

新界喇沙中學
2016 - 2017 年度
「生涯規劃津貼」
計劃書

本校「生涯規劃」工作之策略：

- 由個人成長、學習、升學就業計劃三方面協助同學完成生涯規劃。
- 初中著重培養同學對學校的歸屬感，適應中學生活，建立良好朋輩關係，建立自信，瞭解升學途徑及認識工作世界等。
- 高中著重培養同學的學習及解難能力，應付公開考試及面對生活挑戰之能力及自信，以至落實升學及就業的規劃。

初中各級以「**共創成長路**」核心課程作基礎，每年共 20 個單元，利用週會節，涵蓋青少年成長的 8 個構念，即與健康成人和益友的聯繫、社交能力、情緒控制和表達能力、採取行動能力、分辨是非能力、自我效能感和親社會規範，透過個人、家庭、朋輩、學校和社會層面作介入。

中三級舉行「**挑戰海陸空訓練計劃**」，透過山藝、獨木舟及運動攀登的訓練，提升學生對戶外活動的興趣及技能，並鍛煉意志，擴闊生活體驗，提升自我形象，鞏固積極的人生觀。為配合同學面對新高中課程，建立高中學習目標，本校特為中三級同學推行「**生涯規劃工作坊**」及升學輔導講座。

高中同學須面對中學文憑試及升學就業問題，本校特別推行「**整裝待發計劃**」，協助高中同學訂立適合自己的目標，並為達到其目標而努力奮鬥。「**整裝待發計劃**」分為四部分，第一部分為協助同學建立目標的「**動機篇**」，內容包括日營及週會時段的工作坊，由輔導組統籌；第二部分為協助同學建立良好學習習慣的「**學習篇**」，由教務委員會統籌；第三部分為協助同學升學就業的「**升學就業篇**」，由升學就業輔導組統籌；最後為協助培養同學領袖素質的「**領袖訓練篇**」，包括週會時段工作坊、領袖訓練營及由中五全級同學共同策劃的一次長者義工服務，由聯課活動組統籌。

中四級以提升動機及建立學習目標為主，輔以領袖訓練營和工作坊。

中五級另設「**乘風航－伙伴計劃**」，透過與弱能學生結為伙伴，參與海上歷奇挑戰，培養共融及勇於挑戰的精神。內容包括週會時段舉行的工作坊、探訪伙伴學校及與伙伴學校同學一同出海作歷奇挑戰。

中六級主要推行「**升學就業篇**」活動，提供不同的升學途徑及協助同學面對面試和求職等問題，再配合應試的技巧和準備，協助同學邁向目標。

2016 至 2017 年度「生涯規劃津貼」工作計劃書(行政版-附財務預算)

項目	關注重點	策略／工作	預期成果	時間表	所需資源	成功準則	評估方法	負責組別	
1. 初中	升學就業輔導活動	<ol style="list-style-type: none"> 初步認識現今工作世界，各種升學途徑，以至社會發展趨勢等。 瞭解個人的興趣、能力、需要和志向。 	<ol style="list-style-type: none"> 由兩名本組老師籌辦。 舉辦不少於6次參觀、講座或其他活動。 接觸工作世界及不同類型學術機構。 中一/二『尋找生命的色彩』作業冊。協助初中學生探索個人抱負，進行生涯規劃之教材。 填寫工作紙或其他作業，鞏固參觀所得。 	<ol style="list-style-type: none"> 拓闊學生視野。 認識各類型升學機構。 認識正確工作態度。 培養個人對升學及工作的興趣。 	由2016年9月至2017年8月	兩名升學就業輔導老師、教學助理	<ol style="list-style-type: none"> 學生初步認識初中生的升學就業途徑。 初步訂定未來升學目標。 接觸工作世界 	<ol style="list-style-type: none"> 升學就業輔導組年終會議檢討。 升學就業輔導組老師的意見。 問卷。 	升學就業輔導組

