

港澳信義會慕德中學
2024-2025 年度
升學及生涯規劃指導組周年報告

升學及生涯規劃指導主任：譚穎嫻 副主任：劉景文 組員：朱鳳仙、麥曦雪、崔銘峰、王穎潼、文翰霆

工作目標：

1. 為學生提供與生涯規劃相關的資訊，並透過不同形式的交流(網上、面談等)，讓學生作出最適切自己需要的生涯規劃選擇。
2. 於輔導學生的過程中，展現對學生的關愛，陪伴他們於成長路上同行。

	中一：訂立目標						
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	我的夢想日誌 教師培訓	● 讓各班班主任清晰「我的夢想日誌」的教授內容 ● 讓老師共享教授心得 ● 提醒老師運用日誌時應注意的事項	2024 年 9 月	● 已於 9 月完成，以便班主任帶領《我的夢想日誌》班主任課。	班主任於接受培訓後，更清晰知道此計劃的目標及施行方法，有助他們帶領班主任課。	● 下學年繼續安排此培訓工作坊。	CFS Marco
2	我的夢想日誌	● 班主任透過早會教導學生運用校本印製的學習歷程檔案，要求學生建立個人短期和長期的學習目標，並須說明如何有計劃地將目標達致，持續檢視及反思，令學生在自己的基礎上不斷求進步。 ● 班主任定期就學生所訂的目標作回饋及提供改善建議，協助學生達成目標。	2025 年 5 月	● 各班已於 5 月完成《我的夢想日誌》。 ● 惟尚欠兩班未有交回我的夢想日誌	● 根據《我向夢飛翔》小冊子預先安排的流程，班主任能於預定的時間內完成課程，跟進學生訂立目標的進度。	● 下學年將繼續推行課程 ● 下年將即於活動完結時即時收回《我的夢想日誌》	CFS 中一班主任

3	SDS 職向評估服務	由社工透過工作坊形式，帶領學生在訂立目標前，先了解自身特質	2024 年 11 月	活動順利舉行	透過互動形式舉行-促進學生對自我了解	因與校本略有重覆，建議下年可轉取消	CFS
---	------------	---	-------------	--	--	---	-----

中二：提升動機							
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	Infinity	透過工作坊，讓學生增加對自己的認識，從而協助自己訂立更清晰的生涯規劃目標	2024 年 12 月	順利完成。	活動效果理想。大部份學生均投入參與活動，學生透過遊戲形式，進一步了解個人價值觀，活動完結後，社工帶領學生反思，有助學生訂立目標，惟解說時間略欠不足，實為美中不足之處。	除認識自我外，認識世界也同樣重要，故下學年建議改為舉辦相應主題的活動。	MA
2	生命伙伴工作坊	透過工作坊，促進青少年反思個人消費行為以及理財態度，並為他們建立出一套正確的理財價值觀。	2025 年 1 月	順利完成。	學生參與度高，能透過不同活動認識基本理財概念。	由於兒童發展基金計劃完結，下年度將不再舉行此工作坊	PKY MARCO
3	邁步向前工作坊	- 讓初中學生能以友師作榜樣，訂立學習目標，聽取學習心得。 - 友師能透過建立關係，給予學生正面鼓勵及支持。	2025 年 3 月	順利完成	學生普遍認同友師能給予意見	由於兒童發展基金計劃完結，下年度將不再舉行此工作坊	PKY MARCO

