九龍三育中學
生涯規劃組
週年發展計劃 (2026-27 年)

一、目的

1. 協助本校學生認識本港之升學途徑、了解本港各大學及專上學院提供之課程。
2. 協助學生認識內地及海外升學途徑、提供相關資料及協助辦理申請手續。
3. 為學生提供個人/小組輔導，協助學生了解自己的興趣、能力、需要和志向，從而作出生涯規劃。
4. 就選科、選校及選擇職業各方面，為有需要的同學提供個人及集體的輔導。
5. 協助學生認識工作世界，使他們能選擇適合自己之工作，並盡早向學生灌輸正確的工作概念，在社會上扮演有意義之角色。
6. 協助學生申請升學或工作，讓學生了解求職技巧、選科、選校及選擇職業時所需注意的事項，使學生認識職業陷阱。
7. 鼓勵學生不斷進修，充實自己，適應急劇變化的社會。
8. 促進學生家長支援子女作出生涯規劃。
9. 收集、提供及發放有關升學及就業的最新資料，包括升學或接受職業訓練的機會、各行各業的入職條件。

二、 現況分析

1 強項

1.1 本校教職員相處融洽，樂於互相幫助，使本組活動得以順利推行。

1.2 近年AI 出現，同學比以往更關注升學就業前景。

1.3 生涯規劃工作已推行多年，故已建立了一定的基礎及模式；尤其在提供升學輔導服務方面，累積有一定的經驗。活動形式兼具講座、工作坊、參觀、體驗和個別輔導，能照顧不同學習風格，亦有助學生把抽象的升學及職業概念轉化為具體經驗。

1.4 本組累積了足夠的資源，擺放在班房及教員室的資源閣，供同學及教師索閱。

2 弱項

2.1 由於生涯規劃教育不是納入正規課程，在推行活動時，對學生課時或會做成影響。

2.2 一般同學對升學/就業的現況認識不足，很少為前途作出長遠的打算

2.3 本組老師多身兼其他行政組別工作或班主任，工作繁重。

2.4 活動安排可能受到時間、人手、合作機構或資源限制。部分活動的取消或未能延續，會減少學生接觸 STEM、建造業、公共服務及實務技能的機會。

2.5 來年大部分學生缺乏學習動機，且專注能力不足，在學業基礎、自信心及自我形象方面表現一般，對前路方向模糊，教師有必要增加課堂互動，本組應加強對學生的支援。

3 契機

3.1 政府致力增加高中教育、高等教育及持續教育的機會。無論社會各界、學校、以至學生家長，也日益重視畢業生的出路前途，此種趨勢令生涯規劃組所提供之活動獲得更廣泛的支持及認同。

3.2 民政及青年事務局和青年發展委員會推出經優化的「民青局賽馬會青年生涯規劃計劃」（計劃），協助中學生實踐生涯規劃，把握國家發展機遇。新一輪計劃（2025-28）獲香港賽馬會慈善信託基金出資支持。

3.3 青協是第二年合作機構，他們在來年會繼續為本校服務及提供一次內地3 日2夜交流團。

3.4 學校已有不同年級的活動基礎，可進一步整合為校本課程，讓每級班主任在早會空餘時間與學生一同探索分享。

3.5 近年香港漸多學生願意往內地升學，2025/26 學年「文憑試收生計劃」報讀內地高等院校本科課程（即學士學位課程）的同學，是於2025年12月1日至31日期間登入廣東省教育考試院網頁（eea.gd.gov.cn）報名。

3.6 校外組織如勞工處、輔導教師協會、大專院校、各大商業機構，海外辦學團體、學友社、職業訓練局和教育局等均定期舉辦活動，為學生提供最新的升學及就業資料，包括書籍、參考資料、小冊子和教材套等。

3.7 上述機構亦定期為本組老師舉辦各類研討會，提供訓練課程，協助本組老師了解並推行本組的工作；舉辦工作場地參觀，讓老師有機會實地參觀各行業的工作場地，以便老師有足夠的資料向學生提供適當的生涯規劃輔導。

