

校長的話

創·前程 Go·Beyond@PAS

姚炳華校長

近年，「生涯規劃」是一個全港關注的議題，總體來說，在求學階段，「生涯規劃」培養學生認識自我、個人規劃、設立目標和反思的能力，以及認識銜接各升學就業途徑方面，扮演著一個重要角色。我心中的「生涯規劃」有三個很重要元素：「認識自我至提升自我」、「認識世界至開拓世界」以及「規劃人生」。

我年青時也有一段有關「生涯規劃」的經歷，中五會考後至放榜期間，我在一所位處中環的茶室做暑期工，職位是廚房雜工，原來這是一家有八十五年歷史的老牌名店，亦是很多政客及成功人士的聚腳地，想起曾在這裏有約三個月的體驗，非常榮幸，值得回味！

這是我人生中第一份工作，我很努力適應茶室廚房的工作環境，例如每天清洗一個三呎高的電飯煲、獨自完成午市及晚市後的廚房清潔、學習在師傅上班前完成製作幾盤水餃、處理午市的所有焗豬扒飯、預備材料，以及適應廚房的工作文化等。期間因人事變動，主管升了我一級，並加了薪金。會考放榜前一天是我最後的工作日，當時，我猶記得主管勸我留在茶室繼續工作，很有機會學習到所有技能，一級一級晉升上去，前景不錯。

當時沒有具結構的生涯規劃教育，我唯有為自己籌謀，我清楚自己較喜歡升學，性格上喜愛文職工作，若當時中五入行，心想是限制了個人對世界事物的認識，故我決定選擇升學，若有需要，才在認識世界後再投身飲食行業。事實上，我一下子自然經歷了「認識自我至提升自我」、「認識世界至開拓世界」以及「規劃人生」三個元素。

時至今日，雅校將「應用現代科學與科技於學與教上」及「優化調適課程」列為關注事項，伴隨著一些重點的學校發展計劃，整全地推動具雅校特色的生涯規劃。本期往後的内容會介紹一項由總會領導的，名為「創·前程」的計劃（英文為“Go·Beyond” Project）。

因應學生個別需要和能力，期望能透過「創·前程」培養學生的個人興趣和發展個人潛能，突破身心困境，在學涯、職涯及休涯中，建立健康的生活模式。同時在離校後能按自己能力順利轉銜至升學、就業及接受其他訓練，成為社會上一個有貢獻的人。工作方向有：

- (1) 認識自我：優化「個別化學習計劃（ILP）」，如加入 Holland 職業興趣結果。
- (2) 提升自我：有效的生涯規劃教育應與學校的課程聯繫，故本校根據「創·前程」課程目標調整校本生涯規劃課程，亦已訂立四個學習階段的學習指標。
- (3) 從認識世界至開拓世界：提供真實工作環境，從「做」中學習，例如建構「Café 1010」、引入新工種如電競行業等，以及於紅會總部、復康力量及順利宿舍等作工作實習。
- (4) 職業適應訓練計劃：提升學生的工作能力及生活技能，職業治療部與教學部生涯規劃組將發展以復康為本的職業適應訓練計劃（Vocational Habilitation Programme，簡稱「VHP」），「VHP」用以提升學生在功能上的能力（Functional Capacity）以應付各類型工作在體能、姿勢、關節幅度、力量、耐力、肢體控制及動作協調上的要求。
- (5) 規劃人生：透過校本生涯規劃教育，讓學生獲得所需知識、態度及技能，以配合自己的興趣、能力、方向作出明智的升學及就業選擇，並連結學業、事業抱負、全人發展及終身學習。

創·前程 Go·Beyond

認識自我

認識世界

提升自我

開拓世界

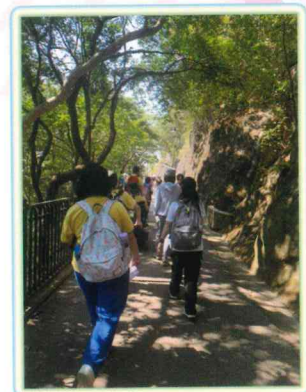


網上圖片：電影《逆流大叔》

人生只能跟水流轉彎
人生總是急彎誰可揀
人生不停闖關才好玩

Rubberband 在電影「逆流大叔」中的插曲「大叔情歌」這樣描寫人生。無錯，人生的確充滿未知數，但這不是讓人生隨波逐流的藉口，因為機會未知何時出現，如果我們未有做好規劃，做好準備，人生遇上急彎及關卡，我們就會慌亂，只好放棄。

