

致：香港長者協會 傳真：2728 6738 2728 6773

《「祖父母日」始由家起~心耕行動》

回條

本校 參加 朗誦比賽 繪畫配新詩比賽 標語創作比賽

本校參與比賽之學生總人數共 _____ 名。

學校名稱：

學校地址：

聯絡人名稱：

電郵：

電話：

傳真：

學校負責人簽署：

姓名：

香港長者協會

《「祖父母日」始由家起~心耕行動》

小學朗誦比賽報名表

截止日期：2015年9月29日

學校名稱

學校地址

電郵

電話

傳真

參與年級

隊伍數目

負責老師

電話

參賽聲明：

謹此聲明遵從以下條款，並無異議：

1. 參賽團體必須在報名表格內提供真實資料，如有虛報，主辦機構有權取消參賽團體之參賽資格。資料於比賽後3個月內註銷。
2. 參賽團體必須服從大會的比賽安排及評審決定，不得異議。
3. 主辦機構有權使用作品為非牟利之相關宣傳和教育用途。

參賽負責人簽署：_____

日期：_____

姓名：_____

九龍長沙灣麗閣邨麗薇樓301室 電話：2728-6577 / 2728-6278 傳真：2728-6738 / 2728-6773

香港長者協會
《「祖父母日」始由家起~心耕行動》
小學組章則

朗誦比賽

題目：

朗誦指定經典原文為弟子規及朱子治家格言，二選其一。
經典原文及朗誦示範，可於本會網站下載。

第三屆「祖父母日」主題為「心耕行動」，以「心」為經，以「行」為緯，繼續宣揚孝道精神，以承傳家庭優良的傳統，達致長幼共融、孝愛互傳，冀能喚起昔日漸被遺忘的優良「祖德」，繼而重建「敬祖尊親」的家風。

為人祖父母者，能充當家庭中的補充角色，關愛兒孫；為人父母者，需先孝順家庭中之長者，以身作則，達承上啟下之效；為人孫兒者，不敬無禮之行不可有，體諒了解之心不可無。每一位家庭成員所擔當的角色都是家庭的基石，要達致長幼共融、孝愛互傳，缺一不可。「慎獨則心安、主敬則身強、求仁則人樂、習勞則神欽…」隨著大家族的瓦解，小家庭的興盛，所謂「祖德」已日漸被遺忘。但一個家庭的「家風」，並不受片言隻字所限制，更不需家訓家規來維持，父母長輩已自然地將「孝道」刻劃在每一代人的心田中，每一代人用著不同的演繹方法，無聲無息地承傳下去，讓後人獲得幸福和喜樂。每一代人的角色，為耕耘「敬祖尊親」的家風，起著不可取替的功效。

比賽細則：

1. 目的：透過參與比賽，反思「心田先祖種，福地後人耕」的意義及孝道精神，體現「以心為田」、「代代耕耘」的「承傳」理念
2. 參賽者應以「隊際」名義參加比賽，每隊最少 10 人
3. 演繹方式可自由發揮
4. 經學校自行安排比賽，甄選**最優秀的 1 隊參賽隊伍**，須將聲音燒錄在光碟內連同報名表格貼在光碟背面寄回本會
地址：九龍長沙灣麗閣邨麗薇樓 301 室
5. 截止日期：2015 年 9 月 29 日(參賽作品請儘早交回，逾期恕不受理)
6. 評選：大會評審團在各校甄選的參賽優秀作品中，選出「優秀中最優秀作品」

評分準則：

a. 熟識內容 b. 音調抑揚 c. 團隊合作性 d. 創意 e. 服飾

1. 獎項：各校提交之優勝作品均獲優異獎(獎狀及書券)；
從各校優勝作品中，選出優秀中最優秀獎(獎盃及書券)
另設有「最多參與人數學校」獎項，請踴躍參加。
2. 評審團：教授、講師、資深教師、本會顧問、協辦機構代表等
3. 公佈日期：結果將於 2015 年 10 月 30 日於本會網站公佈，得獎者將獲個別通知
4. 頒獎禮：獎項將於 2015 年 11 月 8 日(星期日)「祖父母日」頒獎典禮中頒發

香港長者協會
《「祖父母日」從心出發～心耕行動》
小學組經典原文

弟子規

弟子規	聖人訓	首孝弟	次謹信
汎愛眾	而親仁	有餘力	則學文
父母呼	應勿緩	父母命	行勿懶
父母教	須敬聽	父母責	須順承
冬則溫	夏則清	晨則省	昏則定
出必告	反必面	居有常	業無變
事雖小	勿擅為	苟擅為	子道虧
物雖小	勿私藏	苟私藏	親心傷
親所好	力為具	親所惡	謹為去
身有傷	貽親憂	德有傷	貽親羞
親愛我	孝何難	親憎我	孝方賢
親有過	諫使更	怡吾色	柔吾聲
諫不入	悅復諫	號泣隨	撻無怨
親有疾	藥先嘗	晝夜侍	不離床
喪三年	常悲咽	居處變	酒肉絕
喪盡禮	祭盡誠	事死者	如事生

朱子治家格言（節錄）

黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔；
既昏便息，關鎖門戶，必親自檢點。

一粥一飯，當思來處不易；

半絲半縷，恒念物力維艱。

宜未雨而綢繆，毋臨渴而掘井。

自奉必須儉約，宴客切勿留連。

器具質而潔，瓦缶勝金玉；

飲食約而精，園蔬愈珍饈。

勿營華屋，勿謀良田。

三姑六婆，實淫盜之媒；

婢美妾嬌，非閨房之福。

童僕勿用俊美，妻妾切忌豔妝。

祖宗雖遠，祭祀不可不誠；

子孫雖愚，經書不可不讀。

居身務期儉樸；教子要有義方。

勿貪意外之財，勿飲過量之酒。

與肩挑貿易，毋佔便宜；

見窮苦親鄰，須加溫卹。