

勤力用心 拓展人生

馬玉娟校長

有一句話我終身牢記，那就是「一生之計在於勤」，這是家父家母做人處事的態度。家父離世多年，然而，我對他的印象一點也沒有忘記，他說話不多，為人安靜，在五金工廠工作，一生勤勤懇懇，為家庭奔波勞碌，但他從不言怨。母親沒有受過教育，年輕時當清潔工人，每天負責清潔街道，她身材瘦削，拿著很大很重的竹掃帚，先把地上的垃圾掃作一堆一堆，再按次剷到籬子裡。那時小小年紀的我和妹妹只會跟在媽媽背後，甚麼也幫不上忙，但切切實實學會甚麼是「勤力」。

「勤力用心」是求學做事應有的態度，也是一種負責任的表現，我盼望呂中孩子能有這樣的素質。偶然看到一段新聞，有一個青年籃球員，他的名字叫蔡再勲，原來他的母親以「勲」取名，就是希望他除了「勤力」之外，還要「用心」，才能將人生路上的目標完成。他父母深信，勤力、用心，就是成功之道。他參加學界比賽時有點自滿，認為自己很有能力，沒有幾個人能搶到他的球；其後他晉級參與其他比賽，甚至與國外球隊比賽，才發現山外有山，有很多與他同年紀的球員各方面都比他優勝，這下他得所領悟，知道必須用心苦幹，反思求進，才能拓展前路。

天才科學家愛因斯坦曾說：「在天才與勤奮之間，我毫不遲疑地選擇勤奮。」我早前有機會到上海參與一個交流聚會，會上有一些來自香港的企業家，分享他們對未來人才的想法，他們強調對選擇人才的首四項要素是：忠誠、主動、廉潔、勤奮。在這些成功的企業家眼中，能力不是首要的條件，人的素養內涵才重要。當同學規劃前路時，除了要有明確的目標外，正確的做人態度是不容忽視的。

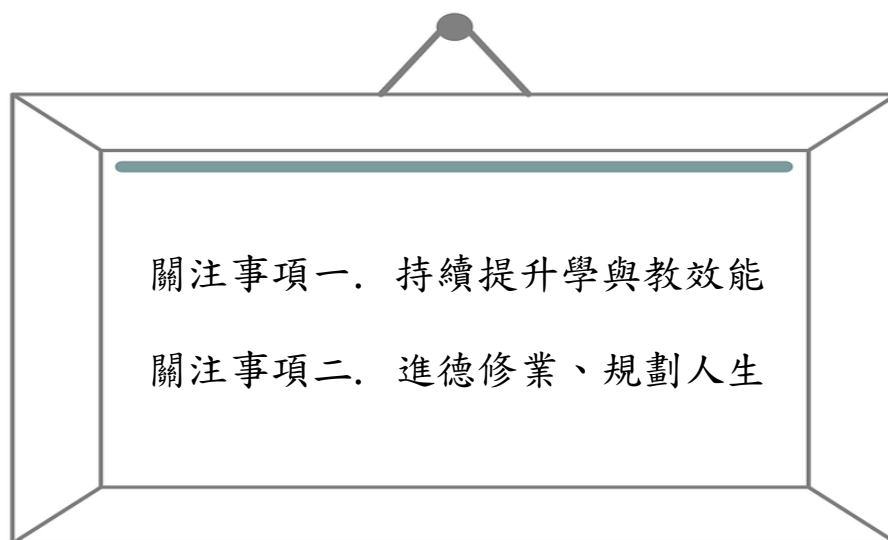
上帝教導我們：「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效，是由心發出。」（箴言 4 章 23 節）現今世代有太多似是而非的觀念，影響人的思想行為。希望同學都有純全的內心，行為正直、良善；勇於反省，用心思量。做每件事的時候，都能全身投入，用心去做，毫不敷衍，竭力完成。本校新的三年學校發展計劃以「勤力用心、拓展人生」為總綱，盼望同學能積極投入學習、勇於參與不同的學習經歷，於不同的學習階段訂下目標，用心檢視自己的表現，自強不息，規劃人生。

在新學年的開始，但願「勤力用心、拓展人生」能確切地展現於呂明才中學每一個孩子身上。祝福各位家長、教職員、同學活出美好，願上帝賜福與你！

學校發展計劃

2015/16 - 2017/18

總綱：勤力用心 拓展人生



學與教

1. 有關特殊學習需要考生在公開試申請特別考試安排程序如下：
 1. 有特殊學習需要學生擬申請公開考試特別安排，須由家長具函向學校申請。
 2. 學校按申請函所述，代要求專家或心理學家安排評估；並轉交考評局。
 3. 上述經本校評估而交考評局之個案，本校校內考試亦會予以特別安排。
 4. 中五及中六同學請留意9月初派發有關通告。
2. 本年學與教特別計劃
 1. 特別注重做好家課，續辦「做好功課獎勵計劃」(附件1)及「初中學習表現獎勵計劃」(附件2)；各位家長請參考「初中每週家課時數分配指引」(附件3)；督促貴子弟完成家課，做好課前預習，多讀益智課外刊物及電子資訊，以收家校合作之效。(至於初中每日家課詳情，可參閱本校之網上家課記錄。)

2. 高中各級同學必須切實做妥「校本評核」習作要求，以便向考評局呈報分數。
3. 體育科續辦「優秀運動員選舉」。(附件 4)
4. 續辦「圖書館學科閱讀獎勵計劃」。(附件 5)

3. 講義紙張費 2015/2016

為加強學習效果，老師需要經常油印大量講義及習作給同學，但由於紙張價格高漲，單憑政府津貼實難支持，故學校無奈要向學生徵收紙張費用。各級收費如下：

| | |
|---------|---------------|
| 中一級至中三級 | 每人繳交 \$100.00 |
| 中四級至中五級 | 每人繳交 \$120.00 |
| 中六級 | 每人繳交 \$100.00 |

(至學期末，會按實際用紙數計算金額，餘額將回撥作班會活動經費，不足之數則由班會支付。)