4. 危機

4.1 大量內地學生來港入讀本校，老師需要大量時間幫助同學適應新環境，處理學習及語言問題，難免對不同學生的生涯規劃需要有所忽略。

三、 發展計劃（2026-2027 年）

3.1 2025-28「民青局賽馬會青年生涯規劃計劃」（計劃）合作伙伴是香港青年協會

3.1.1 項目名稱是夢想隨意門

3.2 協助老師及學生掌握最新的升學資訊

3.2.1 於升學輔導壁報板展示各院校入學資訊及生涯規劃活動資訊

3.2.2 透過推薦生涯規劃講座、工作坊及短期課程鼓勵生涯規劃組老師及班主任的認知及輔導技巧

3.3 協助學生規劃個人未來升學及就業方向

3.3.1 透過選科輔導活動及體驗課堂協助中三學生選擇適合的選修科

3.3.2 支援中六學生根據成績及個人興趣報讀適合課程

3.3.3 透過生涯規劃資助計劃(3年校本支援計劃)，與香港青年協會合作於各級舉辦生涯規劃工作坊及體驗活動

3.2.7 為同學提供本地院校及外地大學的升學資訊

3.4 增進學生對就業世界的認知

3.4.1 安排工作機構參觀予各級學生

3.4.2 為初中學生舉行生涯規劃及職業性向講座及工作坊

3.4.3 邀請校友分享工作狀況

3.4.4 安排大灣區發展探索活動、交流團及就業體驗機會

3.5 提升家長對子女升學出路的認知

3.5.1 透過校網發佈升學資訊予家長

3.5.2 中六建議設立家長資訊發放WHATSAPP 群組，讓中六家長在放榜日支持子女升學去向

3.5.3 舉行講座讓家長認知最新的升學形勢及如何輔導子女選科及報讀課程

3.6 活動反思及回顧

3.6.1 每一活動會有一份活動回饋表格及一份工作坊檢討問卷，請參閱附件一

四、 本學年具體工作

本組成員: *趙婉婷、^張健軍、^羅偉康、林家偉、馬景超、趙詠恩、文海燕、馬惠芝、林曉晴、蔡欣傑、郭俊軒、易碧珍

青協群組協調人: 趙婉婷(S3班主任)、張健軍(S1班主任)、羅偉康(S5班主任)、林曉晴(S4班主任)

級別	活動名稱	內容	負責老師
S6	JUPAS, E-APP, VTC,內地高校招收香港中學文憑考試學生計劃學校戶口及學生資料管理	跨組別合作 管理及更新各個報名平台學校戶口及學生資料	趙婉婷 馬景超
S4-S6	訂購/訂閱各種升學指南	包括: 明報聯招選科全攻略、星島日報大學聯招選科指南、中學畢業生升學輔導手冊、內地高校招收香港中學文憑考試學生計劃指南、學友社大中華升學指南、學友社高中選科及升學指南、青協DSE 放榜攻略、學友社出路指南等	趙婉婷
詩歌舞街	生涯規劃組壁報板	生涯規劃組壁報板發放最新生涯規劃及升學資訊	趙婉婷
界限街	生涯規劃組壁報板	生涯規劃組壁報板發放最新生涯規劃及升學資訊	羅偉康
S1	中一級工作坊(青協)	● My Assets (共有2節) 日期:15/09/2026(二)及22/09/2026(二) 時間:15:50-1650	張健軍 馬惠芝
S2	中二級工作坊(青協)	● 職業體驗課(共有2節) (外來導師分享職業內容： 甜品咖啡師，美甲化妝) 日期:23/2/2027(二) 及2/03/2027(二) 時間: 15:50-1650	林曉晴 羅偉康
S3	中三級工作坊 (青協)	● My Choice (共有2節)(每節 2小時) 日期:4/1/2027(一)及11/1/2027(一) 時間:1505-1705	文海燕 馬惠芝
S3	中三級家長講座 (青協及HK01)	● 選修家長講座 日期: 15/10/2026 (四) 時間:1830-2000	中三班主任 趙婉婷 文副

S3	高中選修科學習日 (教務組合辦，日子待定)	跨組別合作 ● 同學有機會嘗試上不同的選修科的課	待定 (殷惠琼)
S3、S4 及 S5	大專院校暑期課程/暑期體驗活動	推薦中三至中五同學參加大專院校的暑期課程、例如香港理工大學、香港都會大學、香港恒生大學，讓他們更認識心儀學系，了解大學生活	趙婉婷

