源学校，与其他学校进行专业交流，分享经验及良好策略，提升教师专业水平，为学生提供更适切的生涯辅导，帮助学生选择合适升学或就业路向。本校为中一至中六学生设计不同主题的活动和工作坊，培养学生所需知识、技能及态度。透过小组及个别辅导，学生能依兴趣、能力及志向，作出明智的升学或就业决定。高中设有生涯规划课程，系统性推展生涯规划教育，训练包括沟通、团队合作、问题解决及领导力等软技能。另新增职场实践元素，如模拟面试、工作体验计划等，让学生亲身体验真实工作环境，为未来职涯做好准备。	
学生支援	
全校参与照顾学生的多样性：	
本校积极推广融合教育及个性化支援，初中核心科目实施小班教学和双班主任制，加强个别关怀。透过正向教育课程与多元活动，培养学生认识性格强项和感恩心态，提升幸福感。近年看重社会情绪学习，强化自我觉察与社会觉察，推动尊重差异和共融文化；同时引入静观练习，帮助学生调节情绪、提升专注力及抗逆力。	
全校参与模式融合教育：	
设立SST（学生支援组），由资深教师任SENCO。重视家校合作，与辅导员、社工、教育心理学家紧密联系。有需要时召开个案会议。	
测考及学习调适措施：	
1. 老师按本科教学进度安排测验，平时分评核制度鼓励同学温习及反思学习状况。 2. 初中考试设自学题，促进学生自主学习。 3. 每年三次考试，各科进行分析、检讨及改进，提升教学效能。	