



中三升中四選科指南



生涯規劃教育組

學生姓名：_____

班別：S.3 ____ ()

目 錄

(一) 重要的抉擇	p.3
(二) 你的選科態度正確嗎?	p.4
(三) 選科秘笈	p.5
(四) 334 高中學制	p.6
(五) 本校高中選修科目組合	p.7
(六) 各大學的一般入學要求	p.8
(七) 中學生出路圖	p.9
(八) 家長篇(1) - 高中課程及選科簡介	p.10
(九) 家長篇(2) - 生涯規劃資訊網站	p.11



各位中三級同學：

重要的抉擇

恭喜你們即將成為高中學生，又是要計劃中三升中四「選科」的時候。

因為今天的選擇將會影響同學們將來升學及就業的機會，這個決定可以說是事業生涯的起點，所以你必須周詳地考慮。

編製這本小冊子的目的是希望幫助同學們認識自己的能力、喜好、潛能和局限，在選科上作出明智的抉擇。

鑑於疫情嚴峻，我們要在3月至4月放一個特別假期，所以一切選科資訊將會在校網及whatsapp發放給家長及同學。倘若大家對選科有任何疑問，可經whatsapp向班主任查詢。期望提供的資訊，可讓大家進一步了解各個科目特點、自己興趣和能力，從而作出適當的選擇。

謹祝

邁向光輝的未來

生涯規劃教育組

二零二二年三月

你的選科態度正確嗎？

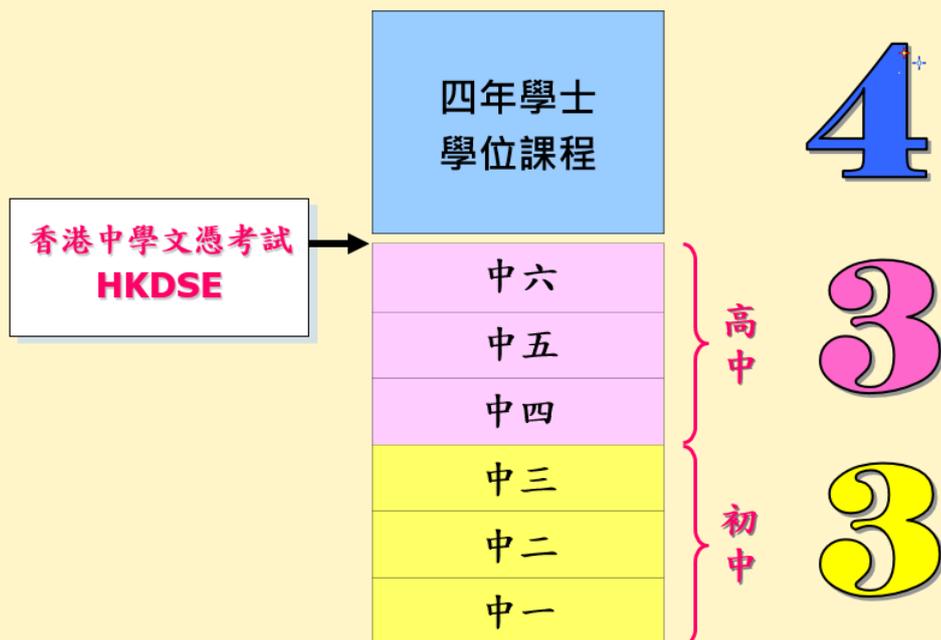
* 請「✓」出你認為合理的選科原因。

	反正我在初中沒有一個學科成績是好的，選哪一科也沒所謂吧！
	我選這科是我對這學科有興趣，況且我有信心會爭取到好成績。
	我班 friend 全部選這科，我都要跟著選這科。
	雖然我沒有能力讀好這科，但我有興趣選修這科目。
	教這科的老師好好人，就算冇興趣我都要選佢個科。
	我選擇這科是因為它是大學某學系的必修科。
	沒所謂啦！總之要選最容易讀個科。
	父母希望我將來成為專業人士，所以我也要硬著頭皮選這科。
	我的男朋友/女朋友選擇這個科目，一於共同進退選這科吧！
	物理、化學都係適合男孩子的科目，唔適合女孩子修讀。
	我有明確的目標，我選修這科是經過週詳考慮。



1. 瞭解自己的個人特徵，例如興趣、性格、夢想職業等。
2. 評估自己的學習特徵，例如學術興趣、才華和技能、學業成績及學習信心。
3. 認識自我特質，探索那些是適合自己的高中課程及職業。
4. 瞭解所選修的課程與將來繼續升學的關係。
(多元升學出路圖 及 各院校的入學要求)
5. 生涯規劃-定立自己的學習目標和行動計劃。
6. 多參考老師、家長的意見。
7. 定期檢討計劃，如有需要作出修正。