雅校學生未來定會比一般人遇上更多急彎，所以雅校希望學生在生涯規劃的過程中，不單要認識自我，還要提升自我；不單要認識世界，還要開拓自己的世界！這樣突破自己的態度正正造就了「創·前程 Go·Beyond」的計劃。在這個計劃內，雅校為學生就認識自我、提升自我、認識世界、開拓世界四個範疇推出了不少活動、政策及措施。就讓生涯規劃組老師於今期雅麗聲為大家介紹一下。



人生不停闖關才好玩 - 學生透過參加 AYP 遠足訓練來挑戰自己

認識自我

升學及就業輔導

事業興趣測驗結果							
項目分數及事業興趣代碼							
分項分數	R	I	A	S	E	C	
活動	2	0	5	1	0	2	
能力	1	0	7	7	0	2	
職業興趣	0	1	6	3	0	1	
總分數	活動項目		分數	百分等級(註1)			
	R		3	18			
	I		1	6			
	A		18	58			
	S		11	16			
	E		0	1			
	C		5	15			

註1: 百分等級之計算方法為將你的分數與相同性別的參考群組數據對比，分數相對地愈高，百分等級便愈高，最高為100

程榮彥老師

隨著同學對生涯規劃的需求與日俱增，本校生涯規劃組於二零一六年開始為每位中學部學生配屬升學及就業輔導老師，為學生提供個別化升學及就業輔導。所有升學及就業輔導老師均會出席負責同學的 ILP 會議，於會上就同學之生涯規劃需要給予意見及協助制訂長短期計劃。

初中的生涯規劃面談主題較集中於自我認識、尋找夢想。高中的生涯規劃面談主題則較集中於協助同學訂立目標並作出知情的決定。高中主流班同學更需於面談前完成一份職業性向測試，升學及就業輔導老師會根據同學的職業性向測試結果作出分析及引導同學認識自己的 Holland 職業代碼。

此外，每年生涯規劃組均會邀請外間機構為輔導老師提供培訓、提升老師的輔導技巧及協助進行生涯規劃輔導。曾合作的機構包括香港傷殘青年協會、香港傷健協會及香港基督教女青年會等。

提升自我

校本生涯規劃課程：跨科組主題式學習

張文傑老師

生涯就是不斷規劃的歷程。認識到自己的職業性向，是否意味著你可以朝著理想方向平坦走去？當然不是，面對路上的種種難關，怎樣才能「關關難過關關過」？最有效的方法便是不斷提升自我，裝備自我。

為了讓學生離校時能夠以最佳狀態應付將來的種種挑戰，雅校在生涯規劃課程方面實踐跨科組主題式學習，如「雅麗茶座」一主題，生涯規劃組邀請各科組參與其中：中英文科教導學生撰寫飲品沖調步驟、視藝科教導學生設計宣傳單張、生活技能科及職業治療部則教導正確的沖調技巧、言語治療部則教導推銷介紹飲品技巧等，藉著學生在完成任務中遇上困難，繼而克服困難的過程，讓學生對未來有所反思。

此外，生涯規劃組以多元方式，如邀請外間機構蒞校舉辦工作坊、與外間機構合作舉辦工作體驗日、參觀院舍開放日等，讓學生學習理論之餘，亦讓他們體驗工作實境。透過活動，學生能設身處地認識自己工作上的長短，繼而對症下藥，為理想作準備，以面對將來種種挑戰。

認識世界

工作體驗

張健瀚主任

上一期雅麗聲我們介紹過學生參加工作體驗計劃的好處，而就在上年度，就有二十七名學生及舊生參加不同機構舉辦的工作體驗計劃，其中有十五位參加了紅十字會暑期實習計劃，其他合作機構包括：香港復康力量、積金局、鄉師自然學校、香港傷健協會、香港復康會及兄弟醫療有限公司。

