

兒女神人生活操練表

項目		星期							操練要項
		日	一	二	三	四	五	六	
內務									<ol style="list-style-type: none"> 1. 疊被子 2. 書桌整潔
殷勤									<ol style="list-style-type: none"> 1. 擺碗筷 2. 掃地 3. 洗碗、擦桌子 4. 疊衣物 5. 物歸原位 6. 照顧弟妹
愛整潔									<ol style="list-style-type: none"> 1. 個人衛生（洗手、刷牙、洗臉、洗澡） 2. 服裝儀容（乾淨清潔）
接待客人									<ol style="list-style-type: none"> 1. 客人來訪能問好 2. 預備拖鞋、端茶給客人 3. 客人離去時道再見
享受主									<ol style="list-style-type: none"> 1. 早起呼求主名 2. 早上禱讀一節主話 3. 隨時呼求 4. 飯前禱讀
閱讀									<ol style="list-style-type: none"> 1. 讀經 2. 唱詩 3. 書報
不偏食									<ol style="list-style-type: none"> 1. 歡樂的謝飯並享用 2. 吃不喜歡吃的食物 3. 養成天天享受主的習慣
有禮貌									<ol style="list-style-type: none"> 1. 早晚向父母說聲早安晚安 2. 會說請謝謝對不起 3. 專心聽父母講話 4. 父母聚會時不講話 5. 用餐畢徵父母同意始離席，並說請慢用
按時作息									<ol style="list-style-type: none"> 1. 按時起床 2. 按時就寢 3. 按時寫作業 4. 按時午睡
晚禱									<ol style="list-style-type: none"> 1. 悔改 2. 認罪 3. 感謝 4. 讚美 5. 交託 6. 為同學代禱

排 聚 會									1. 邀朋友、同學 2. 為朋友、同學禱告 3. 和父母配合，大聲唱詩、背經、禱告			
備 註	使用此表請先與孩子溝通，建立良好生活習慣，每週依其度量給予訓練；總分進步的請給予獎勵。（註：在格內請填入有操練之要項編號）								總 分		家 長 簽 名	