4. 各級升留班制度

為加強本校學習風氣及增進學生之學業成績，本校推行各級升留班制度，現特請 貴家長留意，盡力督促子弟學業，俾能達到學術水平順利升班。本校各級之升留班辦法如下：

1. 中一、中二及中三：總平均分低於 40 分者及級名次於末 30 名內，或須留級。
2. 中四及中五：總平均分低於 35 分者及級名次於末 30 名內，或須留級。
3. 凡該學期出席率不足八成者不准參加該學期考試。
4. 中一至中五學業成績不理想者需參加明才暑期培育計劃時，全期出席及表現優良者予以試升。

5. 本校全學年設上、下兩學期，每期舉行考試一次，各佔全學年 50%(中六級只設一學期，全年舉行一次考試)。各級均設「平時分」反映學生之持續表現。

6. 2016 年全港性系統評估 (TSA 2016)

本港教育局於中、小學推行之「全港性系統評估」，本年度 (2015 - 2016) 繼續於全港中三級推行，所有中三級學生將於 2016 年 4 月及 6 月於校內參加中文、英文、數學三科之系統性評估，詳情見下：

日 程 表
(對象：本校全體中三級學生)

| 評 估 項 目 | 日 期 | 星 期 |
|--------------------|--------------------------------|----------------|
| 說話評估(中文、英文) | 2016年4月19 / 20日 (後備日：4月22日) | 星期二/三 (星期五) |
| 紙筆評估 (中文、英文、數學) | 2016年6月21 - 22日 (後備日：6月24日) | 星期二、三 (星期五) |

請 貴家長關注有關日程，並督導 貴子弟專注學業，積極從事有關評估之學習活動，以期 貴子弟屆時參與「全港性系統評估」能有良好表現。

**資
源
策
劃
與
管
理**

校舍管理及傳訊

1. 經教育統籌局批准作特定用途的費用

為配合課程改革及改善校舍環境，本校已於校內禮堂安裝空氣調節系統。是項建議於2002年經廣泛諮詢後，獲全校師生及家長支持，並得到家長會同意及校董會通過——所需電費及定期維修費用由家長合力支付。本學年(15/16學年)按〈教育署行政通告第46/99號附件A(14)項：非標準項目收費〉向每位學生家長徵收有關費用(每位學生全年\$150；中六學生\$75)。查是項費用除用於非標準設備的空調電費及維修外，小部份會用於維修及購置額外電腦設施、補助學生學習所需之費用(如支付印製試卷中彩色圖表費用)，日後該收支蓋由家長教師會定期審核公布。

本校考慮到是項收費或會對部分學生家庭構成經濟壓力，故屆時會酌情為該等家庭盡量提供援助。

2. 有關續新及申請地鐵學生八達通事宜，將於9月上旬宣布，敬請留意。如有任何關於地鐵學生八達通之查詢，請與班主任聯絡。

3. 為方便同學準備合乎標準的證件照片，本校特安排攝影公司於9月2日(三)來校為同學拍攝彩色學生相(適合申請回鄉證及護照用)，壹打\$10，兩打\$15。

4. 「個人資料(私隱)條例」事宜

為表揚學生之成就，校方每年均會挑選學生之優異習作，精彩之活動或得獎相片，登載於學校刊物上。得見 貴子弟獲殊榮光耀門楣，想 貴家長定必滿懷欣慰，喜出望外。然根據《個人資料私隱》條例，若 貴家長不同意授權校方將 貴子弟的課業及活動、得獎等相片登載於學校刊物上，可致函知會校長。

5. 由 10 月 5 日(一)至 2016 年 5 月 31 日(二)，圖書館會為學生訂閱星島日報(校園版)，詳情如下：

報章內容：

港聞、國際新聞、教育、家長版、大學版、英文時事教材、娛樂、體育、通識大全(星期一、三)、悅讀中文(星期二、五)、文憑試精讀練習(星期四)及 The Student Standard (中四至中六)/ Junior Standard(中一至中三)。

(沒有零售版的「財經」及「副刊」)

(1) 收費：每份\$2

(2) 為配合高中通識科之需要，中四、中五及中六級學生每周必須訂閱最少兩天(星期一及星期三)，其餘各級學生可自由訂閱。

訂閱選擇：2015 年 10 月 5 日(一)至 2016 年 5 月 31 日(二)

(中六級至 2015 年 12 月 18 日(五))

| | | | |
|--------|-----------------|------------|-----------|
| 中一至中三級 | 星期二及五 (共 46 日) | 需付款 \$ 92 | 可自由選擇是否訂閱 |
| | 星期一至五 (共 119 日) | 需付款 \$ 238 | |
| 中四、中五級 | 星期一及三 (共 48 日) | 需付款 \$ 96 | 必需選擇其一 |
| | 星期一至五 (共 119 日) | 需付款 \$ 238 | |
| 中六級 | 星期一及三 (共 20 日) | 需付款 \$ 40 | 必需選擇其一 |
| | 星期一至五 (共 49 日) | 需付款 \$ 98 | |

家長教師會

1. 本校家長教師會將於 10 月 25 日(日)下午 2:00 假本校二樓禮堂舉行會員大會，是次大會，除例行報告外，並會以一人一票現場投票方式，選出六位家長，擔任第九屆理事會職位，誠盼全體家長撥冗出席，共商會務，詳情另行通知，敬請留意。

2. 懇盼全體家長能熱烈登記參選，讓家校緊密合作，使學生之學習成效得以提昇；參選辦法將於稍後專函奉告，敬請留意。

學生支援組

本校對有特殊教育需要學生的照顧

本校已成立學生支援組由學生事務副校長領導，成員包括：教育心理學家、駐校社工、學與教組代表、學生成長支援組代表、資源管理組代表及學科代表，通過營造和諧校園文化、制訂支援策略及推行措施，照顧學生個別差異，使所有學生均能接受適切的教育。

一、『有特殊教育需要學生』之定義

『有特殊教育需要學生』(Students with Special Education Need) 是指：學生在學習上有困難或有某種身體殘疾，包括言語、學習及行為上的障礙。據教育局分類，主要為：

- 特殊學習困難 (SpLD) 如讀寫困難
- 自閉症 (ASD)
- 肢體傷殘 (PD)
- 聽覺障礙 (HI)
- 智障 (輕、中、嚴重) (ID)
- 注意力不足／過度活躍症 (AD/HD)
- 視覺障礙 (VI)
- 言語障礙 (SLI)