S4	中四級工作坊(青協)	● My Value(共有2節) 日期:12/4/2027(一)及19/4/2027(一) 時間:1505-1605	趙詠恩 林曉晴
S5	中五級工作坊(青協)	● My Tool 日期:26/10/2026(一) 時間:1505-1605	羅偉康
S6	中六級工作坊(青協)	● My CV 日期:23/09/2026(三) 時間:1305-1415	趙婉婷 林家偉
S6	中六級工作坊(青協)	● 模擬面試工作坊 80位同學分8組進行小組面試 日期:7/10/2026(三) 及 14/10/2026(三) 時間:1305-1415	趙婉婷 羅偉康
S1-3	初中生涯規劃週會講座	● 讓夢想飛揚 日期:4/3/2027(四) 時間:1430-1540	趙婉婷
S4-5	高中生涯規劃週會講座	● 未來職人 日期:3/3/2027(三) 時間:1430-1540	羅偉康
S6	「卓育菁莪」中學生生涯規劃講座	● 「卓育菁莪」中學生生涯規劃講座 日期: 待定 時間: 待定	林家偉
S5 及 S6	內地高等教育展覽	向中六級同學發佈＜內地高等教育展覽＞資訊	趙婉婷
S6	2025/26學年內地高校招收香港中學文憑考試學生計劃	● 內地聯招 香港文憑試招生學生端繫統 預報名號: 10203 https://www.eeagd.edu.cn/hkmsks/main.jsp	趙婉婷 易碧珍

S4-6	教育局「商校合作計劃」	配合校本課程，特別關注教育局「商校合作」內的測量及建築界工作體驗	趙婉婷
S3-5	香港都會大學李兆基商業管理學院青少年暑期課程 2026	經學校推薦及成功完成課程，可獲學費豁免。每間學校可就每個課程推薦最多三名學生。	趙婉婷 羅偉康
S6	JUPAS 及其他升學途徑講座及工作坊 (JUPAS, VTC, E-APP)	包括學友社大學聯招講座、VTC 升學講座、HKCC「副學位升學攻略」講座、JUPAS 申請工作坊、VTC 申請工作坊、E-APP 申請指南、內地升學分享會等 並輔導中六同學了解及報讀各大專院校及專業培訓課程	趙婉婷
S6	大專院校校長推薦計劃	推薦中六同學參加各個大專院校校長推薦計劃，包括 JUPAS、香港教育大學、VTC、聖方濟各大學及明愛白英奇專業學校、東華學院等	趙婉婷 易碧珍

S6	各種中學文憑試放榜網上講座及博覽會	向中六級同學發放「EDUplus DSE 多元升學展」、「多元出路網上資訊SHOW」、「DSE 面試攻略」、「DSE 放榜升學博覽」、「香港人力資源管理學會模擬求職面試」、「明報高中生升學博覽會」、「VTC及青協合辦文憑試放榜講座」等活動資訊	趙婉婷
S6	放榜輔導	在DSE 及JUPAS 放榜為中六同學作輔導	趙婉婷
S6	VTC 柴灣資訊日參觀	日期:待定 時間: 待定	趙婉婷
S6	VTC 講座	日期:待定 時間: 1305-1415	林副
S6	DAE 升學講座	日期:待定 時間: 1305-1415	林副
S6	東華學院 升學講座	日期:待定 時間: 1305-1415	林副
S6	香港建造學院 升學講座	日期:待定 時間: 1305-1415	林副
S6	理大香港專上學院	日期:待定 時間: 1305-1415	林副
S6	港鐵公司之見習鐵路技術人員計劃	日期:待定 時間: 1305-1415	林副

待定舉辦的項目

S6	中六級模擬放榜	● 模擬放榜 讓中六同學預先體驗放榜情況從而提升信心及規劃前路的動力 日期: 時間:	
S4B/4C	青協內地考察活動	● 青協內地考察活動 (附件二) 日期: 2027年 3月 22-24日 對象: 30 名(4B/4C 同學)	趙婉婷 班主任
S6	參觀活動	以下列舉多項擬舉辦的參觀活動： ● 消防局參觀 (文) ● 海關總部參觀/ ICAC 互動劇團(蔡) ● 港安醫院探訪活動 (軍)	張健軍 文海燕 蔡欣傑

討論項目

1. 需向 26-27 年度的中三學生提供「 乙類 : 應用學習科目: 時裝及形象設計 」的興趣及方向體驗班。
2. 需向 26-27 年度的中六家長設立單向WHATSAPP 群組 發放重要資訊，讓家長在放榜日到校支持同學。

附件一

鳴謝民政及青年事務局、青年發展委員會及香港賽馬會慈善信託基金撥款資助

主辦機構

香港青年協會 the hongkong federation of youth groups　民政及青年事務局　青年發展委員會 Youth Development Commission　政府資助計劃 Government-funded programme　香港賽馬會慈善信託基金 The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

