

從初中到高中 中三分享會

11/11/2022

顧許祈雯老師
事業及生涯規劃組



你為何會坐在這裡？

- 關心子女在校的學習和成長
- 了解清楚高中課程的架構
- 希望協助子女順利銜接高中生活



中三級事業及生涯規劃活動計劃

7/11	發掘興趣、裝備自己
11/11	中三分享會：從初中到高中
28/11- 2/12	事業及生涯規劃周
11-12月	認識自己：為自我探索旅程作好準備
3/2	認識環境：了解高中課程的學習機會及科目選擇 / 事業座標：性格特徵跟學業和事業的連繫
10/3	選科講座：學校選科安排及大學入學要求
2-4月	裝備自己：向老師師兄姐查問高中課程
4-7月	個別或小組諮詢輔導

高中課程框架

核心科目

中國語文、英國語文、
數學、公民與社會發展科
以代替通識教育科

(課程資料見P.25-27)



修讀2或3個選修科目

(最多為4個)

(可從學習領域的所有
選修科目、應用學習、
或其他語言選擇)

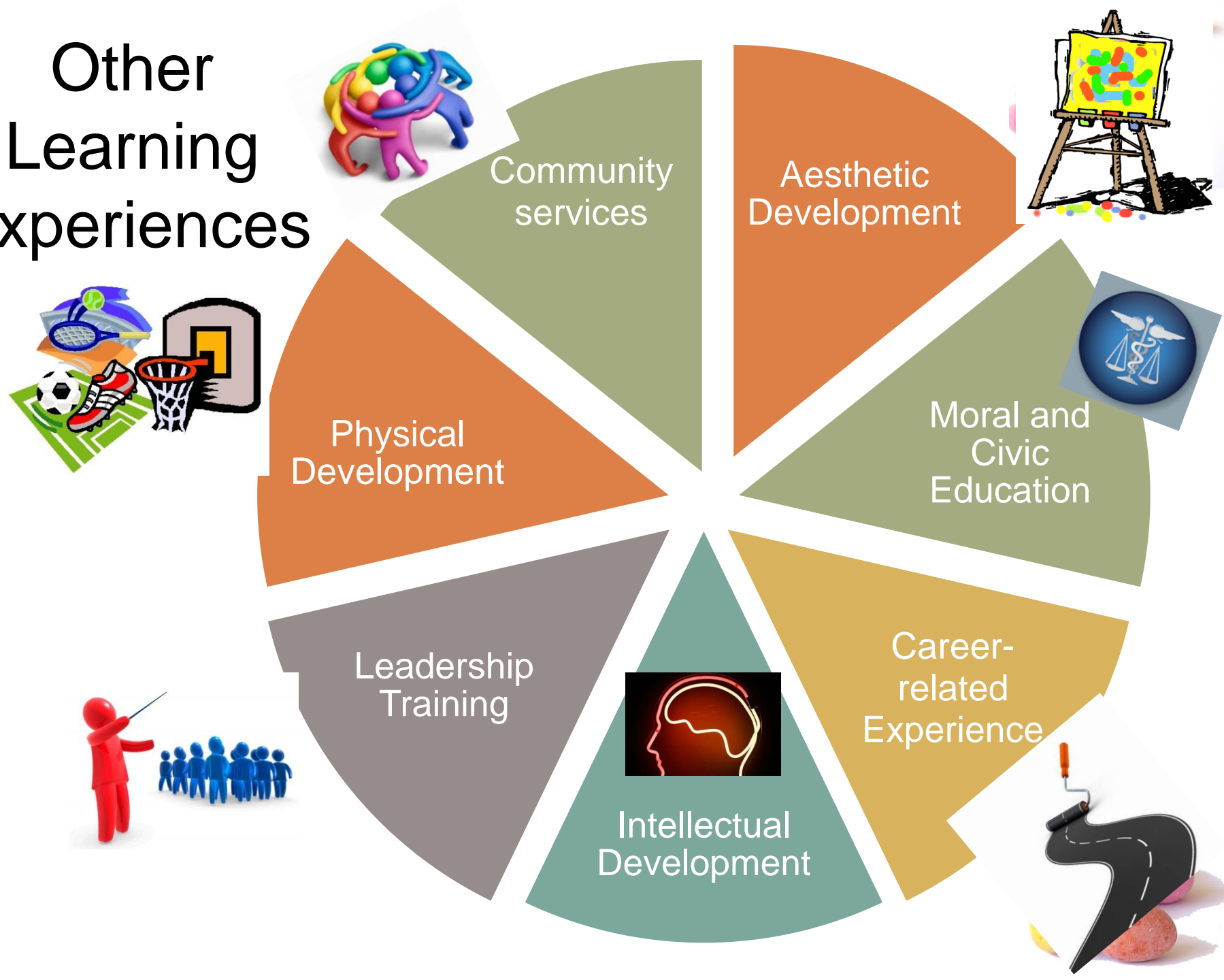


其他學習經歷

德育及公民教育、
社會服務、與工作有關的
經驗、藝術發展及
體育發展



Other Learning Experiences



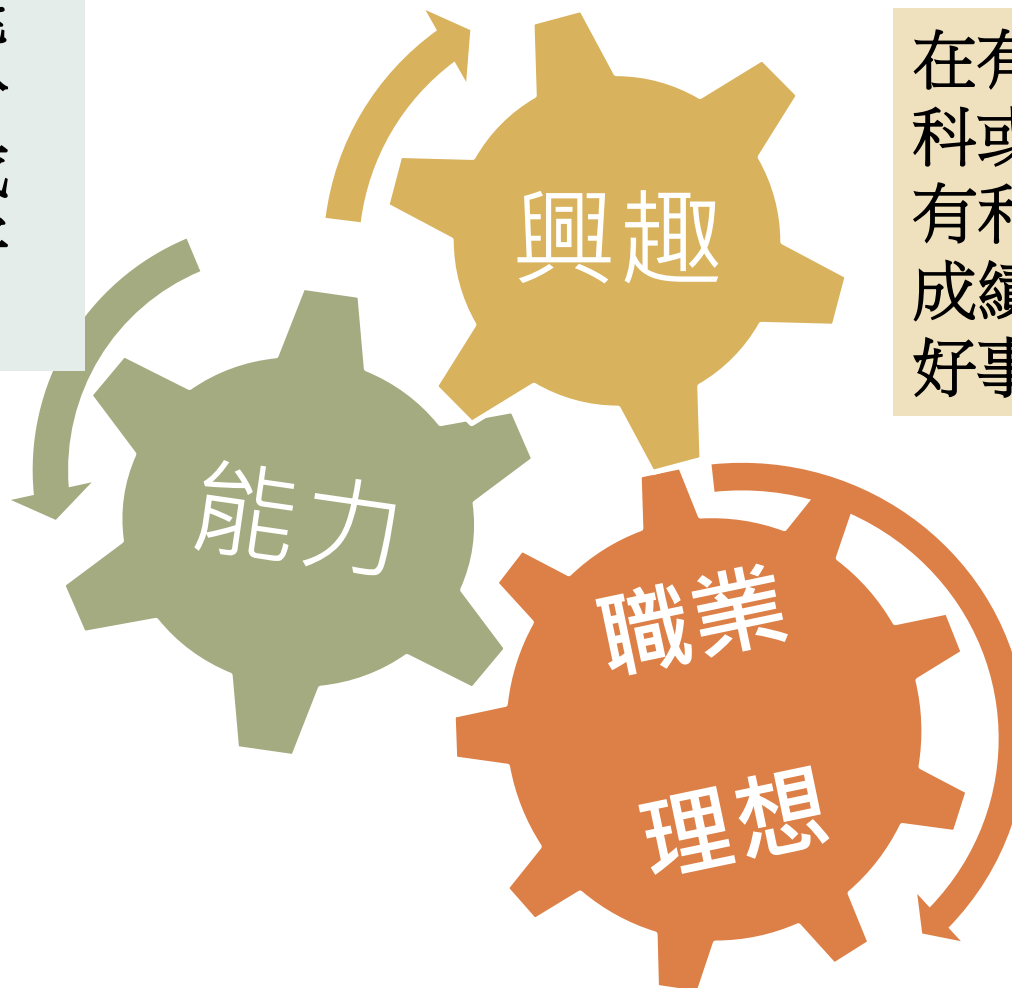
學科組合(2022-2023)中四級

班別	4A	4B	4C	4D
選修科	地理	經濟	生物	化學
數學延伸部分			M1 / M2	
選修科			歷史 / 經濟 / 企財(會計) / 化學 / 資訊及通訊科技	
選修科			中史 / 生物 / 物理 / 企財(管理)	



