

Finding Your
Colours of
Life



新高中科目選擇
及個人抱負的探索



香港輔導教師協會

Hong Kong Association of
Careers Masters and Guidance Masters

贊助：教育局課程發展處



目錄 Contents

整裝待發：如何找到你的生命色彩	1-4
第1站：為自我探索旅程作好準備	5
■ 1.1：「我是誰？」——我的第一個自傳	6
■ 1.2：檢視我的學業成就和學習能力	7-8
■ 1.3：透過參與校內和校外的不同學習經歷，我學到甚麼？	9-10
第2站：事業座標：把我的性格特徵、學業和事業取向連繫起來	11
■ 2.1：宴會的談話對象	12
■ 2.2：事業座標：我的興趣檔案	13-20
第3站：了解高中課程所提供的學習機會及科目選擇	21
■ 3.1：高中畢業生的升學階梯	21
■ 3.2：高中課程架構	22-23
■ 3.3：高中科目簡介	24-44
■ 3.4：選修科目組合及選修機制	45
第4站：如何到達目的地？	46
我的行動座標	47
第5站：支持伙伴座標	48

整裝待發：

如何找到你的生命色彩

序言

這是一本協助學生探索個人抱負及生涯規劃的學習工具——每個學生都應該享有自行選擇其學業、學習模式和生活模式的權利與責任；每個學生都可以根據自己的興趣和能力去探索和發展個人抱負，從而踏上成功之路。我們相信，這學習工具將有助同學們為自己的人生盡早作出計劃，鋪設美好前路。

無論是校內或校外的學習經驗，都對學生的發展影響深遠。透過不同的學習經歷，學生能夠從中認清自己的人生目標(無論在學業方面或事業方面)，而在過程中所取得的種種經驗以至成功感，亦能成為推動學生向著目標邁進的原動力。

這學習工具是用作協助同學作出決定。在人生的不同階段作出關鍵的決定是甚具挑戰性的，同時亦有助促進個人成長。現在，機會到了——同學即將升讀中四，了解新高中的課程架構是第一個任務。我們相信，所有學生都能享受有別於過往模式的高中課程所帶來的好處。然而，由於新高中課程的科目選擇極具彈性，初中同學應有充分的準備，才決定自己的新高中選科取向。

為了要正確選擇自己的前路，學生需要真正認識自己，明白自己的長處和短處，加深了解課程架構，並制訂個人生涯規劃檔案，包括新高中及以後的升學目標，以及職業選擇。可是，我們亦需留意對未來的規劃是一個循環的過程——定期反思過去所作的決定，從成敗得失中評估自己的策略，作出修訂並更新我們的規劃。中三階段所作的決定，只是一個起點，經歷實際情況及反思後，你需要檢討、調整和修訂中四、中五及中六的升學就業選擇與路向。

所以，這只是一個開始，
而不是一個不能轉變的定案！

2008年9月

圖一：
生涯規劃流程圖



給同學們的信

親愛的同學們：

一個新奇刺激的探險旅程即將開始。對於大部分同學來說，這可能是你們第一次為自己的未來作出**抉擇**和**全面的探討**。這一本學習工具是讓你認識自己，以輔助你作出科目的選擇，但請繫記一切以你的興趣為主。在你們開始旅程之前，請先做好以下準備：

作決定前先糾正以下一些**錯誤的想法**

- ✗ 個人意願並不重要，最重要的是在公開考試中取得好成績
- ✗ 我的父母和老師會為我作出正確的選擇
- ✗ 我一定要和我的朋友作相同的選擇
- ✗ 為表現自己的出眾，我要選擇最「熱門」的科目
- ✗ 一個好的計劃是不需調適的，我只能以計劃為唯一希望

2

找一個**支持你的伙伴**

在開展你的旅程前，找一個你信任和支持你的同行伙伴。他可以是你的父母、老師，甚至朋友——一個值得信任、願意聆聽和願意給你客觀意見的人。但是請記著：「你」才是最後為自己於學業和職業抉擇承擔責任的人。

3

尋找你的**夢想**

你的夢想是什麼？你的職業志願是什麼？你知道如何才能一步一步向理想邁進，並取得成功嗎？你懂得回答以上問題並不能保證你會取得成功，但卻能夠大大提高你成功的機會。

4

認真思考：**「我是誰？」**

花時間去了解自己——你的夢想，你的興趣，你的性格和你已掌握的技能。相信你是有價值的——你可以選擇向目標努力邁進，並貢獻社會。簡單來說，要取得成功，首先要清楚認識自己。

祝 探險成功！

你永遠的支持者 上





給老師和家長的話

老師和家長是學生在選科時最關鍵的支持者。老師和家長的支持，能夠幫助學生更清楚認識自己的意願，以至人生目標。但是，老師和家長在給予學生支持和意見的同時，也應給他們適當的自由度，使他們在選科的過程中學習如何選擇，並為自己的選擇負責。請緊記，我們是學生 / 子女的支持者，然而，他們應有足夠的發展空間去學習和成長。以下是給老師和家長的一些建議，幫助你關心的學生或子女尋找生命的色彩：

老師要…

- ◆ 體諒學生在作出選擇時的困難和混亂
- ◆ 支援
- ◆ 激發
- ◆ 尊重
- ◆ 提供詳盡升學資料

為學生提供機會…

- ◆ 反思他們的學習經驗
- ◆ 了解他們的興趣、志向和性格
- ◆ 試用不同的事業評估工具或興趣評估工具
- ◆ 帶領學生參與各類跟升學就業輔導相關的活動，並刺激學生思考其個人抱負
- ◆ 安排與高年級學生及老師交流討論，並且分享他們選科時所遇到的問題

家長要…

- ◆ 支援
- ◆ 激發
- ◆ 尊重
- ◆ 體諒孩子在作出選擇時的困難和混亂
- ◆ 明白每個孩子都是獨特的，而他們所作出的選擇並無對錯之分

協助你的孩子…

- ◆ 幫助孩子訂立可實現的短期和長期目標
- ◆ 鼓勵他們參加多元化的「其他學習經歷」，使孩子得以探索自身潛力和感興趣的事業範疇
- ◆ 善用這一本小冊子，紀錄及肯定自己各方面的成就
- ◆ 多與孩子討論關於學習、進修、事業發展的問題
- ◆ 與孩子討論他們的興趣和嗜好，共同找出踏上成功之路的方法



第1站：

為自我探索旅程作好準備

每天早上起床後，你洗面照鏡子的時候，在鏡中看見自己，你第一時間想到什麼呢？

“我的名字是克勤”，“我現在十四歲”，“我今天要完成的目標是…”，或者…“我可以肯定我自己是誰……”

個人抱負的探索往往由認識自己開始。很有趣，計劃人生的過程往往能夠幫助你更了解自己——發現一個你從來沒有想像過的「你」！

在第1站中，我們會提供一些有趣的經歷，以協助你開展這趟奇妙的自我探索旅程。當你對於自我性格、能力、學習興趣和事業憧憬，甚至對你的人生目標有更深入的了解時，你就能更有自信地為自己的將來作出選擇。



我找到自己了，你找到了嗎？

1.1：「我是誰？」— 我的第一個自傳

我的名字是 _____

我是一個 _____ 的人

(用一些詞語來形容你的優點/長處，例如：文靜的、活潑的)

我喜歡 _____

(列出一些你喜歡做的事，例如：逛街、玩遊戲機、聊天)

我最喜愛的科目是 _____

我能夠 _____

(你所擁有的技能，例如：有系統地整理資料、分析問題)

我需要別人幫助我 _____

(想想一些你需要別人幫助的事，例如：更勤力上進、啟發創意)

當我到圖書館借書或閱讀時，我會選擇 _____

類型的書籍

我的興趣是 _____

(想想你喜歡的學習經驗，例如：打球、演話劇、繪畫)

我喜歡參與 _____ (在校園內或校外的學習經驗) 的活動

因為 _____

當我讀幼稚園的時候，我夢想的職業是 _____

因為 _____

當我讀小學的時候，我夢想的職業是 _____

因為 _____

現在，我夢想的職業是 _____

因為 _____

1.2：檢視我的學業成就和學習能力

學習能力可反映你的學習志向和興趣。你在初中取得的學業成績表現了你的學習能力。在以下的活動中，你必須對自己誠實。在最能描述你對某一科目的興趣和學習能力的方格內“✓”。



主要學習領域	初中科目 (請填上科目名稱)	我的學業成績			能力分數 1至5 1→最低 5→最高	學習信心分數 1至5 1→最低 5→最高	興趣分數 1至5 1→最低 5→最高
		中一	中二	中三			
中國語文教育	中文						
英國語文教育	英文						
數學教育	數學						
科學教育							
個人、社會及人文教育							
藝術教育							
科技教育							
體育教育	體育						

