



路德會救主學校

「自律無難度，我都做得到！」訓練計劃通告 (通告編號 106/2021-22)

敬啟者：茲為培養學生自律的能力：簡單如個人衛生、作息習慣等，使其日後在生活上能嚴守這些規矩，持之以恆，成為良好的習慣。

本校擬舉辦「自律無難度，我都做得到！」訓練計劃：

原定於28/3-1/4/2022舉行的秩序比賽，因考慮到只有半天面授課，秩序比賽未必能發揮其最佳成效。另外經過悠長的假期及停課，實在需要幫助學生重拾規律。有見及此，本校擬透過訓練鼓勵學生養成良好的生活習慣及個人紀律，使學生明白到自己的本份和責任，活動於23/5-27/5/2022在家中進行。同時亦配合本年度的關注事項-培養學生凡事學會感恩、喜愛學習、自愛自律的態度。

現誠邀 貴家長協助提醒及督促 貴子女，鼓勵其每日均應盡上自己作為學生及為人兒女的責任和本份。家長可於 23/5-27/5/2022 五天在記錄表內評分及簽名(請參閱家中記錄表)。學校將授以代用券作為獎勵，請家長於 6/6/2022 前把記錄表格交回班主任收集，逾期無效。

活動的成效，實有賴各家長與學生的支持和合作，促使整個活動能達至圓滿成果。

此致
貴家長



校長：_____ 啟

楊靈滙

主曆二零二二年五月十七日



路德會救主學校
「自律無難度，我都做得到！」

家中實踐行動記錄評分表

姓名：_____ 班別：_____

★ 活動舉辦日期：23/5-27/5/2022（為期共五天）

★ 注意事項：請家長根據以下各表現作適宜的評分，並填上合適的英文字母：

A. 能夠做到(獲發 2 分代用券) B. 部分做到(獲發 1 分代用券) C. 尚未做到(有待改善)

★ 學生每取得 1 個 A，將獲發 2 分代用券；1 個 B，將獲發 1 分代用券；取得 C 得 0 分。

★ 6/6/2022(星期一)前交回記錄表格，逾期無效。

項目 請填上合適的 評分代號 (A/ B/ C)	日期	5 月 23 日 (星期一)	5 月 24 日 (星期二)	5 月 25 日 (星期三)	5 月 26 日 (星期四)	5 月 27 日 (星期五)
個人衛生 如：每天早晚刷牙、洗面 進食前清潔雙手 正確配戴口罩						
作息習慣 如：早睡早起 分配休息時間 做最少 15 分鐘運動						
言行舉止 如：待人接物有禮 協助完成家務 尊長愛幼及鄰舍						
學習態度 如：準時地完成功課 自行收拾書包 主動地溫習						
自我評估	A 的數量 合共()個	A 的數量 合共()個	A 的數量 合共()個	A 的數量 合共()個	A 的數量 合共()個	A 的數量 合共()個
	B 的數量 合共()個	B 的數量 合共()個	B 的數量 合共()個	B 的數量 合共()個	B 的數量 合共()個	B 的數量 合共()個
	C 的數量 合共()個	C 的數量 合共()個	C 的數量 合共()個	C 的數量 合共()個	C 的數量 合共()個	C 的數量 合共()個
家長簽名						

A 的總數量(家長填寫)：() / 20 個

B 的總數量(家長填寫)：() / 20 個

「自律無難度，我都做得到！」訓練計劃意見調查

歡迎家長於 6/6/2022(星期一)前提出意見和回應分享，逾期無效。



請掃瞄左方 QR Code