**教育局生涯規劃教育組**

**生涯規劃短片教材-(9)籃球菠蘿包**

短片名稱：《籃球菠蘿包》

連結：<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/videos/12.html>

片長：5分11秒

主題：工作體驗活動帶給學生的啟發

故事背景：

蔡子健(椰子)一向以成為籃球明星為他的人生目標。子健父親經營茶餐廳，期望兒子長大後能繼承父業。惟子健對經營茶餐廳不感興趣，父子為此產生了一些矛盾。老師察覺到子健的問題，邀請子健參加了一次餐飲工作體驗活動。子健從活動中得到啟發，找到了新的人生目標。最後，子健學有所成，承繼父業，並且達成夢想。

**延伸活動**

對象：中四或以上學生

目的：

1. 讓同學根據個人的興趣、能力和所面對的困難，了解實現夢想的方法。
2. 讓同學了解工作體驗活動的重要，並為自己定下人生目標。
3. 讓同學對工作加深認識，從而尋找心目中的理想工作。
4. 讓同學探討工作的意義和價值。

[相關生涯規劃探索工具 -「我的生涯規劃歷程」](https://portfolio.lifeplanning.edb.gov.hk/)：

1. 「工作價值」遊戲：同學可利用這教育應用程式選擇及排列個人工作價值

2. 我的E-課堂 (單元二：「探索個人價值觀」)

參考網站：

1. [教育局生涯規劃資訊網站 > 行業與職業](https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/career/career-information/index.html)
2. [VTC職業資料庫](https://occupation-dictionary.vtc.edu.hk/tc/occupation)

**〈活動一〉： 夢想可成真？**

老師著同學分小組(4-5位)分析子健的夢想，然後每組派一位同學分享討論結果，老師並給予一些個人看法。

以短片中主角子健為例，你認為他的夢想是否「不切實際」？試根據興趣、能力和困難，分析子健的夢想，並給予一些建議。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 子健的夢想 | 興趣和能力 | 困難 | 結論 |
|  |  |  |  |

我會給予子健以下建議：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

參考資料﹕

子健的夢想：成為一位籃球明星

興趣和能力：他熱愛打籃球，但他的籃球技術只是一般。

困難：作籃球運動員未必可以維持生計，缺乏家人的支持。

結論：尋求老師或長輩的意見，搜集有關成為籃球運動員的資料，看看會否以籃球運動作為業餘嗜好。

建議：夢想並非不能改變，而人也並非只可以有一種興趣和夢想。子健可以考慮其他事業，並以籃球運動作為一種嗜好。

**〈活動二〉： 不同之處**

老師著同學分小組(4-5位)討論及比較子健兩份工作的分別，從而分析個人的工作價值觀。

試利用工作性質、學歷要求、所需技能、報酬和褔利、晉升機會、工作環境及工作意義，討論及比較兩份工作的分別，從而看看你對以下兩份工作的認識是怎樣。(參考網站：[教育局生涯規劃資訊網站>行業與職業](https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/career/career-information/index.html) / [VTC職業資料庫](https://occupation-dictionary.vtc.edu.hk/tc/occupation))

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 工作 | **籃球明星** | **經營茶餐廳** |
| 工作性質 |  |  |
| 學歷要求 |  |  |
| 所需技能 |  |  |
| 報酬和褔利 |  |  |
| 晉升機會 |  |  |
| 工作環境 |  |  |
| 工作意義 |  |  |

參考答案﹕

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 工作 | **籃球明星** | **經營茶餐廳** |
| 工作性質 | 體能及技術訓練 | 招待及服務他人 |
| 學歷要求 | 視乎球隊要求 | 沒有特別要求 |
| 所需技能 | 籃球技術、與人合作 | 與人溝通、解決問題 |
| 報酬和褔利 | 視乎比賽勝負而定 | 視乎生意而定 |
| 晉升機會 | 成為隊長、教練 | 成為老闆 |
| 工作環境 | 球場、戶外 | 餐廳、廚房 |
| 工作意義 | 完成自己的夢想 | 完成父親的心願 |

**〈活動三〉： 夢想成真**

老師囑咐同學按分析子健的夢想流程，先獨自分析個人夢想的成功機會。然後再著同學兩人一組分享個人的結論；並要求對方給予一些意見。

你有否一些看似很難實現的夢想呢？試按分析子健夢想的流程，估計這夢想的成功機會，然後與一位同學分享，並寫下他給你的意見。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 我的夢想 | 興趣和能力 | 困難 | 結論 |
|  |  |  |  |