停一停，想一想！

填寫表格、以文字紀錄只是其中一種透過反思而認識自己的方法。

你亦可以用圖像、分享或小組討論的形式完成這部份，

然後以重點式紀錄自己的所思所想。

最重要的只是你曾經認真思考這些切身的問題，為自己的選擇負責！



哪些學習領域最能將你的興趣、信心和能力結合起來，得到較高的分數？

你覺得最擅長學習那些科目？為什麼？

你認為自己在學習上需要在哪方面改進？

如需在高中入讀理想的選修科目，你應在什麼科目上多下苦功？要怎樣實行？

1.3：透過參與校內和校外的不同學習經歷，我學到甚麼？

下課後，透過參與各類型的活動(校內或校外)，你可以發掘自身的興趣、知識、綜合能力以及對人和對社會的投入和關心。當然，你亦可從中更了解自己的長處和限制。

試想想三個影響你最深的其他學習經歷(可以是你曾經參與的課程、制服團隊、或比賽等。如果你沒有校內的其他學習經歷，可選擇你的嗜好)。透過這些學習經歷，你學到或發揮了甚麼綜合能力呢？

綜合能力對你未來的學習甚至工作，都是很重要的。

試在第二行圈出一些你學到或得以發揮的綜合能力。最後，請在第三欄圈出你在其他學習經歷中培養得到的個人素質。

快快到表格上尋寶去吧！

其他學習經歷 * (活動內容簡介)	綜合能力	個人素質
1.	處理資料的相關能力： 綜合意見 整理資料 創新思維 分析策略 應用數據 解難能力 應用資訊科技	判斷力強 可靠 有創意 热心 適應力強 能幫忙 關顧 圓滑 有禮 有耐性 具責任感 幽默 整潔
2.	處理人際關係的相關能力： 教導他人 談判技巧 提供指示 游說技巧 溝通能力 服務社群 執行指示 幫助別人	有抱負遠見 認真 誠實 體貼 隨和 具冒險精神 有幹勁 友善 觸覺敏銳 堅毅 具領導才能 具危機意識
3.	處理事務的相關能力： 處理突發事件 臨危不亂 做事精確 準時完成	

*「其他學習經歷」：即指學校為初中學生安排活動以配合全人發展之需要，這些學習經歷包括智能發展、德育及公民教育、社會服務、體藝發展和與工作有關的經驗。



停一停，想一想！

● 邀請你的好友或同行伙伴根據對你的觀察和認識，在上一頁的表格內用另一種顏色圈出你的綜合能力和個人素質。對比他/她和你的選擇，兩者有何異同？

我可以從以上的表格中知道最適合自己的學科嗎？
為什麼？

我擅長的綜合能力和個人素質能如何幫助我選擇高中科目呢？

第2站：事業座標——把我的性格特徵，學業和事業取向連繫起來

長遠來說，一個選科的抉擇很有可能影響你未來事業的選擇和方向。這是一個重要的決定和選擇。例如必須有選修理科才能當醫生，而大部份的作家也曾修讀文學…

事實上，在我們的生命亦常常需要作出類似的決定。

例如，當你中學畢業時，選讀哪間大學、哪個課程、哪類專業培訓，或哪行業作第一份工作？

事業興趣問卷能夠提供一些有用的線索，讓你的個人素質能配合學業或將來事業的選擇。我們明白選讀不同的學科和從事不同的事業也需要獨一無二的知識、技能甚至價值觀。然而，當人們在適合自己的環境中學習或工作時，他們便能更有效地發揮潛能。

例如：

有創意的 → 作家、藝術家、設計師

精打細算的 → 理財策劃師、會計師

有愛心的 → 老師、社工、護士

請緊記：沒有錯誤的選擇，但你必須對你所作的選擇負責任；決定了，就要以努力和恆心做到最好！

但你必須注意：

- 事業興趣問卷有助你把你的個人素質連繫到合適的學習和職業範疇上，但它不能解答你所有的問題，或作為你升學抉擇的唯一依據，為什麼？
- **因為你，作為年輕人，還在不斷學習、改變及經歷各種各樣的新事物。簡單來說，你仍然在一個可改變的狀態。因此，問卷的結果只能作為參考。**
 - **當你要在學習的範圍上作出抉擇時，請重看之前的章節。你最後的決定應該建基於你的學習態度、興趣和事業目標上。**



準備好了嗎？出發！

2.1：「彩」蜜派對¹

歡迎來到「彩」蜜派對，身處在這個盛大的宴會中，你會被誰吸引到哪一角與有關特質的人談話？



1. 你會被宴會廳裡的哪一角吸引？你最希望和哪一組人一起渡過整晚的時光？在下面英文字母的相應空格裡寫上「1」
2. 除了他們，你還會選擇哪一角？在下面英文字母的相應空格裡寫上「2」。

A	B	C	D	E	F

3. 你在上一題的選擇，就是最能代表你的兩種顏色，兩種顏色依次序是…

第一種顏色	第二種顏色
-------	-------

註1：Adapted and modified from Bolles, R.N.(2008). *What Color Is Your Parachute? A Practical Manual for Job-Hunters and Career Changers*. California: Ten Speed Press.

2.2：由「彩」蜜派對到事業座標：我的興趣檔案

你所選的第一種顏色是你最感興趣的學習和事業範疇，第二種則為次要範疇。那麼，這些座標表示著什麼呢？

接下來的座標展示出與某一範疇相聯繫的個人性格、技能和喜好活動，而更重要的，是與之相關的高中科目、專上課程和職業選擇。

看一看你所選的首兩種顏色，以明白不同的元素是怎樣連繫起來吧！但我們亦提議你閱讀其他顏色的座標，作為參考。

一個重要的提醒：

我們的興趣檔案和個人性格特徵分析，固然影響我們在學業和事業上的選擇，但是在成長的過程中，我們的興趣、所學到的技能、個人性格和抱負均會受到將來的經歷影響而重新形成。舉例說，一個學生接觸數理科的時間多了，他對數理的興趣和能力可能會隨之提升；同樣，修讀文學的同學會漸漸提升對文字的觸覺和創意。

因此，這是一個相互影響的過程，同學必須不時重新檢視自己的目標，作出適切的調整。





紅色 = 實際型



橙色 = 研究型

**個人性格：**

重實踐的、
傾向機械性的事物、
對自然界充滿好奇、
保守的、獨立、
有持久的抱負、堅持

職業舉例：

電子工程師、消防員、
機械技工、電腦遊戲程式員、
金融分析員、視光師、
網絡系統管理員

技能：

修理電子物品、
解決電子問題、
種植園藝、
運用工具及機器

A**實際型****持續進修：**

理科、工科

高中科目的例子：

組合科學 / 綜合科學、
物理、化學、生物、數學、
資訊及傳播技術、體育

應用學習課程：

應用科學、工程及生產

喜歡參與的活動：

在戶外工作、
運用雙手工作、
建築物件、使用機器、
工具及物料

個人性格：

分析力強、科學性的、
觀察力強、有智慧、
有自信、心胸廣闊、
獨立、有邏輯的、
堅持不懈

職業舉例：

醫生、電腦遊戲程式員、
金融分析員、視光師、
網絡系統管理員

技能：

能抽象地思考、
明白科學理論、
做複雜的運算、
解釋公式

B**研究型****持續進修：**

理科、工科、
社會科學

高中科目的例子：

組合科學 / 綜合科學、
物理、化學、生物、數學、
地理、經濟、商業概論、
會計及金融

應用學習課程：

應用科學、工程及生產、
商業、管理及法律



黃色 = 藝術型

**個人性格：**

有創意的、相信直覺的、想像力豐富、不依慣例的、感性的、愛表達的、有獨特性、有推動力、敏銳的

職業舉例：

藝術家、音樂家、作家、攝影師、編輯、舞蹈員、演員

技能：

素描、繪畫、演奏樂器、寫故事和詩歌、唱歌、演戲、跳舞、服飾或室內設計

C
藝術型

持續進修：
文科、社會科學**高中科目的例子：**
語言科目、中國歷史、歷史、音樂、視覺藝術**應用學習課程：**
創意學習、媒體及傳意

綠色 = 社交型

**個人性格：**

友善、愛幫助別人、理想主義者、具洞察力、外向、理解、樂意合作、有責任感、耐心

職業舉例：

教師、警務人員、護士、社工、導遊、心理學家、健身教練

D
社交型

持續進修：
文科
社會科學**高中科目的例子：**
語言、歷史、音樂、視覺藝術**應用學習課程：**
商業、管理及法律、媒體及傳意、服務**喜歡參與的活動：**
喜歡群體工作、幫助別人解決困難、參與義務工作、與年輕人一起工作、參與團體運動

