

Immanuel Lutheran College  
Student Portfolio: **Skills Manual**

能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
Self Management Skills 自我管理能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 瞭解自己，並肯定自己的能力和表現。經常留意自己的表現，態度和行爲，從而作出改善</li> <li>▪ 日常生活有條理，做事按部就班</li> <li>▪ 建立良好的習慣去完成工作和目標</li> <li>▪ 選擇目標去努力，計劃如何利用時間和資源去完成任務。依照評量標準來督導自己，達成目標的要求</li> <li>▪ 在活動和功課表現中展示投入，毅力和責任感</li> <li>▪ 認識外在不斷變化的環境，接受變數和新觀點，能適應和面對意見分歧的環境</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 妥善收拾自己的物品</li> <li>▪ 準時回校，準時上課</li> <li>▪ 善用預備鐘時間作課堂準備</li> <li>▪ 上課時專注留心</li> <li>▪ 準時完成和呈交課業</li> <li>▪ 建立良好的學習習慣，完成課業，有效學習</li> <li>▪ 認識自己的學習進度和目標</li> <li>▪ 訂定評量基準及合理的標準來監控自己的進展</li> <li>▪ 懂得欣賞自己的表現，肯定自己的能力</li> <li>▪ 能調整自己去配合課堂的要求，</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 準時出席活動</li> <li>▪ 積極投入活動，願意聽從指示，並完成工作</li> <li>▪ 訂定和努力完成個人和團體活動的目標和計劃</li> <li>▪ 能調整自己去面對和適應不同活動的要求，亦能自行調整活動任務的難度來挑戰自己</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 準時出席活動</li> <li>▪ 積極投入崗位服務，對自己的判斷、表現及能力具有信心</li> <li>▪ 盡力完成自己的崗位職責</li> <li>▪ 能為自己團隊定下適切的目標，並採取相應的計畫和行動來達成目標</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 按時完成閱讀計劃</li> <li>▪ 按自己的能力和學習需要訂定適合自己的溫習計劃 / 生活時間表 / 閱讀計劃，計劃如何利用時間和資源去完成任務</li> <li>▪ 堅持執行所定的計劃 / 時間表，依照評量標準來督導自己，按部就班達成目標的要求</li> <li>▪ 經常留意自己的表現，評估自己的進度，按需要和現實情況修訂學習 / 閱讀計劃</li> </ul>
能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
Independence 獨立能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 獨自處理安排個人的日常生活，獨力完成工作，不需要別人過份照顧</li> <li>▪ 能獨立思考，建立自己的觀點，不容易受別人影響</li> <li>▪ 能獨力解決問題和困難、勇於面對及處理挫折。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 主動自覺地整理好個人物品</li> <li>▪ 主動發問</li> <li>▪ 獨自完成功課</li> <li>▪ 主動自覺地溫習</li> <li>▪ 課堂討論時，有自己的觀點</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 主動自願地參與課外活動 / 學生組織 / 參觀 / 比賽</li> <li>▪ 能獨立思考解決問題的方法</li> <li>▪ 主動自覺地完成指定的任務和工作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 主動承擔領袖和服務工作</li> <li>▪ 不需要別人提醒，自覺地發現問題和需要所在，並想办法解決</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 懂得因應自己的需要 / 興趣，選擇合適自己的讀物</li> <li>▪ 主動自覺地因應自己的需要而訂定學習和活動計劃，並能獨自地完成</li> </ul>

