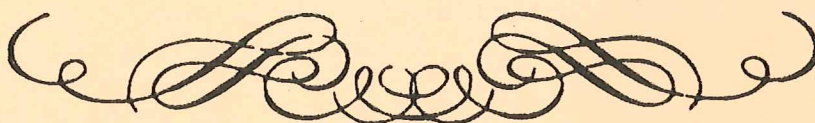


## 香港青少年德育勵進獎

### 堅毅之星計劃

#### 申請表格



#### 目的

「堅毅」是什麼意思呢？我們可以把「堅毅」兩個字分開來看，「堅」是堅定、堅持、堅忍、堅強的意思；「毅」指毅力。「堅」、「毅」合起來表示我們做事情時要堅持和有毅力。舉行「堅毅之星」獎勵計劃，正是期望學生為自己訂定目標，然後積極進取，敢於接受挑戰，當面對困難和挫折，仍會努力不懈，一往直前向目標進發，且經得起時間考驗，亦不輕言放棄。鼓勵學生發掘和發展個人興趣、社交及實用技能。

#### 獎項

參加計劃的學生需在 5 月份交「堅毅之星---總結報告」，由「堅毅之星」委員會審閱，委員會將頒發兩個獎項：


「堅毅之星」卓越獎：學生的表現卓越，意志堅定、勇敢、有毅力、敢於接受挑戰，當面對困難和挫折，仍會努力不懈，一往直前向目標進發，且經得起時間考驗，亦不輕言放棄。

- 獎勵：
1. 1000 元獎學金(共兩名)
  2. 登記優點一個
  3. 受邀在頒獎禮上講述自己的堅毅故事

「堅毅之星」獎：學生的行為有堅毅的特質，亦勇於面對困難，不會輕易放棄。

獎勵： 1. 登記優點一個

2. 受邀將堅毅事蹟記錄在學期末發行的「我的堅毅故事」文集裏。



第 1 部份

申請人可提交任何主題而內容不同的計劃書。每項申請須填寫一份申請表，並透過教師推薦提交至「香港青少年德育獎」秘書處。

甲部 計劃資料

1. 申請人資料

學校：一胡 / 沙胡

班別：2D (21)

姓名：商正滔

2. (a) 計劃主題

(請選擇一個主題或選擇“其他”並在空白處列明計劃範圍。)

學業目標：在學習的範疇上取得卓越的成績

體藝目標：在體育和藝術的範疇上取得卓越的成績

家庭責任及社區服務：盡自己的責任，願意付出，照顧家人或服務社區。

其他：\_\_\_\_\_

3. 計劃名稱

乒乓小提琴堅毅協奏曲

4. 計劃進行時期：

由 2016 年 10 月至 2017 年 5 月

乙部 計劃書

選擇活動提示：

1. 參加者選擇的活動，可以是持久而循序漸進的活動(如橋牌、集郵或演奏樂器)，或進行研究(如潮流風氣、人際關係或金錢的運用)，或完成一項工作(如製造簡單傢具、小艇或編排戲劇)。
2. 參加者可獨自或參加小組。透過參加課程或自行研習取得所需的知識和經驗，其過程應包含深入研究及實習。
3. 參加者所鍛鍊的技能，或會與其在校內所得到的技能相關，但只要能證明在閒暇時間自願加倍努力進行鍛鍊，亦可用作本科活動。
4. 本科鼓勵參加者在鍛鍊技能的同時，多與經驗豐富的人士接觸，例如加入有關組織或向個別專家學習。
5. 透過為活動設定時間表及安排，培養做事有計劃的精神。
6. 評核工作須根據每位參加者在規定時限內的：努力、毅力、進度
7. 參加者可以選擇以下評核模式：
  - 完成課程，並取得出席證書
  - 參與考試，取得評核成績
  - 由建議之評核員評核 家人

(1) 乒乓球：剛考獲恆生乒乓球學院之銀章。計劃參加青苗乒乓球培訓計劃2017/18之選拔、金章考試和「恆生乒乓球大比拼」比賽。所以每星期跟教練練習2小時，自練習4小時。


(2) 小提琴：剛考獲英國皇家音樂學院三級小提琴優異成績。計劃參加不同的公開比賽及表演。所以每星期跟老師練習1小時，每天自行練習30分鐘。

丙部 承諾書

你的計劃書已通過檢核，參加者需要找來兩位見證人簽署，互相承諾大家在計劃中會盡力達成，當面對困難和挫折，仍會努力不懈，一往直前向目標進發。

參加者：商正滔 (學生本人)

支持者  
見證人：Amis / Dah (家長)  
家人

德育導師  
見證人： (陳樂遙、商永華) (教師)

日期：18-10-2016

丁部 中期報告(2017年2月遞交)

(報告形式可以用文字、錄像、圖片和繪圖等方法，參加者也可以透過電郵遞交報告，報告文本檔案可在本校網站下載)

乒乓球：已通過「青苗乒乓球培訓計劃2017/18」之選拔，現已接受訓練，每星期兩次，每次兩小時。另外，都每星期和教練練習一次，每次兩小時，自己每兩星期練習一次。此外，已考獲「金章」。

小提琴：剛在去年十一月參加全港公開小提琴比賽得到亞軍，現在在準備參加二月的小提琴比賽，所以每星期跟老師練習兩小時，每兩天自行練習一小時。

家長的意見

你的表現很好，非常積極練習，希望透過參與不同的訓練與比賽，增強你自己的自信心和培養出不屈不撓的精神。

教師的意見

正滔不但以認真的態度學習，而且能夠堅持，努力不懈地練習，因此獲得理想的成績。學習乒乓球及小提琴是需要長時間，有恆心地學習，正滔要繼續努力！

戊

茂部 總結報告(2017年5月遞交)

乒乓球：已考獲恆生乒乓球學院「金章」；並已考進  
青苗乒乓球訓練計劃第二階段之訓練。

小提琴：在全港公開小提琴比賽獲取亞軍；  
在校際音樂節小提琴三級組獲取季軍。

從參與上述之訓練及比賽，只要堅持練習，不要放棄，目標終可達到。

經過「堅毅之星」委員會審閱，委員會有以下的意見：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

委員會議決頒發給 \_\_\_\_\_ 同學：

「堅毅之星」卓越獎

/

「堅毅之星」獎：

委員會主席簽署： \_\_\_\_\_

日期： \_\_\_\_\_

## 商正滔(2D) - 堅毅之星計劃



小提琴練習

校際音樂節- 小提琴(三級) 季軍



小提琴(三級) - 亞軍



乒乓球練習

