

明愛粉嶺陳震夏中學  
2015 - 2016 生涯規劃活動計劃

「生涯規劃津貼」背景資料

津貼金額：經常性撥款，每年按照學位教師薪級表的中點薪金金額發放(按 2015 年的薪酬水平，金額為 HK\$541,560)。

津貼目的：提升負責為學生提供升學就業輔導服務及生涯規劃教育的教師團隊的能力及能量。為學生提供升學就業資料外，加強生涯規劃教育的元素。並須協助學生了解本身的能力、事業／學術抱負、培養出正面的工作和學習態度，以及將事業／學業抱負與全人發展及終身學習連結。

中一級：

目標	策略	監察/評估	資源
震夏人修鍊計劃之自我認識篇：  - 對自己的能力、性格、興趣和價值觀建立進一步了解。	- 舉辦活動、小組工作坊及講座，增進對個人的了解、幫助學生了解的優點，並建立及實踐人生目標  - 運用影片播放，幫助學生了解個人的學習風格  - 透過解說，幫助學生因應個人特質，善用學習強項，提升對學習的信心	- 問卷調查  - 出席活動表現  - 導師回饋  - 學生反思及回饋	- 升學及就業輔導組  - 社區中心(香港青年協會賽馬會祥華青年空間/基督教香港信義會北區青少年綜合服務中心)  - 善用中一新生活動、週會、班主任時間、倫理與宗教節、課後活動節、試後活動及暑期活動等等時段  - 善用青年生涯規劃活動資助計劃資源

中二級：

目標	策略	監察/評估	資源
震夏人修鍊計劃之自我認識篇：  - 從不同的活動擴闊和發展個人潛能	- 透過職業興趣測試，令同學更了解自己的性格及適合自己的職業  - 透過遊戲，讓同學更了解自己個人喜好及工作的價值觀	- 問卷調查  - 出席活動表現	- 升學及就業輔導組  - 社區中心(香港青年協會賽馬會祥

<p>震夏人修鍊計劃之認識職業世界：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 了解不同職業類別</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 介紹不同類型的工作的職責、入職要求、進修途徑包括：公務員、專業人士、會所助理、酒店業、新興行業等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 導師回饋</li> <li>- 學生反思及回饋</li> </ul>	<p>華青年空間/基督教香港信義會北區青少年綜合服務中心/香港女青少會)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用週會、班主任時間、倫理與宗教節、課後活動節、試後活動及暑期活動等等時段</li> <li>- 善用青年生涯規劃活動資助計劃資源</li> </ul>
---	--	---	--

中三級：

目標	策略	監察/評估	資源
<p>震夏人修鍊計劃之認識環境篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 肯定個人目標與理想</li> <li>- 了解他人對自己在升學和職業選科方面的期望</li> <li>- 清楚各學科與個人能力和興趣的關係</li> <li>- 對高中各學科的選擇能作出深入的考慮</li> <li>- 了解高中以外的一些職業培訓機會</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 運用人格分析測試，找出適合自己的學科與工作配對</li> <li>- 舉行新高中科目組合講座及學長分享，協助同學及家長計劃選科</li> <li>- 透過生涯規劃營，讓學生思考未來方向，了解學習型態與中四選科關係，並認識各選修科的要求不同職業和大學課程的要求</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 問卷調查</li> <li>- 出席活動表現</li> <li>- 導師回饋</li> <li>- 學生反思及回饋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 升學及就業輔導組</li> <li>- 社區中心(香港青年協會賽馬會祥華青年空間)</li> <li>- 善用週會、班主任時間、倫理與宗教節、課後活動節、試後活動及暑期活動等等時段</li> <li>- 善用CLAP平台和資源</li> <li>- 善用大專院校的資源，發展校本活動發展(中大及嶺大)</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之職業世界篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 了解興趣、能力和個人價值觀與不同職業類別的關係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 從性格理論 Self Directed Search 出發，去了解性格與升學擇業的關係</li> <li>- 透過個人或小組輔導，聆聽及幫助同學在選科上作抉擇</li> <li>- 設立具體的目標，並配合出路情況，制定行動計劃</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用青年生涯規劃活動資助計劃資源</li> </ul>