Immanuel Lutheran College  
Student Portfolio: **Skills Manual**

能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
<b>Creativity</b> 創造力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 對外界事情感興趣，求知慾強，樂於嘗試，勇於求變</li> <li>▪ 持開放積極的態度，能從多角度理解事情，尋找可能性去處理問題</li> <li>▪ 能夠變通、有彈性、對日常事物有新的演繹</li> <li>▪ 有自己獨特的意見、有新穎的解困方法</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 上課主動投入，熱心發問和作答</li> <li>▪ 對不同的學科和外界的事物感興趣，主動接觸和學習</li> <li>▪ 對學習持開放態度，不依賴標準答案，主動尋找各種可能的答案</li> <li>▪ 對同學不同的意見持尊重欣賞的態度</li> <li>▪ 在課業和學習上從多角度理解事情，留意問題的缺漏，嘗試發掘新的答案和解決方法</li> <li>▪ 嘗試運用創意思考策略於學習 / 課業中</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 樂於嘗試參加不同類型的活動 / 學生組織 / 參觀 / 比賽，廣濶視野，增加學習體驗</li> <li>▪ 樂於嘗試參與活動中各種類別 / 形式的工作</li> <li>▪ 對活動中其他組員不同的意見持尊重欣賞的態度</li> <li>▪ 嘗試運用創意思考策略於活動 / 學生組織 / 參觀 / 比賽</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 樂於嘗試不同的崗位服務，廣濶視野，增加學習體驗</li> <li>▪ 善於觀察，敏感於身邊的需要，留意問題的缺漏，作積極回應</li> <li>▪ 帶領團隊以多角度理解問題，嘗試運用創意思考策略，尋求各種可能性去解決問題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 能廣泛涉獵不同類別的讀物</li> <li>▪ 閱讀有關創造力的書籍</li> <li>▪ 嘗試應用書本所學，把理論和概念實踐到生活和學習中</li> </ul>
<b>Social</b> 社交和協作能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 合群、與人相處融洽，懂得關心別人</li> <li>▪ 與人有良好的溝通，持開放的態度，理解和考慮別人的觀點，</li> <li>▪ 察覺及避免把別人定型</li> <li>▪ 調整自己去的行為去配不同群體及在不同環境中的行事方法</li> <li>▪ 有效地處理誤會或衝突</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 和同學和睦共處，有良好的溝通，</li> <li>▪ 分組學習時，持開放的態度，用心聆聽，理解和考慮別人的觀點。有廣濶的度量，欣賞和採納比自己優勝的意見</li> <li>▪ 積極參與討論及提問，勇於表達自己的意見</li> <li>▪ 嘗試和不同的同學合作，留意他們的性別和性格特性，互補長短去解決問題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 參與團體活動 / 組織時，清楚並接受自己的角色與責任</li> <li>▪ 願意遵從團隊規則，承擔自己行為的後果</li> <li>▪ 留意不同群體及在不同環境中的行事方法，並嘗試作出配合</li> <li>▪ 察覺及避免把組員定型，能欣賞組員的優點</li> <li>▪ 嘗試和不同的組員合作，留意他們的性別和性格特性，互補長短去解決問題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 營造團隊內融洽和睦的相處氣氛，建立組員的歸屬感，提高團隊士氣</li> <li>▪ 善於觀察，留意和敏感於身邊不同組員的需要，作積極回應</li> <li>▪ 欣賞，鼓勵并支持組員所提出的意見和付出的努力</li> <li>▪ 察覺及避免把組員定型，鼓勵組員彼此欣賞，建立默契，促進合作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 閱讀有關社交和協作能力的書籍</li> </ul>

Immanuel Lutheran College  
Student Portfolio: **Skills Manual**

能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
<b>Analytical Power</b> 分析能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 對事物、意見、構思的結構和成分進行認知和了解，並找出他們的關係</li> <li>▪ 從資料中找出主要內涵和主旨，能偵查出邏輯上、計算上、程序上和知識上等的差錯，並能指出差錯的原因。對見解和主張的客觀性作評估，找出存有偏見的地方</li> <li>▪ 辨別資料可靠性和價值：審視資料的來源，對資料的可靠性和價值作出評估</li> <li>▪ 檢出資料或主旨中所包含的意義，對資料的準確性進行質疑和探究，判斷其可信性</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 能理解學科的知識，掌握有關的概念和關係</li> <li>▪ 能夠透視資料 / 文章的內涵和主旨，了解當中的結構組織；留意當中的差錯，並能指出差錯的原因</li> <li>▪ 在課業中表現清晰的邏輯思維或精闢的分析，與同學進行清晰的討論 / 辯論</li> <li>▪ 在專題研習 / 課業時，能審視資料的來源，對資料的可靠性和價值作出評估。亦能檢出資料或主旨中所包含的意義，對資料的準確性進行質疑和探究，判斷其可信性</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 能清楚理解參與活動 / 比賽的內容，對有關的資料作探究和評估，掌握事情的重點 / 關鍵</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 帶領隊員完成任務時，能對事物和問題進行認知和了解，並找出他們的關係，掌握事情關鍵所在</li> <li>▪ 能掌握事情的緩急輕重，策劃活動時能有條理有計劃地作各項安排、對效果有合理的估計</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 閱讀有關思維訓練的書籍</li> <li>▪ 能按事情的緩急輕重來部署計劃，有系統地完成工作 / 活動</li> </ul>
<b>Problem solving</b> 解難能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 辨識問題 / 困難所在，分析問題 / 困難的關鍵</li> <li>▪ 建議和比較不同的解決方法的強弱，從中作出具理由的選擇</li> <li>▪ 部署相應的工作策略，經常監控策略的進行，在有需要時作出調適</li> <li>▪ 訂定相關的評量基準，依照評量標準來驗證評估解決方法的成效</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 辨識課業的問題 / 困難所在，分析問題 / 困難的關鍵</li> <li>▪ 針對課業的問題 / 困難，構思不同的解決方法</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 辨識比賽的要求 / 問題 / 困難所在，分析要求 / 問題 / 困難的關鍵</li> <li>▪ 建議和比較不同的解決方法的強弱，從中作出具理據的選擇</li> <li>▪ 部署相應的工作策略，經常監控策略的進行，在有需要時作出調適</li> <li>▪ 訂定相關的評量基準，依照評量標準來驗證評估解決方法的成效</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 辨識團隊問題 / 困難所在，帶領組員分析問題 / 困難的關鍵，尋求解決問題方法，並部署相應的工作策略</li> <li>▪ 動員組員把工作策略落實，並經常監控策略的進行，在有需要時對作出調適</li> <li>▪ 和組員一起訂定相關的評量基準，依照評量標準來驗證評估解決方法的成效</li> <li>▪ 懂得在需要時尋求別人的幫助</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 為所面對的問題構思解難的程序和策略，部署相關的行動計劃</li> </ul>

