



林德育
將軍澳循道衛理小學校長

從事教育24年。這些年來，發現自己不是「一個喜歡「得肉」的人，所以喜歡行山、跑步，減少身上的肉，自律地鍛鍊身體；自覺是「一個喜歡「德育」的人，很喜歡與學生、家長、老師分享德育故事，造就別人，成就自己，追求卓越。」

跳出舊框框！ 新學年5大成長目標

暑假即將完結，新學年快要展開！這不僅是日曆翻開新的一頁，更是我們跳出舊框框、挑戰新可能的最佳時機！過去的习惯、舒適的範圍，或許曾讓我們感到安心，但真正的成長，往往發生在我們鼓起勇氣跨出那一步的時候。孩子們，讓我們在新的一年設定以下五個重要的成長目標，突破自我，讓新學年成為你閃閃發光的起點！

目標1： 跳出舒適區，強健身心！

別讓懶散和電子屏幕框住我們的活力！新的學年，一起跳出舒適的梳化和習慣，擁抱運動場上的陽光與汗水。無論是嘗試一項新運動、堅持每日跳繩，還是在小息期間跑跑跳跳，讓身體動起來！讓我們一起響應今年全民運動日的口號「日日運動半個鐘 健康快樂人輕鬆」，這些不但可以鍛煉強健的體魄，我們每一次的堅持練習，都在磨煉堅韌的意志。

目標2： 跳出狹小視野，擁抱閱讀！

別讓有限的認知框住我們的想像力！趁新階段展開，不妨跳出日常的小天地，透過閱讀進入更遼闊的世界，哪怕是從一本有趣的繪本或一個奇幻的故事開始都好。課堂上專心聽講，課後走進圖書館或翻開家中圖書櫃內的書本，享受閱讀。書籍是無聲的老師，能悄悄拓寬我們的視野，提升我們的修養，豐富我們的心靈，讓我們讀出廣博與智慧！

目標3： 跳出慣性思維，學會反思！

別讓盲目的行動框住我們的進步！一起跳

出「做完就算」的慣性，學會像照鏡子一樣，時常停下來反思。睡前問問自己：「今天學到了甚麼？哪裏可以做得更好？」反思助我們看清優點，勇敢面對不足，並從成功中學習方法，從挫折中吸取將來成長的養分。

目標4： 跳出原地踏步，追求進步！

別讓「差不多」的心態框住我們的潛力！大家一於跳出滿足現狀的舒適圈，追求每天都比昨天的自己進步一點點。勇敢嘗試解開那道難題、動手多做一件事、在課堂上舉手分享想法、學會一項生活小技能。不必追求一步登天，小小的「進一步」，積少成多，累積起來就是巨大的飛躍！遇到困難時，告訴自己「再試一次」，勇敢尋求老師和朋友的幫助，你將邁出更遠大步伐和蛻變！

目標5： 跳出常規限制，敢於創新！

別讓「以前都這樣做」框住我們的創意！跳出墨守成規的框架，勇敢質疑、大膽嘗試！在科學課上多問「為甚麼？」、在視藝創作中多試新配色、在小組合作時提出不同的解決方案。創新不是天才的專利，它源於日常的好奇心和不怕試錯的勇氣，跳出陳舊的框框，創出我們新的點子與未來！

孩子們，這五個成長目標不是遙不可及的任務，而是每天都可以實踐的小挑戰。請相信，當你勇敢地跳出一個個限制你的小框框，你的視野將更開闊，腳步更堅定，潛能將被無限激發！新學年，加油！👊