	中三：選科升學						
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	中三選科及選科輔導	● 透過週會向學生介紹各科的課程，幫助中三同學選擇高中科目。	2025 年 6 月	● 順利完成。	● 已順利安排不同科目的介紹。	● 下學年繼續舉辦。	TWH WPH
2	初中三家長晚會	● 透過家長晚會，讓家長對高中學科有更多認識，鼓勵家長陪伴子女選科及作抉擇。	2024 年 11 月 22 日	● 順利完成。	● 學生及家長表現投入，並留心聆聽校長及相關同工的分享和介紹。	● 下學年繼續舉辦。	TWH CMT WPH
3	我選我路向	● 透過班主任課協助學生了解自己的性向，從而訂定長遠學習目標，並選擇合適高中科目。	2025 年 2 月	● 升輔組同工先向中三級班主任講解「我選我路向」的設計理念及課堂重點，以便班主任更清晰如何帶領班主任課。 ● 班主任能順利完成四節「我選我路向」的課程，為學生選科提供更多建議。	● 活動效果理想。在計劃開始前的培訓能有效提升班主任對計劃的認識度，並使他們對如何傳遞計劃內容有清晰的掌握，當中同工亦會分享心得，有助第一次施教的同工有更好掌握。 ● 學生方面，計劃能幫助學生更認識自己，並對不同學科與職業的掛勾有初步了解。	● 下學年繼續安排四次班主任課作「我選我路向」。	CFS WWT 中三班主任
4	介紹職業訓練局課程	● 協助學業成績未如理想之初三同學尋找更合適之課程	2025 年 7 月	● 班主任或教務組轉介個案，再向學生介紹合適課程。	● 透過面談，生涯規劃輔導員了解學生的難處及需要，並向學生推薦相關課程。	● 下學年將按實際情況，繼續安排生涯規劃輔導員與相關學生的面談。	MARCO

5	選科個別輔導	● 升輔組同工及生涯規劃輔導員約見學生，根據學生的興趣、能力、期望及夢想等方向，令學生更準確選擇適合自己的學科。	2025 年 7 月	● 由班主任為每位中三學生提供個別輔導，就他們試選給予回饋。 ● 每班再抽取特殊個案，由升輔組同工及輔導員面見。	● 透過面談，班主任能與學生傾談其選科的意願。 ● 生涯規劃輔導員就個別個案加以約見，向他們提供升讀中四以外的其他出路。	● 下學年繼續進行。	Marco TWH 中三班主任
---	--------	--	------------	---	---	------------	---------------------------

中四：認識自我							
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	大學資訊日介紹/參觀本地大學	● 了解大學的校園環境及學習情況。 ● 探索大學內可選擇的科目，及自己是否對該等科目感興趣。 ● 增加學生的溫習動機。	2024 年 11 月	● 本年度院校的資訊日恢復以實體形式舉行，本組向學生提供資訊，鼓勵同學自行前往不同院校。	● 學生能主動前往不同院校，中六學生相對較積極，參與學生能根據個人需要及喜好，安排時間參觀院校	● 下學年將繼續向學生提供參觀資訊，特別會鼓勵中四學生前往。	TMF WWT
2	多元升學講座	● 透過講座，向家長介紹多元升學出路。	2024 年 11 月 7 日	● 順利完成。	● 學生及家長反應理想。	● 下學年的分享繼續以本地升學為主線，輔以其他升學出路。	MA
3	看三年前的信	● 讓學生重新檢視三年前所定下的長遠目標能否達成。 ● 反思自己這三年來的成長與實行。 ● 為自己再訂下新的長遠目標。	2025 年 2 月 2 日	● 升輔組利用高中一級成長營的最後一日，把該級學生於三年前寫的信透過班主任發還予高中一級學生。	● 班主任於成長營前先閱讀班上學生的信件，以了解學生於初中訂立的目標，然後於成長營的小組時間，與學生一同檢視目標，並制定新目標。	● 下學年繼續進行。	TWH 中四班主任