Immanuel Lutheran College  
Student Portfolio: **Skills Manual**

能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
Leadership 領袖才能	<ul style="list-style-type: none"> <li>能夠建立隊工，提高團隊士氣，發揮隊員所長</li> <li>有計劃地策劃工作，分工和賦權</li> <li>檢討及衡量團隊所採取的工作策略，從而作出適當的調整</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>嘗試當分組討論的主席，主持會議，帶動同學討論，讓每一位同學也有機會表達意見</li> <li>嘗試當小組學習的組長，帶動組員按部就班完成課業</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>願意在團體活動 / 比賽中擔任領導的角色</li> <li>有計劃地策劃活動，能動員其他成員一起完成工作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>有承擔感，願意為全隊的工作負責</li> <li>有計劃地策劃活動，有效分工和賦權</li> <li>為團隊營造形沒有衝突且具支援性的氣氛，讓組員可以自由地坦誠地表達自己的意見，發揮所長</li> <li>建立團隊精神，推動組員互相合作、克服困難，完成工作</li> <li>能欣賞發掘組員所長，瞭解他們的優點與缺點，發揮全隊最大的潛能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>閱讀有關領袖能力的書籍</li> <li>為自己團隊訂立適切的目標，構思和採用相應的計劃和行動，在過程中懂得分配資源，尋求協助，評價表現及修正工作去達成目標</li> </ul>
能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
Emotional control 情緒處理	<ul style="list-style-type: none"> <li>認識個人的感受情緒，適當地表達自己的情緒，亦能夠向別人解釋自己的情緒</li> <li>情緒穩定、樂觀，沒有情緒失控的表現、表裡能夠一致</li> <li>意識自己的情緒變化，並作出控制去適應外在環境</li> <li>懂得找人分享抒發情緒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>在課堂學習時，經常保持情緒穩定，沒有情緒失控的表現、能專注學習</li> <li>分組學習時，不會受其他組員的情緒影響，能投入學習</li> <li>能夠於文字中清晰地描述或流露情感</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>參與活動時，能控制自己的情緒，避免和其他人衝突，保持情緒穩定，愉快學習</li> <li>與人合作時，不會受其他組員的情緒影響，能投入學習，完成活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>留意自己的情緒變化，保持自己穩定的情緒，不讓自己的情緒影響自己的工作和判斷</li> <li>能適當地向組員表達自己的情緒</li> <li>留意組員的情緒變化，讓組員有機會表達自己的情緒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>閱讀有關情緒管理的書籍</li> <li>安排獨處靜思的時間</li> </ul>

Immanuel Lutheran College  
Student Portfolio: **Skills Manual**

能力	重點	表現指標			
		A	B	C	D
		課堂學習	參與活動 (課外活動、參觀、比賽、服務等)	崗位服務 (班長、班會職員、領袖生、學生會幹事，組織幹事等)	其他 (閱讀，訂定計劃...)
Self reflection 自省能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 掌握自我反省的能力，從而建立自我反省的習慣</li> <li>▪ 能夠清楚說明自己的強項和弱項及其原因</li> <li>▪ 能夠自我檢視，客觀地評估自己的表現，從而進行自我完善，有計劃地發揮自己的強項，改善自己的弱點</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 經常反省自己課堂的表現，態度和行爲、並加以改進</li> <li>▪ 經常檢視自己的課業的表現，評估自己學習的進度和目標，作出調適和改進</li> <li>▪ 認識自己學習能力的強項和弱項，有計劃地改善自己的弱項，發揮自己的強項</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 經常檢視自己在活動中的表現，態度和行爲，作出調適改進</li> <li>▪ 參與活動時，認識自己的強項和弱項，在有計劃地改善自己的弱項，發揮自己的強項</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 經常檢視自己領導的表現，作出調適改進</li> <li>▪ 訂定評量基準及合理的標準來監控自己的進展</li> <li>▪ 自行調整任務的難度來挑戰自己的領袖能力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 反省閱讀資料對個人的意義</li> <li>▪ 訂定自我反省的時間表 / 計劃，並能按時進行反省，回顧與前瞻個人目標，更新個人計劃</li> </ul>