參與學生獲分派到不同工作崗位，除了一般文書工作外，亦有倉務管理、活動助理、會計文員等學生較少機會接觸到的工作，好讓學生可以體驗新工種，學習新事物。

除了體驗新工種，學生亦體驗了挫敗，並從中學習如何面對。還記得有學生跟我分享：有一天他被主管嚴詞訓示，才醒覺原來自己一直因害羞而沒有跟其他同事打招呼，給別人留下不合群的印象，自此他更有意識地建立自己的人際關係。

對於因為身體較弱而未能參與外間工作體驗計劃的學生，學校亦提供了工作體驗堂，讓學生於校內的模擬工作場所體驗不同工種，同樣可以培養正確的工作態度。近年工作體驗堂持續引入新工作，繼導賞員、社交媒體管理員、輪椅維修員後，今年學校與外間電競訓練中心合作，推出電競業新興的工種：主播、電腦繪圖及多媒體編輯，好讓學生有與時並進的體會。

本年度高中學生繼續有機會參與不同的工作體驗計劃，隨著社會資源增加，預期會有更多學生有機會參與其中。期望學生可以珍惜機會，主動報名參加並積極參與，以得到最寶貴的經歷。



校內工作體驗 - 汽車美容



學生於工作體驗期間擔任活動助理

開拓世界

Café 1010

林雅怡老師

這學期我除了是林老師，還多了一個稱號，就是「林老闆」，對此實在欣喜若狂。高興的並不是所取得的榮譽感，而是看到「員工們」認真投入於工作體驗堂，熱切融入於模擬的工作環境，因而有所成長，並向著目標勇敢進發。

「Café 1010」的由來是沿自工作體驗堂的「茶座從業員」，當時我們主要製作及售賣簡單的小食及飲料。運作兩年後，是時候蛻變，因而拓展了現在的「Café 1010」。成立「Café 1010」的首要目的是為了給予學生一個工作的機會，讓他們體會並培養工作時的應有基本技能和態度，包括與同工和諧合作、對待客人誠懇有禮、盡善盡美完成製作……藉此讓他們相得益彰，學以致用。這幾個多月來，我們分別製作了香港特色小吃——雞蛋仔、特色飲料、咖啡拉花等，我這個「林老闆」見到「員工」熱情的笑容，見到「顧客」滿足的笑臉，怎不欣喜若狂？

由茶座蛻變到「Café 1010」，由港式奶茶咖啡蛻變到特色咖啡拉花，並珍惜每一次蛻變的機會。來年我們將在學校一樓的環保角興建小型咖啡角，期望再一次變得更臻完善，愈變愈好，不論是環境、食品、服務質素等都定能帶來一番新氣象，希望各位老師及到校嘉賓繼續鼎力支持，讓學生繼續發揮潛能。在此祝福他們將來能順利地融入社會工作，發熱發光。請大家拭目以待！



雪糕雞蛋仔



學生於「Go Beyond」計劃分享會展示學習成果



冬日特式熱飲

Café 1010 - 員工心聲

成功從來都是需要靠苦幹，完美從來都是需要靠練習。我在「Café 1010」雖然並不是很成功，也不完美，但從中學到的沖茶及咖啡拉花技巧給了我無數的成功感，開心之餘，亦更有動力繼續努力苦幹，把自己變得成功，更有勇氣繼續刻苦練習，變得完美。

中六延伸二班 黃家俊同學



我是個喜歡吃喝的學生，同時我亦喜歡烹調食物，所以我一見到求職廣告有「咖啡師助理」這份工作，我二話不說便申請了這工作！我從這工作學會了如何沖咖啡及拉花，我相信這些技巧對我未來生活很有幫助。雖然日後我未必可以成為一位咖啡師，不過我可以在家為自己沖調合自己口味的咖啡！

中四丙班 張悅同學

首先在此感謝林雅怡老師對我的厚愛及信任，也感謝楊慧兒姑娘對我的關愛，亦感謝 Café 的同事們對我的支持與包容。最後，當然要感謝學校提供機會予我參與工作堂，讓我從中明白到不少的道理。