輔導組活動	幫助學生適應青少年期間的生理、心理及人際關係的轉變，協助他們全面發展和成長。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 由本組老師籌辦。 2. 強調以預防及發展的角度去回應學生的需要，透過全校老師的參與和獎勵活動，培養學生的歸屬感，促進師生關係，協助學生處理適應上的困難，提高學生的自信心及解難能力。 3. 主要活動有： <ol style="list-style-type: none"> i 級輔導分享 ii 「喇沙新鮮人」 iii 師生足球賽 iv 「共創成長路」 	建立學生正確的人生態度。提升學生追求成就的動機。	由 2016 年 9 月至 2017 年 7 月	輔導組老師、社工、輔導組、教務委員會、班主任、學生助手	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生明白分享的訊息及感興趣。 2. 70%學生對活動及工作員評價滿意 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師觀察 2. 問卷調查 3. 老師及工作員的觀察 	輔導組
		中一級「學習獎勵計劃」——獎勵上學期每班 7 個成績優異及 3 個成績進步的學生參加校內 2 日 1 夜的紮營活動，教務委員會與本組合組，負責	讓學生體會學習成績對未來職業路向的影響。提升學生的學習方法。	3-4/3/2017	社工、輔導組、班主任	<ol style="list-style-type: none"> 1. 70%學生明白學業成績對未來職業路向的重要。 2. 70%學生為參加活動而付出努力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 問卷調查 2. 老師及工作員的觀察 	

升學就業輔導組 (C04)

			主持兩個學習工作坊，工作坊日期由教務委員會決定。						
			中二級「自律先鋒嘉許計劃」 ——獎勵上學期每班10位在出勤、守時、校服儀容及準時交功課方面表現優異的學生參加3日2夜的露營。教務委員會與本組合組，負責主持兩個學習工作坊，以提升學生的自主學習能力。工作坊日期由教務委員會決定。	提升自律的精神，讓學生明白自律是工作的必要態度。	10-12/2/2017	社工、輔導組、班主任	1. 70%明白自律是工作的必要態度。 2. 70%學生認為此獎勵能提升其自律精神。	1 問卷調查 2 工作人員的觀察。	
			中三級「挑戰海陸空訓練計劃」 ——山藝、獨木舟及運動攀登的訓練。	提升學生對戶外活動的興趣、技能及自我形象，並擴闊生活體驗，鍛煉堅毅的意志應付未來的人生挑戰。	11/2016 - 4/2017	社工、輔導組、專業教練	1. 80%學生取得證書。 2. 80%學生增強自信	1. 頒發證書數量 2. 問卷調查	

升學就業輔導組 (C04)

			健康生活達人小組	因應學生成長的需要而開設，以應付未來的人生挑戰。	有待落實 (6 個小組)		有助學生解決成長上遇到的問題	觀察或問卷	
	教務委員會活動	重點包括培養學生良好的學習習慣，從而提升學習動機及學習效能。另一方面，提升學生的學習技巧，有助提高學生的學習效能感。	由本組老師籌辦。 主要活動有： i 初中週會，講解和透過活動讓同學明白學習習慣；幫助同學重新認識 反思和面對成績的重要，並釐清同學的想法；學習技巧的運用；向中三同學介紹新高中課程的資訊及發展進度等。 ii 中一學習技巧訓練 iii 中三高中模擬選科	提升學生學習自信：提升學習能力及學習動機。	2016 年 9 月至 2017 年 7 月	教務委員會老師、班主任、學生助手	觀察現場效果	問卷調查	教務委員會
2.	生涯規劃工作坊	瞭解個人性向，在升讀高中前初步訂定未來升學路向。	1. 3 次週會時段。 2. 外聘專業機構提供相關服務如：輔導員講解，與同學互動討論、	1. 學生認識升學途徑。 2. 學生瞭解個人性向、專長等。	由 2016 年 9 月至 2017 年 8 月	一名升學就業輔導老師、非政府機構、班主任	70%學生能依本工作環計劃達至預期效果	1. 升學就業輔導組年終會議檢討。	升學就業輔導組

升學就業輔導組 (C04)

