

姓名：陳冠立 (5)

日期：12-5-2017

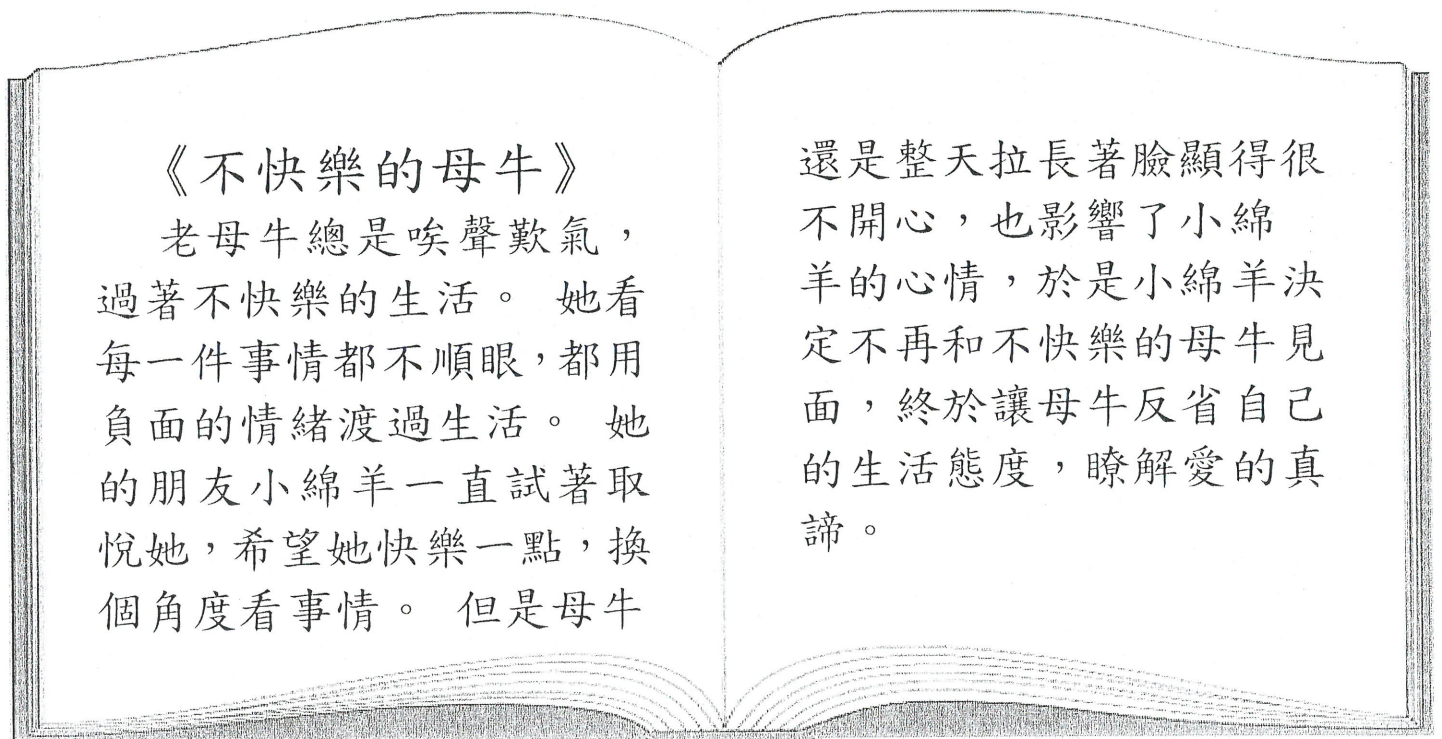
班別：一年級信班

評分：10 / 10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？不快“樂”的母牛。
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？小綿羊一直試著取悅她。
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？她還是不開心，也影響小綿羊。
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？母牛反省自己的生活態度。

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / 我可以

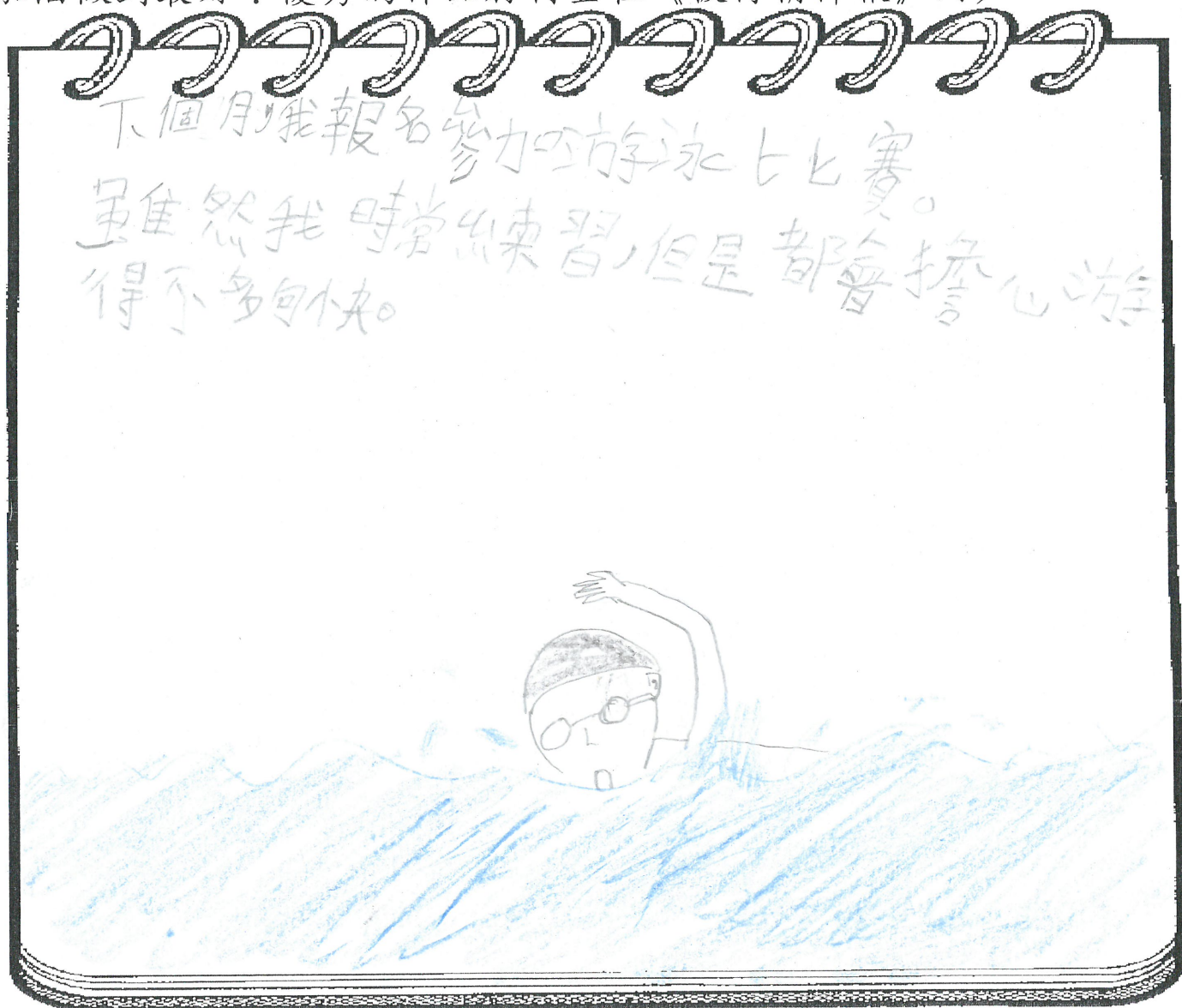
姓名：陳宏立

班別：一信

學號：5

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：爸爸給我用心教我。

面對挑戰，我努力向前游。

給自己打氣的話：我能行！ / 😊加油！ / _____

姓名：張維功 (11)