選科考慮因素

具備相當能力，才能於相關學科或職業作良好發揮

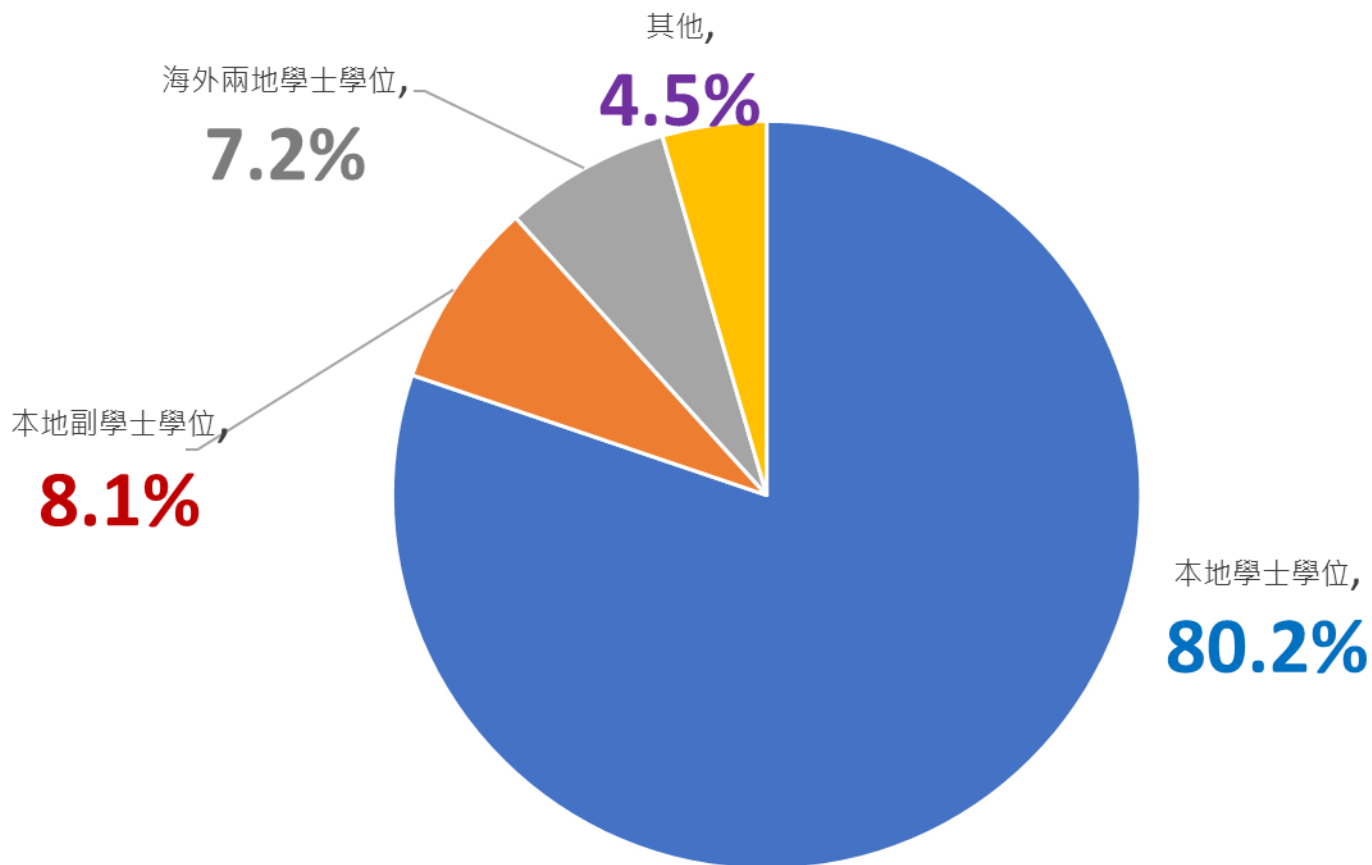


在有興趣的學科或職業發展，有利取得優良成績及發展良好事業。

選修合適的學科或從事有興趣的職業有助興趣的進一步昇華。



迦密中學2022文憑試考生出路



■ 本地學士學位
■ 海外兩地學士學位

■ 本地副學士學位
■ 其他

Virtual Information Day 2022



基本入學要求 (2024...)



參與院校	政府資助/SSSDP資助		非政府資助
	學士學位	副學位	學士學位
香港城市大學	332A33 (M1/M2可作一選修科)	22222	---
香港浸會大學	332A33 (M1/M2可作一選修科)	---	---
嶺南大學	332A22 (M1/M2可作一選修科)	---	---
香港中文大學	332A33 (M1/M2可作一選修科)	---	---
香港教育大學	332A22 (M1/M2可作一選修科)	22222	---
香港理工大學	332A33 (M1/M2可作一選修科)	22222	---
香港科技大學	332A33 (M1/M2可作一選修科)	---	---
香港大學	332A33 (M1/M2可作一選修科)	---	---
香港都會大學	---	---	332A22 (M1/M2可作一選修科)
SSSDP課程院校	332A2/332A22	22222	---



升學出路的預備

本地大學
大專院校

留港、內地升學

海外升學



#

轉變@高中



時間管理恰當

生活作息取得平衡

主動尋找知識
鍛鍊高階思維

建立良好自理能力

專注溫習

建立伙伴



最後衝刺

通宵達旦

被動並停留於抄寫背誦

拖延/逃避問題

一心二用、馬虎了事

做獨行俠



Contents

1.	Work Habits	4
	Being Organized	4
	Note-making	
	Examples	
2.	Revision Habits	
	Four Myths that can Destroy Your Success	
	Revision Practices	
	Revision Tools	
	Do's and Don'ts Lists	
3.	Time Management	
	Study Goals	
	Study Schedule	13
	To-Do Lists	13
	Examples	14
	Your Attitude to Time	16
	Procrastination Management	17
	Procrastination Excuses	18
	Motivation Techniques	19
	Priority Matrix	23
4.	Secret of Success Form	27
5.	Checklists	29
6.	Reflections	34

Secrets of Success

A brief introduction of Work Habits,
Revision Habits
and Time Management Skills

Carmel Secondary School





談怎樣處理怒氣)

- Read books on how to manage my emotions.