香港青年協會　青年就業網絡
民青局賽馬會青年生涯規劃計劃（2025-28）
活動回饋

學校名稱： 九龍三育中學

活動： My job　**日期：** 13/10/2025

班別	活動中的觀察與回饋	社工
5A	觀察到有部份同學聽不明廣東話以及不同的學習需要（趴在枱面/討論動機弱），工作員需花較長時間處理秩序及協助他們理解活動。他們對於不同的職業例子感興趣，在同一個界別當中開拓了對職業的認識，例如醫療。有關新興行業，例如可持續發展，建議可以找一些真人分享的影片協助同學理解。	Marco
5B	同學認真聆聽，積極參與。當工作員講介現今香港市場趨勢、未來熱門科目，同學都頗感興趣。介紹 5J 概念時，同學能理解，並代入自己的生活中，例如思考自己重視的工作價值。在玩職業資訊大比拼時，同學十分願意參與，嘗試理解不同行業的特別之處。	Cherry
5C	活動順利完成，大部分同學都能專心，普遍能夠掌握活動內容。在介紹 5J 的環節，工作員以經營自媒體/KOL /電競選手等作例子，讓同學能代入日常生活，較容易理解概念和給予回應。在分組遊戲中，觀察到有些職業是同學首次聆聽，例如收納師和精算師。同學們對於不同的職業例子皆感興趣，亦有認真思考所選答案的原因。工作員鼓勵同學多用搜尋引擎尋找感興趣的職業，了解行業現況和發展。	Sylvia

鳴謝民政及青年事務局、青年發展委員會及香港賽馬會慈善信託基金撥款資助

主辦機構

香港青年協會 the hongkong federation of youth groups　民政及青年事務局　青年發展委員會 Youth Development Commission　政府資助計劃 Government-funded programme　香港賽馬會慈善信託基金 The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

香港青年協會 青年就業網絡

民青局賽馬會青年生涯規劃計劃（2025-28）

「My Job」工作坊檢討問卷

學校：九龍三育中學　　日期：13/10/2025

人數：77

工作坊內容	非常同意	同意	不同意	非常不同意	平均值
1. 工作坊有助你提升對行業資訊概念的認識	49.4%	50.6%	0.0%	0.0%	3.5
2. 工作坊有助你認識市場現況	49.4%	50.6%	0.0%	0.0%	3.5
3. 工作坊能讓你學會如何搜集行業資訊	51.9%	48.1%	0.0%	0.0%	3.5
4. 你同意學校下年再舉辦同樣活動給中五同學	55.8%	42.9%	1.3%	0.0%	3.5

你對活動安排的滿意程度	非常同意	滿意	不滿意	非常不滿意	平均值
5.1 活動形式	46.8%	53.2%	0.0%	0.0%	3.5
5.2 時間	42.9%	49.4%	3.9%	3.9%	3.3
5.3 場地	54.5%	44.2%	1.3%	0.0%	3.5
6. 導師的表現	55.8%	44.2%	0.0%	0.0%	3.6
7. 自己的表現	54.5%	45.5%	0.0%	0.0%	3.5

8. 其它意見：	
Good !	5A
非常好	5B
Good !	
No, very good	5C

9. 感想：	
Good !	5A
將來會好煩	
好	
開心	5B
很好 !	
好開心	
Good !	
正 !	5C
No, Good	
很好	
Yes	

附件二

內地考察活動—大灣區職場透視（第 X 期）

- 活動時間：2027 年 3 月 22 日-3 月 24 日（三天兩夜）
- 活動城市：深圳、廣州南沙
- 參與院校： 九龍三育中學
- 參與人數：39 人（30 位學生、3 位老師、3 位 YEN 同事、3 位 MAO 同事）

行程初擬（暫定）

日期	時間	地點	內容
Day 1 （週一）	**香港 - 深圳 – 廣州南沙**		**（午、晚餐　住宿：廣州南沙）**
	08:30-09:00	學校集合出發	集合簽到
	09:00-10:30	深圳灣口岸	過關後接駁旅遊大巴前往深圳前海
	10:30-12:00	前往【青協前海香港青年發展中心】	➢ 參訪青協前海香港青年發展中心 ➢ 座談與分享
	12:00-14:00	午餐	午餐
	14:00-16:30	【dronetaverse 極空象限】	➢ 企業代表分享及提供科創職涯指導 分享人：都市低空（深圳）科技有限公司合夥人：高碩 ➢ 學習低空經濟及無人機知識 ➢ 小組進行無人機培訓
	16:30-18:00	前往廣州南沙	乘坐大巴前往廣州南沙
	18:00-20:00		晚餐
	20:00 後	酒店	辦理入住及休憩
Day 2 （週二）	**廣州南沙**		**（早、午、晚餐　住宿：廣州南沙）**
	09:30-10:00	酒店	早餐
	10:00-11:30	【niu space 專創國際青年社區】	➢ 參觀園區青創中心及創業基地 ➢ 園區代表交流及分享 分享人：
	11:30-13:30	午餐	午餐
	13:30-14:30	【廣汽科技館】	➢ 參觀綜合科技展館 ➢ 體驗智能駕駛產品
	14:30-16:30	【捷盟智能】	➢ 參觀高新技術企業展廳 ➢ 企業代表交流及分享