日期：12-5-2017

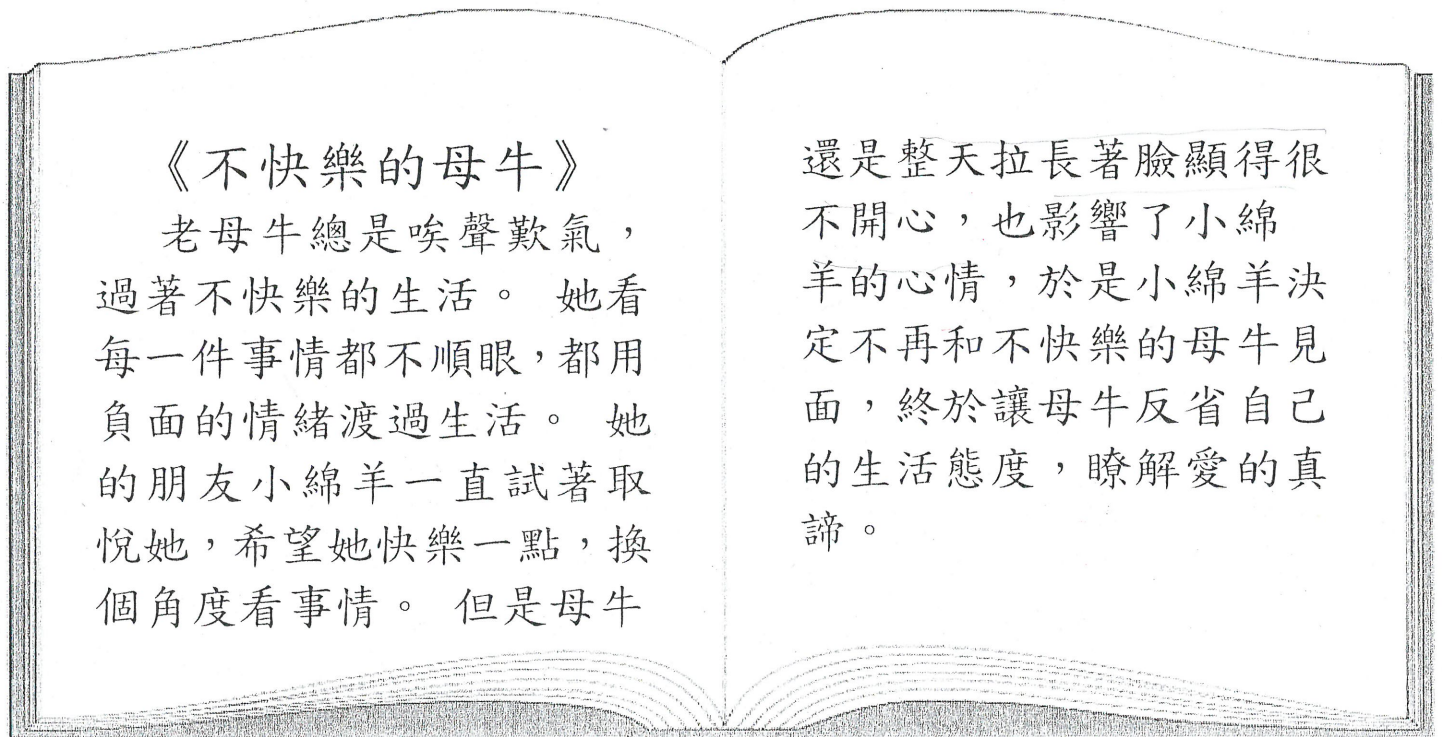
班別：一年級信班

評分：10/10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



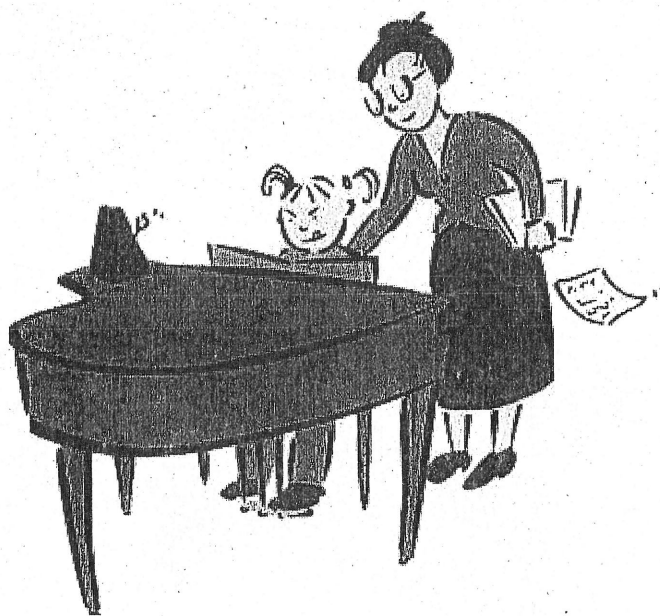
三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？不快樂。
 - 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？和牠說話。
 - 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？因為整天拉長著臉，顯得很
 - 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？送給一個可愛的笑臉。
- 情。綿羊想了小

挑戰事件簿(範例)——同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / 我可以

姓名：

班別：一

學號：

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：每位老師都用心教我

面對挑戰，我會放鬆自己的心情。

給自己打氣的話：我能行！ / 加油！ / _____

姓名：胡曉牧 (31)

日期：12-5-2017

班別：一年級信班

評分：10 / 10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不开心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

微笑。

不快樂的母牛。

取悅她，換個角度看事情

因為母牛影響了小綿羊的心情。

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / 我可以

姓名：_____

班別：一_____

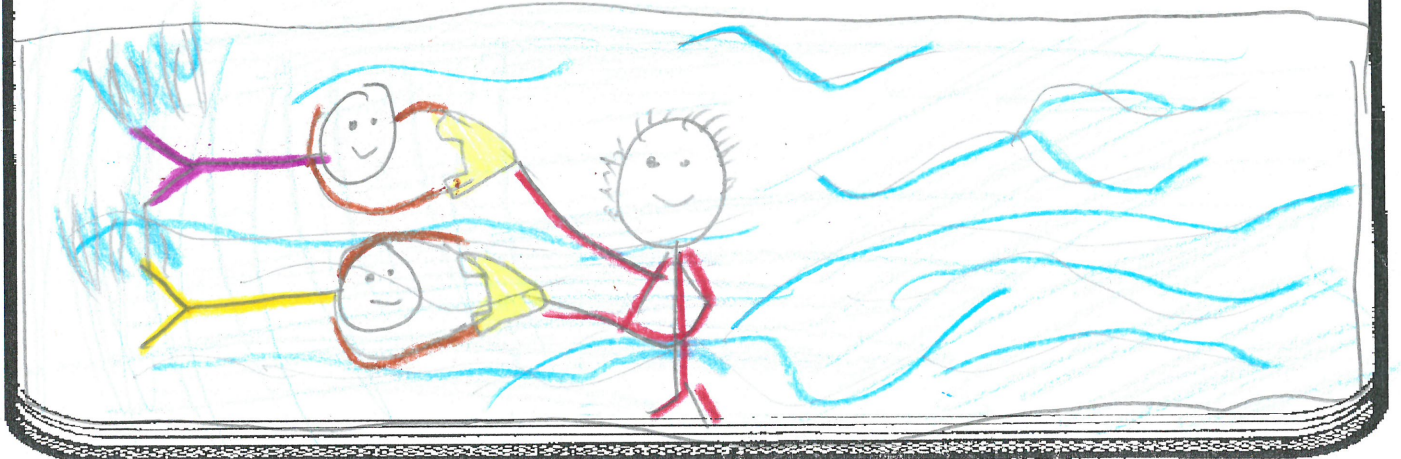
學號：_____

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

我學習游泳已經數年了，
一直未能學懂，因為我怕沉在水中。

今年，爸爸聘請了私人教練教我
和妹妹游泳，希望我能克服恐
懼的心理，學懂游泳。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：爸爸能聘請教練教我游泳。

