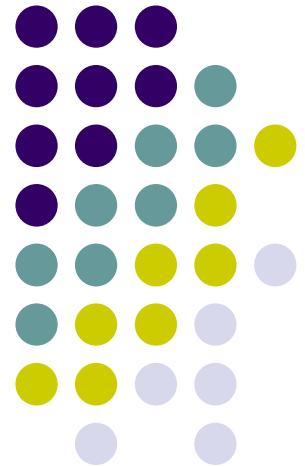


# 生涯規劃的實踐



## 如何協助子女選科

升學及就業輔導委員會 12-6-2020



# 何謂生涯規劃？ Life Planning

(香港輔導教師協會，2016)



「生涯規劃」是對**未來**的**思考、探索和行動**，是個持續和終身的過程。

- 認識自我
- 個人規劃
- 訂立目標
- 反思

# 生涯規劃 10問？

- 我的**興趣**是甚麼？
- 我如何使用我的**長處**？
- 甚麼是我認為**重要的**？
- 我能如何使用我的**時間**？
- 我如何運用時間做一些可**發揮自己的事**？
- 我如何增加對生活的**滿足感**？
- 我如何找到一份**工作**？我如何**謀生**？
- 我如何能透過我的工作產生**影響**？
- 我的**人生目標**是甚麼？
- 我在**世界**有甚麼**任務**？

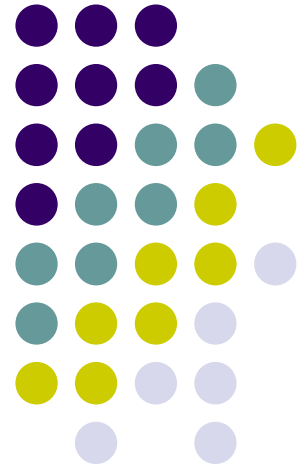


(香港中文大學教育學院院長 梁湘明教授)

# 選科須知



認識自己、審時度勢

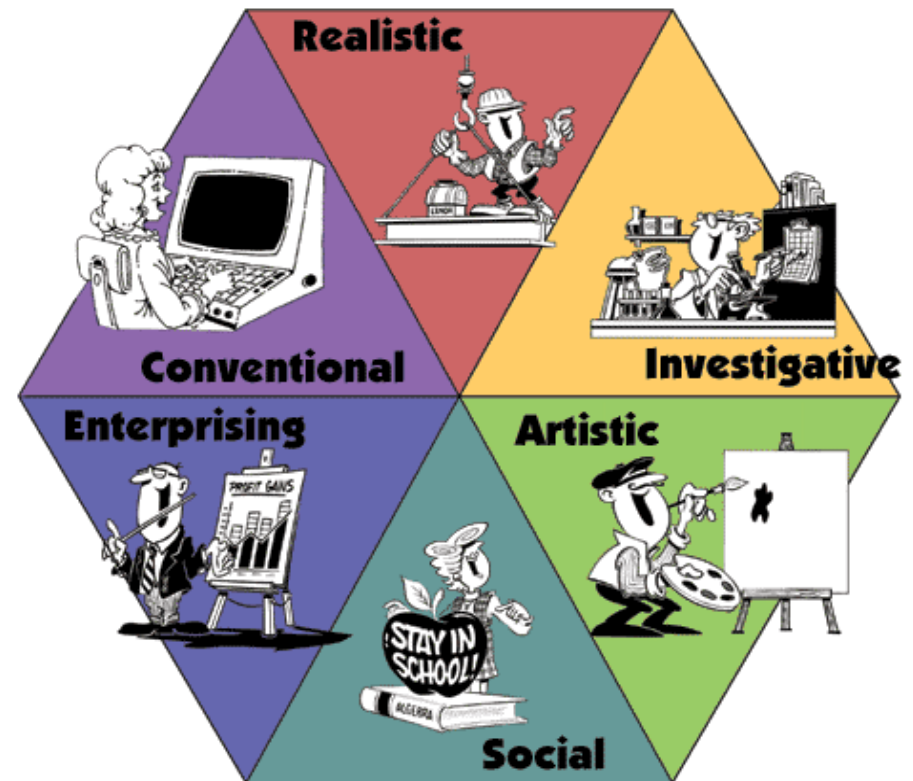




# 認識自己：性格 + 興趣 + 能力 + 理想

## 「職業興趣測驗」(RIASEC)

- **R**ealistic(實際型)
- **I**nvestigative(研究型)
- **A**rtistic(藝術型)
- **S**ocial(社會型)
- **E**nterprising(企業型)
- **C**onventional(傳統型)



