港澳信義會慕德中學

2025-2026 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	● 透過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。	2026 年 4 月	● 各班已於 4 月完成《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	**CFS**
2	認識新興行業	● 提升學生對新興行業的認識，了解社會中不同行業的發展趨勢	2026 年 1 月	● 活動順利舉行	● 透過講座舉行- 促進學生對傳統以外行業的認識	● 行業太冷門，學生或未感興趣	**CFS**

3	政府部門參觀（民航署教育徑）	● 了解香港航空歷史 ● 認識民航署日常運作，及相關工作流程	2026 年 6 月	● 活動順利完成	● 學生能透過參觀親身認識香港航空發展及民航署工作內容	● 下學年將繼續申請參觀	**TWH**
4	新加坡職涯探索及城市可持續發展考察團	● 參觀當地企業 ● 參觀當地大學 ● 了解不同國家的職業發展趨勢	2026 年 7 月	● 活動順利舉行	● 活動讓學生開拓眼界，了解不同企業的運作 ● 透過與當地學生交流，反思個人學習生活	● 若再舉辦跨境交流，可到不同國家	**TWH** **CYW**

	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	生涯發展工作坊	● 透過工作坊，增加個人對生涯規劃的認識	2025 年 11 月	● 順利完成	● 大部份學生對生涯規劃理解有初步認識。	● 下年度將繼續舉辦相關主題工作坊	**MA**
2	認識新興行業	● 提升學生對新興行業的認識，了解社會中不同行業的發展趨勢	2026 年 1 月	● 活動順利舉行	● 透過講座舉行- 促進學生對傳統以外行業的認識 ●	● 行業太冷門，學生或未感興趣	**CFS**
3	職業解密	● 透過親身搜集資料，讓學生了解不同職業的特質	2026 年 4 月	● 順利完成	● 學生對介紹職業方面尚感興趣，惟因閱歷尚淺，介紹時較表面	● 下學年繼續，班主任可再給予多點提示	**MA**
4	政府部門參觀（民航署教育徑）	● 了解香港航空歷史 ● 認識民航署日常運作，及相關工作流程	2026 年 6 月	● 活動順利完成	● 學生能透過參觀親身認識香港航空發展及民航署工作內容	● 下學年將繼續申請參觀	**TWH**

5	新加坡職涯探索及城市可持續發展考察團	● 參觀當地企業 ● 參觀當地大學 ● 了解不同國家的職業發展趨勢	2026 年 7 月	● 活動順利舉行	● 活動讓學生開拓眼界，了解不同企業的運作 ● 透過與當地學生交流，反思個人學習生活	● 若再舉辦跨境交流，可到不同國家	**TWH** **CYW**

	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	認識新興行業	● 提升學生對新興行業的認識，了解社會中不同行業的發展趨勢	2026 年 1 月	● 活動順利舉行	● 透過講座舉行，促進學生對傳統以外行業的認識 ●	● 行業太冷門，學生或未感興趣	**CFS**
2	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。	2026 年 1 月	● 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。	● 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「我選我路向」。	**CFS**
3	SDS 職向評估服務	● 協助學生了解自身	2026 年 6 月	● 因溝通有誤，學生完成問卷後，只能透過網上平台檢視個人報告	● 活動依賴學生先在家完成問卷，惟學生容易馬虎回答，致活動效果大打折扣	● 下學年將改為其他活動	**CFS**
4	政府部門參觀（民航署教育徑）	● 了解香港航空歷史 ● 認識民航署日常運作，及相關工作流程	2026 年 6 月	● 活動順利完成	● 學生能透過參觀親身認識香港航空發展及民航署工作內容	● 下學年將繼續申請參觀	**TWH**

5	新加坡職涯探索及城市可持續發展考察團	● 參觀當地企業 ● 參觀當地大學 ● 了解不同國家的職業發展趨勢	2026 年 7 月	● 活動順利舉行	● 活動讓學生開拓眼界，了解不同企業的運作 ● 透過與當地學生交流，反思個人學習生活	● 若再舉辦跨境交流，可到不同國家	**TWH** **CYW**
6	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	2026 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**
7	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。	2026 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**

	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	CII 職業性向評估測驗	● 提升學生對自己的職業性向的認識，從而初步訂立三年後的發展方向 ● 幫助本組成員及班主任有更多數據為學生進行個別生涯規劃輔導	2025 年 9 月	● 順利完成	● 學生或因希望盡時下課而未有認真回答	● 下學年將繼續此測驗，惟會向學生強調測驗的重要性。	**CFS**

2	大學資訊日介紹	● 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。	2025 年 11 月	● 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，並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。	**WWT**
3	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 11 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	● 下學年繼續參與。	**TWH**
4	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。	2026 年 2 月 27 日	● 升輔組利用高中一級成長營，在成長營的最後一日，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。	**CFS**
5	應用學習申請	● 協助有興趣的學生報讀應用學習課程。	2026 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**
6	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。	2026 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	**WWT**