面對挑戰，我會在家裏練習閉氣。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ /

姓名：陳彥廷 (3)

日期：18-5-2017

班別：一年級望班

評分：10 / 10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我可以

姓名：陳彥廷

班別：一 望

學號：3

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：和隊友合作認識新朋友。

面對挑戰，我要加緊練習做好本份。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 努力！

姓名：梁家熙 (15)

日期：18-5-2017

班別：一年級望班

評分：10 /10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / _____我可以_____

姓名：梁家熙

班別：一 望

學號：15

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

今年四月，跆拳道老師通知我要考試。

日子一天一天地過去了，明天就是跆拳道考試的日子。雖然每天我也有練習，可是，一想到要在考試官的面前踢板，我就緊張起來了。

五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：跆拳道老師的教導。

面對挑戰，我踢板前深呼吸一次用力一踢。

給自己打氣的話：我能行！ / 😊加油！ / 😊我要加油！

姓名：黃煒晉 (27)

日期：18-5-2017

班別：一年級望班

評分：10 /10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

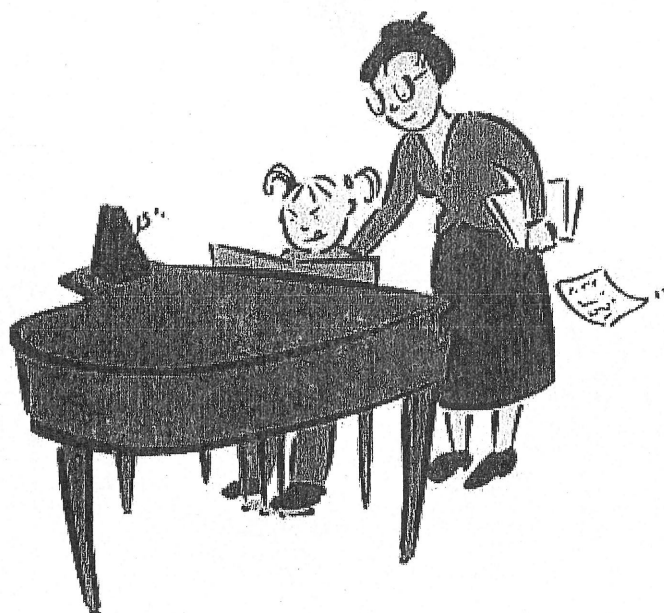
三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：☞我能行！ / ☺加油！ / _____我可以_____

姓名：黃煒晉

班別：一望

學號：27

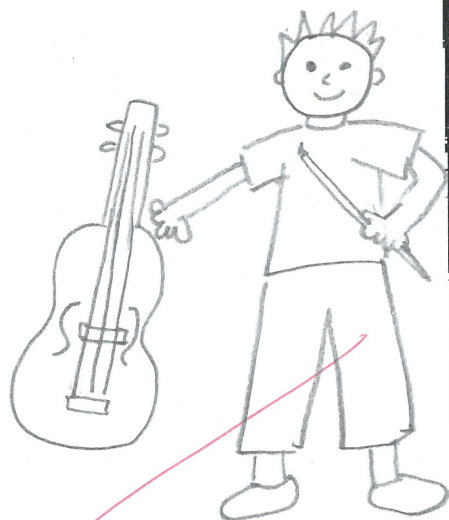
四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

今天是我第一次參加中提琴比賽。

昨天晚上，我不停地練習比賽的曲子，
因為我十分害怕自己的錯拖累了我的隊友。

香港演藝音樂節



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：老師的教導和父母的鼓勵。

面對挑戰，我不斷努力和勇敢挑戰。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我一定成功

姓名：程子堯 (5)

日期：15-5-2017

班別：一年級愛班

評分：10 /10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：☞我能行！ / ☺加油！ / _____我可以_____

姓名：程子堯

班別：一

學號：5

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

每次測驗或考試，我都會很害怕。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：媽媽陪伴我溫習。

面對挑戰，我心裏不害怕，求天父幫助我。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 努力！

聖公會聖彼得小學 2016-2017 年度
一年級下學期宗教科圖書分享
主題：面對挑戰

姓名：郭珮婷 (11)