藍色 = 企業型

職業舉例：

售貨員、零售店經理、
市場推廣、導遊、
股票(或證券)經紀人、
金融管理員、公關

個人性格：

有自信、具判斷力、
善於交際、有說服力、
熱心、積極、愛冒險、
受歡迎、有動力、
堅持

技能：

售賣物件或推銷概念、
給予講座或演講、
籌辦活動、領導團隊、
說服他人

E
企 業 型

持續進修：

商科

高中科目的例子：

經濟、商業概論、
會計及金融

應用學習課程：

商業、管理及法律、
服務



紫色 = 傳統型

個人性格：

組織力強、準確、
有說服力、有秩序、
有系統、服從、
堅持不懈

職業舉例：

會計、金融分析員、
文員、電腦操作員、
秘書

F
傳 統 型

持續進修：

商科

高中科目的例子：

經濟、商業概論、
會計及金融

應用學習課程：

商業、管理及法律、
服務



技能：

依循有秩序的工作、
在短時間內完成大量的文件工作、
保存準確的紀錄

喜歡參與的活動：

跟隨清晰指引的工作、
運用數據處理工具、
參與數字的工作



停一停，想一想！

看過你最喜愛的兩個座標和其他座標後，嘗試把以下的問題和你的高中科目選擇及個人抱負連繫起來。
(你可以選擇跟你的伙伴一起填寫)

在未來的日子裏，你會怎樣運用時間使你的潛質和天份能在學習上得到最大的發揮？

你會做什麼來得到學習上最大的滿足感 / 成就感？(例如：看什麼類型的書？參加什麼其他學習經歷？)

根據對上述兩條問題的思考，你會怎樣選擇高中的科目和發展個人抱負？

就你在上述問題的回應，你現在會做或學些什麼，為自己在踏入高中前作好準備？(例如：用時間表以規劃及管理時間？為自己訂立什麼目標？)

第3站：了解高中課程所提供的學習機會及科目選擇

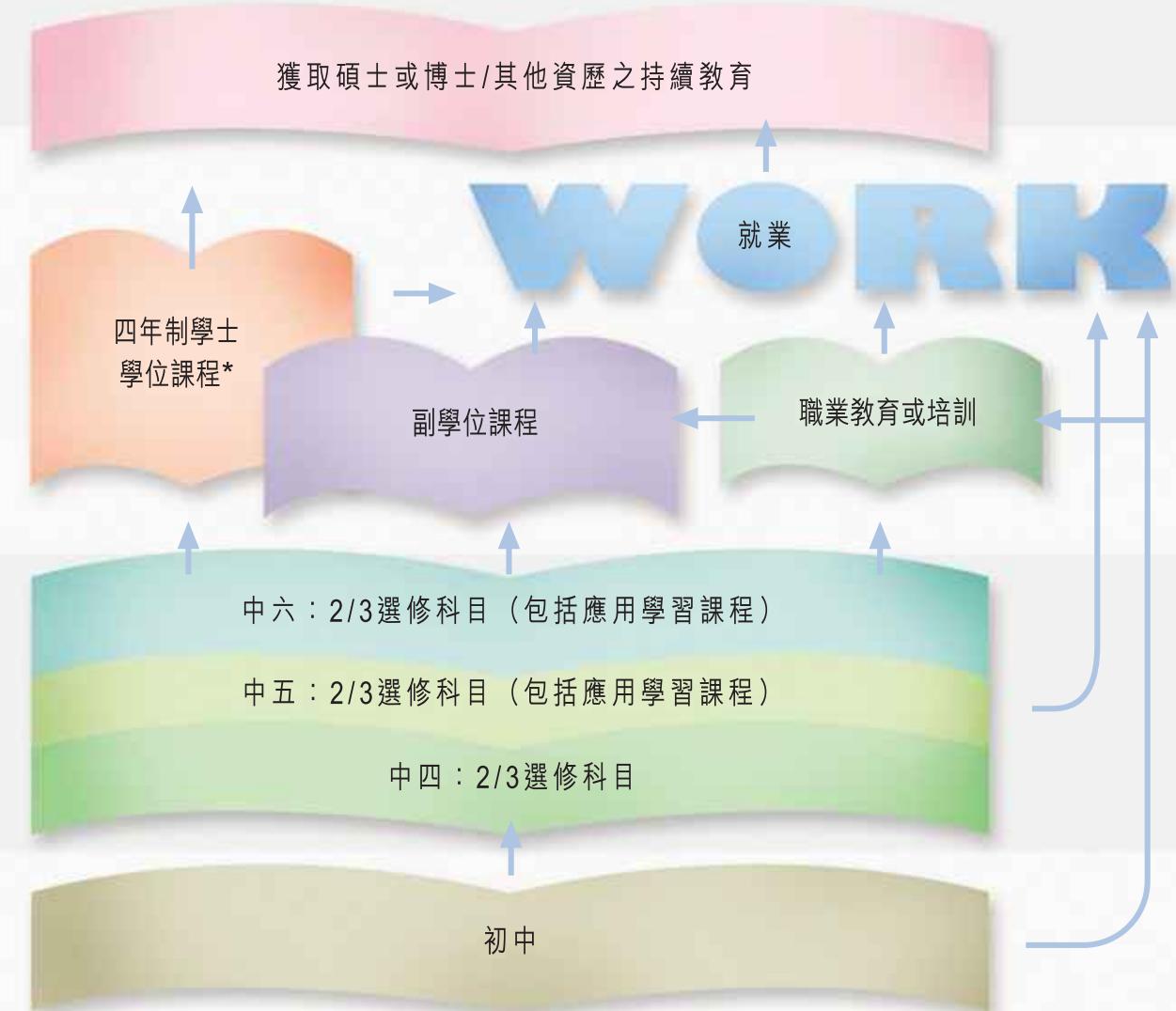
以下將提供在高中學制下的升學路徑及本校的高中課程架構，作為你著手設計高中學習計劃的起步點。

與傳統“套餐式”的選科配搭(文科、理科、商科)相比，新的課程架構確實能為學生在選科時提供**更大的彈性**。

不過，學生在選科時，除了根據個人興趣，還要諮詢老師和家長的意見，例如學科的入讀要求、科目如何配搭等。請你填寫3.3校本高中課程選科表，讓你更確切地知道你可以選擇甚麼科目和組合。



3.1：高中畢業生升學階梯



* 本地大學學位課程入學要求：

普通入學要求，請瀏覽

http://www.edb.gov.hk/FileManager/EN/Content_4745/summary%20of%20general%20entrance%20requirements.pdf

不同學院或學系的特別科目入學要求，請瀏覽

http://www.edb.gov.hk/FileManager/EN/Content_6440/university_entrance_requirements_eng_080218.pdf

3.2：高中課程架構



二十個選修科目：





3.3：高中科目簡介

3.3(a)：四個核心科目

中文

必修部分：閱讀、寫作、聆聽、說話、文學、中華文化、品德情意、思維、語文自學

選修部分：從以下單元中選修3-4個建議單元

- ▲ 名著與改編影視作品
- ▲ 戲劇工作坊
- ▲ 小說與文化
- ▲ 文化專題探討
- ▲ 新聞與報道
- ▲ 多媒體與應用寫作
- ▲ 翻譯作品選讀
- ▲ 科普作品選讀
- ▲ 普通話傳意和應用
- ▲ 普通話與表演藝術
- ▲ 自擬單元

如何有效地學習本科？

- 根據自己的興趣、程度、才情、期盼，規畫學習目標
- 積極投入不同的語文學習活動，樂於閱讀，勤於思考，勇於提問，養成良好的語文學習態度和習慣
- 掌握語文學習的方法和策略，不斷自我完善、力求進步

你能學到些甚麼？

語文素養

- 豐富語文積累，培養語感，掌握語文學習方法
- 提高讀寫聽說、探究、創新和自學等能力
- 提高思維素質、文化修養和審美情趣
- 培養對國家、民族的感情

本科如何幫助你為未來作好準備？

- 打好語文根基，進一步培養汲取知識、探究學問的能力，養成終身學習的習慣
- 發展心智，開拓思維，進一步培養溝通、協作、思辨、創造等能力
- 享受文學閱讀，體認中華文化，陶冶性情，培養積極的人生態度，終身受用

相關網站

◆ <http://www.edb.gov.hk/cd/chi>



English Language

The senior secondary English Language curriculum is made up of two parts. The Compulsory Part focuses on the learning and use of listening, speaking, reading and writing skills, grammar, communicative functions, vocabulary and various text-types through meaningful tasks and activities. The Elective Part consists of a total of eight modules, from which students will choose at least three. These modules represent different means (e.g. drama, popular culture, social issues and sports communication) through which they can deepen their learning experience by applying the language and skills they have learnt in the Compulsory Part in a wide variety of contexts.

What can you learn/benefit from it?

Through the senior secondary English Language curriculum, students will be able to enhance their language knowledge and skills, generic skills (e.g. creativity, critical thinking and communication skills) and positive values and attitudes (e.g. confidence in using English) for lifelong learning. They will also enhance their personal and intellectual development, cultural understanding and global competitiveness in our rapidly changing knowledge-based society.

How will you learn effectively in the subject?

To effectively master the subject, students should assume a central role in learning. Specifically, they need to

- stay focussed and attentive in lessons.
- set their own learning goals, making use of the opportunities and resources in school and the community to enhance their exposure to the language.
- be willing to take risks and engage actively in learning activities.
- read and view English materials widely.
- seriously consider the teacher's advice and feedback.
- regularly reflect on their own learning experience, and see how they can further improve.