日期	時間	地點	內容
	16:30-18:30	晚餐	晚餐
	18:30 後	酒店	休憩
Day 3 （週三）	**廣州南沙 - 香港**		**（早、午餐）**
	09:00-09:30	酒店	早餐辦理退房
	09:30-12:00	【香港科技大學霍英東研究院】	➢ 參觀高新科技科研成果展廳及實驗室 ➢ 穗港科研團隊座談
	12:00-14:00	午餐	午餐
	14:00 後	乘坐大巴前往深圳灣口岸學校集合解散	解散

參訪點介紹

【青協前海香港青年發展中心】

青協前海香港青年發展中心是香港青協在粵港澳大灣區設立的首個常設服務視窗，致力推出多元服務，支援香港青年在灣區生活、學習、就業和創業，並建立一站式資訊及交流平臺。主要服務涵蓋三大方向：一是人才發展，支援香港青年在大灣區就業、創業，開展青年領袖及義工培育；二是舉辦特色交流團，促進兩地青年廣泛交往；三是致力於青年工作專業化，協助兩地社工和志願服務融合發展。

【dronetaverse 極空象限】

都市低空（深圳）科技有限公司成立於 2024 年的科創公司，是全港首間低空經濟企業，辦事處位於香港銅鑼灣，並通過“1 元創新坊"遴選進入深圳前海深港夢工廠。去年獲邀參成為大灣區低空經濟聯盟成員，與政府和其他成員協力推動大灣區內低空經濟的協同發展。極空象限是都市低空(環球)科技有限公司的教育品牌，致力於為全球提供整體 STEAM 教育解決方案的服務商，集教育、娛樂、產品、賽事為一體，以『工程機械+人工智慧』為主要技術載體，無人機為主打課程，為中小學校、教育機構和家庭提供 STEAM 教學內容，激發學生的興趣，培養未來的潛能。

【niu space 專創國際青年社區】

創享灣專創國際青年社區依託立足南沙區、覆蓋廣州市、輻射大灣區的港澳臺青創孵化服務網絡體系，在服務港澳臺青年創新創業、推動灣區青年交流交往以及鏈接港澳臺社團組織方面，取得了紮實的成效。建設以來，先後被認定為“廣東省穗港澳青年服務工作站”“廣州市穗臺文化交流示範基地”“2023 年廣州南沙新區（自貿片區）港澳青年創新創業基地”等。

【廣汽科技館】

廣汽科技館於 2023 年 3 月開館，坐落於粵港澳大灣區幾何中心廣州市南沙區，占地面積超 1.6 萬平方米，建築面積約 1.2 萬平方米，是展現“科技廣汽”實力的重要視窗。作為廣汽集團傾力打造的大型綜合科技展館，它全面向公眾展示了廣汽在汽車技術、智慧製造及品牌文化方面的卓越成就，成為科技與汽車文化普及的重要橋樑。

【捷盟智能】

捷盟智慧成立於 2019 年，是一家生產鋰電池底塗設備等系列塗布機成套設備為主要產品的國家高新技術企業，也是國家級專精特新小巨人企業，非常有實力和代表性。公司占地面積 100 畝，在職員工 500 餘人。

【香港科技大學霍英東研究院】

香港科技大學霍英東研究院坐落於廣州市南沙區南沙資訊科技園，是穗港兩地聯合搭建的前沿科研與青年創業孵化平臺，重點承接香港高校科研成果落地轉化，為港澳科研青年提供實驗場地、產業資源、融資對接等全鏈路支援。主要服務涵蓋三大方向：一是科研成果展示，開放人工智慧、新材料、先進製造領域成果展廳，演示高校技術商業化完整流程；二是港澳青年創業孵化，針對香港科大及港澳科研團隊推出全方位創業配套扶持；三是兩地學術交流，定期舉辦穗港科研團隊座談，打通港澳青年科研落地南沙的資源管道。