

福附推「自律起航」獎勵計畫 鼓勵在家自學 自律守規

2020.04.29



在新冠肺炎肆虐下，全港學校已經停課接近三個月，為免小學生在家多時變得懶惰、懶散，福建中學附屬學校最新推出「自律起航」自我挑戰計畫，目的是鼓勵小學生停課不停學、自訂學習目標及提升家中的紀律。



校方指計畫適用於小一至小六年級，有意參加計畫的同學可於網上先行報名，同學每天只需要自律及用心觀看學習短片及完成功課，再達成一個自訂目標，即可請家長簽名以示鼓勵。

當復課後，老師將於一個月內根據家課冊的家長簽名數量給予獎項，表現最傑出的學生可獲得「自律起航」計畫證書一張，成為學校本年度之榮譽自律之星。

訂立起飛目標



- 家長與學生一同討論
- 填寫於 新派發學生家課冊 第13頁
- 目標一：自律地觀看每天的學習短片及完成各科功課
- 目標二：家長可與同學自訂其中一個目標加強學生的自律

(自由參與)

Monthly Goal Setting
每月訂立目標

Goal 目標	How to Achieve 如何達標	Date Achieved 達成日期	Witness 見證人
4月 能做到在家中自律	每天能自律地觀看學習短片及完成功課	2/3-16/3	媽媽
4月 能做到在家中自律	每天能自律地清潔自己的房間及課室	2/3-16/3	爸爸

家長導航



- 家長每天觀察學生表現能否達到2個目標：
 - 根據學生整體之表現
 - 於家課冊第 86 頁
 - 同學完成1項目標便可獲得 1 個簽名
 - 達成2項目標便可獲得 2 個簽名
 - 未能達成目標不能獲得簽名
 - 如學生表現未如理想，學習態度欠佳，家長勸導無效
- 格中打上「X」
- 老師將按「X」數量給予停課期間學習態度欠佳之同學適切之後果 → 以改進個人行為

Good Habits Award Scheme
關注好習慣獎勵計劃

HA CTU
區碼

簽名	簽名	簽名	簽名	101	105
X	X				
		10			110
		15			115
		20			120
		25			125
		30			130
		35			135
		40			140
		45			145
		50			150
		55			155
		60			160
		65			165
		70			170
		75			175
		80			180
		85			185
		90			190
		95			195
		100			200

圖片截自福建中學附屬學校的計畫介紹影片

訂立起航目標



- 家長與學生一同討論
- 填寫於 新派發學生家課冊 第13頁
- 目標一：自律地觀看每天的學習短片及完成各科功課
- 目標二：家長可與同學自訂其中一個目標加強學生的自律

(自由參與)

Monthly Goal Setting
每月訂立目標

Goal 目標	How to Achieve 如何達成	Quantitative 量化目標	Remarks 備註
4月 能做到在家中自律	每天能自律地觀看學習短片及完成功課	2/3-16/3	媽媽
4月 能做到在家中自律	每天能自律地清潔自己的房間及整理床鋪	2/3-16/3	爸爸
	清潔		

家長導航



- 家長每天觀察學生表現能否達到2個目標；
- 根據學生整體之表現
- 於家課冊第 86 頁
- 同學完成1項目標便可獲得 1 個簽名
- 達成2項目標便可獲得 2 個簽名
- 未能達成目標不能獲得簽名
- 如學生表現未如理想，學習態度欠佳，家長勸導無效
→ 格中打上「X」
- 老師將按「X」數量給予停課期間學習態度欠佳之同學適切之後果 → 以改進個人行為

Good Habits Award Scheme
關注好習慣獎賞計劃

HAUTE
品格

簽名	簽名	101	105
X	X		
10	10		110
15	15		115
20	20		120
25	25		125
30	30		130
35	35		135
40	40		140
45	45		145
50	50		150
55	55		155
60	60		160
65	65		165
70	70		170
75	75		175
80	80		180
85	85		185
90	90		190
95	95		195
100	100		200

圖片截自福建中學附屬學校的計畫介紹影片