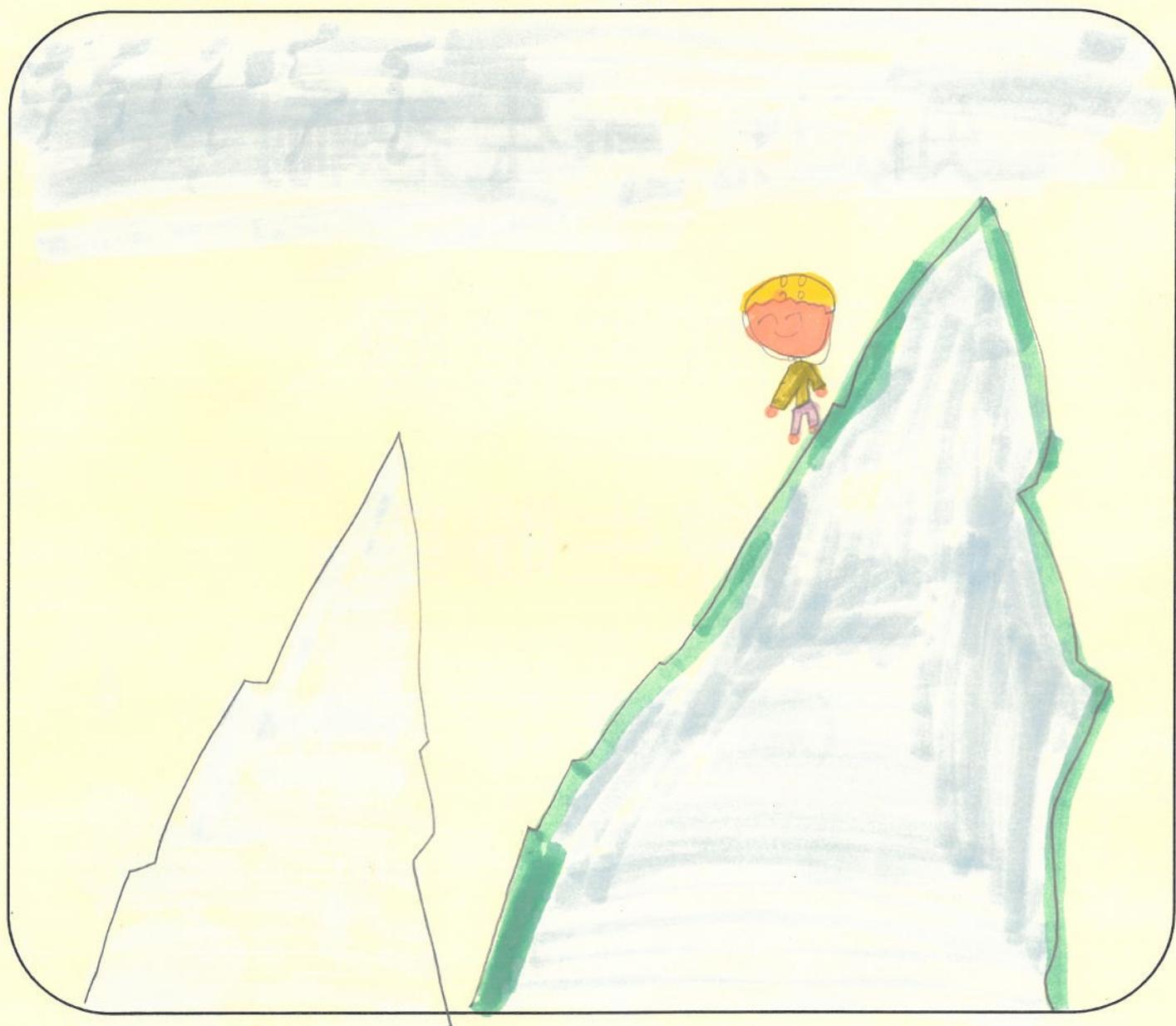


中華基督教會拔臣小學 2022-2023 年度

五年級生命教育

「逆境圖強」成長紀錄冊



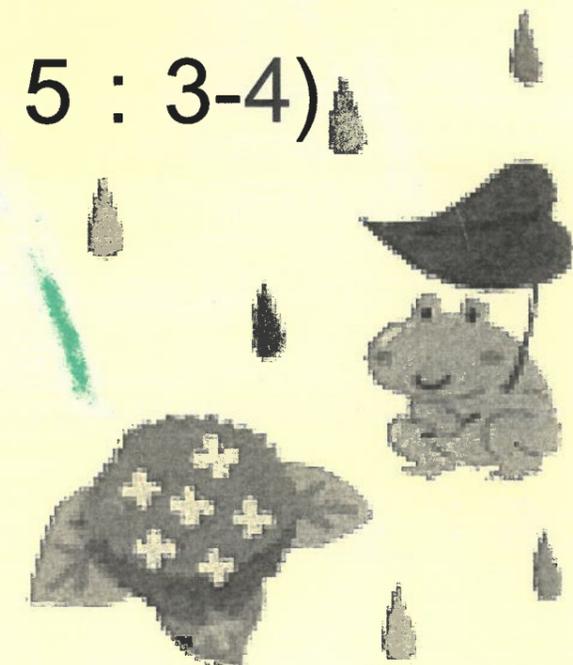
姓名：歐恩同

班別：5 B (1)

主題金句

知道患難生忍耐，
忍耐生老練，
老練生盼望。

(羅馬書 5：3-4)