往日喝咖啡時，我從來都沒有好好注意過咖啡上的拉花，直到學習咖啡拉花時，我才知道原來咖啡拉花是一門學問，也是一門藝術。看著導師輕而易舉地拉出一個小愛心時，貌似簡單非常，誰知當自己真正著手製作時，卻弄得手忙腳亂！果然「台上一分鐘，台下十年功」。凡事都不能輕看背後努力，原來真有「熟能生巧」這道理。

另外，在這段期間也讓我體會到選擇工作不應僅為工資，而是當自己工作快樂時，也能無形間帶給別人快樂，只要用心工作，別人也會感受到這份窩心。畢業後，我定會繼續用心，全力以赴地做好每一項工作。

中四丙班 賴炎烽同學



結語 創·前程 Go·Beyond

「為世界美好多一點，付出所有」不只是主流學生才可以做到，只要我們都認識到自己的能力，認識到自己喜歡走的路，就可以盡己所能為世界作貢獻。

「向前行，攜手行，趁青春要奮進，不可辜負眼前好時光」，希望各位同學在學期間都可以與你的同伴攜手，多嘗試，多體驗，充實自己，以最佳準備，迎接未來的挑戰！

學生園地 視覺藝術科小二

我最喜愛的海洋生物



李宇哲



施偉堂



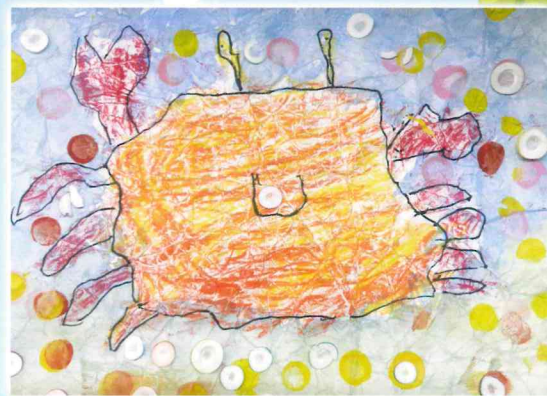
余淼淼



張子暄



施衛嵐



張紫賢



陳宥臻



陳皓唯



黃熙妍

家長教師會活動



2019-2020年度校內運動會



家長義工自助餐



家長委員及家長義工一同出席家教會週年晚宴



Nicole's Kitchen 齊來做果醬



家長義工小賣部正式啟市



家教會週年晚宴暨週年會員大會



2019笑聲樂FUN享 冠軍——莫漢巴

訓育關愛



紅會派發禮物



初組活動日

藝術



樂繫校園獎勵計劃2018-2019嘉許禮

體育運動



薯蛋頭跑2019



香港青年獎勵計劃——第一次露營訓練



香港青年獎勵計劃——第一次遠足訓練



體藝——輪椅武術示範

浸大音樂系義工服務

宿舍家長主任布擎姿姑娘

二零一六年至今，浸大音樂系一眾熱心的師生已連續四年暑假組成義工團隊，來宿舍為宿生提供義工服務。他們以音樂為主題的服務讓學生獲益不少。他們除了教授宿生們一些簡單的音樂知識，如學習拍子、認識不同樂器、欣賞不同類型的音樂外，亦會以音樂講故事和玩遊戲，令宿生投入其中。義工朋友更會將環保概念融入活動，教導宿生利用環保物料製作沙樽、笛子、小結他等環保樂器。製作完畢後，宿生都迫不及待用自己的「心血結晶」合奏歌曲，興奮的心情躍然臉上。

最令宿生難忘的，當然是義工朋友的音樂演奏環節。他們以各種樂器演奏樂曲，所演奏的樂曲，首首都是耳熟能詳的曲目。除了古典音樂外，義工朋友更演奏一些流行歌曲和大家一起合唱，氣氛非常熱鬧。為了讓宿生接觸不同類型的樂器，每次樂器示範後，義工朋友也會邀請宿生嘗試演奏，對於宿生來說，這是難得的體驗。剛過去的暑假，義工們帶來四把小提琴給宿生試彈。在義工協助下，即使手部肌能較弱的宿生也可以親身體驗試奏，其姿勢更是似模似樣。這次活動成功引起他們學樂器的興趣，有多名宿生提出希望學習彈奏小提琴。經過宿舍與浸大音樂系義工團隊協調後，義工於平日晚上，以小組形式免費教授宿生彈奏小提琴。他們更慷慨捐贈了四把小提琴及一些敲擊樂器予宿舍，讓宿生在餘暇時也可以繼續練習。