4	應用學習申請	協助有興趣的學生報讀應用學習課程。	2025 年 4 月	學生均能順利完成報名	- 院校提供線上及實體導讀課程，供學生了解。最終有 12 位學生報讀應用學習課程，並全數獲取錄。 - 學生報讀情況積極	下學年繼續推薦適合的學生入讀應用學習課程。	TWH TMF
5	GROWS TOGETHER 職場有你 2024	此計劃提供職場相關信息的專題講座、企業參觀、工作分享等不同活動，讓學員在導師指導下，得以深入了解不同行業與工作崗位	2025 年 7 月	- 此計劃由香港優質師友網絡與東九龍少年警區合辦。 - 本年共推薦 4 位高中一同學參與。 - 順利完成。	- 學生能認識不同企業、機構，並由相關行業的導師介紹，更能拓闊眼界。 - 學生成功入選交流團，到北京天津進一步交流。	下學年若有此計劃，會繼續參與。	TWH
6	Career Live 職業體驗遊戲	- 認識社會上不同行業的要求，了解個人興趣及能力 - 為未來工作做好準備	2025 年 6 月	順利完成。	透過不同模擬實地場景，學生能認識工作流程及注意事項	下學年若有此計劃，會繼續參與。	TWH
7	家長職場計劃	學生到職場參觀/實習，對不同職業的要求、工作性質、晉升條件等有更深的認識。	2025 年 6 月	順利完成	透過參觀及公司負責人講介，學生對行業架構及運作有更深入認識	下學年將繼續舉辦	TWH WWT

中五：多元升學出路							
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	大學資訊日介紹/參觀本地大學	- 了解大學的校園環境及學習情況。 - 探索大學內可選擇的科目，及自己是否對該等科目感興趣。 - 增加學生的溫習動機。	2024 年 11 月	本年度院校的資訊日恢復以實體形式舉行，本組向學生提供資訊，鼓勵同學自行前往不同院校。	學生能主動前往不同院校，中六學生相對較積極，參與學生能根據個人需要及喜好，安排時間參觀院校	下學年將繼續向學生提供參觀資訊，特別會鼓勵中四學生前往。	TMF WWT
2	家長晚會	透過講座，向家長介紹如何支援子女，及如何與子女相處。	2024 年 10 月 4 日	順利完成。	學生及家長反應理想。	下學年的分享會以本地升學為主線，輔以其他升學出路。	TWH PKY

3	職業性向測試 教師培訓	● 透過工作坊，讓中五級班主任了解如何利用規關數據，為學生進行個別生涯規劃輔導	/	● 中五班主任學習如何閱讀及分析報告，再制訂學生的個別生涯規劃輔導計劃。	● 因時間原因，未能安排	● 下學年繼續教師培訓。	MARCO TWH
4	舊生分享會	● 幫助高中學生認識不同大學	2024 年 11 月	● 順利完成 ● 惟中六同學因課後忙碌，未能出席	● 校友能分享其個人的大學生活、學系特色	● 下學年選擇周會舉行	TWH
5	多元升學講座	● 提升學生對不同升學出路的認識，有助規劃目標	2024 年 11 月	● 順利完成	● 學生能認識不同升學出路 ● 惟資訊頗多，學生未能完全吸收	● 下學年將主力介紹聯招系統給高中二學生	TWH
6	撰寫求職信及履歷表	● 透過工作坊教導學生撰寫求職信及履歷表，協助學生反思個人的強項，並掌握推銷自己的技巧。	2025 年 5 月	● 順利完成。	● 本年度繼續由英文科協助處理，教導學生撰寫求職信及履歷表，效果較之前理想。學生均反映教學內容更貼近他們的程度和需要，而且跟進也較理想。	● 下學年將繼續此安排。	MA TWH
7	Soci Game (家福會)	● 以模擬選科、升學及就業環境，讓同學通過體驗活動了解未來路向，並提升自我了解及學習動力。	2025 年 6 月 27 日	● 學校以實體形式舉行 Soci Game。	● 學生反應理想，積極投入參與活動，學生表示活動有警醒作用。然而，有同工反映，活動內容較多，牽涉升學，選科同求職，反而模糊焦點	● 下學年將提議集中在放榜流程上	TWH 中五班主任
8	教育及職業博覽	● 透過博覽會，學生能了解社會不同職業的要求，進而裝備自身。 ● 學生可了解更多不同升學出路，有助訂立目標。	2025 年 1 月 16 日	● 順利舉行	● 學生反應理想，亦表示能讓他們集中了解行業/升學資料 ● 學生能主動詢問不同資訊	● 下學年將繼續舉辦	TWH