I can tell this goal is achieved from the following:

- I can manage my emotions better than before, and do not lose my temper as easily as before.
- My relationship with other people, such as my schoolmates, teachers and family members, improves.

3. Goal: Research the senior secondary elective subjects that interest me

Action Plan:

NEW

- Speak to the senior form students (at least ____) who take the elective subjects.
- Browse through the textbooks and or DSE papers of the elective subjects in the library.
- Pay attention to teachers introducing the elective subjects during lessons or subject selection talks.

I can tell this goal is achieved from the following:

- I know what the elective subjects are about and what abilities they require.
- I can make informed choices with more confidence.

4. Goal: Explore two university programmes that I am interested in

Action Plan:

NEW

- Find out what universities offer the programmes.
- Read the description of the programmes.
- Find out the entrance requirements for the programmes.

I can tell this goal is achieved from the following:

- I know what the programmes are about and their requirements.
- I can review my interest in the programmes.

5. Goal: Serve as a leader in any team/organization/group in school

Action Plan:

NEW

- Draft the mission of the team/organization/group.
- Pay attention to the duties of work expected in my position.
- Fulfill my duties with the best effort.
- Reflect on the areas that give me satisfaction and areas that give me challenges.

I can tell this goal is achieved from the following:

- I can share with my classmates/ parents about the satisfaction and challenges experienced as a leader in my position.
- I understand the importance of working with others in a team.
- I have a sense of success and feel motivated to serve others.



校友分享

張惠欣、陳梓源校友



家長的角色

作子女的好伙伴

IF YOU ARE A PARENT,
OPEN DOORS TO UNKNOWN
DIRECTIONS TO THE CHILD
SO HE CAN EXPLORE.
DON'T MAKE HIM AFRAID
OF THE UNKNOWN,
GIVE HIM SUPPORT.

- Osho



K12.COM



#

察前景覓興趣 慎選高中學科



中三選科安排在新高中已推行接近十年，一般學校已訂定了選修科目組合及時間表等，但對於中三學生而言，選科仍是一個重要題目。假設家長尊重子女的意願，中三選科是年輕人在成長過程中首次為自己作選擇的階段，哪他們應如何準備？

首先，同學需要認識自己。透過評核、課堂內外的經驗，同學可以檢視自身強弱項。對於一個中三學生，能否說出將來升學的方向或理想的職業，要視乎他有多少事業探索的機會。這時學校可多介紹不同的行業，也可設計一些活動，讓同學搜集不同工作的資料。本校於上月就為中三同學舉辦了聯校中大探訪活動。院校的商學院、工學院及理學院代表分別介紹了學院特色、課程或研究內容、知名學者的成就及就業前景等，出席的同學均聽得十分投入。

其實中三選科某程度上也跟大學選科有關。例如很多工程學院的入學指定選修科是物理，護理課程的指定要求是生物科，同學選科時應多加注意。

留意選科機制 宜與家長共議

此外，同學亦應了解學校的選科機制。以本校為例，會舉辦選科講座，跟家長和學生介紹選修科目組合、計分法和遴選程序等。今年完成講座

後，家教會的同事分享了在家長群組的留言，其中一則指學校在選科安排的事情上透明度高，能幫助家長跟子女溝通，特別感激科任老師。

選擇從來不容易。組合共52個。

有說法認為「不便可」，這些學路的，是有人同行。

本校某年的調查中，家人於「父母跟子女的座，最好讓子女」

很多同學都揀錯科的同學

自己想修讀的科要多加關注，派出的選修科上對成功入讀

力，多鍛鍊高的時間管理和學習習慣，才能順利過渡高中。

選擇從來不容易。以本校為例，中三學生可以選擇的科目組合共52個，有理論說選擇越多，焦慮感越增。

也有說法是不要追求最好的選擇，只要選擇夠好了便可。要翻其他的學說，還有很多。

但在選擇路上最重要的，是有人同行。家長、老師、友伴都是同學的同路人，可以成為他們最大的支持。

在本校某年調查，同學考慮選修科的因素中，家人於他人意見方面的得分最高，所以促進父母跟子女的溝通十分重要。



尋找生命的 色彩



Together
MAY WE GIVE
our children
the —
roots O
grow
AND THE
wings
to fly



Thank you! 😊