對於我這個夢想，我的同學認為\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

**〈活動四〉： 理想工作**

老師著同學想想何謂「理想工作」，並填寫以下表，然後揀選一些同學分享他們的看法，從而了解同學對工作的價值觀。

「理想工作」需具備什麼條件？試從工作性質、學歷要求、所需技能、報酬和褔利、晉升機會、工作環境及工作意義，想想你的理想工作條件？

|  |  |
| --- | --- |
| 工作性質 | 按照腦力工作 / 體力工作 / 擔任領導工作 / 非領導工作 /服務性工作 / 非服務性工作 |
| 學歷要求 | 文憑試要求 / 語文能力要求 / 中學畢業 / 大學畢業 / 專業資歷 /無需學歷 |
| 所需技能 | 外文 / 操作某些設備或機器 / 電腦 / 主動聆聽 / 溝通 / 客戶服務 / 人際關係技巧 / 領導力 / 管理技巧 / 解決問題 / 時間管理 |
| 報酬和褔利 | 底薪+佣金制度 / 交通津貼 / 加班津貼 / 每周5天工作 / 試用期後可享特別額外假期 / 海外研修機會 / 內部培訓 / 醫療津貼 / 包午膳 |
| 晉升機會 | 良好晉升階梯 |
| 工作環境 | 戶外 / 戶內 /舒適 / 高溫 / 清潔 / 污糟 / 空調 / 寧靜 /嘈吵 / 安全 / 危險 |
| 工作意義 | 個人滿足感、成功感、別人的認同、甚至能夠幫助他人改善生活、貢獻社會等。 |

綜合以上的條件外，你認為哪些條件最重要？還有其他更重要的條件嗎？

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

**〈活動五〉： 工作體驗**

老師可再次利用劇中主角子健的經驗，囑咐同學想一想有沒有類似的經驗，然後揀選一些有經驗的同學向全班同學分享。

短片中子健的父親期望他能夠繼承父業，你有沒有親人對你有特別的期望呢？子健因一次工作體驗活動而找到值得努力的人生目標，你有沒有類似的經驗呢？除了工作體驗活動外，你有否聽過一些職業講座或別人分享與工作有關的經驗呢？

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**〈活動六〉：課後訪問**

老師囑咐同學在課後訪問兩位親友，了解他們的夢想及成功或放棄的原因及值得學習的地方。老師可在下一課堂跟進同學的訪問成果。

請你於課後訪問兩位親友，了解他們的夢想、成功或放棄的原因及值得學習的地方。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 訪問對象 | 夢想 | 成功/放棄的原因 | 值得學習的地方 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

學生工作紙

**短片欣賞**：《籃球菠蘿包》

|  |  |
| --- | --- |
| 生涯規劃網站/主頁/家長/影片/生涯規劃短片 − 籃球菠蘿包  連結：<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/school-administration/videos/12.html> |  |

**〈活動一〉： 夢想可成真？**

以短片中主角子健為例，你認為他的夢想是否「不切實際」？試根據興趣、能力和困難，分析子健的夢想，並給予一些建議。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 子健的夢想 | 興趣和能力 | 困難 | 結論 |
|  |  |  |  |

我會給予子健以下建議：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

**〈活動二〉： 不同之處**

試利用工作性質、學歷要求、所需技能、報酬和褔利、晉升機會、工作環境及工作意義，討論及比較兩份工作的分別，從而看看你對以下兩份工作的認識是怎樣。(參考網站：[教育局生涯規劃資訊網站>行業與職業](https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/career/career-information/index.html) / [VTC職業資料庫](https://occupation-dictionary.vtc.edu.hk/tc/occupation))

| 工作 | **籃球明星** | **經營茶餐廳** |
| --- | --- | --- |
| 工作性質 |  |  |
| 學歷要求 |  |  |
| 所需技能 |  |  |
| 報酬和褔利 |  |  |
| 晉升機會 |  |  |
| 工作環境 |  |  |
| 工作意義 |  |  |

**〈活動三〉： 夢想成真**

你有否一些看似很難實現的夢想呢？試按分析子健夢想的流程，估計這夢想的成功機會，然後與一位同學分享，並寫下他給你的意見。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 我的夢想 | 興趣和能力 | 困難 | 結論 |
|  |  |  |  |

對於我這個夢想，我的同學認為\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

**〈活動四〉： 理想工作**

「理想工作」需具備什麼條件？試從工作性質、學歷要求、所需技能、報酬和褔利、晉升機會、工作環境及工作意義，想想你的理想工作條件？

|  |  |
| --- | --- |
| 工作性質 |  |
| 學歷要求 |  |
| 所需技能 |  |
| 報酬和褔利 |  |
| 晉升機會 |  |
| 工作環境 |  |
| 工作意義 |  |

綜合以上的條件外，你認為哪些條件最重要？還有其他更重要的條件嗎？

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

**〈活動五〉： 工作體驗**

短片中子健的父親期望他能夠繼承父業，你有沒有親人對你有特別的期望呢？子健因一次工作體驗活動而找到值得努力的人生目標，你有沒有類似的經驗呢？除了工作體驗活動外，你有否聽過一些職業講座或別人分享與工作有關的經驗呢？

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**〈活動六〉：課後訪問**

請你於課後訪問兩位親友，了解他們的夢想、成功或放棄的原因及值得學習的地方。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 訪問對象 | 夢想 | 成功/放棄的原因 | 值得學習的地方 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |