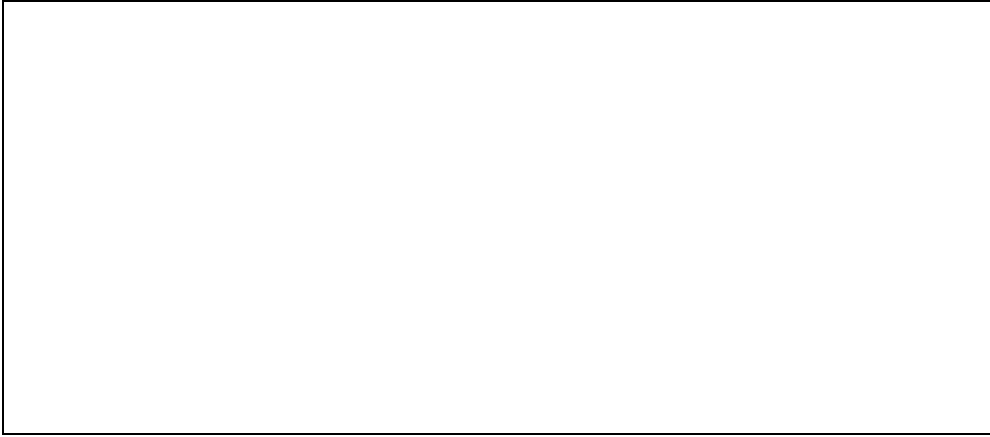


第三課 安息日

姓名：_____

今天是戶外活動。

老師在此處貼讚賞的貼紙，獎勵完成尋寶遊戲。



第四課 罪的起源

姓名：_____

第一部分：

每一個人都有自由選擇權。

快要放寒假了。你會怎樣度過你的假期呢？你會和你的朋友／家人／同學一起過嗎？

我的寒假計劃：

你和朋友／家人／同學商量後，你的計劃有改變嗎？

你一個人的時候，你會選擇做甚麼事呢？

你喜歡和朋友／同學一起做甚麼事呢？

某些事是我們不能選擇的，例如我們出生在哪個家庭、眼睛顏色、性別等，但某些事是我們可以選擇的，當我們去做的時候，會帶來幸福和健康。你會怎樣選擇呢？勾出你會選擇去做的事：

- | | |
|---------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 多吃蔬果 | <input type="checkbox"/> 不吃蔬果 |
| <input type="checkbox"/> 每天喝水至少 8 杯 | <input type="checkbox"/> 不喝開水，只喝汽水 |
| <input type="checkbox"/> 吃少鹽、少糖、少油的食物 | <input type="checkbox"/> 吃高脂肪、味濃食物 |
| <input type="checkbox"/> 有節制地吃甜點 | <input type="checkbox"/> 經常吃甜點，每次吃超過三塊 |
| <input type="checkbox"/> 有規律做運動 | <input type="checkbox"/> 不做運動，只埋首打機、看電視 |
| <input type="checkbox"/> 作息定時 | <input type="checkbox"/> 晚睡、不願起床 |
| <input type="checkbox"/> 祈禱讀《聖經》 | <input type="checkbox"/> 不祈禱讀經，愛看漫畫書 |

立志宣言

我 _____ 立志要好好照顧身體，選擇做那帶給我幸福和健康的事。

第二部分：

要有健康的身體，你必須做以下的事，你知道是甚麼嗎？請寫在線上。

1.



2.



3.



4.



5.



6.



7.



8.



9.



第三部分：

坦白是美德，誠信寶貴

誠信的美德要一步一步地建立起來。以下的狀況，你會怎樣做？

1. 有次放學回家，打開書包，發現有一本你很喜歡的書，但這本書不是你的，是一個與你關係不好的同學的，你會怎樣做？

2. 若你答應別人的事令你為難，你會怎樣做？

3. 一早答應人的事，為避免時間拖長了，容易忘記，你會怎樣做？

要記住：答應別人的事和承諾之前，必須量力而為；做不到的話，就不要輕率答允，做人處事要誠實，守信用。