日期：15-5-2017

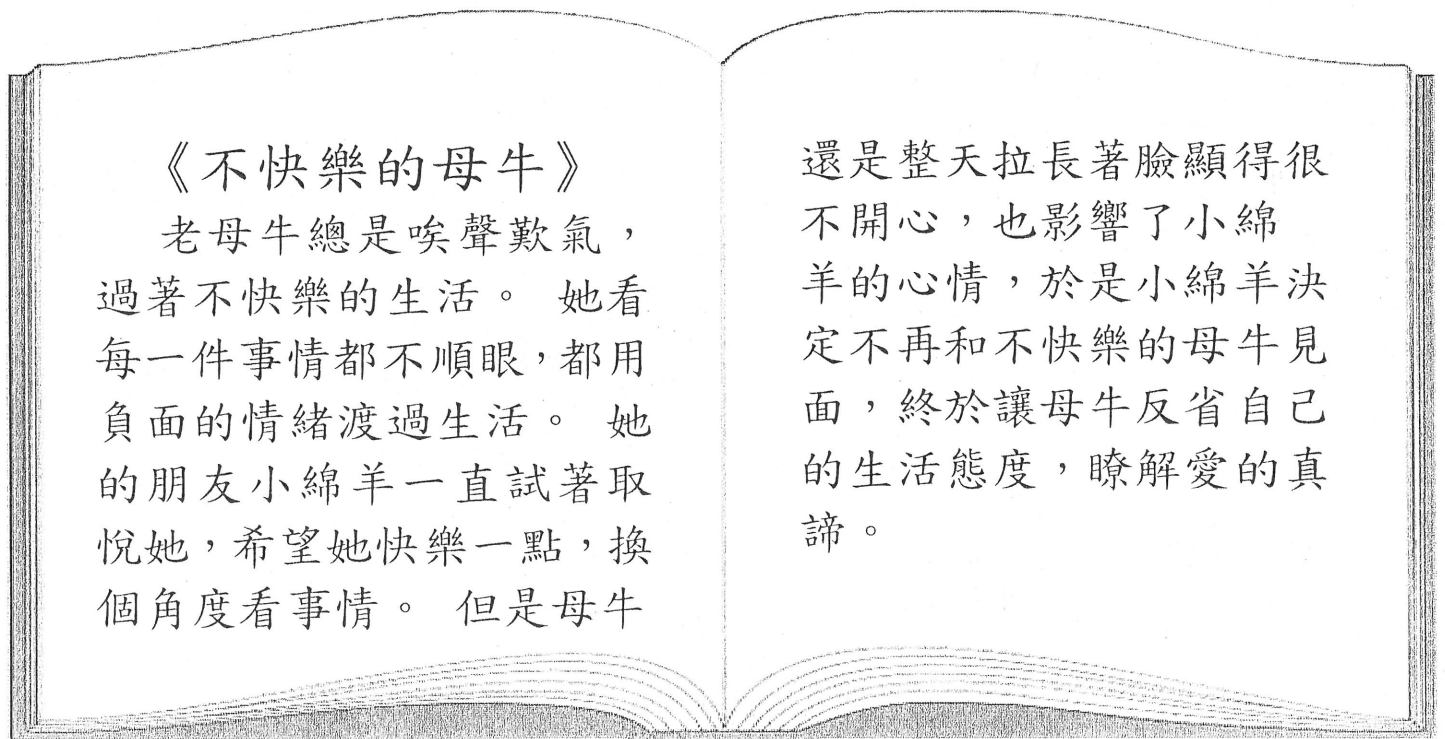
班別：一年級愛班

評分：10/10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / _____我可以_____

姓名：

郭玉婷

班別：一

愛

學號：

11

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

我派英文測驗卷的時候，我看見
了我的分數很退步了。
我感謝天父賜我一顆努力的心，
讓我努力溫習，下次考取好成績。

五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：

感謝天父賜給好老師耐心

面對挑戰，我

會不放棄

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ /

會不放棄

聖公會聖彼得小學 2016-2017 年度
一年級下學期宗教科圖書分享
主題：面對挑戰

姓名：劉卓熙 (16)

日期：15-5-2017

班別：一年級愛班

評分：10 /10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我可以

姓名：劉卓熙

班別：一愛

學號：16

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



上年搬屋時亦是臨近考試，爸爸還未找到我的書本。當想到沒有書本溫習，我便緊張得哭起來。

五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：爸爸努力為我找回書本。

面對挑戰，我相信上帝會幫我找回書本。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我一定找回書本

聖公會聖彼得小學 2016-2017 年度
一年級下學期宗教科圖書分享
主題：面對挑戰

姓名：林衍欣 (15)

日期：17-5-2017

班別：一年級智班

評分：10 /10

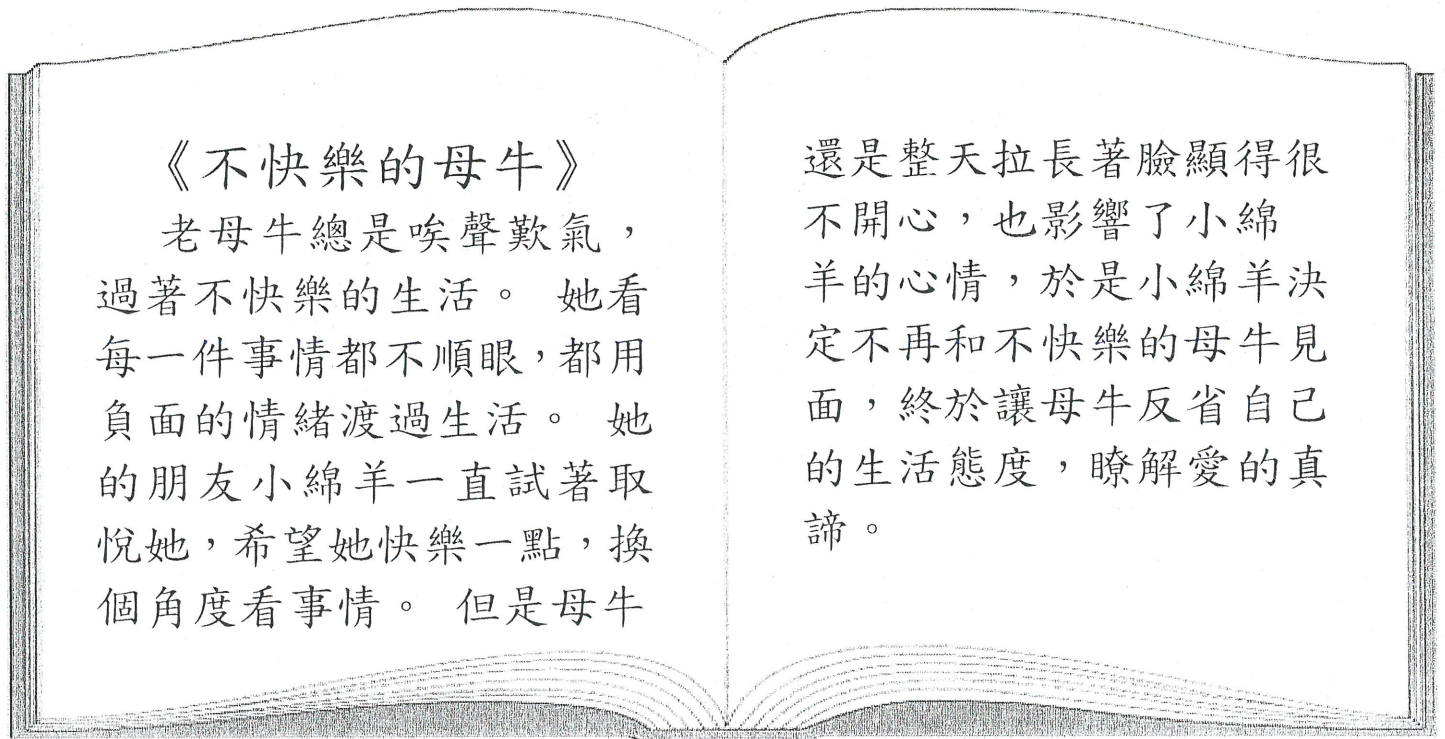
希望你能跨過這挑戰

一、金句：

19 MAY 2017

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / _____我可以_____

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

今年，中國舞老師替我報名參加中國舞考試。雖然我常常練習，但是拍子有時不準確。考試到了我把自己放鬆，做到最好。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：中國舞老師用心教我。

面對挑戰，我會努力練習。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ /

姓名：吳白堃 (20)