二、本校照顧『有特殊教育需要學生』之策略

1. 及早識別

| 資料來源 | 途徑 | 時段 |
|----------|----------------------------------|----------|
| 原先就讀學校 | · 中一新生註冊時家長呈交之小學『轉交有特殊教育需要學生的資料』 | 中一新生註冊日 |
| | · 學生於入學時轉交的相關證明文件 | 辦理新生入學手續 |
| 家長 | · 開學後填交的『學生健康狀況調查表』 | 學年初 |
| | · 家長主動聯絡校方，呈交相關的證明文件 | 全年 |
| 班主任、任教老師 | · 在初中級會上提出 | 全年 |
| | · 通知學生支援組同工 | 全年 |

2. 適時介入及跟進 (舉隅)

- ◆ 個案會議
- ◆ 個別或小組輔導
- ◆ 朋輩關顧
- ◆ 課堂調適
- ◆ 校內考測特別安排
- ◆ 公開考試特別安排申請
- ◆ 添購設備或資源
- ◆ 外購支援服務

3. 營造和諧共融校園氛圍

- ◆ 「友你同樂」計劃
- ◆ 「每月一篇」閱讀分享計劃
- ◆ 教師專業發展及培訓

4. 評估檢討

家長如有垂詢，請與班主任或嚴紹仁老師聯絡。

輔導組

1. 本校重視學生之成長發展，特與不同機構合辦以下成長教育課程予各級同學。請家長在家庭教育方面予以配合，並鼓勵 貴子弟認真學習：

| 課程 | 協作機構 | 對象 |
|----------|---------------|--------|
| 成長新動力 | 衛生署青少年健康服務隊 | 中一、中二級 |
| 心智教育工作坊 | 路德會海濱花園綜合服務中心 | 中三級 |
| 生命教育工作坊 | 青年會荃灣會所 | 中四至中六級 |
| 性教育工作坊 | 明光社 | 中一至中六級 |
| 初中護苗教育課程 | 護苗基金 | 中一級 |

2. 本校社工方家樂先生逢星期一、二、四、五駐校。家長如有需要，可致電本校與社工聯絡。
3. 歡迎中一級同學參加「大哥哥大姐姐」計劃，透過不同活動，除可盡快適應中學生活外，亦能與高年級哥哥姐姐一同分享校園生活的點滴。
4. 歡迎中二至中五同學參加「友樂同行」計劃，透過義工及領袖訓練，服務學校及社區，以體現「服務他人」的精神。

訓育組

1. 訓育組本年度以「反省求進，篤志好學」為年度主題，引導學生自我省察，揚長避短，發展潛能，培養自強不息的態度。
2. (i) 病假
家長須於病假當天早上 8:10 前致電(24920195)回校請假。
學生復課當天須將家長信及醫生證明書帶回交班主任。
(ii) 事假
家長須事先(最遲於事假一天前)具家長信繕明事由，著學生帶回校交班主任。

(iii) 有關病假、事假函式樣，家長請參閱學生日記。

(iv) 根據教育局第 11/2006 號有關確保學生接受教育的權利的通告，教育局規定學校必須向 該局申報學生(不論其年齡及就讀級別)缺課及輟學個案。不輪學生的缺席的原因為何，學校必須在學生連續缺課的第七天，向教育局申報有關個案。

3. 本校規定凡遲到達四次者會被記缺點一個。請家長注意 貴子弟考勤出席情況，請家長督促同學早睡早起，準時回校。
4. 男女生校服規定細則(見附件 6)
5. 學生日常行為要點(見附件 7)
6. 14-15 年度第二次模範生名單如下：

| | | | | | | | | | |
|----|-----|----|---------------|----|-----|----|-----|----|-----|
| 1A | 彭穎兒 | 2A | 陳輝 | 3A | 方夢婷 | 4A | 陳慧珊 | 5A | 鄺文炳 |
| 1B | 藍煥添 | 2B | Kiran Shaheen | 3B | 郭夢蓉 | 4B | 郭上鋒 | 5B | 陳曉雯 |
| 1C | 孫斯准 | 2C | 万海燕 | 3C | 劉梓彬 | 4C | 蔡曉莉 | 5C | 陳雅文 |
| 1D | 鄭卓琳 | 2D | 沈美儀 | 3D | 郭珮珮 | 4D | 李寶華 | 5D | 江秋婷 |
| | | | | | | 4E | 游錦鳳 | 5E | 林正賢 |

7. 學生攜帶手提電話措施

學校規定學生不得攜帶手提電話回校，如有需要，家長必須向訓育組提出申請，申請表格請參閱附件 8。申請攜帶手提電話回校之學生，必須於開課後第一星期填妥及交回由班主任派發之申請表，經訓育組批核後每天按時間到指定地點辦妥交收手續。有關措施由 2015 年 9 月 7 日（一）起生效。

學生若未經批准而擅帶電話，一經發現，則列作攜帶違禁品處理，累積四次即記缺點一個，有關手提電話由校方暫存，並知會家長到校領回。

9 月份校務概要

學 與 教

1. 1/9(二) 開學禮
2. 2/9(三) 班務處理及講座
3. 4/9(五) 依時間表正式上課 (唯 4/9-11/9 提前於 1:00p. m. 放學，以便處理開學事務)
4. 9 月下旬 中六報考公開試
5. 11/9(五) 中六多元出路家長講座
6. 14/9(一) 做好功課獎勵計劃開始
7. 14/9(一) 第一階段學習表現獎勵計劃開始
8. 21/9(一) 圖書館學科閱讀獎勵計劃開始
9. 29/9(二) 教師工作會議(全校下午 3:10 放學，3:15 會議)

成 長 支 援

輔導組

1. 學生成長支援(輔導)組將於九月舉行下列活動，敬希家長和同學垂注：

| 九月 | |
|----------|---------------|
| 4/9-11/9 | 中一共創成長路 |
| 14/9 | 中一級和諧校園活動 |
| 17/9 | 大哥哥大姐姐學長訓練 1 |
| 22/9 | 中二級成長新動力 1 |
| 24/9 | 大哥哥大姐姐 GP1(1) |
| 23-24/9 | 中一護苗教育課程 |
| 29/9 | 中一護苗教育跟進課程 |
| 29/9 | 中二級成長新動力 2 |