How can it help you prepare for your future?

The senior secondary English Language curriculum helps students develop the necessary language knowledge and skills for their future needs, whether they choose to pursue vocational training or university education, or to work after they complete secondary education. It opens up a large variety of post-secondary and career pathways, particularly in the areas of media production, language studies, translation and interpretation, performing arts, education, business, law and social sciences.

Related website

◆ <http://cd.edb.gov.hk/eng/>

數學

新高中數學科設有必修部分及延伸部分，所有學生均須修讀必修部分。延伸部分則包括兩個單元——「微積分與統計」和「代數與微積分」。如學生有意深入學習數學或有志在大學修讀需要更多數學知識作為基礎的學科，可選修延伸部分的一個單元。

相關網站

- ◆ 如需查閱有關新高中數學科課程，可登入 "<http://www.edb.gov.hk/index.aspx?nodeid=6120&langno=2>" 數學教育組的網頁。

通識教育

你能夠透過本科的學習 學到些甚麼？

- 自我與個人成長
- 社會與文化
- 科學、科技與環境
- 探究與自身、社會、國家、人類世界及物質環境有影響的當代議題，從而發展建構知識的能力。
- 了解個人、社會、國家和全球議題的相互關聯，以及自然環境與社會的互相倚賴，並據此評估人類關注的不同議題。
- 識別對個人和社會議題的不同意見背後的價值取向，並在個人和社會層面的議題和問題上，運用批判性思考能力、創造力，和從多角度考慮作出判斷和決定。
- 清楚表達自己的論據，並以尊重證據、開放和寬容的態度來看待其他人所持的意見和價值觀。

如何有效地學習本科？

- 主動關心所屬社區、本地、國家及世界發生的事件。
- 嘗試從多角度分析事件 / 議題。
- 培養閱讀興趣及習慣。
- 積極參與多類型課外活動，擴闊學習經歷。

本科如何裝備你為未來作出準備？

- 本科助你培養智能及多角度思維，有助你在日後修讀大專不同的課程。
- 本科助你日後有效地學習，且有助你面對瞬息萬變的工作環境時，能作出明智的決定。

相關網站

- ◆ <http://www.ls.hkedcity.net>
(通識教育科網上資源平台)
- ◆ <http://www.hkfyg.org.hk/new/>
(香港青年協會)
- ◆ <http://www.breakthrough.org.hk>
(突破機構)
- ◆ <http://www.ifg.org/>
(International Forum on Globalization)
- ◆ <http://www.cheu.gov.hk/>
(香港特別行政區政府衛生署)
- ◆ <http://www.susdev.org.hk/>
(可持續發展委員會)

3.3(b)：選修科目

中國文學

■ 必修部分：文學賞析與評論、文學創作、文學學習基礎知識

■ 選修部分：從以下單元中選修3-4個建議單元

- 作家追蹤——自選作家作品選讀
- 名著欣賞
- 文學專題
- 當代文學作品選讀
- 香港文學
- 戲劇文學評賞
- 文學作品中的人物形象
- 文學創作——原創或改編
- 自擬單元

你能學到些甚麼？

■ 文學素養

- 提高理解、分析、欣賞、評論文學作品的能力。
- 運用藝術手法，表達個人思想情感以及發展創造力。
- 培養藝術品味和情操。
- 培養對國家民族、人類社會的感情。

如何有效地學習本科？

- 認清本科學習內容，因應個人能力、興趣，訂定學習目標。
- 掌握學習策略，欣賞作品時先整體感受，後探究，玩味鑒賞，提出個人體會。
- 積極主動地投入文學學習活動，多閱讀文學作品，感受、思考、探索作品精妙處，享受箇中樂趣。
- 運用所學方法進行創作，表達所思所感，體驗創作樂趣。

本科如何幫助你為未來作出準備？

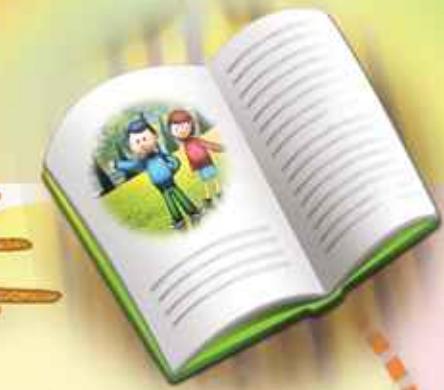
- 較有系統地學習文學，提高文學素養，培養藝術品味和情操。
- 日後可以升讀大學中文系或與文化藝術相關的專科將來從事與創作、評論、研究或與文化藝術有關的工作，如編輯、文藝評論、作家、戲劇工作。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/cd/chi>



Literature in English



The senior secondary Literature in English curriculum aims to introduce students to different forms of literature including short stories, novels, poetry and drama. Students will have the opportunity to closely examine the major works of British and American writers as well as those by English-speaking writers from other parts of the world including Asia, Africa, Australia and Canada. Students will also view and analyse films related to a variety of literary themes.

What can you learn/benefit from it?

The curriculum enhances students' abilities of critical thinking and appreciation through close interaction with literary texts, encourages creativity and self-expression, and cultivates a life-long interest in reading literature. It also helps develop their capacity for personal growth, empathy and cultural understanding, and enhances their sensitivity to language use and awareness of the relationship between literature and society.

How will you learn effectively in the subject?

To effectively master the subject, students should take an active part in learning. Specifically, they need to:

- work closely with the teacher and classmates on how to approach texts.
- engage actively in class discussions.
- read and view widely and critically.
- exercise their imagination and critical thinking in formulating their own views and responding to texts through oral or written means.
- consider the feedback from teachers and peers with an open mind.
- reflect regularly on their own learning experience, and see how they can further improve.

How can it help you prepare for your future?

The senior secondary Literature in English curriculum helps broaden and enrich students' knowledge and experience, and provides a firm foundation for further study, vocational training or work. It opens up a large variety of post-secondary educational and career pathways, particularly in the areas of media production, performing arts, teaching, law and social sciences.

Related website

- ◆ <http://cd.edb.gov.hk/eng/>

地理

你能夠透過本科的學習學到甚麼？

地理是一門研習地球上不同景觀、民族、地方和環境的科學。簡單來說，地理幫助我們了解自身所處的世界。

如何有效地學習本科？

地理的獨特之處在於它是一個結合了社會科學（人文地理）和自然科學（自然地理）的學科。故此不論學生將來希望修讀理科、社會學科或文科，地理都可以為他們提供一個堅實的基礎。

透過實地考察和參觀，地理為學生提供大量在課室外學習的機會。學生亦可透過本科學會如何閱讀地圖和衛星照片，以及一些特別的資訊科技能力，例如地理訊息系統(GIS) 和全球定位系統(GPS)。

旅遊與款待

旅遊及款待業對香港經濟日趨重要。旅遊與款待科為學生提供該行業穩固的知識基礎，裝備他們以迎接新的經濟環境。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

旅遊與款待科能培養學生適應瞬息萬變的香港社會所需的能力。本科提供多元化的學習經驗，透過研習本地及國際的旅遊及款待業的趨勢，探討和了解個人與社會之間的關係，以及有關趨勢和議題對社會、經濟和環境的影響。



本科如何裝備你為未來作出準備？

地理可以為投身不同行業的學生作準備，當中最常見的職業包括城市和運輸規劃、物流管理、建築、土力工程、測繪、資源和環境管理、旅遊和閒暇管理等。從廣義來說，意欲投身於公共行政和商業管理的學生也可從中受益。

相關網站

- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/geog/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/dvd/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chi

如何有效地學習本科？

參觀博物館、酒店、餐廳、主題公園、景點及觀看相關的電視廣告，都能為學生提供資料幫助他們有效地學習本科。

本科如何裝備你為未來作出準備？

旅遊與款待科不僅讓同學認識本地和國際旅遊業的重要議題。在學習過程中所培養的專門及共通能力，更可以讓同學在不同的服務行業中取得更大的優勢。

相關網站

- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/ths/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/dvd/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chi



中國歷史

中國歷史教育讓學生認識和關心國家民族的過去與現在，並展望未來發展的路向。

你能夠透過本科的學習學到甚麼？

新高中中國歷史課程選修部份提供了多元化的選擇。學生可以按自己的興趣與能力，從六個單元之中選修兩個。

中國歷史不單只是國民教育的重要素材，也注重解難、內省、批判及創意思維等能力的培養，藉以提升學生處理日常生活事務及參與社會決策的能力。此外，透過學習中國與世界其他民族交往的歷史，使學生懂得欣賞及尊重其他文化體系的價值，培養有容乃大的胸襟，以面對全球化的新世界。

新高中中國歷史課程必修部份以詳近略遠的方式編排，讓學生有較多時間認識新中國的發展。

如何有效地學習本科：

中國歷史源遠流長，文化遺產豐富，研習材料特別多。學生可以透過參觀考察等多姿多采的學習活動，愉快地學習，認識歷史。這些學習經歷與研習成果，還可以作為公開評核的一部份，減輕公開筆試的壓力。對於好思考愛體驗的學生，中國歷史是十分適合的選擇。