中四級：

目標	策略	監察/評估	資源
<p>震夏人修鍊計劃之認識升學路向篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 按著能力和興趣等個人因素選擇升學方向(如大學主修科)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 介紹生涯規劃的概念和重要性，幫助同學認識自己、敢於夢想、訂立目標和計劃</li> <li>- 讓學生及家長掌握最新的升學、職業培訓、就業機會、工作世界的趨勢、介紹各行業和專業等資訊等</li> <li>- 為成績稍遜或不同能力的學生及家長提供輔導(應用學習及專科教育)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 問卷調查</li> <li>- 出席活動表現</li> <li>- 導師回饋</li> <li>- 學生反思及回饋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 升學及就業輔導組</li> <li>- 社區中心(香港青年協會賽馬會祥華青年空間/基督教香港信義會北區青少年綜合服務中心)</li> <li>- 善用週會、班主任時間、倫理與宗教節、其他學習經歷課節、課後活動節、試後活動及暑期活動等等時段</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之一般事業發展技巧篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 強化人際關係、溝通及與他人合作技巧。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 透過職業講座及實地考察不同的工商機構，對不同行業的工作有深入認識</li> <li>- 從 Role Theory 測試中，找出不同人在團體合作中的角色及所長，使他們更清楚工作中自己的定位及價值</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用CLAP平台和資源</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之自我認識篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 對自己的能力、性格、興趣和價值觀建立較深入了解</li> <li>- 發現和強化個人能力與興趣</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 講述生涯規劃概念、規劃的信念、價值及實踐的方法</li> <li>- 構建中游生尋夢計劃，了解自己及掌握市場資訊，去替自己達致敢於做夢。並透過小組活動，討論等了解自己的能力及興趣、學習訂定目標及計劃</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用大專院校的資源，發展校本活動發展(中大及嶺大)</li> <li>- 善用青年生涯規劃活動資助計劃資源</li> </ul>

中五級：

目標	策略	監察/評估	資源
<p>震夏人修鍊計劃之一般事業發展技巧篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 掌握人際關係、溝通及與他人合作技巧</li> <li>- 了解求職技巧</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 參與伙伴計劃，讓學生透過工作坊、遊戲及參觀，真正體驗商業世界的人與事</li> <li>- 探索行業資訊，認識工作世界，各行業的特色</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 問卷調查</li> <li>- 出席活動表現</li> <li>- 導師回饋</li> <li>- 學生反思及回饋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 升學及就業輔導組</li> <li>- 社區中心(香港青年協會賽馬會祥華青年空間/基督教香港信義會北區青少年綜合服務中心)</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之認識職業世界：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 探索不同的可能性，能夠對多個可能適合自己的行業建立深入了解</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 升學及就業面試技巧工作坊</li> <li>- 邀請校友回校，以分組形式作職業介紹，學生按個人興趣選擇參與組別</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用週會、班主任時間、倫理與宗教節、其他學習經歷課節、課後活動節、試後活動及暑期活動等等時段</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之認識升學路向篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 了解大學/大專主修料與不同職業類別的關係</li> <li>- 進一步肯定個人能力和興趣等個人因素選擇升學方向</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 讓學生透過參觀活動認識不同課程的要求、學習環境、畢業生出路</li> <li>- 透過參加大學主辦的暑期課程，讓學生對大學專科更認識</li> <li>- 讓學生多認識不用課程的收生要求及課程內容</li> <li>- 參觀外地高等院校及認識不同課程的內容及收生</li> <li>- 邀請校友回校為學生分享升學心得</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用CLAP平台和資源</li> <li>- 善用大專院校的資源，發展校本活動發展(中大及嶺大)</li> <li>- 善用青年生涯規劃活動資助計劃資源</li> </ul>