## 審時度勢，掌握環境

- 身邊的選擇 / 機會
- 對自己的選擇有足夠的認識
- 按自己的興趣、能力和志向，作出知情和負責任的升學決定。



# 聯招院校：收生要求(2020年)

院校	學位	M1 / M2 可否代替選修科?	副學士
浸大	3322 + 33		
城大			22 + 222 副學位
理大			22 + 222高級文憑
中大			
科大			
港大			x
嶺大	3322 + 2		
教大			22 + 222高級文憑
*公大*			x

### Summary of Admission Requirements of UGC-funded Undergraduate Programmes under 2020 JUPAS on M1/M2

Universities	Universities that count M1/M2 as equivalence to an elective in their General Entrance Requirements	Programme entrance requirements			Total number of undergraduate programmes offered
		Number of undergraduate programmes that (A) count M1/M2 as equivalent to an elective, (B) prefer M1/M2, or (C) require M1/M2	Number of undergraduate programmes that count M1/M2 as equivalent to an elective in the score calculation	Number of undergraduate programmes that give higher weighting to M1/M2 in score calculation	
City University of Hong Kong	✓	39 (A only) 9 (A and B only)	48	8	49
Hong Kong Baptist University	✓	29 (A only)	29	0	29
The Chinese University of Hong Kong	✓	54 (A only) 5 (A and B only) 3 (A and C only)	62	15	62
The Hong Kong Polytechnic University	✓	29 (A only) 16 (A and B only)	45	16	45
The Hong Kong University of Science and Technology	✓	23 (A only)	23	12	23
The University of Hong Kong	✗	12 (A only) 4 (A and B only) 5 (A and C only) 1 (B only)	20 (4 and 3 programmes count M1/M2 in lieu of CP and partial score with CP respectively)	9	41
Lingnan University	✗	0	0	0	12
The Education University of Hong Kong	✓	20 (A only) 3 (A and B only)	23	3	23
<b>Total:</b>	<b>6</b>	<b>252</b>	<b>250</b>	<b>63</b>	<b>284</b>

$$250/284=88\%$$





## Programme SEARCH

### By Keywords

Programme Name / Keywords

### By Institution / Scheme

All Institutions / Scheme

[Advanced Programme Search](#)

**SEARCH**

### Medicine, Dentistry and Health Sciences

- All Study Areas
- Arts and Humanities
- Building and Architecture
- Business, Management and Economics
- Communication, Languages, Journalism and Broadcasting
- Computing, Information and Multimedia Technology
- Education
- Engineering
- Fashion and Design
- Law
- Medicine, Dentistry and Health Sciences**
- Music
- Philosophy and Religious Studies
- Science
- Social Sciences
- Social Work

# 醫學 ..... 15個選擇

**BEng in Biomedical Engineering**

生物醫學工程學

**Medicine (MBChB) Programme**

內外全科醫學士課程

**Medicine (MBChB) Programme Global Physician Leadership Stream (GPS)**

內外全科醫學士課程環球醫學領袖培訓專修組別

**Chinese Medicine**

中醫學

**Biomedical Sciences**

生物醫學

**Bachelor of Chinese Medicine and Bachelor of Science in Biomedical Science**

中醫學學士及生物醫學理學士

**Bachelor of Dental Surgery**

牙醫學士

**Bachelor of Medicine and Bachelor of Surgery**

內外全科醫學士

**Bachelor of Engineering in Biomedical Engineering**

工學學士(生物醫學工程)

**Bachelor of Biomedical Sciences**

生物醫學學士

**BSc (Hons) in Biomedical Engineering**

生物醫學工程(榮譽)理學士學位

**Department of Biomedical Sciences (options: BSc Biological Sciences, BSc Biomedical Sciences)**

生物醫學系 [選項: 理學士(生物科學)、理學士(生物醫學)]