本科如何裝備你為未來作出準備？

自改革開放以來，中國在世界政治及經濟等領域的角色越來越重要。學生將來無論從事什麼行業，都要對國情有基本的認識。中國歷史為學生提供這方面的教育。

相關網站

- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chist
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/dvd/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chi

如何有效地學習本科



■ 必修部分：

1. 二十世紀亞洲的現代化與蛻變
2. 二十世紀世界的衝突和合作

■ 選修部分（其中一項）：

1. 比較歷史
2. 歷史議題探究
3. 本地文化承傳研習

你能學到些甚麼？

- 對自己、社會及世界的了解。
- 培養全球視野，助你審時度勢。
- 批判性思考技能。

相關網站

- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/hist/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/dvd/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chi

倫理與宗教



如何有效地學習本科？

學生若對一些人類的共同經驗（如：生死問題）感興趣，喜歡與人分享和表白個人對一些宗教或社會議題的見解，樂於反省個人及公眾生活，都能有效地學習本科。

本科如何裝備你為未來作出準備？

透過倫理與宗教科的訓練，學生對複雜的倫理議題會有深入的了解和討論，從而培養出多角度的分析能力、創意思考及解難能力，這對他們日後升學都很有幫助。

相關網站

- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/ers/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/dvd/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chi

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

結合倫理學與宗教學的學習經歷，學生不單能有系統地認識宗教信仰、教義、禮儀和生活方式等知識；同時亦能獲得探究人生、認識自己，並了解社會運作秩序的機會，從而能尋覓定向，知所進退。

組合科學

如何有效地學習本科？

本科內不同的學科元素涉及不同的學習方法。有關詳情，請參閱物理、化學及生物的科目內容。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

這視乎你所選讀的組合：

- (i) 組合科學（物理、化學）——你將會獲得與生活相關的物理概念和知識，以及為持續進修所需的基本化學。
- (ii) 組合科學（生物、物理）——你將會了解生物世界，認識自己的生理過程及個人在環境中扮演的角色。同時，獲得與生活相關的物理概念和知識。
- (iii) 組合科學（化學、生物）——你將會研習為持續進修所需的基本化學，以及了解生物世界，認識自己的生理過程及個人在環境中扮演的角色。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?langno=2&nodeID=5962>

本科如何裝備你為未來作出準備？

組合科學有助你在科學、科技、醫學或工程等相關的領域繼續進修和就業。此外，在本科所學到的邏輯思維和解決問題技能將令你在工作上更具競爭力。



化學

是認識不同形式物質的關鍵科學。它研究能量與物質、化學結構和化學反應的關係。化學家知道什麼把物質世界聯繫在一起，以及如何去改變它。眾多的化學產品對我們的日常生活產生巨大的影響。

如何有效地學習本科？

你需要準確地解釋不同的數據和觀察，研究不同的解說和參與不同的實驗和探究研習。同時，你必須深入思考以聯繫多個課題的內容。



本科如何裝備你為未來作出準備？

化學是修讀許多專上課程的所需科目，其中包括醫學、藥劑學和不同的科學科。化學亦有助修讀環境科學、工程學等課程。除修讀專上課程外，化學會令你掌握在不同的職業所需要的技能，包括分析能力、邏輯思維、創造力和溝通能力。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?langno=2&nodeID=5962>

物理

物理學是基礎科學之一，研究自然界的定律，以及眾多物理現象之間的種種關係和行為。本課程提供基本物理學原理和概念，課題包括必修部分「熱和氣體」、「力和運動」、「波動」、「電和磁」及「放射現象和核能」，和選修部分「天文和航天科學」、「原子世界」、「能量和能源的使用」及「醫學物理學」。

如何有效地學習本科？

本課程旨在提高學習物理的趣味性和實用性，你可以把學習物理與生活情境聯繫起來。透過多樣的探究活動和自我評估，激發你的興趣和動力。

本科如何裝備你為未來作出準備？

本課程有助你將來在大專院校繼續進修本科及其他相關的學位或副學位課程。本科所學在日常生活應用物理學的知識和技能的能力，可幫助你有效地修讀各種與職業相關的課程。此外，在本科學到的邏輯思維和解決問題的技能亦令你在就業上更具競爭力。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?langno=2&nodeID=5962>

生物

生物學主要是研習生物世界，建構生物知識，發展科學過程技能，以及培養對生命與生物世界的正確價值觀和態度。課程內容涵蓋生物學的主要範疇，包括必修課題——細胞與生命分子、遺傳與進化、生物與環境和健康與疾病，以及選修課題——人體生理學：調節與控制、應用生態學、微生物與人類和生物工程。

如何有效地學習本科？

生物科的學習著重對生物的概念和原理的了解，而非強記硬背詞彙和事實。學習本科時，宜把生物知識與日常生活體驗加以聯繫，並應用已有知識來解決問題，從而使學習更有成效。

親身參與實驗和探究活動尤為重要，可讓你從中獲取個人的科學探究經驗。此外，積極投入各類學習活動，例如：閱讀科學文章、小組討論、辯論、口頭報告、角色扮演和野外考察等，亦有助達成學習目標及促進主動學習。

能夠透過本科的學習學到些甚麼？

學習生物學讓你了解生物世界，認識自己的生理過程及個人在環境中扮演的角色。同時培養科學探究技能、科學思維、批判性思考能力、解決問題能力，以及在與生物學相關的議題上能作出明智的決定和判斷。



本科如何裝備你為未來作出準備？

本課程為你奠定在生物和生命科學範疇的知識基礎，讓你能夠在大專或職業訓練學院繼續進修；或從事與科學、科技和環境有關的職業。此外，生物科的學習有助發展你的邏輯思維及解決問題的能力，有效解決在日常生活中遇到的問題，並使你在就業上更具競爭力。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?nodeID=3377&langno=2>



綜合科學

綜合科學是為志趣廣泛，希望涉獵不同學術領域的同學而設，目標是提高他們的科學素養；內容涵蓋生物、化學和物理等領域的重要科學概念。旨在讓同學認識各個科學領域的知識，同時，仍有空間修讀其他學習領域的選修科目，以擴闊視野，促進全人發展。



如何有效地學習本科？

除了知識上的理解，你亦將會掌握一系列的科學思考方法和科學探究技能。你也會學習從廣泛的材料（如：觀察、實驗、產品說明書、互聯網）中擷取資訊；學習運用科學語言來匯報結果、辯明立場或作出結論；並嘗試在不同場合、針對不同對象，發表自己的結論或見解。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

課程的重點是讓同學充分掌握主要的科學理念，好能積極參與有關科學與科技應用的討論、辯論和決定。在課程中，你將有很多機會反思科學和科技方面的問題和爭議，如「天氣和人類活動如何影響空氣質素？」、「為何我們有時會病倒？」等。透過不同的學習活動，你將建立「凡事以證據為本」的科學思維，學習更明智、更審慎地運用科學資訊。

同時，你將會建立合乎科學、具批判性和創意的思維，並獨立或與他人合作解決與科學相關的問題。

本科如何裝備你為未來作出準備？

你在本課程中獲得的知識、建立的思考模式和解難能力，有助你日後在各大專院校修讀各類課程，例如工商管理、牙醫、法律、風險管理、食品及營養科學、訊息工程、運動科學、精算學及環境科學等。

此外，不少與科學相關的大專學科部門，包括香港大學理學院，都表示樂意錄取修讀綜合科學的學生。

相關網站

- ◆ http://www.edb.gov.hk/FileManager/TC/Content_5999/int_sci_final_c.pdf
- ◆ <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?nodeid=6002&langno=2>

經濟

「我想買一條牛仔褲，一部新款式的手提電話…但我只有HK\$1,000。」「這個周末我想看電影，但是我尚未完成專題研習報告。」「為甚麼媽媽經常投訴她的工資從來追不上生活費用的增加？」你有沒有遇過這些問題？若有，經濟學可能幫到你。

經濟學是關於人類如何管理有限的資源以滿足他們無窮的慾望、研究人類怎樣作決策以爭取最大的利益、並研究影響整體經濟表現的因素。

如何有效地學習本科？

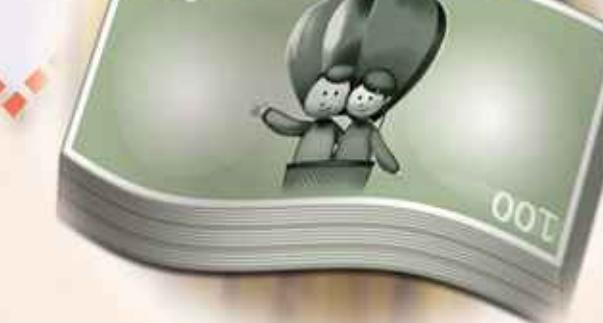
經濟科著重理論與應用。所以，你應培養閱讀報章、雜誌和圖書的習慣，以加強對社會議題的認識，並應用經濟理論來分析這些議題。