日期：17-5-2017

班別：一年級智班

評分：10 /10

很用心！

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

19 MAY 2017

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / _____我可以_____

姓名：

吳的澄

班別：一

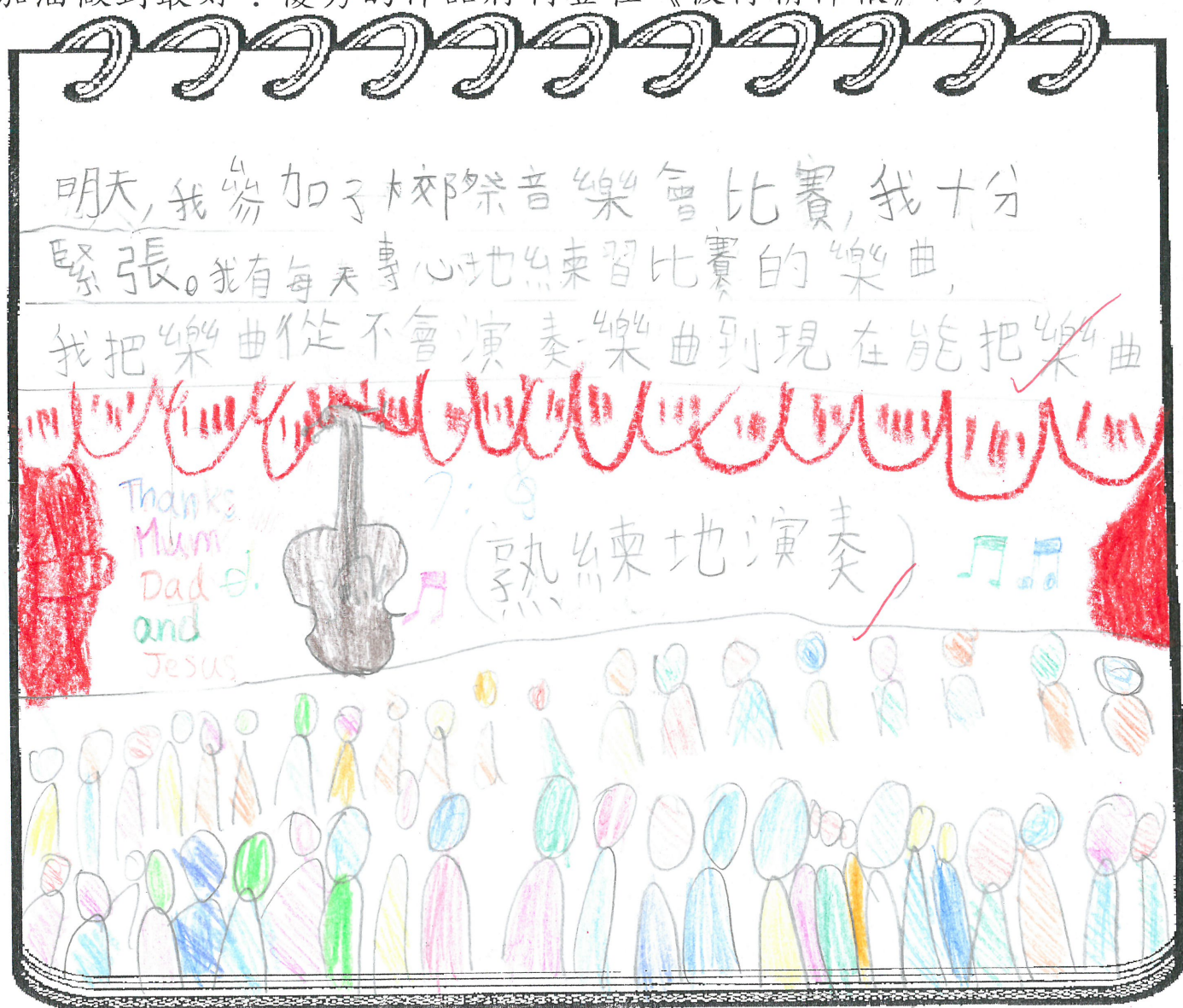
智

學號：

20

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：大提琴老師用心教我。

面對挑戰，我會說我做得好。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我可以。

姓名：黃善知 (28)

日期：17-5-2017

班別：一年級智班

評分：10 /10

你的畫很漂亮，分享很真誠。

一、金句：

19 MAY 2017

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：

《不快樂的母牛》

老母牛總是唉聲歎氣，過著不快樂的生活。她看每一件事情都不順眼，都用負面的情緒渡過生活。她的朋友小綿羊一直試著取悅她，希望她快樂一點，換個角度看事情。但是母牛

還是整天拉長著臉顯得很不開心，也影響了小綿羊的心情，於是小綿羊決定不再和不快樂的母牛見面，終於讓母牛反省自己的生活態度，瞭解愛的真諦。

三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

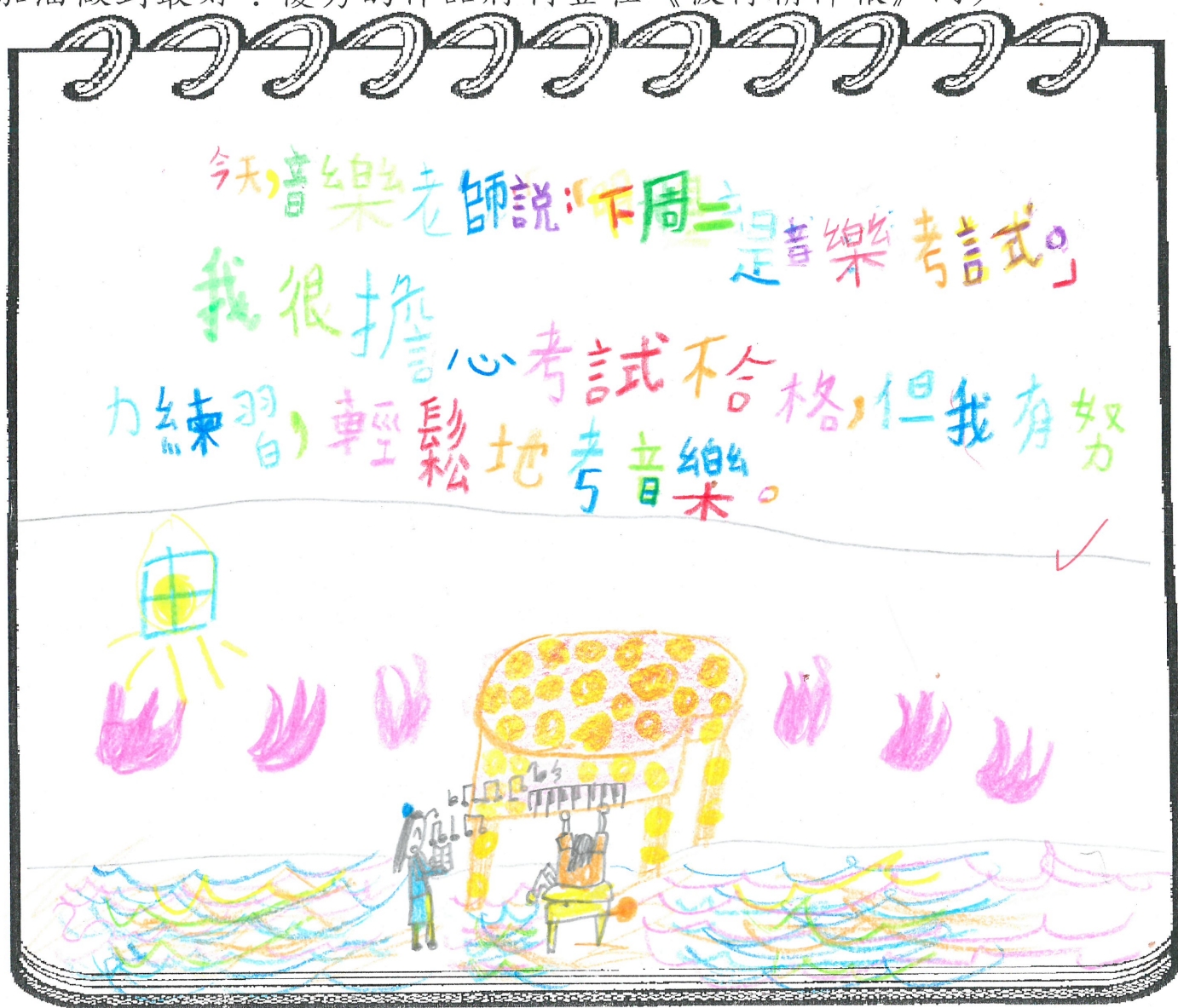
值得感恩：_____鋼琴老師用心教我_____。

面對挑戰，我_____會考試前深呼吸三次，放鬆自己_____。

給自己打氣的話：☺我能行！ / ☺加油！ / _____我可以_____

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：天父賜我勇氣去努力練習

面對挑戰，我會考試前鼓勵自己

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我能做得到

姓名：黃欣

班別：一仁

學號：30

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

一直以來爸爸媽媽都用心地教我
我做C1簿，但是每次都拿不到
100分，今天我終於拿到100分，我感到
十分高興啊！



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：謝謝爸爸媽媽

面對挑戰，我每次都拿不到100分

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我可以。

姓名：葉女青霖

班別：一仁

學號：32

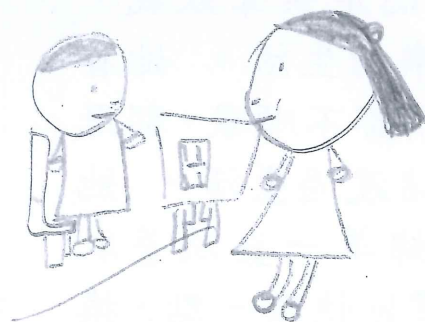
四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