			工作紙、問卷、影片播放等。	3. 學生初定升學目標。				2. 問卷。	
3. 高中	升學就業輔導活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 報名本港及海外聯招活動。 2. 認識各種升學途徑及報讀程序。 3. 認識當今工作世界，以至社會發展趨勢等。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舉辦約 10 次參觀、講座、工作坊或其他活動。 2. 邀請高等院校或非政府機構來校演講。 3. 參觀高等院校開放日、升學展等。 4. 邀請舊生來校分享經驗。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生認識升學途徑及申請辦法。 2. 學生瞭解個人性向、專長等。 3. 認識正確工作態度。 4. 培養個人對升學及工作的興趣。 5. 學生訂定升學或就業目標。 6. 學習應徵面試技巧，認識工作安全、求職陷阱等。 	由 2016 年 9 月至 2017 年 8 月	各升學就業輔導老師、政府機構、非政府機構、班主任、教學助理、社工等	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生認識升學就業途徑並完成申請程序。 2. 訂定未來升學或就業目標。 3. 認識應徵面試技巧，工作安全、求職陷阱等。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 升學就業輔導組年終會議檢討。 2. 升學就業輔導組老師的意見。 3. 問卷。 	升學就業輔導組
	高中個人輔導	瞭解個人升學或就業所需，訂定未來目標，並切實執行。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 輔導老師個別面見中五、中六級同學，詳細分析個人性向，訂定升學就業計劃，並督促切實執行。 2. 協助整理撰寫學 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生認識升學途徑及申請辦法。 2. 學生瞭解個人性向、專長等。 3. 學生面對升學的種種困難，並迎難 	由 2016 年 9 月至 2017 年 8 月	三名升學就業輔導老師、班主任、語文科老師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生認識升學就業途徑並完成申請程序。 2. 訂定未來升學或就業目標。 3. 認識應徵 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 升學就業輔導組年終會議檢討。 2. 升學就業輔導組老師的意 	升學就業輔導組

			<p>生學習檔案及個人自述。</p> <p>3. 協助申報各類課程，選科及應付面試。</p>	<p>而上。</p> <p>4. 學生訂定升學或就業目標。</p> <p>5. 學習應徵面試技巧。</p>			<p>面試技巧。</p>	<p>見。</p> <p>3. 問卷。</p>	
生涯心理輔導/諮詢服務	<p>個人心理輔導/專業諮詢內容包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 生涯困擾、自我認識/個人成長、生涯心理評估、職業性向評估 • 生涯方向/發展模式探索、生涯心理需要、一切其他跟生涯規劃有關的諮詢等。 	<p>由專業心理輔導專家個別輔導面談服務</p>	<p>預期參與生涯心理輔導/諮詢服務的同學能夠因應輔導目的達到以下其中一些目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 尋找阻礙個體作有效生涯規劃的根源問題 2. 幫助個體認識自己，並訂立初步的生涯規劃路向及早協助個體裝備一切所需的軟性技巧 3. 預防個體陷入生涯或情緒困擾協助個體確立人生目標及優先取捨次 	<p>由2016年10月至2017年8月</p>	<p>外聘專業心理輔導專家</p>	<p>學生能解決升學就業引致的心理問題/困擾</p>	<p>觀察學生進展情況</p>	<p>升學就業輔導組 本校社工</p>	

升學就業輔導組 (C04)

				序					
接觸舊生計劃	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識工作世界。 2. 學習正確工作態度。 3. 培養回饋及分享之情操。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 由教師及舊生帶領學生小組參觀訪問約5位在各行業有成就舊生之工作場所。舊生分享。 2. 認識工作世界。 3. 學習不同領域有成就舊生待人處事之道。 4. 以事業成功舊生為榜樣，學習回饋社會。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學習正確工作態度。 2. 對個別行業的認識。 3. 認識回饋社會的意義。 	由2016年9月至2017年8月	一名升學就業輔導老師、舊生會	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學會正確工作態度。 2. 瞭解個別行業。 3. 認識回饋社會的意義。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 升學就業輔導組年終會議檢討。 2. 升學就業輔導組老師的意見。 3. 舊生會份意見。 4. 問卷。 	舊生會	
輔導組活動	幫助學生適應青少年期間的生理、心理及人際關係的轉變，協助他們全面發展和成長。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中五「乘風航——伙伴計劃」：透過與弱能學生結為伙伴，參與海上歷奇挑戰，培養共融及勇於挑戰的精神。 2. 中四級「整裝待發」計劃日營：透過體驗式分組活動，令學生訂立讀書目標，重 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 80%學生認為計劃令自己提升學習動機。 2. 80%學生認為計劃令自己明白自己的學習責任。 3. 80%學生認同要培養良好的學習習慣。70%學生重新檢視學 	由2016年9月至2017年8月	輔導組老師、班主任、學生助手	有共融及勇於挑戰的精神；訂立讀書目標，重新起動學習動機，盡讀書的責任；培養學習習慣；重整學習心態，提升學習自信。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 問卷調查 2. 老師及工作員的觀察 	輔導組	