7	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。	2026 年 6 月	● 順利完成	● 學生對大學不同學系要求有更多認識 ● 有助規劃個人升學方向	● 下學年將繼續舉辦	**TWH**
8	政府部門參觀（民航署教育徑）	● 了解香港航空歷史 ● 認識民航署日常運作，及相關工作流程	2026 年 6 月	● 活動順利完成	● 學生能透過參觀親身認識香港航空發展及民航署工作內容	● 下學年將繼續申請參觀	**TWH**
9	新加坡職涯探索及城市可持續發展考察團	● 參觀當地企業 ● 參觀當地大學 ● 了解不同國家的職業發展趨勢	2026 年 7 月	● 活動順利舉行	● 活動讓學生開拓眼界，了解不同企業的運作 ● 透過與當地學生交流，反思個人學習生活	● 若再舉辦跨境交流，可到不同國家	**TWH** **CYW**
10	大灣區職涯探索考察團	● 參觀當地企業 ● 了解國家職業發展趨勢 ● 加深對大灣區發展的認識	2026 年 7 月	● 活動順利完成	● 學生對國家發展有進一步認識 ● 了解國家經濟發展及優勢	● 下學年繼續舉辦	**TWH**
11	環境保護署工作影子計劃	● 透過實習，加深學生對環保署工作的認識，從而培養學生的環保意識及擴闊視野	2026 年 8 月	● 順利完成	● 學生能透過實習，第一身參與環保署工作，有效擴闊眼界	● 若再有類此計劃，會鼓勵學生申請	**TWH** **CYW**

	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	CII 職業性向評估測驗	● 提升學生對自己的職業性向的認識，從而初步訂立三年後的發展方向 ● 幫助本組成員及班主任有更多數據為學生進行個別生涯規劃輔導	2025 年 9 月	● 順利完成	● 學生或因希望盡時下課而未有認真回答	● 下學年將繼續此測驗，惟會向學生強調測驗的重要性。	**CFS**
2	聯招介紹講座	● 提升學生對不同升學出路的認識，有助規劃目標	2025 年 9 月	● 順利完成	● 學生能認識聯招系統運作	● 下學年繼續	**LKM4**
3	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。	2025 年 10 月 17 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，介紹聯招系統為主。	**MA**
4	大學資訊日介紹	● 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。	2025 年 11 月	● 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，並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。	**WWT**
5	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。	2026 年 1 月	● 順利完成	● 本年度大多以政府部門介紹為主 ● 拓闊學生眼界，讓他們了解社會有有不同種類職業，亦可趁機詢問其有興趣的職業的工作內容	● 下學年繼續	**TMF**

6	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。	2026 年 2 月 27 日	● 在休整日舉行 Soci Game	● 活動集中在放榜當日流程上 ● 學生反應理想，積極投入參與活動	● 下學年繼續	**TWH**
7	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。	2026 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** **WWT**
8	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。	2026 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	**WWT**
9	政府部門參觀（民航署教育徑）	● 了解香港航空歷史 ● 認識民航署日常運作，及相關工作流程	2026 年 6 月	● 活動順利完成	● 學生能透過參觀親身認識香港航空發展及民航署工作內容	● 下學年將繼續申請參觀	**TWH**
10	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。	2026 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**

11	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。	2026 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	● 建議下學年先從中四開始，以活動為單位	**TWH**
12	新加坡職涯探索及城市可持續發展考察團	● 參觀當地企業 ● 參觀當地大學 ● 了解不同國家的職業發展趨勢	2026 年 7 月	● 活動順利舉行	● 活動讓學生開拓眼界，了解不同企業的運作 ● 透過與當地學生交流，反思個人學習生活	● 若再舉辦跨境交流，可到不同國家	**TWH** **CYW**
13	大灣區職涯探索考察團	● 參觀當地企業 ● 了解國家職業發展趨勢 ● 加深對大灣區發展的認識	2026 年 7 月	● 活動順利完成	● 學生對國家發展有進一步認識 ● 了解國家經濟發展及優勢	● 下學年繼續舉辦	**TWH**

	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	聯招介紹講座	● 提升學生對不同升學出路的認識，有助規劃目標	2025 年 9 月	● 順利完成	● 學生能認識聯招系統運作	● 下學年繼續	**LKM4**
2	大學聯招申請	● 協助學生辦理聯招申請	2025 年 10 月 13 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
3	舊生分享會	● 幫助高中學生認識不同大學	2025 年 10 月	● 順利完成	● 透過舊生分享，學生可從中吸收經驗，反思個人對未來學習規劃 ● 進一步了解大學生活	● 下學年繼續	**WWT**

4	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。	2025 年 10 月 17 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，介紹聯招系統為主。	**MA**
5	大學資訊日介紹	● 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。	2025 年 11 月	● 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，並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。	**WWT**
6	面試技巧講座	● 提升學生對面試時的技巧及注意事項	2025 年 11 月	● 順利完成	● 社工分享面試要點、注意事項及技巧	● 下學年繼續	**WWT**
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。	2025 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	**MA**
8	E-APP 講解	● 透過週會講座，向學生介紹非聯招升學途徑。	2025 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。	2026 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	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。	2026 年 6 月	● 順利完成	● 學生對大學不同學系要求有更多認識 ● 有助規劃個人升學方向 ● 惟因活動需於上課時段內外出，對中六略為影響	● 下學年不提供予中六	**LKM4**
11	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。	2026 年 7 月	● 順利完成。	● 本年度已完成各項推薦計劃 ● 至於其他院校方面，學生普遍並不積極	● 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
12	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	2026 年 7 月 14 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。	**TWH**

13	文憑試放榜	● 於放榜日為學生提供升學及就業的諮詢服務。	2026 年 7 月 15 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。	2026 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。	2026 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。	**CFS**

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。	2026 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。	2026 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**