婆婆生病了，
要在醫院休
養。



我方放學後要
照顧弟弟，並要
教導他功課。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：通過今次經歷，我會學會照顧別人。

面對挑戰，我會更加努力，解決困難。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ /

名：

蔡思仁

班別：一

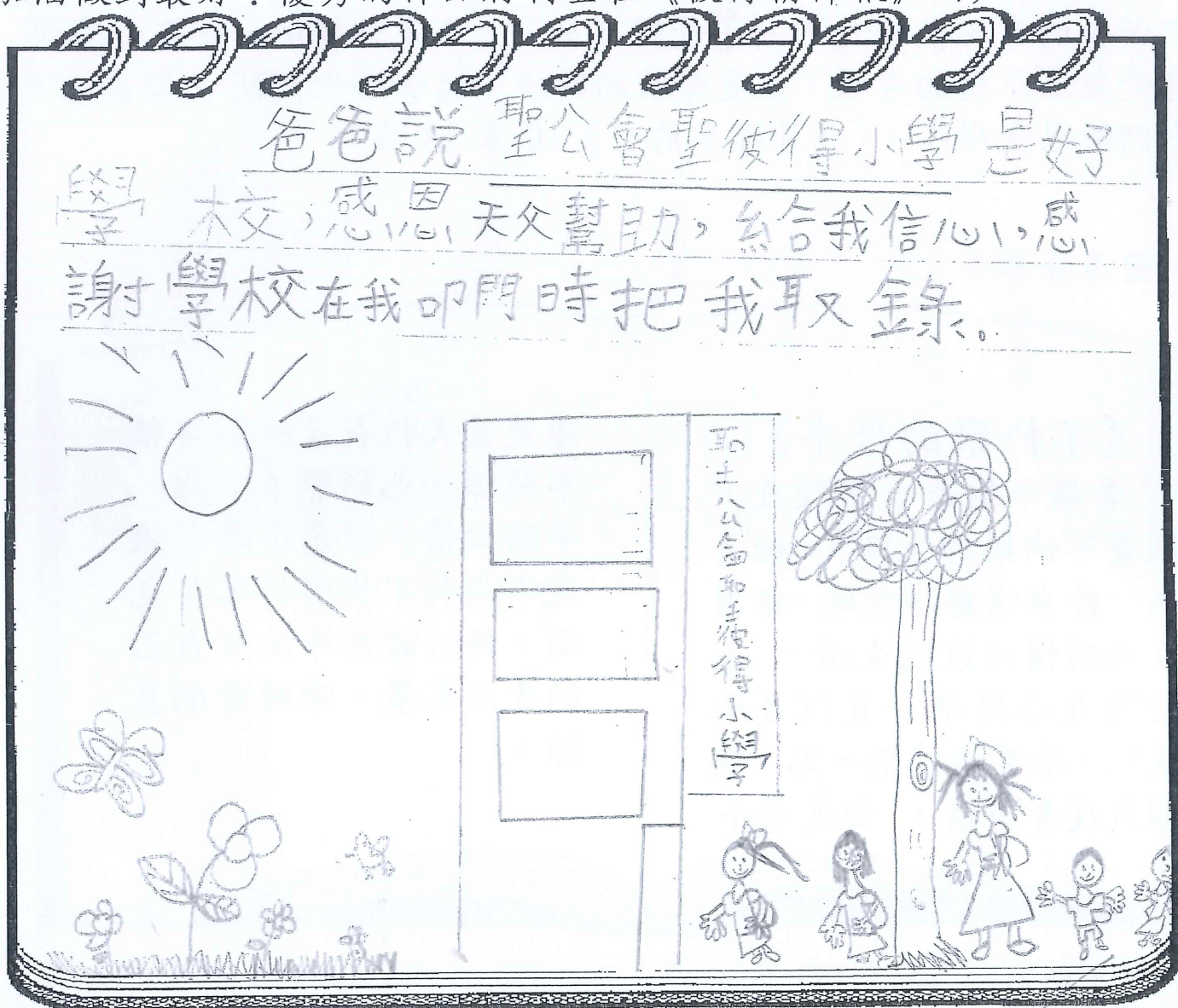
仁

學號：

33

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：我在一仁班很開心。

面對挑戰，我要勇於面對，不會灰心。

給自己打氣的話：我能行！/ ☺加油！/

姓名：張籍文 (4)