你能夠透過本科的學習學到甚麼？

經濟科能夠發展學生的智能，培養從經濟角度探討事物的能力，這些能力對日後在高等院校繼續進修有很大幫助。高中經濟科不單為你在大學修讀經濟學作出準備，亦有助你修讀工商管理、金融、法津、環境研究和社會科學等學科。

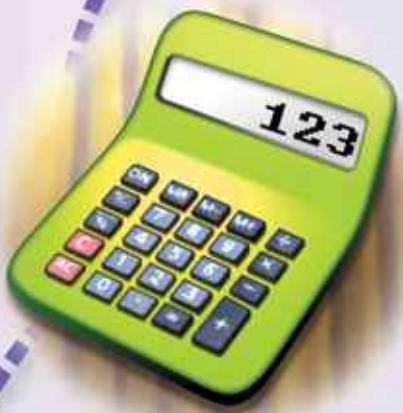
相關網站

- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/econ/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/dvd/chi
- ◆ www.edb.gov.hk/cd/pshe/nss/chi





企業、會計與財務概論



「企業、會計與財務概論」的內容包括不同商業領域(如財務、會計及企業管理)的知識，當中的複雜概念互相緊扣而息息相關。有關的學習元素充分反映出現實商業世界中千絲萬縷的複雜關係，能夠賦予學生一個整全的商業概念。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

「企業、會計與財務概論」課程的必修部分包括四個單元，分別是營商環境、管理導論、會計導論及基礎個人理財，以基礎商業知識和技能為主，作為學生日後繼續升學或就業的基礎。而課程的選修部分是建基於必修部分所涵蓋的知識及技能，為學生提供不同的商業範疇供深入研習。學生可根據自己的興趣及性向，選擇會計或商業管理單元作深入研習。

如何有效地學習本科？

本科建議採用綜合及整全的策略，提供真實或模擬的情境，使學生了解如何在互相關連的商業範疇內應用所學的原則、概念、模式及能力。學生需要從被動的聆聽者變為建構個人知識的獨立學習者，引起內在的學習動機，培養終身學習商業的興趣。

本科如何裝備你為未來作出準備？

由於香港是一個以商業及金融為主的城市，商業、會計與財務知識的學習，將有助培育學生成為未來具企業家精神的寶貴人力資源。「企業、會計與財務概論」課程讓學生在高中掌握商業的知識及技能，為有意在專上教育中選修商業課程的學生以及為就業作好準備。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?nodeid=3104&langno=2>

科技與生活

- 「科技與生活」科是「應用科學」其中的一門學科，內容包括理論、探究和研習。這科目提供兩個不同的學習範疇來滿足學生的不同興趣。學生可在中四至中六時選修其中一個學習範疇：「食品科學與科技」學習範疇或「服裝、成衣與紡織」學習範疇。
- 「食品科學與科技」學習範疇的課題包括食物的特性，食品製作科技，飲食文化，食品研究與開發及食品、膳食、營養和健康議題的關係。
- 「服裝、成衣與紡織」學習範疇的課題包括紡織及成衣科技，基本時裝設計，文化，時裝設計和成衣工業的關係。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

修讀「科技與生活」科，你可以學到下列各項，發揮潛能：

知識

- 你可以從不同角度和範圍，更深入探討與食物或衣飾有關的議題及關注事項，從而提升個人、家庭、社會及全球層面的生活質素
- 你學會如何有效管理和運用自然及社會經濟資源，同時亦兼顧到環境及生態的可持續發展原則

共通能力

- 透過不同模式的學習活動，加強你的共通能力（如：創造力、批判性思考能力、溝通能力、解決問題能力、自我管理能力、協作能力）

價值觀和態度

- 當面對食品或服裝情境下具爭議性的議題時，你能合情合理地作出決定，以正面的價值觀和開明的態度，接受挑戰和不明朗的事情，培養健康的生活模式，並對社會及世界的福祉作出貢獻

如何有效地學習本科？

- 培養對本科的興趣
- 主動學習和試行新構思
- 樂於閱讀與本科相關的參考資料和進行探究性的研習

本科如何裝備你為未來作出準備？

成人生活或家庭生活

- 掌握基本的知識和共通能力，讓自己、家庭以至整個社區享受優質的生活（如：健康的生活模式、負責任的公民和消費者）
- 在推敲和解決與健康、可持續發展等相關的問題時，藉著批判性思考能力為自己或家庭在選擇食品和服裝時作出明智的決定

升學

- 本科銜接本地及海外大學的學士、碩士及博士學位課程，如：食物及營養科學、服裝和紡織

就業

- 「科技與生活」科與很多不同種類的行業都有關係，通過不同模式的學習活動，如：參觀、採訪等，你會對各有關行業有更深入的了解



本科如何裝備你為未來作出準備？

- 食品科學與科技學習範疇的職業發展路向
如：食品科學家、營養師、營養學家、食品公司的行政人員或經理、教師、講師
- 服裝、成衣與紡織學習範疇的職業發展路向
如：時裝設計師、時裝雜誌編輯、形象顧問、紡織產品開發員、紡織研究員、經理、採購員、教師、講師

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/334>
- ◆ http://www.hku.hk/science/undergrad/program_food.htm
- ◆ <http://www.cuhk.edu.hk/fns/index.html>
- ◆ <http://www.itc.polyu.edu.hk/programmes/undergraduate.html>

健康管理與社會關懷

「健康管理與社會關懷」科是高中課程的一個全新選修科目。科目內容包括人生不同階段的個人成長、如何維持及推廣健康，並從個人、家庭、社區、國家層面，分析本地和全球與健康和社會關懷有關的議題、關注事項和政策。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

知識

- 你可以明白個人的行為和生活習慣、與個人健康幸福、社區的福祉之間的關係
- 你會學到如何從不同層面和角度理解、分析及評鑑本地及全球關於健康和社會關懷的議題

共通能力

- 透過真實情境和生活事件中的不同模式的學習活動，加強你的共通能力(例如：批判性思考能力、溝通能力、解決問題能力、自我管理能力、協作能力)

價值觀和態度

- 培養自己成為一個負責任和關懷他人的公民，能為社會的福祉而建立及推廣個人、家庭和社區的健康生活方式

如何有效地學習本科？

- 多留意及關注時下的健康和社會關懷議題
- 參與健康和社會關懷相關的服務，與人溝通了解他們的需要

本科如何裝備你為未來作出準備？

你能掌握基本知識和能力，從而準備：

成人生活

- 建立及推廣健康生活方式，締造關愛和諧的社會

升學

- 銜接本地及海外大學的學位課程，例如：醫學、護理和社會工作

就業

- 你會對與健康管理與社會關懷有關的行業有更全面的認識和理解，例如：醫護界、社會福利界、商界和公共行政界

相關網站

- ◆ 教育局 - <http://www.edb.gov.hk/334>
- ◆ 世界衛生組織 - <http://www.who.int>



設計與應用科技

「設計與應用科技」課程旨在為學生提供科技與設計的基礎知識和技能，培養他們具備創新及富創業精神的特質，以便在知識型的經濟環境中，能面對社會、經濟及科技的急劇轉變。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

本科的學習範圍包括三個必修的學習範疇，分別是「設計與創新」、「科技原理」和「價值與影響」及五個選修單元，包括「自動化操作」、「創意數碼媒體」、「設計實踐與材料處理」、「電子」和「視像化及電腦輔助設計模塑」。學生須要完成五個選修單元中的其中兩個。透過本科的學習，學生能理解和應用一系列科技領域中的知識，以處理特定的需要和期望，能探討如何綜合意念與實踐，並檢視科技對社會和環境的影響。除科技與設計的知識和技能外，本科亦著重培養學生自主學習和終身學習的能力，幫助他們為日後進修和未來的生活作好準備。



如何有效地學習本科？

學生應在學習與活動中，發掘藏於科技、設計和社會間的聯繫。他們可探索不同的設計情境，例如個人生活、家庭、學校、文娛、社區、環境、商業及工業等。各種課業如個案研究、研發工作、產品分析、設計作業和企業活動及現實世界的經歷，可幫助學生把理論與實踐聯繫起來。

本科如何裝備你為未來作出準備？

透過學習本科的基礎知識及所引發的興趣，可培養學生對設計、工程、應用科學、媒體傳意等方面的進修或職業志向。本科被視為入讀大學的其中一個選修科目，更被一些大學學系，例如設計、工程、醫學等，列為特定要求的選修科目之一。

相關網站

- ◆ <http://www.edb.gov.hk/>
- ◆ <http://www.hkdesigncentre.org/>
- ◆ <http://www.hkstp.org/>
- ◆ <http://www.hongkongda.com/>
- ◆ <http://www.pvchk.org/>
- ◆ <http://www.idshk.org/>
- ◆ <http://www.hongkongda.com/>