訓育組

1. 1/9(二) 由 9 月 2 日(三)開始，各同學必須在早上八時十分前回到學校，否則作遲到論。
2. 4/9(五) 領袖生培訓日，各領袖生須在放學後留校，參與培訓。
3. 7/9(一) 由第二星期開始，新一屆領袖生同學開始值日以協助維持學校良好的秩序。同學必須服從領袖生同學的指示。

| <p>成長 支援</p> | <p>初中成長組 9月17日(四)派發十月份午膳訂購表格，費用為340元。 家長如欲替智能卡戶口增值，請於每月20日或之前將款項存入帳戶，以確保有足夠款項繳交午膳費用。</p> | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|------|----|----|------|-------------|------|------|-------------|----|------|-----|------|------|-----|----|
| <p>其他 學習 支援</p> | <p>活動組</p> <ol style="list-style-type: none"> 15-16年度學生會會費\$20需連同其他雜費於9月初一併繳交。 4/9(五)至11/9(五)放學後進行課外活動體育小組遴選。(詳見附件9) 7/9(一)第8-9節於禮堂舉行其他學習經歷暑期班滙演。 11/9(五)填寫課外活動申請表。 18/9(五)為社員大會，詳情如下： <table border="1" data-bbox="268 972 871 1326"> <thead> <tr> <th>社別</th> <th>時間</th> <th>地點</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>聖馬太社</td> <td>第六節 (周會)</td> <td>兩天操場</td> </tr> <tr> <td>聖馬可社</td> <td>第六節 (周會)</td> <td>禮堂</td> </tr> <tr> <td>聖路加社</td> <td>第九節</td> <td>兩天操場</td> </tr> <tr> <td>聖約翰社</td> <td>第九節</td> <td>禮堂</td> </tr> </tbody> </table> <p>注意事項：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 聖馬太社及聖馬可社的社員必須於第五節小息後，迅速到集會地點報到。而聖路加社及聖約翰社的社員則須於第八節結束後，迅速到集會地點報到。 ● 不需出席該節社員大會的同學必須返回其課室基地，等候當值老師點名： ● 中一至中三級同學：必須閱讀課外書籍及做功課，但不需填寫閱讀記錄表。 ● 中四至中六級同學：必須留在班房內溫習或做功課，不得從事非學術的活動。 <ol style="list-style-type: none"> 2/10(五)為學生會選舉日。 本學年續辦「傑出學藝表現獎」及「最佳社員獎勵計劃」。(章程詳見附件10及11) | 社別 | 時間 | 地點 | 聖馬太社 | 第六節 (周會) | 兩天操場 | 聖馬可社 | 第六節 (周會) | 禮堂 | 聖路加社 | 第九節 | 兩天操場 | 聖約翰社 | 第九節 | 禮堂 |
| 社別 | 時間 | 地點 | | | | | | | | | | | | | | |
| 聖馬太社 | 第六節 (周會) | 兩天操場 | | | | | | | | | | | | | | |
| 聖馬可社 | 第六節 (周會) | 禮堂 | | | | | | | | | | | | | | |
| 聖路加社 | 第九節 | 兩天操場 | | | | | | | | | | | | | | |
| 聖約翰社 | 第九節 | 禮堂 | | | | | | | | | | | | | | |

其他學習支援

靈德及公民教育組

1. 1/9 開學禮崇拜
2. 4/9 周會：周會禮儀
3. 16/9 校園團契開團禮
(放學後4:00-5:00，地點為G2，歡迎全校同學參加！)
4. 25/9 周會：煽情新聞與社會衝突 (明光社)
5. 高中(中四、中五)領袖訓練將於14/9(一)至22/9(二)舉行，在所編的時間內，該班全部學生不用上課，皆須到禮堂參與培訓活動。詳情如下：

負責單位：路德會海濱青少年綜合服務中心

| 班別 | 日期 | 時間 | 班別 | 日期 | 時間 |
|----|---------|------|----|---------|------|
| 4A | 14/9(一) | 1-5節 | 4B | 14/9(一) | 6-9節 |
| 5A | 15/9(二) | 1-5節 | 5B | 15/9(二) | 6-9節 |
| 4E | 17/9(四) | 1-5節 | 5E | 17/9(四) | 6-9節 |
| 4C | 21/9(一) | 1-5節 | 4D | 21/9(一) | 6-9節 |
| 5C | 22/9(二) | 1-5節 | 5D | 22/9(二) | 6-9節 |

註：

1. 早上訓練的班別於早會後由班主任帶領進入禮堂，下午訓練的班別，同學於第6堂及1:35自行到禮堂。
2. 早上訓練的班別，同學於第6堂自行返回課室繼續上課，下午訓練的班別於3:50放學。

升學及就業輔導組

「中六多元出路家長講座」將於9月11日(五)舉行，歡迎所有中六級同學的家長出席，詳情另函通知。

9 月份家長備忘

1. 1/9(二) 下午毋須上課，放學時間約為 12:00p. m. 。
2. 2/9(三) 下午毋須上課，放學時間約為 12:00p. m. 。
(中一級放學時間約為 12:30p. m.)
3. 4/9(五)至 11/9(五) 提前於 1:00p. m. 放學，以便處理開學事務。
4. 14/9(一) 開始，全校放學時間為 3:50 p. m. 。
5. 9 月下旬，中六公開試報名，請 貴子弟關注報名程序的各項細則。
6. 家長收到各種表格及回條後，請盡速填妥資料及簽署，並著令 貴子弟依期交回班主任。
7. 開學派發各類文件所填學生及家長個人資料，只供本校校內所用，不作任何校外用途。
8. 本校費用將以智能卡繳交，請 貴家長按時進行增值。如有問題可致電校務處 21492026 查詢。

九月金句：

「又要將你們的心志改換一新，並且穿上新人；這新人是照著上帝的形像造的，有真理的仁義和聖潔。」

《弗 4：23-24》

2015-2016「做好功課」獎勵計劃章程

主辦：學與教組

宗旨：鼓勵同學勤力用心，做好功課，提升學業成績。

對象：全校同學

(一) 方法

各學科制訂一個專為同學功課表現而設的獎勵標準，同學達到此一標準後，即可獲科任老師獎贈「做好功課」嘉許狀。各學科的獎勵標準可向科任老師查詢。

(二) 推行階段

全年分兩階段，每階段如下：

| 階段 | 一 | 二 |
|----|----------------------|-----------------------|
| 日期 | 14/9/2015 - 5/1/2016 | 25/1/2016 - 13/5/2016 |