			<p>新起動學習動機，盡讀書的責任。</p> <p>3. 工作坊：培養學生的學習習慣。</p> <p>4. 中五級「整裝待發」延續篇，回顧中四學習生活，重整學習心態，提升學習自信。</p>	<p>習目標</p> <p>4. 70%學生表示對中四整裝待發的重點認同</p>					
教務委員會活動	<p>重點包括培養學生良好的學習習慣，從而提升學習動機及學習效能。另一方面，提升學生的學習技巧，有助提高學生的學習效能感。</p>	<p>高中週會：幫助學生調整學習上的自我形象及效能感；分班向同學講受高中學生各種學習能力；以工作坊形式提醒同學要為文憑試開始作準備；以數據幫助同學了解現況，透過工作坊形式幫助同學制定溫習時間表；講解考試注意事項及邀請校友分享成敗經驗。</p>	<p>掌握應付公開考試之技巧；建立學習自信；對未來升學就業有期許。</p>	<p>由2016年9月至2017年8月</p>	<p>教務委員會老師、班主任、學生助手</p>	<p>對公開考試有自信，具有一定應試能力，有明確升學/就業目標。</p>	<p>問卷調查</p>	<p>教務委員會</p>	

	聯課活動組活動	讓同學增加自信、責任感及提升組織活動的能力	高中領袖訓練(中四)領袖訓練活動讓中四同學增加自信、責任感及提升組織活動的能力。(本活動為高中學生三年生涯規劃活動的一部份，與青協合辦。)	自信心提高，懂得與人合作及增強責任感	第二學期三月份的訓練營及3次週會活動	班主任、教學助理	學生於訓練過程中的表現及各組織學生領袖的表現	學生問卷及老師意見	聯課活動組學校社工
		讓同學增加自信、責任感及提升組織活動的能力	高中領袖訓練(中五)(義工活動)領袖訓練活動讓中五同學增加自信、責任感及提升組織活動的能力。(本活動為高中學生三年生涯規劃活動的一部份，與青協合辦。)	利用中四所學，成功策劃一次義工服務	3次週會活動及一項星期六服務活動	班主任、教學助理	學生於訓練過程中的表現及各組織學生領袖的表現	受眾反應、學生問卷及老師意見	
訓導組	領袖生的訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 提升領袖生形象 ● 加強領袖生之在職訓練 	<ul style="list-style-type: none"> ● 由兩位老師負責統籌 ● 舉辦兩次領袖生訓練 ● 學習人際溝通及與其他人協作 	<ul style="list-style-type: none"> ● 提升學生的自尊感及加深對自己的認識 ● 認識與人協作的重要 	分別於兩次統測的最後一天下午時間培訓	兩位負責老師，教學助理，社工及非政府機構	<ul style="list-style-type: none"> ● 有50%以上老師滿意領袖生工作 ● 有50%以上領袖生滿意訓練活動 	教職員討論/問卷調查領袖生的意見	訓導組負責領袖生老師

升學就業輔導組 (C04)

		● 優化領袖生當值工作							

2016-2017「生涯規劃津貼」財政預算

項目	內容	收入	預算開支
1	2015-1016 CLPG 結餘	117257	
2	2016-2017 CLPG	566880	
3	1名學位教師薪金		約\$400000
4	外聘專業機構提供服務		約\$74400
5	各項活動費用、開支		約\$58780
	本年度預算：		約\$533180
	本年度津貼：		約\$684137