資訊及通訊科技

「資訊及通訊科技」課程提供學生知識及實用技能，並讓學生明白運用相關科技去解難所涉及的操作過程，包括廓清問題、制訂解決方案，以及在操作過程中應用資訊及通訊科技的必需知識和技巧。

如何有效地學習本科？

本科的學習是一個複雜的、多元化的、生動而互動的過程。知識可透過教師指導及閱讀文獻獲取，也可通過學員自我反思及與他人協作互動等不同活動來獲取。除了傳統的課堂學習外，學生應主動學習，並採用探究式及問題為本學習法來學習。此外，學生應採用體驗性學習法，並尋求機會在真實的場景設定中認真學習。

本科如何裝備你為未來作出準備？

本科為學生日後投入社會工作，或是繼續進修相關課程打下穩固的基礎。此外，本科亦能幫助學生裝備必要的知識、技能及態度，為應付資訊及通訊科技的迅速發展作好準備。

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

「資訊及通訊科技」課程分為必修和選修兩部分。必修部分包括五個單元，涵蓋基礎原理：資訊處理、電腦系統基礎、互聯網及其應用、基本程式編寫概念和資訊及通訊科技對社會的影響。選修部份設有四個選項，分別來自具有特色的電腦或資訊科技及其應用的範疇。選修部份的選項包括：數據庫、數據通訊及建網、多媒體製作及網站建構和軟件開發。學生須在四個選修部分挑選其中一項作深入探究。「資訊及通訊科技」課程能協助學生發展個人的智育、終生學習能力及多種重要的共通能力，包括批判性思考、溝通、創造力、解決問題能力等。



相關網站

- ◆ http://www.edb.gov.hk/FileManager/TC/Content_5999/ict_final_c.pdf

視覺藝術

視覺藝術科的學習包括藝術評賞和藝術創作。學生評賞自己和別人的作品，以及參與創作的學習活動，從而豐富美感知和生活經驗，並掌握藝術知識和技巧。

如何有效地學習本科？

本科強調學生的自主性，讓他們透過自選主題去研習別人的藝術作品，並探討適合表達個人意念的藝術創作途徑。

學生透過個人的作品集，記錄他們的學習歷程和意念發展，培養評賞藝術的能力，並反映獨特的藝術風格和創作能力。



你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

透過欣賞和創作視覺藝術的學習活動，學生不單掌握和運用相關的知識和技能，如視像傳意技巧，更能發展敏銳的觀察力、想像力、創意、審美能力、溝通能力、批判性思考能力及多角度觀點，培養正面的價值觀和積極的態度，提升他們在本科及其他學科的學習效能，並有助他們學會學習。

學生透過修讀本科，加深認識中西、古今和不同地域的視覺藝術，從而拓寬視野，並加強對不同文化的理解和尊重。

本科如何裝備你為未來作出準備？

視覺藝術科是大學收生考慮的其中一個選修科，更獲多間大學的藝術課程列作優先考慮的科目。視覺藝術科可以靈活地與人文、科技、科學、經濟、商業管理和語文等學科範疇配合，以擴闊學生升學和專業發展的空間，例如藝術創作、藝術行政、藝術評論、藝術教育、大眾傳媒和文物修復；動畫、電影和錄像製作；廣告、時裝、形象、產品和舞台設計；以及建築工程、外科醫療、藝術治療和其他與創意工業相關的專業等。

相關網站

- ◆ <http://cd.edb.gov.hk/arts>



音樂

高中音樂科課程強調均衡地發展學生的評賞、演奏和創作能力，亦讓他們按自己的興趣和專長，選取合適的音樂範疇作更深入的探究和研習。

如何有效地學習本科？

音樂科的學習包括聆聽、演奏和創作。透過評賞自己或別人的演出和作品、參與獨奏和合奏活動，以及運用創意去創作音樂，學生不但可以應用音樂知識和技巧，表達個人的特質和情感，更可發揮想像力、創意、審美能力、溝通能力和批判性思考能力，以表達音樂的內涵、特質和情感。



你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

音樂教育對人類的美感、智能和德育發展貢獻重大，能培養學生的創意思維、靈活開放和尊重他人的態度。音樂提供了無限的空間，讓學生利用其獨特的表現力，自由地發揮想像力和抒發情懷，是語言文字不能替代的。

學生透過修讀音樂科，加深對多樣化音樂的認識，包括西方古典音樂、中國樂器、粵劇音樂和流行音樂，從而拓寬視野，並加強對不同文化的理解

和尊重。

本科如何裝備你為未來作出準備？

音樂科是大學收生考慮的其中一個高中選修科，更獲多間大學的音樂課程列作優先考慮的科目。音樂科可以靈活地與人文、科技、科學和語文等學科範疇配合，以擴展學生升學和專業發展的空間，例如音樂創作、劇本創作、藝術行政、藝術評論、大眾傳媒和音樂教育；動畫、電影、錄像和唱片製作；廣告和舞台設計；以及音響工程、音樂治療和其他與創意工業相關的專業等。

相關網站

- ◆ <http://cd.edb.gov.hk/arts>

體育

- 本科包含九個理論部分及一個體驗部分
- 九個理論部分涉及生理、營養、物理、社會、心理、歷史、管理等學科的基礎，能幫助學生有效探討「強身健體」、「提升自我」和「關心社群」相關議題
- 在體驗部分，學生需要進行體適能訓練、參與最少兩項體育活動、組織校內或社區競賽/康樂活動、以及討論體育、運動及康樂時事

你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

- 在科學、人文及社會科學等不同領域進修打下良好基礎
- 培養科學探究精神和反思能力
- 發展正面的態度和價值觀

本科如何裝備你為未來作出準備？

- 掌握了體育、運動及康樂知識，便能更好地理解影響個人、社區、國家或全球日常的問題，並進行批判性獨立思考
- 身心健康，便能面對各種挑戰，並在實踐活躍及健康生活時，有高度自我調控的能力，能起帶頭作用，並且關注與健康社區相關的問題

如何有效地學習本科？

透過實習、實驗和實地研習，運用和測試理論，獲取第一手資料，進行反思。

相關網站

體育選修科課程設計：

- ◆ http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/pe/tc/NSS/NSS%20School%20Information%20Kit_PE_c_080329.ppt (本科簡介)

- ◆ http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/pe/tc/cd/ProvFinal/pe_final_c.pdf (本科課程文件)

其他國家的相類科目：

- ◆ http://www.curriculum.wa.edu.au/pages/syllabus_manuals/volumes/VI_health/physical.htm (澳洲)
- ◆ http://www.aqa.org.uk/qual/gceasa/spo_assess.php (英國)



應用學習

應用學習為高中課程提供多元化元素，並與其他科目互相補足。透過與學生生活相關的學習情境，學生的好奇心及學習需要得以滿足。課程將歸納於六個學習範疇之下：(一) 創意學習；(二) 媒體及傳意；(三) 商業、管理及法律；(四) 服務；(五) 應用科學；以及(六) 工程及生產。學生有廣泛選擇，他們可按其興趣、志向及能力選修自己喜愛的科目。為了讓學生享有真實、實用及多元的學習機會，課程內容取材自不同職業及專業範疇。課程亦會按本地及全球在社會、經濟和科技上的趨勢作適時更新。

如何有效地學習本科？

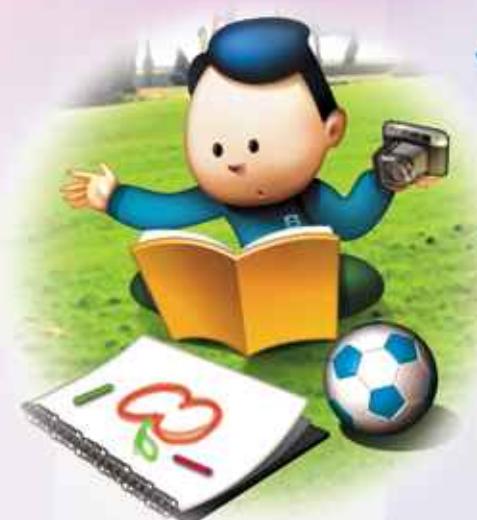
應用學習讓學生透過應用及實踐去了解基本概念及理論，學生在真實或接近真實環境下發展共通能力。應用學習課程由有能力、合資格並樂意為高中教育作出貢獻的機構提供，包括專上院校及專業團體。為了向學生提供合適的學習經歷，學生會在不同場地學習，如學校、課程提供機構的場地或真實工作環境。

相關網站

- ◆ 若要了解更多資訊（包括應用學習的概要及發展，可供修讀的課程和課程提供機構名單），可以瀏覽以下網站：<http://www.edb.gov.hk/apl>

本科如何裝備你為未來作出準備？

應用學習致力為學生打穩學習基礎。透過應用學習，學生發展終身受用的價值觀及態度。在課程中學生有機會探討終身學習的方向及對職業的取向。



你能夠透過本科的學習學到些甚麼？

透過發展基礎能力，思考能力，人際關係，價值觀和態度以及與職業相關的能力，學生可以為升學、就業及終身學習作好準備。學生亦會學習與某專業或職業範疇相關的知識、技能及工作要求。學生在應用學習取得的資格具有與其他科目同等的地位，其成績亦會紀錄於香港中學文憑（HKDSE）上。