P.1

主題曲 強

需跨多少個山 漫漫長路與海
方可真正覓到心裏精彩
需經多少次哀 幾多的障礙賽
才勝利會換來
不知幾番跌到 旁人斜視喝采
很不好過但我衝刺不改
只因心中記緊 當天可敬父親
說信我會精彩
*強人是你 能飛天遁地
其實你了不起 假使你永不說不能做到
強人是你 能頂天立地 如敗倒 再掙起
永沒言死 才是活著的真理
曾垂頭萬次 仍抬頭又試 再戰再創這生意義
無忘慈父那 從前留下句子

作詞：林振強 作曲：雷頌德



P.2

逆境圖強 — 成功的祕訣

我與成功有約

為了達至成功，我有以下的改善方案：(選擇一項)

學業 新的技能 日常生活



完成時間：21 天

短期目標：中文黑大書進步

遇上困難時，我會鼓勵自己：

「就算失敗，也要堅持。」

實踐紀錄：(可填寫或繪畫實踐情況。)

日期	1/2 (第1天)	2/2 - 3/2	4/2	6/2 - 7/2	22/2 (第21天)
里程碑	計畫溫書	溫習成語	溫習詞語	溫習課文	



學生姓名：區欠思同

班別：5B (1)

小總結：活動結束了，我用了6天來達成目標。



各位同學，根據上面訂立的一個短期目標，請於 1/2/2023 - 22/2/2023 展示及錄製你的學習過程，並分享你的感受。

自評	家長鼓勵
A. 滿意程度： ☺☺☺☺☺ (最滿意可圈 5 個圖案)	A. 滿意程度： ☺☺☺☺☺ (最滿意可圈 5 個圖案)
B. 家長給我的鼓勵說話 <u>面對不如意事，要正面積極，享受才會成功。</u>	
家長簽署： <u>Cev</u>	

逆境圖強 — 動物保護色



反思工作紙



向動物致敬，活出堅毅的生命

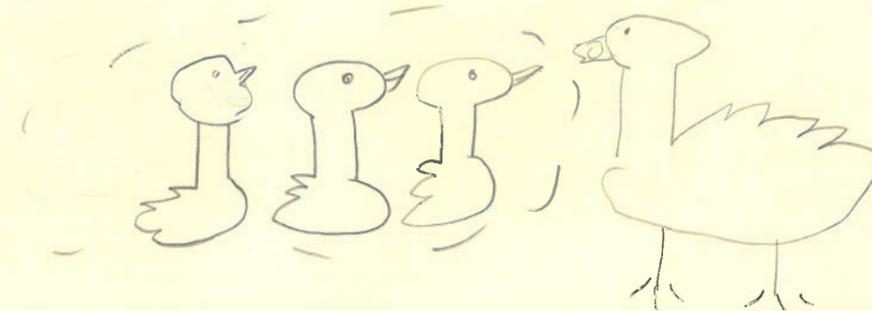
1. 哪一種動物的「偽裝術」中令你印象最深刻？為甚麼？

貓頭鷹因為他偽裝得非常真和他很努力偽裝。



2. 觀看鳥媽媽餵飼小鳥過程的影片後，你有甚麼感受和得著？

我覺得媽媽很辛苦因為每一次給孩子吃也不給自己吃，如果真的餓也只能吃孩子吃剩下的食物。還有每次只能帶一個食物所以牠也要去好多次。



逆境圖強 — 難關總要闖

姓名：_____

班別：5 B (1)

今天，我進行了一個活動-撲克牌層層疊，

從活動中感受到……^{失敗又不緊要，最重要站起來}

令我最深刻是……

估又一個
成功士不容易，
要經過風浪才可以
成功。

疊起一個後又會倒下來，
然後又要再疊一次。
從頭

我最想感謝/感激的人是……

老師因為老師言讓我體會
到成功不容易。

在活動中，我感到最困難的
是……終於我……
在活動中，我感到最困難
的是疊到一個但有風
所以我會倒下來。終於
我疊到快到上面又倒下。

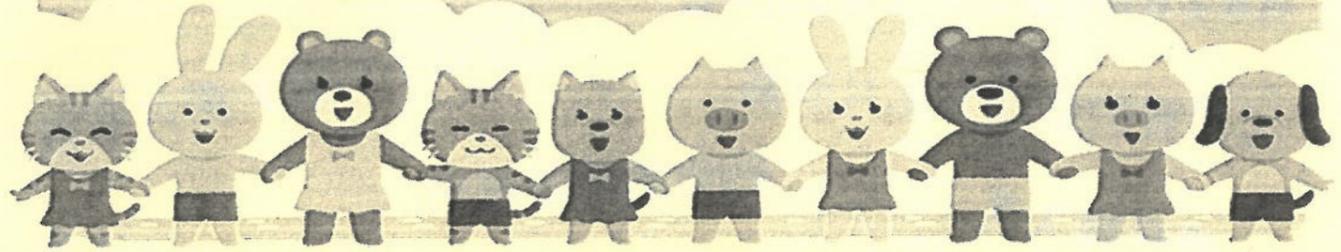
家長的鼓勵：是一個很好的經歷，希望當遇到挫折時，
也可以檢討得失，重新站起來。

銘

給老師的信

姓名：區恩同

班別：5B (1)



老師，我想要謝謝你，因為在生命教育課中，我學會了：

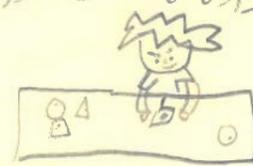
試以文字及圖畫加以分享。失敗不緊要，最重要站起來，成功是經過風浪才是。



你對繪本《如果我有一個問題？》哪一個場景，
感到最深刻或最難忘？為甚麼？
試以文字及圖畫加以分享。



我感到最深刻的是小男孩決定自己要正面
面對那個問題，因為那個小男孩決定
要正面面對就不反口，我都想好像她
一樣堅持。



你一定可以做到的！