(三) 獎勵

1. 同學達每科所訂標準，即可獎贈「做好功課」嘉許狀。
2. 「做好功課」嘉許狀數量每級最高之首 3 名同學將獲贈書券乙張。
3. 「做好功課」嘉許狀可用於訓育組的優點換領獎勵。

(四) 參加辦法

各學科制訂好專為同學功課表現而設的獎勵標準後，即可開始推行。

(五) 評審

學與教組保留調整獎勵標準的最後權利。

2015-2016 學習表現獎勵計劃章程

一、主辦

學與教組

二、宗旨

人人做好家課，帶齊裝備，用心上課，培養課堂常規，鞏固基礎學習能力。

三、分期

全年分兩階段，於中一、二、三級以下科目推行：

| 階段 | 一 | 二 |
|----|--------------|----------------|
| 日期 | 21/9 至 19/11 | 29/2 至 29/4 |
| 科目 | 中文、英文、數學 | 科學、宗教、 人文領域 |

四、報名辦法

1. 每階段首兩週為報名期。
2. 每參與學生每階段報名科目不得少於兩科，每報一科填報名表一份。
3. 學生在科任老師指導下填寫報名表，交科任老師。

五、評審

1. 每階段完結時，科任老師向參與學生收集習作，呈交校方評審。
2. 由校方評審小組依以下標準評審：
 - 2.1 家課
 - 2.1.1 依時繳交
 - 2.1.2 是否足量
 - 2.1.3 整齊清潔
 - 2.1.4 有否改正
 - 2.1.5 是否用心
 - 2.2 裝備齊全
 - 2.3 上課用心
3. 成績分 A(優)、B(良)、C(常)、D(可)、E(待改善)五等，分別折作 5、4、3、2、1、0 六項積點計算。

六、獎勵

1. 每參與學生於每階段平均積點不少於「3」者，獲頒「嘉許狀」一張。
2. 全年參與不少於五科次，而平均積點多於「4」，並於該級為首三名者，可獲全年優異大獎，以書券作鼓勵。

2015/2016 初中每週家課時數分配指引

| 星期 科目 | 1A | | | | | 1B | | | | | 1C | | | | | 1D | | | | |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 中文 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | | 0.5 | | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | | 1.0 | 0.5 | | 0.5 | 0.5 |
| 英文 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 1.5 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 1.0 | 0.5 |
| 數學 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 1.0 | | 1.0 | 0.5 | 1.0 | | 0.5 | 1.0 | | 0.5 | 0.5 | | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 |
| 其他 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 |
| 總計 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 2.5 | 2.5 |

| 星期 科目 | 2A | | | | | 2B | | | | | 2C | | | | | 2D | | | | |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 中文 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | | 0.5 | 0.5 | 1.0 | | | 0.5 | | 0.5 | 1.0 | 0.5 | | | 1.0 | 0.5 |
| 英文 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| 數學 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 1.0 | | 0.5 | | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 0.5 | | 1.0 | | 0.5 |
| 其他 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| 總計 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 |

| 星期 科目 | 3A | | | | | 3B | | | | | 3C | | | | | 3D | | | | |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 中文 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 0.5 | | 0.5 | | 1.0 | 0.5 | 0.5 | | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 0.5 | 0.5 |
| 英文 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 1.0 | 0.5 | 1.0 | 1.0 | | 1.0 | 0.5 | 0.5 |
| 數學 | | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 1.0 | | 0.5 | | 0.5 | 0.5 | 0.5 | | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| 其他 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.0 | 0.5 | 0.5 | 0.5 |
| 總計 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 1.5 | 2.0 | 2.0 | 2.5 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 | 2.0 |

- 說明：
1. 上列指引供家長督促學生參考用。
 2. 學生除應完成家課外，每天亦應作課前預習及課後複習，並應多讀益智課外刊物及電子資訊。
 3. 學生每日之家課詳情可參閱本校之網上家課紀錄。

體育科 2015-2016 年度 優秀運動員及體育之星計劃

選舉章程

目的：提高同學對體育活動的興趣，發揮同學領袖及服務精神。

參加資格：所有本校學生皆自動入選參加，由老師推薦同學競選。

(一) 優秀運動員選舉

選舉方法：體育科依下列計分法，按初中組及高中組選出積分最高的優秀男、女運動員，共四名。

| 計 分 表 | | | | |
|--------------------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|-----------------|
| 計 分 項 目 | 得 分 | | | 備 註 |
| 體育科 考試成績 | A或 91-100分 10分 | B或 81-90分 8分 | C或 71-80分 5分 | 計算全年考試 總成績 |
| 每項社際、班際、 陸運、個人賽(校內 體育比賽) | 第一名 5分 | 第二名 3分 | 第三名 1分 | 運動員必須曾經 參與比賽 |
| 校際比賽 | 第一名 10分 | 第二名 6分 | 第三名 3分 | 運動員必須曾經 參與比賽 |
| 校內各級學業 考試成績 | 1-20名 5分 | 21-40名 3分 | 41-80名 1分 | 計算全年考試 總成績 |
| 體育學會職位 | 正副主席或隊長 5分 | 幹事或委員 3分 | 會員 1分 | |
| 擔任裁判工作 | 10小時以上 5分 | 5-10小時 3分 | 5小時以下 2分 | 全年服務時間 計算 |
| 領袖訓練 (培訓運動員) | 10小時以上 5分 | 5-10小時 3分 | 5小時以下 2分 | 全年服務時間 計算 |
| 體育行政 | 10小時以上 5分 | 5-10小時 3分 | 5小時以下 2分 | 全年時間計算 |
| 進修體育課程 | 每完成一項課程，得5分 | | | |
| 操行 | <u>A 級</u> 5分 | <u>B 級</u> 3分 | | |

(二) 體育之星選舉

由體育老師及帶領活動之有關老師選出於該項目表現優秀的學生，再由全校同學選出本年度最具代表性的一位運動員。

| 項目 | 游泳 | 足球 | 手球 | 排球 | 越野 | 田徑 | 羽毛 球 | 乒乓 球 | 籃球 | 跆拳道 | 划艇 | 閃避 球 | 跳繩 | 欖球 | 體能 |
|----|----|----|----|----|----|----|---------|---------|----|-----|----|---------|----|----|----|
| 人數 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |

獎品：最佳運動員各獲獎學金二百元正及獎狀一張。

最高得票體育之星：獲獎學金二百元正及獎狀一張。

註：體育科有權取消任何行為欠佳學生之競選資格及修改本章程未盡善處。

2015-2016 學科閱讀獎勵計劃

主辦
圖書館

宗旨

鼓勵同學自發地閱讀課程以外之學科書籍，從而促進校園自學之風氣。

對象

歡迎全校同學參與

分期及學習領域分佈

全年分兩階段，每階段借閱書籍之學習領域如下：

| 階段 | 一 | 二 |
|----|-----------------------------|----------------------------------|
| 日期 | 21/9/2015 - 19/11/2015 | 15/2/2016 – 22/4/2016 |
| 科目 | 視藝、地理、 經濟、綜合科學、 旅遊與款待 | 宗教、普通話、 中國歷史、企會財/理財、 電腦/資訊 |

參加辦法

1. 每階段初由班主任派發「學科閱讀獎勵計劃紀錄表」，若不足夠填寫可到圖書館索取。
2. 參加者於上述各階段，到本校圖書館，依借書手續借閱該學習領域之書籍。
3. 圖書館將標籤有關學科圖書書櫃。
4. 還書前填妥「紀錄表」上各項有關資料。
5. 依期還書，「紀錄表」自存。
6. 每階段完結前，參加同學自行將「紀錄表」交回圖書館。

評審

圖書館評審小組負責審核：完成閱讀有關書類冊數較多者獲獎。

獎勵

1. 參與學生於每階段完成閱讀有關相關學科書籍 4 冊或以上，且紀錄表被評審為滿意者獲頒「嘉許狀」，而借閱冊數最高之首 10 名另獲贈獎書券 \$50 元。
2. 全年完成滿 15 冊或以上的最高 3 名參加者獲全年優異大獎，另頒獎狀及 \$100 書券。

路德會呂明才中學 男生夏季校服規定細則

學生校服及運動服無論式樣、質地及長短等必須依照校方規定，其標準如下：

(甲) 校服：

- (1) 恤衫 ---- 白色尖領短袖恤衫連繡藍色校徽。
- (2) 西褲 ---- 寶藍色的確涼直腳無褶長西褲，黑色皮帶，其闊度為二至四厘米(cm)，不能使用布帶。褲長與褲腳闊度必須適中。
- (3) 鞋 ---- 黑色學生皮鞋，而鞋跟高度不超過三厘米，鞋頭不能過尖。
- (4) 襪 ---- 純白色長筒襪或短筒襪(短襪襪頭長度須適中)。
- (5) 必須穿著純白色汗衣(內衣)。
- (6) 天氣轉涼時，可穿著寶藍色 V 領長袖或背心毛衣(連胸前黃色繡本校徽章)，3/7 混紡毛。

(乙) 運動服裝：

- (1) 衫 ---- 重棉質短袖運動衫(連印黃色校徽)四社色(橙、紅、紫、藍)。
- (2) 褲 ---- 黑色絲光棉運動短褲(連繡 LLC 字體)。
- (3) 鞋 ---- 白色帆布膠鞋。
- (4) 襪 ---- 純白色長筒襪或短筒襪(短襪襪頭長度須適中)。

備註：

- (1) 校方有標準之校服式樣展示，方便同學參考縫製。
- (2) 本細則如有需要，得隨時由校方修正之。

女生夏季校服規定細則

學生校服及運動服無論式樣、質地及長短等必須依照校方規定，其標準如下：

(甲) 校服：

- (1) 衫裙 ---- 水手領白色夏季恤網領邊，連掛呔及藍色校徽，袖口配格仔唧邊，藍色格仔連身校裙配上半身紗布內裡，裙腳長度規定到膝蓋。
- (2) 鞋 ---- 黑色學生皮鞋，而鞋跟高度不超過三厘米(cm)，鞋頭不能過尖，不能有過份誇張的鈕扣。
- (3) 襪 ---- 純白色長筒襪或短筒襪(短襪襪頭長度須適中)。
- (4) 天氣轉涼時，可穿著寶藍色 V 領長袖或背心毛衣(連胸前黃色繡本校徽章)，3/7 混紡毛。

(乙) 運動服裝：

- (1) 衫 ---- 重棉質短袖運動衫(連印黃色校徽)四社色(橙、紅、紫、藍)。
- (2) 褲 ---- 黑色絲光棉運動短褲(連繡 LLC 字體)。
- (3) 鞋 ---- 白色帆布膠鞋。
- (4) 襪 ---- 純白色長筒襪或短筒襪(短襪襪頭長度須適中)。

備註：

- (1) 校方有標準之校服式樣展示，方便同學參考縫製。
- (2) 本細則如有需要，得隨時由校方修正之。

路 德 會 呂 明 才 中 學

學生守則——日常行為要點

- (1) 遲到學生須先在傳達處辦理手續，取得遲到證明書，始可進入課室。
- (2) 早退學生須先到校務處登記，經校長或有關主任批准後，始能離開學校。
- (3) 學生必須穿著整齊校服返校上課或參與學校活動。
- (4) 校服鞋襪等必須整齊清潔，鈕扣必須扣好。
- (5) 上體育課時，學生必須穿著體育制服。
- (6) 學生不得染髮，髮型務須端正、適中。
- (7) 除女生可佩戴簡單頂夾、黑色髮夾或頭帶外，未經校方准許，男女生一律不得佩戴任何飾物（包括手鍊、戒指、頭花、珠花、耳環等）。
- (8) 男生不得電髮，髮長不得過頰，女生長髮者不得披散，必須束起，校方嚴禁學生梳剪新潮髮式。
- (9) 眼鏡款式務須端莊，不得戴深色鏡片之眼鏡或有色之隱形眼鏡。
- (10) 學生儀容務須整潔，不得留鬚，不得化妝。
- (11) 班長及領袖生須以身作則，負責協助校方維持紀律，同學須與之合作。
- (12) 上課預備鐘響時須停止一切活動，並保持肅靜。
- (13) 出入課室時應保持肅靜，依次排隊。
- (14) 上課或轉堂時，應靜候老師，未經老師批准，不得離開課室。
- (15) 下課後，不得在課室、樓梯及走廊奔走。
- (16) 學生不得擅進教員室或其他辦公室。
- (17) 未得校方准許，學生不得進入禮堂或踏上舞台。
- (18) 小息時，切戒危險活動及大聲叫喊。
- (19) 未經校方批准，學生不得張貼任何通告及標語。
- (20) 學生只可攜帶校方指定之報刊回校。
- (21) 學生禁止攜帶手提電話回校。如有需要，家長可向學生成長支援組提出申請。
- (22) 學生禁止帶香口膠或同類食品回校。
- (23) 學生最後離開課室時應將電燈、風扇及門窗關上。
- (24) 除工具書籍外，學生放學後應把所有課本、習作簿及私人物品帶走，不得存於儲物櫃或課室櫃桶內。
- (25) 假日回校，學生必須穿著端莊服飾及攜帶學生證以記錄。
- (26) 上述各項得依照校方決定隨時予以修改。