現時有部份義工已經畢業，但他們仍不忘每年暑假為我們提供音樂活動。衷心多感謝義工們多年來的付出，他們的善舉引發了宿生對音樂的興趣，發揮了宿生在音樂藝術上的潛能。



義工用心教導宿生用小提琴奏樂



在義工帶領下，
可以成功合奏一曲「小星星」



你看嘉華奏小提琴時
似模似樣



為環保樂器
畫上喜歡的圖案



義工教導宿生玩夏威夷小結他



義工朋友用紙皮教宿生製作小結他



浸大音樂系的義工朋友為我們樂器演奏



義工朋友會教大家打拍子

衷心感謝

本校承蒙下列機構及人士慷慨捐贈，特此鳴謝（排名不分先後）：

Kwok Lai Yin; 國際獅子會中港澳303區; Mr. Hiro Mansukhani; 劉胤中先生; 趙逸思女士; 伍玉蓮女士; 科達禮品製造廠有限公司; 羅匡翹、羅卓翹家長; 蘭桂坊扶輪社; 浸會大學音樂系; Ms. Rita C.S. Chan; 曾文正家長; 袁文龍先生; 顏樹明家長; 簡汝超先生;

職員動向

生力軍

教師馬錦瑩、關皓中、黃偉強、Kwong Calvin Wah Doon(SNET); 學校社工羅樂雯; 廚師袁麗英; 宿舍家長顏苑恩; 教師助理黃妍楊; 助理會計主任吳美蘭; 助理文書主任鄭媛芝; 資訊科技助理鄭俊基; 教師助理許翹峰; 學校服務員余瑜順

榮休

宿舍註冊護士黎美儀

體育活動

香港殘疾人奧委會暨傷殘人士體育協會香港殘疾人乒乓球公開錦標賽2019		
男子學生組 TT6-10 級單打賽 (企立)	冠軍	陳子謙 (小六)
女子學生組 TT6-10 級單打賽 (企立)	亞軍	植培 (小五乙)
混合公開組 TT6-10 級團體賽 (企立)	冠軍	唐志銘 (中二)
混合公開組 TT6-10 級單打賽 (企立)	季軍	唐志銘 (中二)
薯蛋頭百變跑2019 (香港紅十字會學校——三項鐵人賽)		
個人組	季軍	郭志軒 (中四乙)
接力 1 組	冠軍	朱浩賢 (中五)、邢曦洋 (中四甲)、周朗浩 (中三延伸)
	亞軍	劉可添 (中六延伸一)、李富成 (中五)、徐家杰 (中四乙)
接力 2 組	冠軍	韋樂謙 (中六甲)、郭紀旻 (中五)、劉邦發 (中一)
	亞軍	王倩怡 (中六延伸二)、陳宇禧 (中一)、岑心怡 (小六乙)
香港紅十字會甘迺迪中心友校接力邀請賽		
4 x 60 米賽	冠軍	陳子謙 (中一)、周朗浩 (中三延伸)、邢曦洋 (中四甲)、李富成 (中五)

藝術

香港學校體育學會會徽設計比賽		
優異獎	 	黃詩詠 (中三延伸)
2019笑聲樂FUN享		
冠軍		莫漢巴 (輔高)

傑出表現

第十四屆觀塘區傑出學生選舉	
高中組優秀學生	余俊延 (中五甲)
初中組優秀學生	賴君怡 (中二)
小學組優秀學生	葉心蕎 (小五甲)
第38屆蜆殼港島青商展能學童獎學金	
傑出展能學童獎	賴君怡 (中二)
最佳進步獎	袁泳琪 (中三)
敏哲慈善基金獎學金	
獎學金	賴君怡 (中二)、朱逸朗 (小四)
慶祝中華人民共和國成立70周年優秀小學生獎勵計劃	
優秀小學生獎	朱逸朗 (小五)