

第一節 生涯規劃導入

時間：1小時30分鐘

目的：1. 提升學生對計劃的認識
2. 讓學生互相認識，建立關係

活動流程

時間	活動內容	物資準備
5 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 導師自我介紹，並歡迎學生出席第一節小組。 學生簡單介紹自己（形式由導師自行決定）。 	
25 分鐘	<p>活動 1：熱身遊戲</p> <p>目標：破冰、營造氣氛</p> <p>第一部份：誰是高手</p> <p>流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 每位學生獲數個衣夾，與別人猜包剪揲。 猜輸的一方需把衣夾夾在猜贏的一方衫上，再找別人猜包剪揲，如此類推，直至手上或身上再沒有衣夾。 衫上最多衣夾的三位同學可獲禮物。 <p>第二部份：超人大戰</p> <p>流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 學生分成兩組，每組邀請一位學生做超人，每組有 5 分鐘時間，用報紙製作超人的防衛棒和盾。 A 組超人穿上報紙衫和蒙眼，拿著棒和盾站在場中央，A 組其他學生可在場外口頭提示超人該怎樣攻擊及防衛，B 組學生獲派數個衣夾。 在限時之內，B 組學生需把衣夾夾在超人的報紙衫上；A 組超人利用棒和盾作防衛，被棒擊中的學生需要離場。 身上有最少數量衣夾的超人獲得勝利。 導師帶領討論： <ol style="list-style-type: none"> 你們在過程中使用了甚麼策略？ 你覺得遊戲與這個計劃有甚麼關係？ 	<p>衣夾</p> <p>報紙（做棒和盾）</p> <p>眼罩</p> <p>報紙衫</p> <p>膠紙</p> <p>禮物</p>

25 分鐘	<p>活動 2：互相認識</p> <p>目標：讓學生透過遊戲互相認識</p> <p>第一部份：眾裡尋他</p> <p>流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 導師派發「眾裡尋他」工作紙予學生，學生在十二個問題格填寫答案。 2. 於 5 至 10 分鐘內，尋找與自己答案相同的組員，並請他在問題格內簽名；如果數個問題都有相同答案，也在那些問題格簽名。 3. 最多學生簽名的是哪一項？導師邀請學生分享。 <p>第二部份：圖中找我</p> <p>流程：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 導師在桌上展示數十張圖咭，並邀請學生選擇一至兩張，輔以介紹自己，導師作出引導： <ol style="list-style-type: none"> i. 請你挑選一至兩張很有感覺的圖咭，覺得很能代表你，或圖咭像形容你的狀態／興趣／理想。 ii. 有甚麼原因令你想揀這張圖咭？ 2. 介紹後，導師邀請學生與手上圖咭合照以作紀錄。 	<p>糖果</p> <p>附件 1.1： 「眾裡尋他」 工作紙</p> <p>圖咭(導師可於網上搜尋有趣圖片)</p> <p>相機</p>
30 分鐘	<p>活動 3：計劃介紹</p> <p>目標：讓學生認識計劃內容</p> <p>流程：</p> <p>播放短片：導師可於互聯網搜尋有關生涯規劃的短片或資料，並於小組時播放，以令學生初步了解生涯規劃的概念。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 導師介紹計劃： <ol style="list-style-type: none"> i. 計劃的背景和目標 ii. 計劃內容 iii. 活動時間表 iv. 活動模式 2. 了解學生的期望，填寫期望卡。導師引導問題： <ol style="list-style-type: none"> i. 你期望在計劃學會或體驗甚麼？ ii. 你期望有甚麼改變或進步？ iii. 你期望自己和導師關係怎樣？ 	<p>短片</p> <p>附件 1.2： 期望卡</p>

	<p>3. 與學生訂立小組規則，並寫在黑板上。導師引導問題：</p> <ul style="list-style-type: none">i. 小組進行時應有甚麼秩序？ii. 小組進行時，你應有甚麼態度？iii. 你應如何與導師和組員合作？	
5 分鐘	<p>總結：</p> <ul style="list-style-type: none">1. 導師總結此節目的和計劃目的。2. 導師鼓勵學生以積極投入的態度參與計劃。	

教學建議

<p>活動 1： 熱身遊戲</p>	<p>活動解說：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 你覺得遊戲與這個計劃有甚麼關係？導師藉此鼓勵學生以正面的態度參加活動：開心、好玩、安全、新嘗試、投入參與、同行等等。 <p>常見情況：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 第一節小組的氣氛、互動和凝聚力會影響學生往後的參與程度。於活動過程中，導師可多讚賞學生的參與或表現，如：導師讚賞學生準時出席活動、願意分享、專心聆聽或積極參與等。 2. 部份有特殊學習困難的學生，言語表達能力或社交能力較遜色，熱身遊戲宜簡易為主，以帶起小組氣氛。另外，學生可能需要較長的熱身時間，導師可觀察情況並作調節。 3. 部份有特殊學習困難的學生難長久專注，導師可利用多元化的活動以保持學生的專注度或興趣。每項活動不宜太長，並盡量安排每位學生有參與的機會。
<p>活動 2： 互相認識</p>	<p>活動解說：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 每個人都是獨一無二，各有能力、專長和限制，但有些地方如興趣、基本資料能與別人共享相同之處。此相同之處能夠成為溝通的接觸點，展開友誼。在往後活動，小組也會發掘更多關於自己和他人的興趣、能力、理想，期望大家投入參與，像剛才給予簽名一樣，給予自己和別人肯定，互相支持。 <p>常見情況：</p> <p>第一部份：眾裡尋他</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生可能於某項目找不到相同的同學，導師可邀請學生分享看法和感受，並指出該項目是學生獨特之處。 <p>第二部份：圖中找我</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 有部分學生平時較少用言語表達自己，圖咭有助他們表達自我。導師可對學生的分享表示欣賞，以加強他們的自信心。 2. 有學生會感到困惑，不知道選擇哪張圖咭代表自己。導師可建議學生按自己心意、興趣或夢想去選擇。

活動照片：



圖：學生眾裡尋他，找出與自己答案相同的同學，並請他簽名，導師製作題目時可用多些圖案



圖：學生選擇一至兩張圖咭，輔以介紹自己

活動 3：
計劃介紹

活動解說：

1. 透過介紹計劃，讓學生了解計劃重點和意義，並作心理準備和安排時間去參與。
2. 導師鼓勵學生提出小組規則，並一起遵守；可以寫在海報紙上，於每一節小組張貼出來，用作提醒。例子：
 - i. 務必準時

	<ul style="list-style-type: none">ii. 互相尊重（請尊重不同意見）iii. 保密私隱（在小組討論過的私人事情，請不要向外傳出）iv. 投入參與v. 聆聽別人vi. 若你有事需要提早離開，請提早通知
--	--

附件

- 附件 1.1：「眾裡尋他」工作紙
- 附件 1.2：期望卡