

# 港大同學會小學

## 核心價值：

- 求知、堅毅

## 理念目標：

- 從正規課節「個人成長課」的學習活動出發：學生藉課堂討論、填寫反思工作紙、邀請家長一起參與等，培育良好的品德。

## 推行策略：

- 「個人成長課」的一個課題：「追求卓越」，讓同學能回顧上一個學期自己的表現，並訂定新一學期的目標和具體計劃；
- 先讓同學利用工作紙進行反思，其中包括：「總結第一學期的表現，我給自己 \_\_\_\_\_ 分」、「我欣賞自己在第一個學期……」、「第一個學期發生的最深刻的一件事是……」、「從這件事情中我學習到……」等；
- 邀請同學、老師或家人為自己寫下鼓勵的字句；
- 將同學分為小組，互相分享自己的反思結果；
- 班主任總結同學的分享，並表揚在過去有良好品德的同學，鼓勵彼此學習；並表達對同學有着高的要求，期望他們在學習和待人處事上更用心和認真，追求卓越。

## 工作紙提供：

工作紙提供：

港大同學會小學  
個人成長課  
9/4/2005

**自我反思**

目標：  
1) 讓同學回顧第一學期的表現  
2) 訂定新一學期的目標及具體計劃

過程：  
在剛過去的星期六，同學們經過第一學期的成績表，隨著這個機會，本學期的個人成長課會與同學檢討第一學期的表現並且談論在第二學期有更好的表現。

自我反思時間 10 分鐘  
先讓同學利用工作紙「反思第一學期的表現」，檢討得失並從經驗中吸取教訓。

同學分享 10-15 分鐘  
鼓勵同學(兩至三位一組)互相分享自己的反思並彼此學習

總結及展望 5 分鐘  
班主任總結同學們的分享並表揚在過去出色的表現(行為和態度)，讓同學彼此學習，更重要的是教導同學有更高的要求，期望同學在學習和待人處事上更用心和認真，追求卓越，最後工作紙二，審閱同學完成。老師可以收集同學的作品並將貼於教室內，彼此鼓勵。

港大同學會小學  
個人成長課  
9/4/2005

姓名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

級別：\_\_\_\_\_

同學們!在剛過去的星期六經過第一學期的成績表，你有甚麼感受呢?不論成績如何，你的老師和家人都會繼續支持你，希望你在第二和第三學期有更大的成長和進步，在最後未來之前，先總結第一學期的經驗，讓自己所學再努力向前吧!!

總結第一學期的表現，我給自己 \_\_\_\_\_ 分(1分最低，10分最高)，因為 \_\_\_\_\_

我欣賞自己在第一學期 \_\_\_\_\_

同時，我覺得在甚麼地方可以進步的空間包括 \_\_\_\_\_

請利用以下空間寫下/畫下在第一學期發生的最深刻的一件事：

從這件事情中我學習到 \_\_\_\_\_

港大同學會小學  
個人成長課  
9/4/2005

姓名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

級別：\_\_\_\_\_

各位同學，「一年之計在於春；一生之計在於勤」。新的一年又來到，有否想過在 2005 年的開始訂立新的目標呢?請先安靜一會兒，細心想想今年想達到的目標以及具體的行動，期望同學在新的一年更享受港大同學會小學的學習生活!!努力加油啊!!

| 目標一      | 目標二      | 目標三      |
|----------|----------|----------|
| 具體行動     | 具體行動     | 具體行動     |
| 1) _____ | 1) _____ | 1) _____ |
| 2) _____ | 2) _____ | 2) _____ |
| 3) _____ | 3) _____ | 3) _____ |
| 預計完成日期:  | 預計完成日期:  | 預計完成日期:  |
| _____    | _____    | _____    |

邀請同學/老師/家人寫下鼓勵的字句

我認為自己在第二學期的表現是 8 分，因為：  
自己改善了欠交功課的情況。

第二學期剛剛結束，我最滿意自己的是：  
英文有進步和拿到兩張每週之星。

我認為自己需要改善的地方是：  
要專注和做功課要小快一點。

我會繼續努力，向目標前進!!!!

港大同學會小學  
個人成長課  
9/4/2005

我一定會努力達成目標!!!!

家長愛的鼓勵：自覺+認真=勝利

我一定會努力達成目標!!!!

家長愛的鼓勵：

學無前後，達者為先，  
只要努力，目標在望。  
永遠支持您的媽媽  
15.4.05

港大同學會小學  
個人成長課  
9/4/2005

我一定會努力達成目標!!!!

家長愛的鼓勵：

學無前後，達者為先，  
只要努力，目標在望。  
永遠支持您的媽媽  
15.4.05

各位同學，「一年之計在於春；一生之計在於勤」。新的一年又來到，有否想過在 2005 年的開始訂立新的目標呢?請先安靜一會兒，細心想想今年想達到的目標以及具體的行動，期望同學在新的一年更享受港大同學會小學的學習生活!!努力加油啊!!

| 目標一       | 目標二      | 目標三      |
|-----------|----------|----------|
| 改善英文的立法   | 造一個書家    | 具體健康     |
| 具體行動      | 具體行動     | 具體行動     |
| 1) 多閱讀英文書 | 1) 留心上課  | 1) 多些做運動 |
| 2) 留心上課   | 2) 畫多一些畫 | 2) 均衡飲食  |
| 3) _____  | 3) _____ | 3) _____ |
| 預計完成日期:   | 預計完成日期:  | 預計完成日期:  |
| 2005年一月一日 | 10年後     | 一星期後     |

邀請同學/老師/家人寫下鼓勵的字句

祝願你能持之以恆，達成目標!

全力以赴做到最好 Yeh!!  
加油!!

各位同學，「一年之計在於春；一生之計在於勤」。新的一年又來到，有否想過在 2005 年的開始訂立新的目標呢?請先安靜一會兒，細心想想今年想達到的目標以及具體的行動，期望同學在新的一年更享受港大同學會小學的學習生活!!努力加油啊!!

| 目標一       | 目標二      | 目標三              |
|-----------|----------|------------------|
| 改善英文的立法   | 造一個書家    | 具體健康             |
| 具體行動      | 具體行動     | 具體行動             |
| 1) 多些練習   | 1) 多練習   | 1) 多些練習          |
| 2) 上課認真認真 | 2) 計劃時間  | 2) 看不懂的書可以問同學或老師 |
| 3) _____  | 3) _____ | 3) _____         |
| 預計完成日期:   | 預計完成日期:  | 預計完成日期:          |
| 2005年11月  | 年尾       | 年尾               |

邀請同學/老師/家人寫下鼓勵的字句

雖然你不是個天才，但媽媽欣賞你出盡力去盡力做到最好，媽媽會永遠的支持你!  
繼續加油吧!

加油!!!  
定得!!!  
加油!!!