路德會呂明才中學
學生攜帶手提電話回校申請表

攜帶手提電話回校守則（2015年9月7日起生效）

學生不得攜帶手提電話回校。如有需要，家長可向學生成長支援組提出申請。經批准後，學生可將電話帶回學校，但須在每日回校時將電話交校方暫存，期間不得取用，至放學後領回。學生若未經批准而擅帶電話，一經發現，則列作攜帶違禁品處理，累積四次即記缺點一個，有關手提電話由校方暫存，並知會家長到校領回。

| 申請人資料 | | | | | |
|---|--|-------|--|------|--|
| 學生姓名 | | 班別 | | 班號 | |
| 家長姓名 | | 與學生關係 | | 聯絡電話 | |
| 本欄由家長填寫 | | | | | |
| <input type="checkbox"/> 不申請 <input type="checkbox"/> 申請 本人知悉校方有關學生攜帶手提電話守則，然為方便緊急聯絡，請校方准許敝子弟在以下期間攜帶手提電話回校： <input type="checkbox"/> 全學年（本學年） <input type="checkbox"/> 由本學年____月____日起至本學年____月____日止 | | | | | |
| 家長簽署：_____ 日期：_____年____月____日 | | | | | |

| |
|--|
| <p>學生承諾</p> <p>如校方准許本人攜帶手提電話回校，本人承諾遵守校方<u>攜帶手提電話回校守則</u>。</p> <p>學生簽署：_____ 日期：_____年____月____日</p> |
|--|

| 本欄訓育組專用 | | | |
|---------|--|------|--|
| 訓育組批核 | <input type="checkbox"/> 批准申請 <input type="checkbox"/> 不批准申請 | | |
| 備註 | | | |
| 批核人 | | 批核日期 | |

路德會呂明才中學
經批准攜帶手提電話回校守則

| 時間 | 事項 | 地點 |
|----------------|--------------|-------|
| 早上 7：45 – 8：10 | 學生回校後交出電話及登記 | 傳達處 |
| 下午 4：05 – 4：30 | 放學後取回電話及簽署作實 | 學生事務處 |

** 學生必須依指定時間辦理有關手續，必須同時出示學生證**

2015 至 2016 年度

體育學會甄選時間表

| 小組名稱 | 甄選日期 | 時間 | 地點 | 負責老師 | 備註 |
|--------|------------|-------------|--------|------------------|--|
| 手球隊 | 4/9 (星期五) | 2:00-4:00pm | 本校籃球場 | 鄒偉業老師 (115 室) | 穿著運動服裝 |
| 排球隊 | 4/9 (星期五) | 2:00-4:00pm | 本校排球場 | 胡國書老師 (115 室) | 穿著運動服裝 |
| 游泳隊 | 4/9(星期五) | 4:30-6:00pm | 城門谷游泳池 | 鄒偉業老師 (115 室) | 1. 必須最少以一種 泳式游 50 公尺以上 2. 帶備泳裝、學生証 及身分證 3. 必須於 2/9 前向 鄒偉業老師報名 |
| 男子籃球隊 | 7/9 (星期一) | 2:00-4:00pm | 本校籃球場 | 郭大志老師 (216 室) | 穿著運動服裝 |
| 男子羽毛球隊 | 7/9 (星期一) | 2:00-4:00pm | 本校禮堂 | 朱志輝老師 (116 室) | 穿著運動服裝及 自備球拍 |
| 射箭隊 | 8/9 (星期二) | 4:00-6:00pm | 城門谷射箭場 | 鄒偉業老師 (115 室) | 穿著運動服裝 |
| 足球隊 | 8/9 (星期二) | 2:00-4:00pm | 本校籃球場 | 嚴紹仁老師 (G3 室) | 穿著運動服裝 |
| 跆拳道班 | 8/9 (星期二) | 2:00-4:00pm | 本校禮堂 | 李丹婷老師 (115 室) | |
| 乒乓球隊 | 8/9 (星期二) | 2:00-4:00pm | 本校禮堂 | 李丹婷老師 (115 室) | 穿著運動服裝及 自備球拍 |
| 女子羽毛球隊 | 10/9 (星期四) | 2:00-4:00pm | 本校禮堂 | 馮佑明老師 (518 室) | 穿著運動服裝及 自備球拍 |

* 請各參加甄選的同學準時出席，詳情可向有關負責老師查詢。

「傑出學藝表現獎」章程

- (一) 目的：鼓勵同學認真學習，積極參與學術、藝術活動，提高欣賞及創作能力，拓闊視野和胸襟。
- (二) 參加資格：本校所有學生皆自動入選為參加者。
- (三) 選舉方法：由本校活動組依照下表計分方法，選出積分最高之 10 位同學。
(冠、亞、季軍各 1 名，優異獎 7 名)

| 計分表 | | | | | | |
|--------------------------|---------------|----------------|----------------|-----------|-----------|----|
| 計分項目 | 得分 | | | | | 備註 |
| 操行 | A 級 5 分 | | B 級 3 分 | | | |
| 校內學業 全年總成績 | 1-10 名 5 分 | 11-20 名 3 分 | 21-40 名 1 分 | | | |
| 學生會、活動小組 舉辦之學藝比賽 | 冠軍 3 分 | 亞軍 2 分 | 季軍 1 分 | | | |
| 社際比賽 (體育項目除外) | 冠軍 5 分 | 亞軍 4 分 | 季軍 3 分 | 優異 2 分 | 入圍 1 分 | |
| 區際學藝比賽 | 冠軍 5 分 | 亞軍 4 分 | 季軍 3 分 | 優異 2 分 | 入圍 1 分 | |
| 全港公開學藝比賽 | 冠軍 10 分 | 亞軍 8 分 | 季軍 6 分 | 優異 4 分 | 入圍 2 分 | |
| 參加公開學藝比賽獲邀 往外地學習或文化交流 | 5 分 | | | | | |