9	職誌夢想輔導計劃	● 利用分析學生性格和興趣的工具，協助學生認識自己，並訂立長期職誌目標及短期升學方向。	2025 年 7 月	● 升生組成員能完成約見大部分高中三級學生，而高中二級學生未能約見	● 大部分曾被約見的學生都反映會面能有助他們訂立清晰的升學或就業方向，並獲得相關的資訊。	● 下學年仍以高中三級學生為優先約見的目標，待高中三離校後則開展高中二級的約見。	TWH LKM4 CFS MA TMF WWT MARCO
10	生涯規劃記錄冊	● 透過填寫記錄冊，促進學生思考其個人生涯計劃，並協助他們了解其個人職業性向特質。	2025 年 7 月	● 學生能回覆學校個人 OLE 紀錄	● 就填寫生涯規劃記錄冊而言，尚需更多考慮如何實施，方便同學可隨時檢視	● 建議下學年結合 ECLASS 作 OLE 紀錄	MA MARCO
11	家長職場計劃	● 學生到職場參觀/實習，對不同職業的要求、工作性質、晉升條件等有更深的認識。	2025 年 6 月	● 順利完成	● 透過參觀及公司負責人講介，學生對行業架構及運作有更深入認識	● 下學年將繼續舉辦	TWH WWT
12	生命伙伴工作坊	● 透過工作坊，促進青少年反思個人消費行為以及理財態度，並為他們建立出一套正確的理財價值觀。	2025 年 1 月	● 順利完成。	● 學生參與度高，能透過不同活動認識基本理財概念。	● 由於兒童發展基金計劃完結，下年度將不再舉行此工作坊	PKY MARCO

中六：升學及就業準備							
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	大學資訊日介紹/參觀本地大學	● 了解大學的校園環境及學習情況。 ● 探索大學內可選擇的科目，及自己是否對該等科目感興趣。 ● 增加學生的溫習動機。	2024 年 11 月	● 本年度院校的資訊日恢復以實體形式舉行，本組向學生提供資訊，鼓勵同學自行前往不同院校。	● 學生能主動前往不同院校，中六學生相對較積極，參與學生能根據個人需要及喜好，安排時間參觀院校	● 下學年將繼續向學生提供參觀資訊，特別會鼓勵中四學生前往。	TMF WWT
2	多元升學講座	● 提升學生對不同升學出路的認識，有助規劃目標	2024 年 11 月	● 順利完成	● 學生能認識不同升學出路 ● 惟資訊頗多，學生未能完全吸收	● 下學年將主力介紹聯招系統給高中二學生	TWH

3	大學聯招簡介	● 透過週會講座，協助學生辦理大學入學申請，並提供選科輔導，引導同學選擇適合自己的大學學科。	2024 年 9 月 30 日	● 順利完成。	● 大部份學生同意週會能使他們更清楚聯招系統的運作方法、報告要求及選科注意事項。 ● 班主任亦能透過周會了解聯招運作	● 下學年繼續安排此週會，並加強生涯規劃輔導員及升生組同工的支援。	TWH
4	大學聯招申請	● 協助學生辦理聯招申請	2024 年 10 月 7 日	● 順利完成	● 是次活動協助全級高中三學生開辦聯招戶口，超過九成學生成功申請	● 下學年繼續舉辦	LKM4 TWH MA WWT 中六班主任
5	舊生分享會	● 幫助高中學生認識不同大學	2024 年 11 月	● 順利完成 ● 惟中六同學因課後忙碌，未能出席	● 校友能分享其個人的大學生活、學系特色	● 下學年選擇周會舉行	TWH
6	面試技巧講座	● 提升學生對面試時的技巧及注意事項	2024 年 11 月 7 日	● 順利完成	● 社工分享面試要點、注意事項及技巧 ● 內容較片面	● 與家福會再作商討講座內容	TWH
7	模擬面試 家庭福利會 (1.5 小時)	● 透過模擬面試工作坊，讓參與的學生為大學面試作好準備。	2024 年 12 月 5 日	● 順利完成。	● 本年度模擬面試繼續以小組形式進行 ● 惟學生報名不積極	● 下學年將繼續以此模式舉行模擬面試工作坊。 ● 鼓勵班主任多宣傳	TWH LKM4 家福會社工
8	E-APP 講解	● 透過週會講座，向學生介紹非聯招升學途徑。	2024 年 12 月 4 日	● 順利完成	● 本組透過週會向學生講解 E-APP 的報名程序、可選擇的課程及運作等資訊。大部份學生留心聆聽內容， ● 學生報名情況不算積極，需老師多番催促	● 下學年將繼續舉辦。	TWH MARCO