日期：12-5-2017

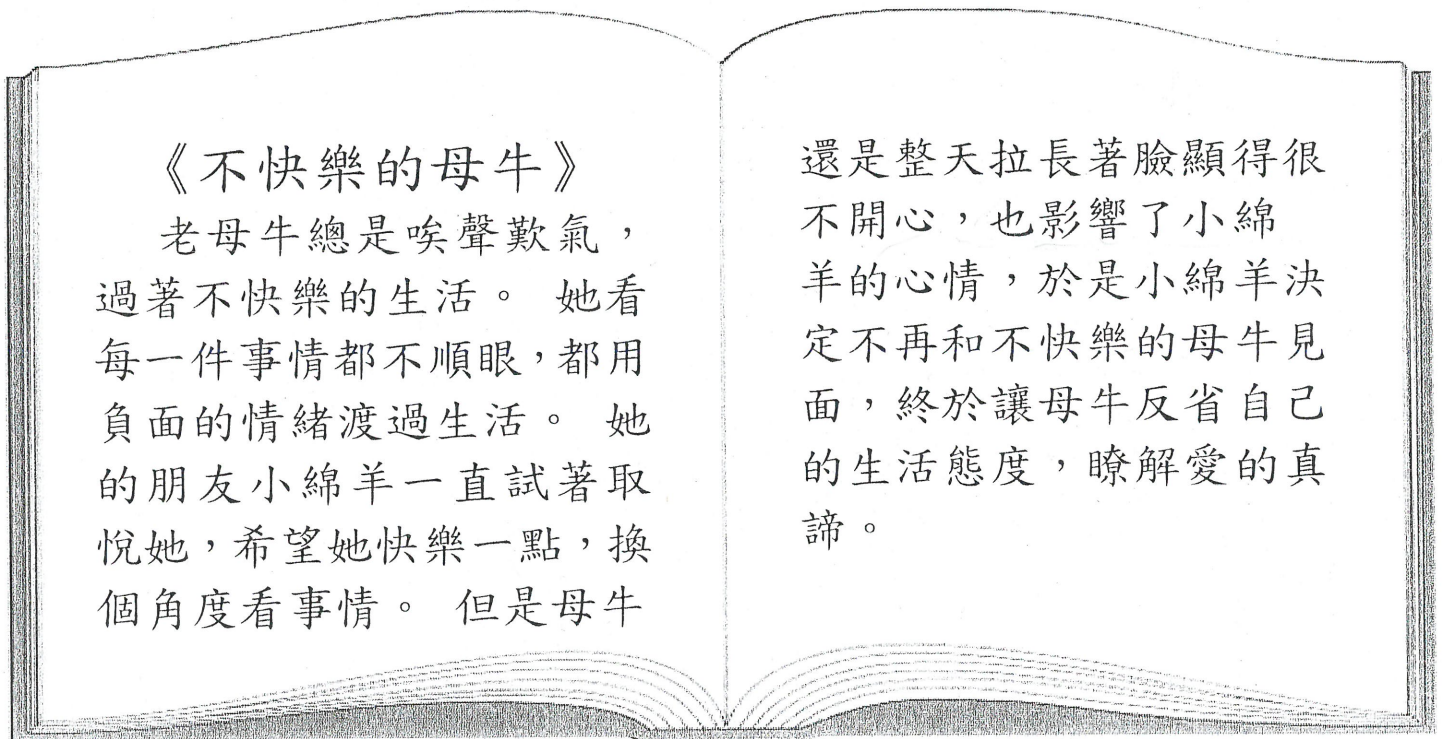
班別：一年級勇班

評分：10 / 10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



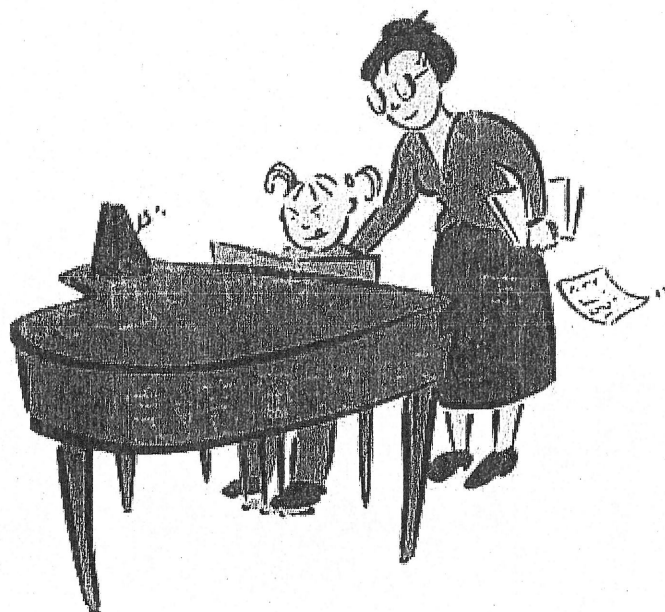
三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？悲觀的母牛。
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？笑容
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？因為她不想被母牛影響自己的心情
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？笑容。

挑戰事件簿(範例)——同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 我可以

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

星期三下午，普通話老師帶我和其他同學一起到香港電台參觀和接受訪問。

雖然每天我都練習普通話說故事，但是到了訪問的時候，我就非常緊張，幸好普通話老師在旁邊給我指導，可以完整地把手故事說完。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：普通話老師給我機會去參觀香港電台。

面對挑戰，我會為自己打氣，在心裏說：「加油不要緊張。」。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 不要緊張。

姓名：何凱晴 (10)

日期：五月十二日

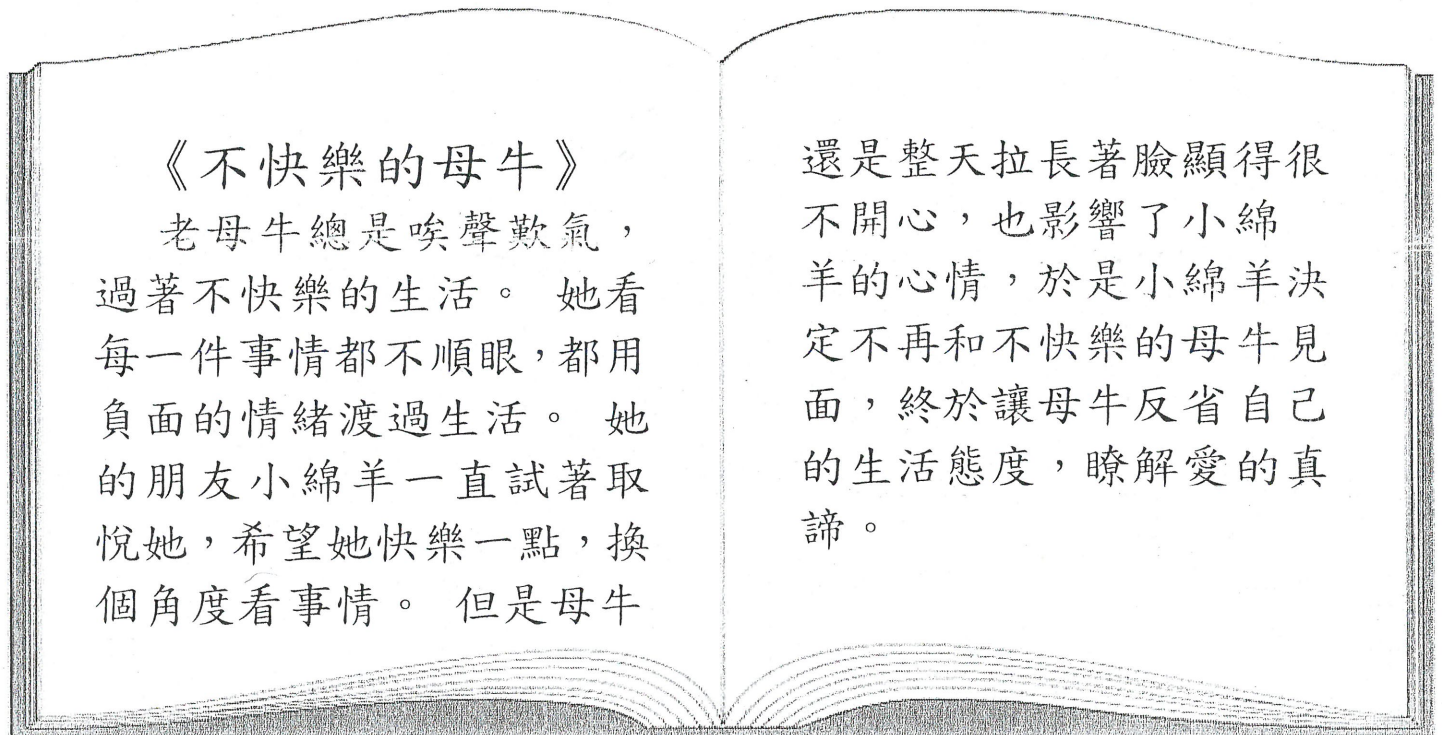
班別：一年級男班

評分：10 /10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)--同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：👍我能行！ / 😊加油！ / 我可以

姓名：

何凱琳

班別：一

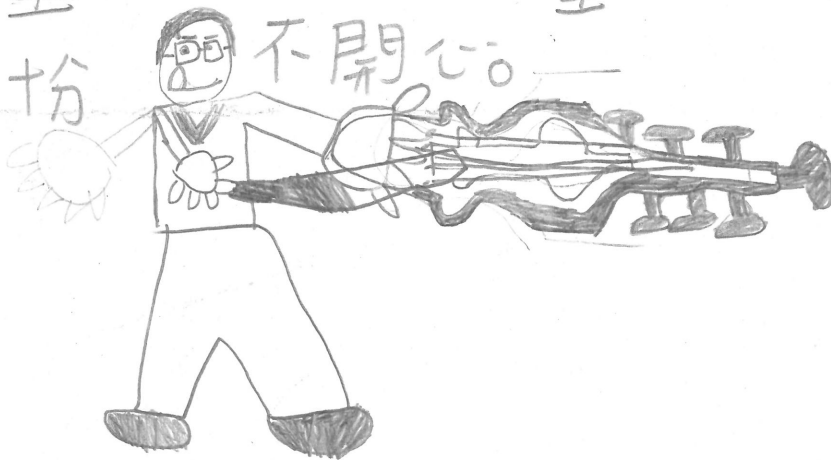
勇

學號：46

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

今年是我第一次學習拉小提琴。
學習的初其月，我遇到不少困難，
不小重看拍子，又不懂拉小提琴。
真是十分不開心。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：老師和家人一直鼓勵和支持我。