- (四) 獎勵：
冠、亞、季軍各獲書券及獎狀乙張；
優異獎獲獎狀乙張。
- (五) 活動組有權取消任何行為欠佳學生之競選資格及修改本章程未盡之處。

學藝範疇：美術、書法、陶藝、音樂、工藝、家政、朗誦、演講、
辯論、戲劇、寫作、棋藝、攝影、電腦設計、對聯、
常識問答、故事創作……

最佳社員獎勵計劃

- (一) 目的：提高同學對社際活動的興趣及熱誠。
- (二) 參加資格：本校所有學生皆自動入選為參加者。
- (三) 選舉方法：由本校四社社導師依下表計分準則，選出每社積分最高之三位同學。

| 計分表 | | |
|----------------|------------|---|
| 計分項目 | 得分 | 準則 |
| 出任社幹事表現 | 15 分至 50 分 | — 表現一般，可得 15 至 19 分 — 表現中上，可得 20 至 30 分 — 表現良好，可得 31 至 40 分 — 表現優越，可得 41 至 50 分 |
| 協助社導師籌備/安排社際活動 | 10 分至 30 分 | 祇適用於非幹事社員 — 表現一般，可得 10 至 12 分 — 表現中上，可得 13 至 18 分 — 表現良好，可得 19 至 24 分 — 表現優越，可得 25 至 30 分 |
| 積極參與各項社際比賽 | 最高得分為 40 分 | — 每參加一項社際比賽，可得 3 分 — 每參加一項陸運會比賽，可得 1 分 |
| 在社際比賽獲取優異成績 | 最高得分為 40 分 | — 陸運會奪金牌者，可得 5 分 — 陸運會奪銀牌者，可得 4 分 — 陸運會奪銅牌者，可得 3 分 — 奪啦啦隊冠軍，可得 8 分 — 奪最落力柯氣獎，可得 5 分 — 社際比賽奪冠軍者，可得 12 分 — 社際比賽奪亞軍者，可得 9 分 — 社際比賽奪季軍者，可得 6 分 |
| 協助學校擔任社際比賽裁判工作 | 最高得分為 20 分 | — 每次擔任社際比賽裁判工作，可得 2 分 |

- (四) 獎勵：各社設三名最佳社員，每人獲贈一百元書券及獎狀一張。
- (五) 活動組有權取消任何行為欠佳學生之競選資格及修改本章程未盡之處。

《這些機會都是屬於你的》 2012 F.6 黃旨祈

最近，與本校一位師弟飯聚，與他一同計劃在剩下的一年半中學生涯中，怎樣好好運用時間，為著未來積極準備文憑試。在短短的一個小時內，我主要跟他做了三件事，第一，是幫他清楚自己現有的身份角色及其優次；第二，是教他如何根據其角色的優次，有效地編排工作；第三，是與他一起設定具體的考試目標和思考將來的目標。我相信，只要能把以上三件事的精神掌握好，並付諸行動，沒有甚麼機會是不屬於你的。

第一件事，清楚自己的身份角色並有獨立的價值取向。在這個年代，我們能夠接觸到很多不同的人事物，並對他們產生興趣。一個人可以身兼伴侶、學生、球隊成員、樂隊成員、學生會幹事、兒女、朋友等等很多的角色。事實上，有些角色是一直存在的，例如父母親的兒女，中學生等一些客觀社會環境早就給予我們的身份，而我們通常會忽略了這些身份，但這些身份其實是非常重要的，關乎生死。試想有一天你父母親離開了或是你最重要的朋友突然和你疏遠了，你可能會發現自己不懂得怎樣再活下去。我們總有很多身份，附帶著不同的責任。如果不清楚哪個身份比較重要，我們便或許不能把較重要的事先做完，因而有所遺憾。所以可嘗試把自己所有的角色列出，審視各身份，並按直覺排列優次。

接著到第二件事，就是根據以上所定角色的優次，有效的安排工作。有沒有發現自己的時間表總是很亂？該做的事總沒有做好？有時候同一個時間會安排了兩樣工作？為何想做的總沒法完成？這就代表著你所認為的優次與你實際的行動有所差距了。正所謂「口裡說不，身體卻很誠實」，我們言之鑿鑿地說「讀書最重要、朋友最緊要」，卻經常到遊戲世界裡當英雄，或在人性和異性中「掙扎」而選後者。我們明白在每個身份背後都有相應的義務，所以為免自己考試過後繼續發出「份卷好難」「我英文不嫻廢」等抱怨，或與朋友不和後在對方背後「小李飛刀」，我們最好還是真誠面對自己心中所想，盡力去實踐背後既任務。實踐中，請先把具體行動列出，並以重要性和逼切性安排工作的優次。

最後一件事，這亦可以是所有事的根源——夢想。作家九把刀為「發夢」作了個簡單的定義：「說出來會被嘲笑夢想，才有實踐的價值。即使跌倒了，姿勢也會非常豪邁。」所以我說，不要怕訂立一個偉大的目標，有了這一個目標才能擁有實踐這個目標的小目標。坦白說，我跟師弟一同訂立的那個最終目標分數，說出來或真會有人取笑他呢，或質疑他能不能做到。但當我們為這個夢訂下一些具挑戰性和實踐性的短期目標時，整個夢就會開始變得立體，有到達的可能。

「這些機會都是屬於你的」並不是一句玩笑，而是當我們全心擁抱我們心裡所要尋找的寶藏的時候，或許天地的力量會幫助我們，賜我們機會。聖經說「萬事都互相效力，叫愛神的人得益處」，真正的公平並不是每個人皆含著金湯匙出生，而是我們都有一次的人生、自由的選擇，快樂地去走出自己的道路，掌握屬於我們自己，獨特的機會。

p.s. 有興趣了解最後一段中所謂「天地的力量」，可以一看小說《牧羊少年的奇幻之旅》，特別適合期待夢想之人去看。

（筆者為 2012 年畢業，現就讀教育學院，主修中文教育）