**BEng Biomedical Engineering**

工學士(生物醫學工程)

**Bachelor of Veterinary Medicine**

獸醫學學士

# 獸醫學：3 5 2 3 +.....

- 必修：生物 + 化學 (3 + 3)
- 學額：30
- 修讀期：6年

## 2019 JUPAS Admissions Score Reference

### JS1801 Bachelor of Veterinary Medicine

Score formula: 4 core + 2 elective subjects (with weightings applied where appropriate)

Weighted Admission Score		English Language	Chinese Language	Mathematics (Compulsory Part)	Liberal Studies	Elective 1	Elective 2	Elective 3	Elective 4
		Weighting: 1	Weighting: 1	Weighting: 1	Weighting: 1	Weighting: 1			
Median	34	5*	5*	5*	4	5*	5*	5	5
Lower Quartile	33	5*	5*	5**	4	5	5	5	-

# 中醫學：3322 + 3+3

浸大：中醫學學士及  
生物醫學理學士

**[Best 5]**

以下**其中1科達3級**：

生物\*1.5 / 化學\*1.25

1.25	- Chinese History - Chemistry - Physics <b>2019</b>	1.25	- Chinese History - Chinese Literature - Chemistry - Combined Science - Mathematics Compulsory Part - Physics
1.5	- Biology - Chinese Language - English Language	1.5	- Biology - Chinese Language - English Language

中大：中醫學

**[4+2]**

**優先考慮**以下**其中2科達3級**：

生物 / 化學 / 物理 / **M1,2**

港大：中醫全科學士

**[Best 5]**

以下**其中1科達3級**：

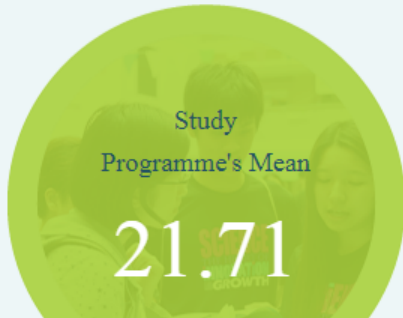
生物 / 化學 / 物理



Bachelor of Pharmacy in Chinese Medicine

2019

浸大 [Best 5]



Median	CHIN	ENGL	MATH	LSTD	Elec 1	Elec 2	Elec 3
5	4	4	4	4	5	4	4
Lower Quartile	CHIN	ENGL	MATH	LSTD	Elec 1	Elec 2	Elec 3
5*	3	2	5	5	3	0	

JS4542

中大 Chinese Medicine

UQ	5*	3	5	4	4	5**	5**	5	32
M	4	5	5*	4		5*	5*	5	31
LQ	5	3	5	5**	4	5	5		30

4C+2X

Admissions Standard

2019 Admissions Score - Best 5

港大：中醫全科學士

Upper Quartile	Median	Lower Quartile
29	29	28

Conversion of levels to scores (Category A): 5\*\*=8.5, 5\*=7, 5=5.5, 4=4, 3=3, 2=2, 1=1, Others=0

# 醫學：內外全科醫學士

科目要求	港大【Best 6】	中大【4+2】
中、英、數、通	3 + 4 + 2 + 2	3 + 4 + 3 + 3
特別要求	<p>3 + 3 化學 + 任何一科選修科目</p>	<p>3 + 3 化學 + 任何一科選修科目(優先考慮生物) 或 生物 + 任何一科選修科目(優先考慮化學)</p> <p><b>**強烈建議修讀3X 及/或 數延</b></p>

中大：內外全科醫學士  
課程環球醫學領袖培訓  
專修組別

1. 強烈建議修讀**3X 及/或 數延**
2. 7 科共**46分**或以上，其中**4科達5\*\***

# 大學的選科要求：按院校

## 香港大學

(“O” = 必須修讀, “√” = 必需修讀其中一科, “+” = 優先考慮, “Δ” = 高比重, “\*” = 本校沒有開設的選修科目)

