

年 段：二年級

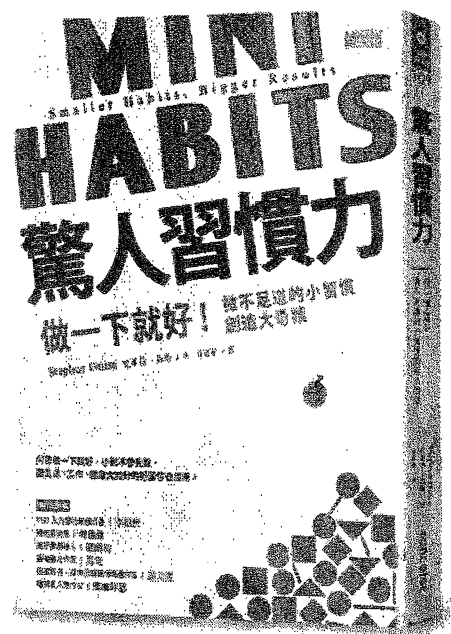
班 號
姓名：

作文題目：從「小」養成好習慣

說 明：

你覺得培養好習慣，連一天 5 分鐘或 1 分鐘的時間都沒有嗎？其實，養成好習慣的最好方法，竟然是——「做一下就好！」

美國自我成長暢銷書作家史蒂芬·蓋斯（Stephen Guise）指出，許多人常常高估自己的能力，企圖完成大改變，這樣不僅浪費時間、達不到成果，反而有損自信心。他認為，培養好習慣的最好方法，是從「微不足道」的地方開始，設定非常簡單的目標，才能持續培養好習慣。



這些簡單到爆的「迷你習慣」就是你想要養成新習慣的迷你版：每天 100 下伏地挺身可以縮小成一天 1 下伏地挺身；每天寫 3000 字的稿子可以縮小成一天 50 字。也就是你每天會強迫自己去做的正面小動作，因為小動作「小到不會失敗」，所以輕而易舉、有以小搏大的超強作用。

每項大成就都是由先前的事情所累積而來的。當你回過頭來看，會發現這些成就是由一個小動作引起的，而這個小動作卻徹底改變了自己的人生。請根據說明，以「從『小』養成好習慣」為題，作文一篇。

彰化縣立明倫國民中學
作文專用稿紙

年

班

號

姓名：

級										分											
評										語											
☐ 意境高妙 ☐ 立論圓融 ☐ 情感真摯 ☐ 見解獨到 ☐ 敘述生動 ☐ 描寫細膩										☐ 條理清晰 ☐ 布局新穎 ☐ 辭藻瑰麗 ☐ 文筆流暢										優點	
☐ 錯字連篇 ☐ 字體潦草 ☐ 標點錯誤 ☐ 行文草率 ☐ 重覆冗雜 ☐ 詞句生澀										☐ 偏離題旨 ☐ 段落不足 ☐ 結構鬆散 ☐ 取材失當										缺點	
☐ 觀察心生活 ☐ 閱讀好文章 ☐ 要善用成語 ☐ 應經營修辭 ☐ 標點宜注意 ☐ 字跡寫端正										☐ 鋪陳求有序 ☐ 前後需照應 ☐ 架構要完整 ☐ 主題要扣緊										建議	
叮 嚀 小 語																					
☐ 師評 ☐ 自評 ☐ 互評																					

[illegible]