3.4：選修科目組合及程序

這部分需由學校自行提供

選科程序（重要日程）：

個人選擇成功機會的初步評估：

不同選修班別、組合、學科的要求：

若第一選擇或組合落空了，我的次選是：

我的行動座標

第4站：怎樣到達目的地？

經過上一站的努力，相信你應該對新高中的課程架構及學校可提供的選修科目已有一定的了解。然而，了解課程的基本架構只是活出富色彩人生的開始。那麼，你應該如何決定未來三年所選修的科目呢？

你已經到達任務的最後階段了，這亦是最具挑戰性的時刻。你需要：

- 再一次反思前頁「自我發現」的結果——你的個人性格，你的學業和事業興趣傾向，你的技能，你的抱負…
- 決定你未來高中學習的選科抉擇
- 設計一個能令你完成以上抱負和目標的行動計劃

訂立目標——包括一個長遠的和很多個短期的目標。按步就班地完成短期目標，將帶領你朝向長遠的目標邁進。

提示1：當你訂立學習或事業目標時，請留意…

- ◆ 目標須是實際及可行的
- ◆ 徵詢老師、家長和朋友的意見和建議
- ◆ 將短期和長遠目標寫下來，並定期作評估和修訂

提示2：創造你的行動計劃——be “SMART”³！

- ◆ **S**pecific 特定的一→ 需要做什麼具體的工作或行動？
- ◆ **M**easurable 可量度的一→ 怎樣才算達致成功或完成任務？
- ◆ **A**chievable 可達到的一→ 這工作或行動能否在可見的將來完成？
- ◆ **R**ealistic 實際可行的一→ 以我現時的能力，我能否處理這工作或行動？
- ◆ **T**ime check 有時限的一→ 何時能夠完成行動計劃？

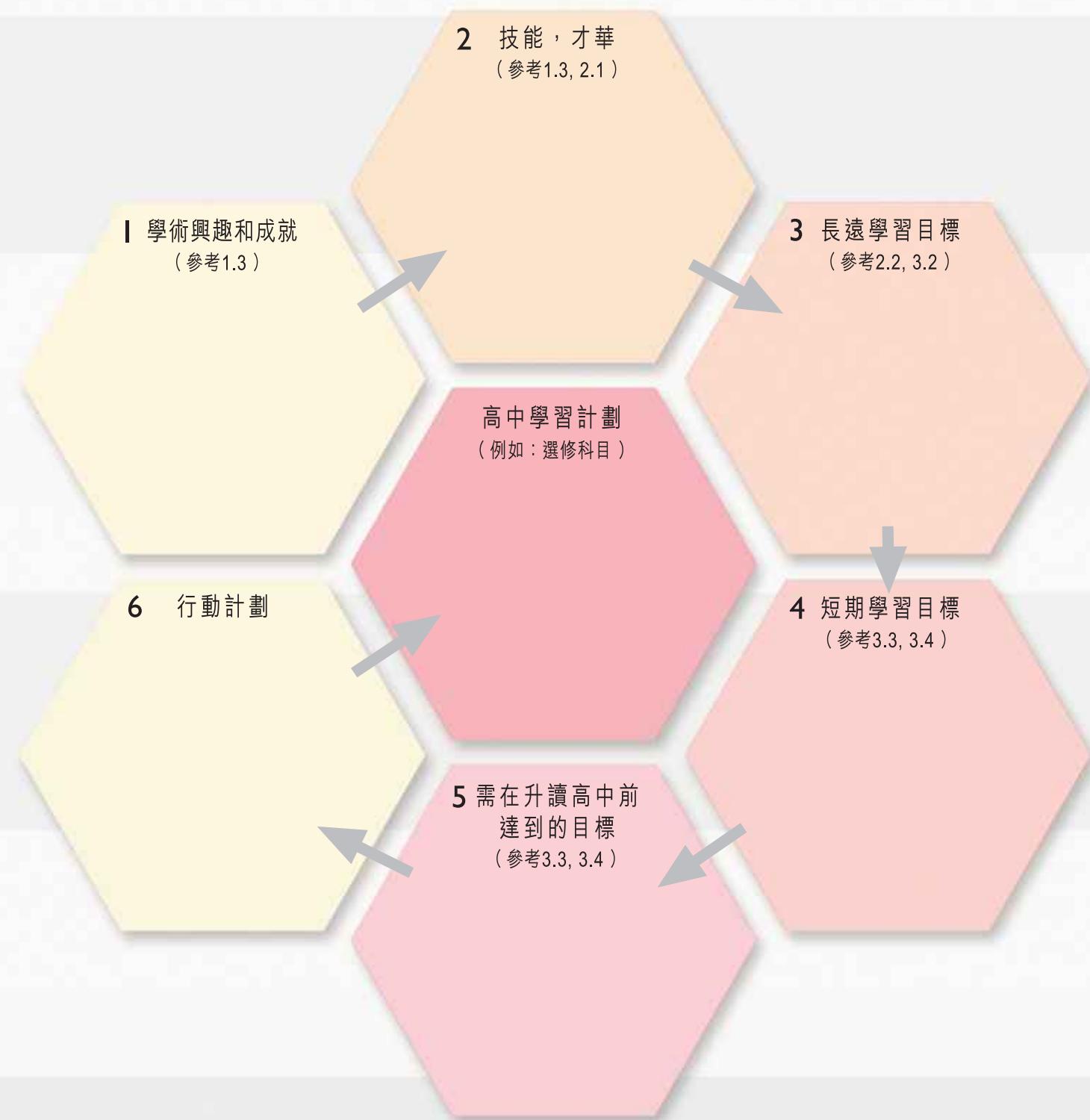
行動計劃的主要作用是協助你一步一步完成目標，

由短期目標邁向至長遠目標，行動計劃就好像一個解決問題的練習——我能夠怎樣做和做什麼來達到目標呢？

讓我再一次重申，你必須對自己誠實，認清自己所有的，盼望得到的，並要勇敢大膽地面對挑戰，作好準備實踐行動。

³ SMART Model" adapted from *Progress File* , produced by the Department for Education and Skills; Getting Started, Section 7 Action Planning.

由座標的核心部份開始——寫下你希望在第一年高中課程修讀的科目（包括應用學習課程）。然後跟著次序由1至6一個接一個地完成其他部分，直至完成整個座標。



第5站：支持伙伴座標

恭喜你！你已完成一個階段的個人抱負探索了。但是，一個階段的結束往往是另一個階段的開始——不妨將你在P.47完成的行動計劃座標製作成一張海報，用以提醒你開始及持續進行你的行動計劃吧！

但請緊記，你一直在轉變，所以你的行動計劃、學習計劃、以及事業取向亦可能會不斷轉變。因此，無論你做了什麼計劃，也需要不斷檢討和修正。

最後，請把你的“我的行動座標”海報拿給你的支持伙伴看一看，詢問他／她的意見，並邀請他／她把意見和建議寫在下面的座標中。你會否覺得你的行動計劃需要修改？為什麼？怎樣修改？

(這部分由伙伴填寫)



Finding Your Colours of Life: NSS Subject Choices and the Development of Career Aspirations
尋找生命的色彩：新高中科目選擇及個人抱負的探索

Published by

The Hong Kong Association of Careers Masters and Guidance Masters

Sponsored by

Curriculum Development Institute, Education Bureau, the Government of Hong Kong Special Administrative Region.

Through the Project "Preparing students for NSS from a career development perspective", in the Partnership Scheme with Subject-related Organisations, administered by the Life-Wide Learning and Library Section.

Project Team:

Advisors: Prof. LEUNG Sheung Ming, Alvin (Department of Educational Psychology, The Chinese University of Hong Kong)

Dr. CHUI Yat Hung (Department of Applied Social Science, The Hong Kong Polytechnic University)

Dr. CHEUNG Wai Leung, Raysen (Department of Applied Social Studies, City University of Hong Kong)

Editor and Author: Dr. HO Yuk Fan (The Hong Kong Association of Careers Masters and Guidance Masters)

Persons-in-charge of pilot schools programs:

Ms. CHENG Wai Yee, Monica (Holy Trinity College)

Ms. YAU Shun Yee, Flora (SKH Li Ping Secondary School)

Ms. LEE Yuk Yi (Carmel Secondary School)

Mr. WOO Chun Kit & Mr. Richard YEUNG (Carmel Holy Word Secondary School)

Mr. WONG Kwan Bo, Remy (STFA Leung Kau Kui College)

Mr. CHAN Wai Man & Ms. AU Sui Woon (Stewards Pooi Tun Secondary School)

Mr. HO Chun Yan (C&MA Sun Kei Secondary School)

Mr. NG Po Shing (Tak Sun Secondary School)

Research Assistants: Mr. IP Ka Chi Antony

Miss CHAN Hiu Kwan, Cony