面對挑戰，我會告訴自己不要放棄，要勇敢面對困難。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ / 努力

姓名：岑泳加 (22)

日期：五月十二日

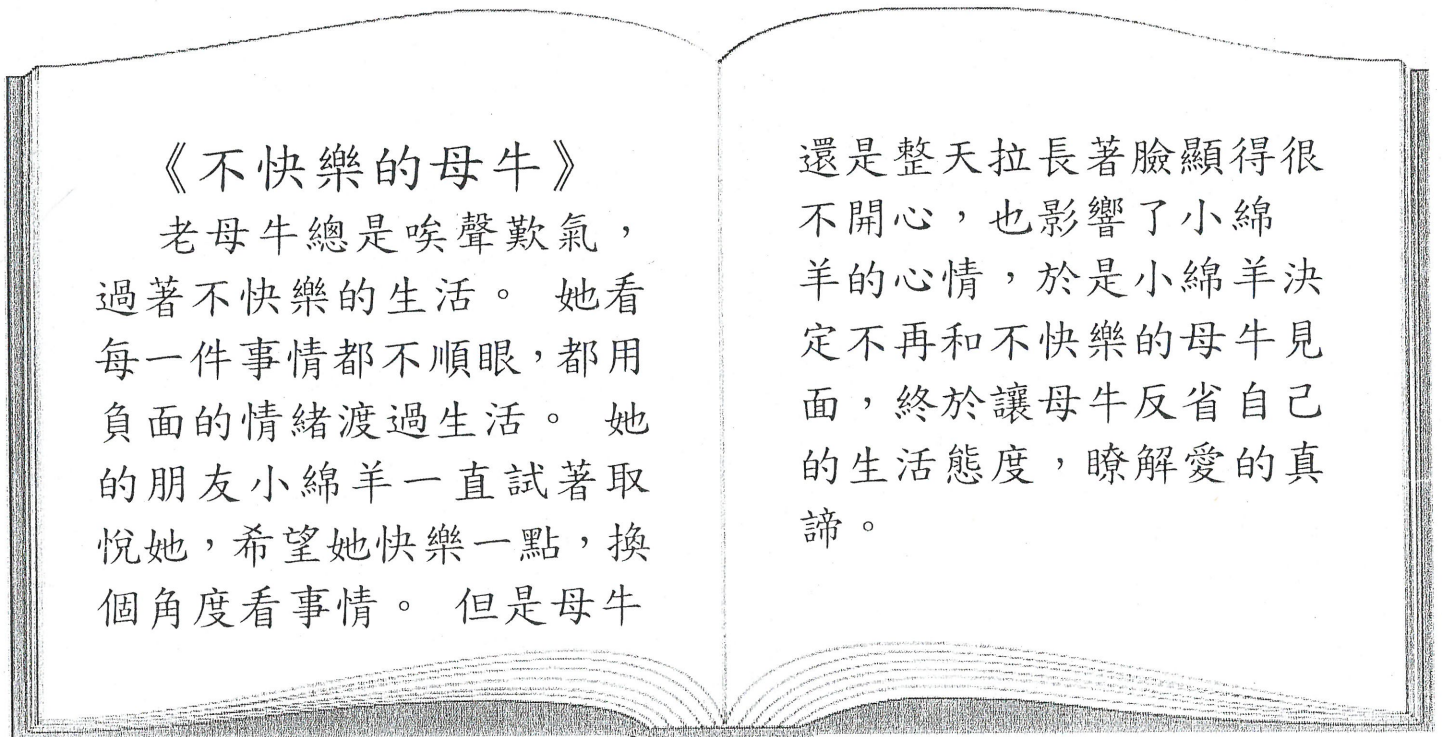
班別：一年級勇班

評分：10 / 10

一、金句：

你們所受的考驗無非是人所承受得了的。上帝是信實的，他不會讓你們遭受無法承受的考驗，在受考驗的時候，總會給你們開一條出路，讓你們能忍受得了。（《哥林多前書》10 章 13 節）

二、圖書分享：



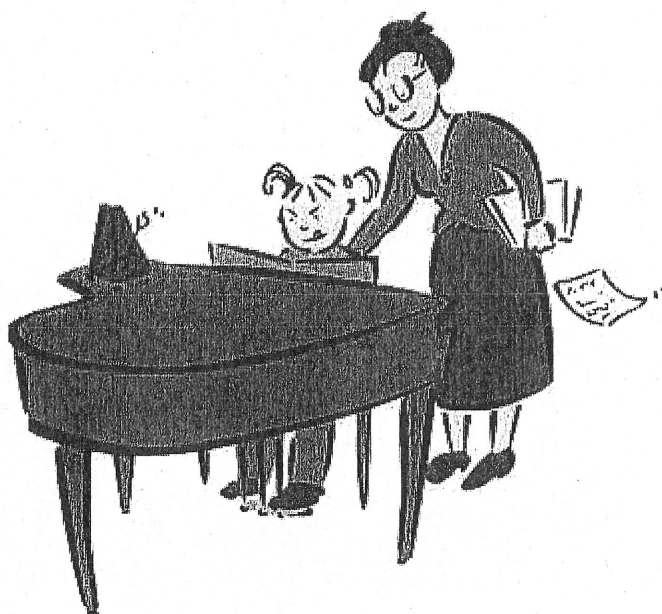
三、思考題：

- 哞哞是一隻個性怎樣的母牛？
- 小綿羊用甚麼方法讓哞哞開心？
- 小綿羊為甚麼離開母牛哞哞？
- 哞哞最後送給小綿羊一份怎樣的禮物，讓兩人又恢復了友誼？

挑戰事件簿(範例)——同學可參考以下篇章，寫作「面對挑戰卻感恩」的經歷：

今年，鋼琴老師替我報名參加鋼琴考試。

過兩天就是鋼琴考試的日子了。雖然每天我都有練習考試的曲子，但是一想到要在考試官的面前彈奏，我就緊張起來了。



我的反思(範例)：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：鋼琴老師用心教我。

面對挑戰，我會考試前深呼吸三次，放鬆自己。

給自己打氣的話：👉我能行！ / 😊加油！ / 我可以

姓名：岑泳加

班別：一勇

學號：(22)

四、挑戰事件簿：

《不快樂的母牛》的故事中，小綿羊用盡方法取悅母牛哞哞，希望她快樂一點，最終讓母牛改變了。請檢視自己有否「面對挑戰但仍感恩」的經歷？嘗試記錄一次面對挑戰，但仍值得向天父感謝的事情，並反思自己有否「常常感恩」的心。（鼓勵同學用文字輔以圖畫完成，加油做到最好！優秀的作品將刊登在《彼得精神報》內）

星期日是普通話考試的日子。在考試中我們要在30秒裏說出圖畫的內容，我覺得十分困難。



五、我的反思：寫一寫這件事有甚麼值得感恩及將來的行動。

值得感恩：老師在考試前和我一起練習。

面對挑戰，我會多練習。

給自己打氣的話：我能行！ / ☺加油！ /

