

勤勞月



甚麼是勤勞？

- 透過生活，切實將所學付諸行動
- 勤奮向上
- 主動幫助別人
- 勇於承擔責任
- 尊重為我們服務的人
- 努力成為社會未來的棟樑。



「勤勞存摺」挑戰

靈糧堂秀德小學

2025-2026 勤勞月 勤勞存摺

於日常生活中，在個人，家庭，學校的層面，實踐勤勞，成為勤勞的好學生
 任務: 完成一項家務，在橫線上填寫代號，並請家長簽章確認

| | SUN | MON | TUE | WED | THUR | FRI | SAT |
|--|--|-----------|-----------|---|-----------|---|-----------|
| 個人 勤奮向上，堅持執行自訂的時間表 (如達成任務，請加 ✓) |  自強不息 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 學校 不計較付出，協力保持課室整齊(如達成任務，請加 ✓) |  世上無難事 只怕有心人 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 家庭 A: 掃地 B: 洗碗 C: 倒垃圾 D: 曬衣服 E: 摺衣服 F: 執拾房 G: 掃地 H: 其他 |  有志者事竟成 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |
| |  業精於勤 30 | 31 | |  勿以善小而不為 | |  學問勤中得 | |
| | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ |
| | 家務: _____ 家長簽署: _____ | | | | | | |



靈糧堂秀德小學

2025-2026 勤勞月 勤勞存摺

於日常生活中，在個人，家庭，學校的層面，實踐勤勞，成為勤勞的好學生

個人 - 勤奮向上
，堅持執行自訂
的時間表

| | SUN | MON | TUE | WED | THUR | FRI | SAT |
|---|---|-----|-----|-----------|-----------|---|-----|
| 個人 勤奮向上，堅持執行 自訂的時間表 (如達成 任務，請加 ✓) | 9  自強不息 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 學校 不持任 家完 填簽 A: B: C: D: E: F: G: | 16  世 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| | | | | 26 | 27 | 28 | 29 |
| | | | | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | |
| | | | | | |  學問勤中得 | |



學習加油站 9月 SEP

我的目標分數 My target marks

96 (Chinese) 99 (English) 89 (Maths) 98 (Humanities) 78 (Science)

學習百寶箱 Learning Treasure Box

學習百寶箱 每日是夏花園

給自己打氣的說話 Cheer up myself

當我遇到困難時，我可以... When I have difficulties, I can...

問媽媽 問爸爸 問老師

力啱努力!

學習加油站 9月 SEP

為自己訂下每天不少於半小時溫習的時間表，並以不同顏色顯示各項事情。
Set a timetable for yourself which is no less than half an hour for revision every day. Show the tasks in different colours.

★ 功課 Homework ★ 休閒閱讀 Leisure reading ★ 興趣 Hobbies ★ 溫習 Revision
★ 運動 Exercise ★ 上網 Internet ★ 晚餐 Dinner ★ 其他 Others

| | Sun | Mon | Tues | Wed | Thurs | Fri | Sat |
|-------------|-----|-----|------|-----|-------|-----|-----|
| 4:30-5:00 | | | | | | | |
| 5:00-5:30 | | | | | | | |
| 5:30-6:00 | | | | | | | |
| 6:00-6:30 | | | | | | | |
| 6:30-7:00 | | | | | | | |
| 7:00-7:30 | | | | | | | |
| 7:30-8:00 | | | | | | | |
| 8:00-8:30 | | | | | | | |
| 8:30-9:00 | | | | | | | |
| 9:00-9:30 | | | | | | | |
| 9:30-10:00 | | | | | | | |
| 10:00-10:30 | | | | | | | |



靈糧堂秀德小學

2025-2026 勤勞月 勤勞存摺

於日常生活中，在個人，家庭，學校的層面，實踐勤勞，成為勤勞的好學生

| | SUN | MON | TUE | WED | THUR | FRI | SAT |
|------------------------------------|--|-----|-----|-----|------|-----|-----|
| 個人 勤奮向上，堅持執行自訂的時間表 (如達成任務，請加 ✓) | 9  自強不息 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 學校 不計較付出，協力保持課室整齊(如達成任務，請加 ✓) | 16  世上無難事 只怕有心人 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 家庭 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |

學校 - 不計較付出，協力保持課室整齊

清潔比賽



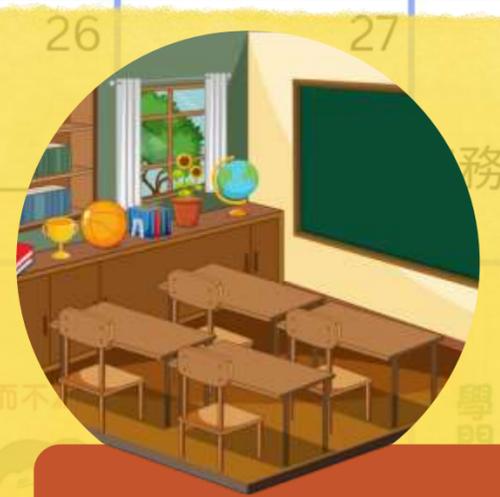
桌椅整齊，書包拉拉鍊，個人物品收好



地面乾淨無垃圾



教師桌及窗台整齊乾淨



課室整體整齊乾淨





靈糧堂秀德小學

2025-2026 勤勞月 勤勞存摺

於日常生活中，在個人，家庭，學校的層面，實踐勤勞，成為勤勞的好學生

| | SUN | MON | TUE | WED | THUR | FRI | SAT |
|--|-------------------|-----|--------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 個人 勤奮向上，堅持執行自訂的時間表 (如達成任務，請加 ✓) | 9 自強不息 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 學校 不計較付出，協力保持課室整齊(如達成任務，請加 ✓) | 16 世上無難事 只怕有心人 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 家庭 完成家務，在橫線上填寫代號，並請家長簽章確認 | 23 有志者事竟成 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| A: 掃地 B: 洗碗 C: 倒垃圾 D: 摺/曬衣服 E: 執拾房 F: 掃地 G: 其他 | 30 業精於勤 | 31 | 家務: _____ 家長簽署: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ | 家務: _____ |
| | | | | 勿以善小而不為 | | 學問勤中得 | |

家庭

完成家務，在橫線上填寫代號，並請家長簽章確認

今天我掌廚

在家裏幫忙準備早餐、午餐或晚餐，拍攝及上傳照片作記錄



「勤勞存摺」挑戰

靈糧堂秀德小學

2025-2026 勤勞月 勤勞存摺

於日常生活中，在個人，家庭，學校的層面，實踐勤勞，成為勤勞的好學生
 任務: 完成一項家務，在橫線上填寫代號，並請家長簽章確認

| | SUN | MON | TUE | WED | THUR | FRI | SAT |
|--|---|--------------------------------|-----------------|--|-----------------|--|-----------|
| 個人 勤奮向上，堅持執行自訂的時間表 (如達成任務，請加 ✓) | 9 自強不息  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 學校 不計較付出，協力保持課室整齊(如達成任務，請加 ✓) | 16 世上無難事 只怕有心人  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 家庭 A: 掃地 B: 洗碗 C: 倒垃圾 D: 曬衣服 E: 摺衣服 F: 執拾房 G: 掃地 H: 其他 | 23 有志者事竟成  | 24 家務: _____ | 25 家務: _____ | 26 家務: _____ | 27 家務: _____ | 28 家務: _____ | 家務: _____ |
| | 30 業精於勤  | 31 家務: _____ 家長簽署: _____ | | 勿以善小而不為  | | 學問勤中得  | |