	大學課程	M2	Bio	Chem	Phy	Geog	Econ	ICT
港大	牙醫學士		√Δ	√Δ	√Δ			
港大	教育學士及理學士	Δ	√Δ	√Δ	√Δ			
港大	理學士 (言語及聽覺科學)		√					
港大	文理學士	+						
港大	文理學士 (應用人工智能)	OΔ	Δ	Δ	Δ			
港大	文理學士 (金融科技)	O						
港大	內外全科醫學士			√				
港大	中醫全科學士		√	√	√			
港大	藥劑學學士			√				
港大	理學士 (精算學)	OΔ						
港大	工商管理學士 (會計及財務)	Δ						
港大	工商管理學士 (資訊系統)	+	√	√	√			√
港大	工商管理學士及法學士	Δ						
港大	金融學學士 (資產管理及私人銀行)	Δ						
港大	理學士 (計量金融)	OΔ						
港大	工商管理學士 (國際商業及管理)	Δ						
港大	理學士	Δ	√Δ	√Δ	√Δ			
港大	工學學士 (生物醫學工程)	+			√			
港大	生物醫學學士		√	√				
港大	工學學士 (工程科學)	+			√			
港大	工學學士	+			√			

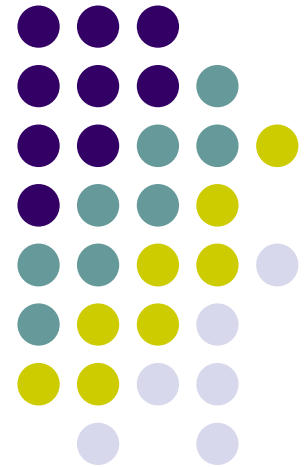






# 與「您」同行

學生、家長、學校的角色



# 中三：認識自己、認識環境

- 了解高中課程的學習機會及科目選擇
  - 選科講座 + 經驗分享：5/6
  - 工作坊：Day C (8-9節)
    - 16/6：3C、3D
    - 26/6：3A、3B
  - 小組 / 個人輔導 (容後公佈)





# 中三：認識自己、認識環境

基督教女青年會丘佐榮中學

升讀中四級選科表

請於七月二十三日交回班主任

2020-2021 年度中四各班修讀科目安排如下：

班別		第一班	第二班	第三班	第四班
核心科目		英國語文 中國語文 通識教育 數學-必修部份	英國語文 中國語文 通識教育 數學-必修部份 或必修部份及延伸部份(單元二)	英國語文 中國語文 通識教育 數學-必修部份 或必修部份及延伸部份(單元二)	英國語文 中國語文 通識教育 數學-必修部份
	組別三	生物 化學 經濟			
選修科目	組別一	生物 經濟 歷史 資訊及通訊科技 物理			
	組別二	企業、會計及財務概論 化學 中國歷史 地理 資訊及通訊科技			
其他必修科目		宗教教育(基督教) 體育 音樂			

備註：

1. 中四同學合共修讀九至十科(四科核心科目，兩至三科選修科目及三科其他必修科目)。
2. 學校會分配修讀數學科必修部份及延伸部份(單元二)的同學在第二、三班。第二、三班數學科授課，以兩班兩組形式進行，一組只修讀必修部份，另一組修讀必修部份及延伸部份。
3. 學校會分配修讀兩科選修科目的同學到第一、二班，修讀三科的同學到第三、四班。
4. 同一選修科目組別的科目同時上課，學校只會分配同學修讀其中一科。
5. 資訊及通訊科技科每組修讀人數不多於二十五人，其餘選修科目每組不多於三十人。