9	大學聯合招生 個人升學 輔導服務	● 透過個別或小組面談， 協助學生準確選科。	2025 年 1 月	● 順利完成。	● 本年度除本組同工個 別面見高中三學生 外，亦邀請了中六班 主任為學生進行選科 輔導，	● 下學年將繼續安排 本組同工面見高中 三學生，另繼續邀請 班主任參與面見。	LKM4 TWH TMF CFS MARCO MA WWT 中六班主任
10	校長推薦計劃 (SNDAS、 JUPAS、內地院 校)	● 透過校長推薦計劃，幫 助在課外活動、運動或 服務表現突出的同學爭 取入讀大學的機會。	2025 年 7 月	● 順利完成。	● 本年度已完成各項 推薦計劃，最終一名 學生於 SNDAS 中 成功獲取大學學位 ● 至於其他院校方面， 學生往往缺乏自信， 認為自己報名也不會 成功，故普遍並不積極	● 下學年繼續在本學 年的基礎上運作校 長推薦計劃。 ● 鼓勵班主任推薦學 生，並多作宣傳	LKM4 WWT Marco
11	中六放榜 輔導日	● 透過講座，讓同學掌握 改選策略及最新升學資 訊，為放榜作心理準備 和計劃	2025 年 7 月 15 日	● 順利完成。	● 參與學生數目理想。 ● 學生反應理想，能留 心聆聽外	● 下學年將繼續舉 行，並提早向學生宣 傳，以增加參與率。	MARCO
12	文憑試放榜	● 於放榜日為學生提供升 學及就業的諮詢服務。	2025 年 7 月 16 日	● 順利完成。	● 學生先於禮堂集 合，待祈禱及聆聽相 關訊息後，再分班到 課室，由班主任發放文 憑試成績 ● 學生亦有主動向升 生組老師整詢意見	● 下年度將繼續此安 排	TWH CFS LKM4 MA TMF MARCO WWT 中六班主任

	其他						
	措施	內容	完成時間	施行概況	成效及反思	改善方案	負責人
1	小組面談	藉小組面談，了解學生的升學選擇及職業路向，並加以引導。	2025 年 7 月	本年度升輔組同工及輔導員共接觸超過 100 位學生。	本年度升輔組老師加強與學生面談，了解他們對升學選擇的疑問，從而提供相關資訊，又或轉介生涯規劃輔導員跟進。	下學年繼續此安排。	TWH CFS LKM4 MARCO TMF MA WWT
2	升學及就業輔導壁報	展示坊間海報，讓同學掌握更全面資訊。	2025 年 7 月	順利完成	為使學生更清楚看到不同的升學資訊，本組於二樓教員室外的展板張貼各項資料，效果理想。	未來將探索製作升輔組網頁可行性。	WWT MA
3	升學及就業參考資訊(書刊及小冊子)	- 整理坊間書刊及小冊子 - 方便學生借閱。	2025 年 7 月	順利完成	本組定期把升學資訊張貼在二樓教員室外的報告板，以便學生閱覽。	- 下學年將加強宣傳，以提升學生取閱升學資訊的數目。 - 另外，本組亦會把相關資訊透過班群分發至各班，以加強學生接觸該等資訊的機會。	MARCO
4	推薦信(書信式)	為學生報讀其他學校提供輔助文件。	2025 年 7 月	- 順利完成 - 本年度本組為超過 10 位學生撰寫推薦信。	學生獲校方發出的推薦信，能提升他們獲面試的機會。	下學年將繼續此措施。	TWH MA LKM4