中六級：

目標	策略	監察/評估	資源
<p>震夏人修鍊計劃之一般事業發展技巧篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 有效建立人際關係、溝通及與他人合作技巧</li> <li>- 掌握求職技巧並能運用兩文三語撰寫履歷或進行面試</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 協助參加者了解甚麼是個人資產，哪些資產是構成履歷表的重要元素</li> <li>- 教授同學擬寫中、英文求職信及履歷表</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 問卷調查</li> <li>- 出席活動表現</li> <li>- 導師回饋</li> <li>- 學生反思及回饋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 升學及就業輔導組</li> <li>- 社區中心(香港青年協會賽馬會祥華青年空間)</li> <li>- 善用週會、班主任時間、倫理與宗教節、課後活動節、試後活動及暑期活動等等時段</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之認識職業世界：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 能就個人因素及環境因素而排先後次序，能列出一些暫時的職業選擇並有長遠的擇業目標</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 提供模擬面試遊戲，讓同學經歷面試時的感受及如何面對，並且使學生學習有關面試技巧</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用CLAP平台和資源</li> <li>- 善用大專院校的資源，發展校本活動發展（中大及嶺大）</li> </ul>
<p>震夏人修鍊計劃之認識升學路向篇：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 協助同學選擇合適的升學出路，好好裝備自己面對文憑試及迎接文憑試放榜</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 讓家長全面了解文憑試放榜的程序，以及如何幫助子女選擇他們的升學及就業的出路</li> <li>- 以DISC Profile性格測試工具，協助參加者了解性格與大學選科的關係，使升學擇業多一個參考</li> <li>- 透過講座介紹不同的升學途徑（大學聯招課程、副學士、高級文憑、基礎文憑，國內、臺灣及海外升學）</li> <li>- 個別輔導，協助同學報讀不同的大專院校</li> <li>- 分析及講解院校面試準備，提供模擬入學面試程序及解說面試技巧，從而提升學生面試的自信心及作好準備</li> <li>- 提供放榜資訊，讓學生為文憑試放榜后訂立不同方案，提升學生的應變能力</li> <li>- 讓同學了解上屆畢業生的升學及就業數據，從而參考這些數據做好生涯規劃準備。統計中六畢業生升學及就業出路數據，供升輔老師日後作個別/小組輔導之用</li> <li>- 讓同學明愛大專體驗活動及升學講座</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 善用青年生涯規劃活動資助計劃資源</li> </ul>

照顧特殊教育需要學生

對象	活動名稱	形式	目的	資源
有特殊學習需要學生	「敢創我夢」生涯規劃教育	個別輔導	著重發掘及提升學習障礙青少年在工作能力上的強項，使其就業能力及潛質得以發揮，從而提升就業機會。	善用青年生涯規劃活動資助計劃資源
欠缺讀書動力生	「敢創我夢」生涯規劃教育	個別輔導	旨在為高中學生提供另一選擇，讓他們可選擇休學一年，體驗實際工作狀況，並在社工輔導下，有計劃地規劃個人職志發展及思考前路。學生在完成約近一年的工作體驗後，可再決定重返校園繼續學業或正式投身社會工作。	善用青年生涯規劃活動資助計劃資源
清貧學生	兒童發展基金	個別輔導	鼓勵參加兒童規劃未來、養成建立資產的習慣，並同時累積儲蓄和無形資產(例如正面態度、個人抗逆能力和才能，以及社交網絡等)。這些特質都有助他們未來的發展。	善用青年生涯規劃活動資助計劃資源

生涯規劃津貼的分配

項目	時間表	策略	資源
聘請1名全職老師	9/2015至8/2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 釋出課時令致升學及就業輔導組教師能統籌及推行生涯規劃。</li> <li>- 協助策劃、組織、推行校內校外的全校、小組或個人生涯規劃活動，推動學生參與。</li> <li>- 協助修訂更新生涯規劃課程。</li> <li>- 減輕升學就業輔導教師之教擔。</li> </ul>	全年薪金及強積金供款約： - $(\$35890 \times 12) + (\$1500 \times 12)$ 合共：\$448,680.00
聘請0.35名全職老師	9/2015至8/2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 協助推動推行生涯規劃。</li> </ul>	$\$5383.06 \times 12 = \$64596.72$ MPF: $\$269.20 \times 12 = \$3230.40$ 共\$67827.12
教師專業發展及培訓活動	9/2015至8/2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 讓教師認識生涯規劃的重要性，建立全校共識，介紹如何進行生涯規劃，使能輔導學生及早規劃個人生涯方向。</li> <li>- 透過講座、工作坊、短期課程使教師認識生涯規劃，建議培訓優先次序為：升學及就業輔導組老師、中三中六班主任、其他班主任及其他老師。</li> </ul>	共 65,000
家長生涯規劃教育活動	9/2015至8/2016	安排相關講座及工作坊等活動及以電子媒介發放升學資訊。	

校本生涯規劃活動	9/2015 至 8/2016	設計課程讓學生認識自己的性格、強弱和興趣，並向高年級學生介紹高中學制、聯招和各項出路，期望學生能訂立學業、社交等目標，繼而制訂學習及升學計劃。	
----------	-----------------	---	--