請依意願用鉛筆著力填寫下列表格。

擬報讀選修科目	兩科(2X)	三科(3X)
	首選	

數學科	必修部份	必修部份及延伸部份(單元二)
	首選	

優先次序「1」為首選，「2」為次選，餘此類推。

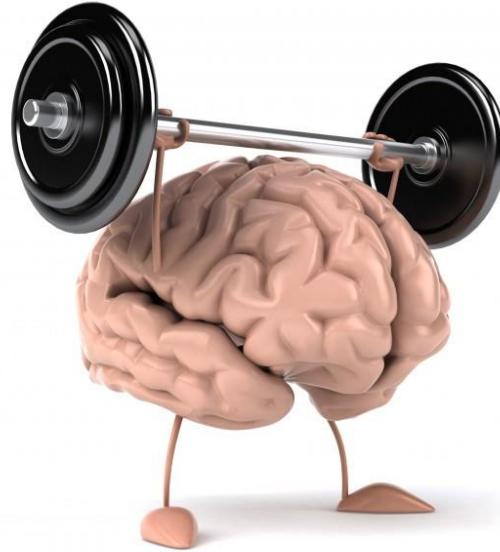
優先次序	企業、會計及財務概論	生物	化學	中國歷史	經濟	地理	歷史	資訊及通訊科技	物理
1									
2									

- 選科申請表
- 21/7(二)：派發
- 23/7(四)：交回
- 知情、負責任選擇

# 逾時不候

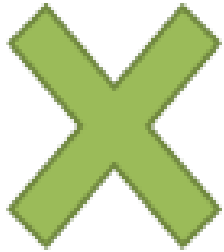
# 中三同學應怎樣裝備自己？

- 打好基礎
- 均衡發展
- 升學及就業志向
- 大學體驗課程
- 抵擋誘惑





Talent 潛質



Investment 投入



Strength 強項

# 與「您」同行：家長的角色

- 支援
- 激發
- 尊重
- 體諒
- 對 Vs 錯
- 開放態度



# 協助你的孩子...

- 訂立目標
- 其他學習經歷
- 開放討論
- 自信自主



基督教女青年會丘佐榮中學  
升學及就業輔導委員會  
2019-2020 年度 生涯規劃的實踐  
高中選科(有用連結)

一. 升學及就業輔導委員會為中三學生及家長提供重要的支援資訊，以協助學生及早為高中選科作好準備，這些支援資訊包括：

1. 教育局生涯規劃資訊網頁：網頁設有不同專區，當中包括職業、升學、學生網上學習、與學校行政相關、教師專業發展、家長以及商校合作計劃七大專區。  
(<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/>)
2. 高中及高等教育新學制網上簡報：為中三同學及家長了新高中課程而設。網頁內容包括新學制簡介、最新中學文憑試消息、不同持份者的資訊、多元出路、課程及評估等供家長及學生參考。  
(<https://334.edb.hkedcity.net/new/tc/index.php>)
3. 新學制下中三至中五離校生進修階梯：更新於 2019 年 5 月，以圖表形式清楚列明學生如在高中離校時的進修途徑。  
([https://careerguidance.edb.hkedcity.net/edb/export/sites/default/lifeplanning/.pdf/further-studies/local/Study-Paths-for-S3-S5-School-Leavers-under-NAS\\_c.pdf](https://careerguidance.edb.hkedcity.net/edb/export/sites/default/lifeplanning/.pdf/further-studies/local/Study-Paths-for-S3-S5-School-Leavers-under-NAS_c.pdf))
4. 大學聯合招生辦法：網頁裡可選報的課程中，可查閱各大學課程的收生要求，特別是高中選修科與大學課程相關。  
(<https://www.iupas.edu.hk/tc/programmes-offered/by-funding-category/>)



# 給家長的攻略心法：HOPE

## H – Help

- 成為可靠的**支援**和**同行者**

## O – Optimistic

- 保持**樂觀**

## P – Plan

- 鼓勵認清**目標 + 後備**方案

## E – Explore

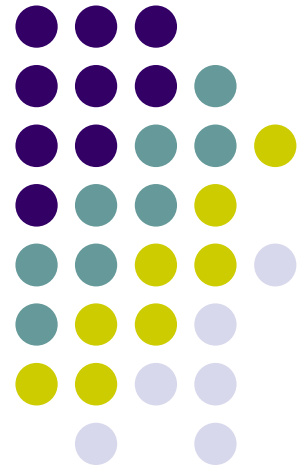
- **積極認真 + 鼓勵探索**不同可能



# 生涯規劃的實踐



## 如何協助子女選科



升學及就業輔導委員會 12-6-2020