334高中學制



高中學習領域



本校高中選修科目組合

張沛松紀念中學



2022 ~ 2023 年度中四「選科表」



組別	選修科目
<p>A 組</p> <p>*在 <input type="checkbox"/> 內依照你的能力及興趣填入優先次序 1 至 5</p> <p>(1 為第一志願 · 2 為第二志願 ...)</p>	<p><input type="checkbox"/> 物理 <input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 資訊及通訊科技</p> <p><input type="checkbox"/> 企業、會計與財務概論 (商業管理)</p> <p><input type="checkbox"/> 企業、會計與財務概論 (會計)</p>
<p>B 組</p> <p>*在 <input type="checkbox"/> 內依照你的能力及興趣填入優先次序 1 至 5</p> <p>(1 為第一志願 · 2 為第二志願 ...)</p>	<p><input type="checkbox"/> 化學 <input type="checkbox"/> 經濟 <input type="checkbox"/> 地理</p> <p><input type="checkbox"/> 設計與應用科技</p> <p><input type="checkbox"/> 旅遊與款待</p>
<p>C 組</p> <p>*在 <input type="checkbox"/> 內依照你的能力及興趣填入優先次序 1 至 5</p> <p>(1 為第一志願 · 2 為第二志願 ...)</p>	<p><input type="checkbox"/> 生物 <input type="checkbox"/> 中史 <input type="checkbox"/> 視覺藝術</p> <p><input type="checkbox"/> 數學延伸部分單元二 (M2, 代數與微積分)</p> <p><input type="checkbox"/> 旅遊與款待</p>

- 註：1. 在高中學制下，中四同學**必須修讀**中國語文、英國語文、數學及公民與社會發展四科。
2. 中四同學須**修讀三個**選修科目。請在 A 組、B 組及 C 組分別依照自己的能力及興趣，填入所有科目的優先次序。
3. 同學將於派發成績表時有一次**修改**「選科表」的機會。
4. 但**必須注意**，經修改的選科表必須於派發成績表後翌日**上午 9:00 至下午 12:30 前**親身交回一樓校務處，**逾時遞交的選科表恕不受理**。
4. **無須修改**的選科表**不用交回**。
5. 所有「選科表」必須有**家長簽名**方為有效。

學生姓名：	_____	家長簽名：	_____
班 別：	S.3 _____ ()	日 期：	____ / ____ / 2022

* 同學必須於 **30/6/2022** 或以前將此選科表**交回班主任**。

各大學的一般入學要求

教資會資助學士課程

院校	入學等級								
	必修科目				選修科目		應用學習	其他語言	數延單元
	中	英	數	通					
香港大學	3	3	2	2	3	3	+(優異 I)	Y 達 E 級	N
香港中文大學	3	3	2	2	3	3	+(優異 I/II) 部分課程	Y 達 E 級	Y
香港科技大學	3	3	2	2	3	3	+(優異 I)	N	Y
香港理工大學	3	3	2	2	3	3	✓(優異 I) 部分課程 指定科目 最多計一科	Y 達 E 級	Y
香港浸會大學	3	3	2	2	3	3	✓(優異 I) 部分課程	Y 部分課程	Y
香港城市大學	3	3	2	2	3	3	✓(優異 I/II) 部分課程	Y 達 E 級	Y
嶺南大學	3	3	2	2	2		+(達標) 部分課程	Y 達 E 級	N
香港教育大學	3	3	2	2	2		✓(優異 I) +(達標)	Y 達 E 級	Y



家長篇(1)

高中及高等教育
新學制網上簡報

學生為本 全人發展 多元出路 終身學習



相關活動

「高中課程及選科簡介」家長講座 2022 (預錄影片)

https://334.edb.hkedcity.net/new/tc/parent_seminar_2022a.php

講座對象	中三學生家長及其子女
A. 高中課程概覽及最新發展 (教育局代表)	PDF 檔案 影片
B. 優化四個高中核心科目 (教育局代表)	PDF 檔案 影片 (一) 影片 (二)
C. 公民與社會發展科 (教育局代表)	PDF 檔案 影片
D. 香港中學文憑考試簡介 (香港考試及評核局代表)	PDF 檔案 影片
E. 文憑至學位多元升學路 (職業訓練局代表)	PDF 檔案 影片 (一) 影片 (二) 影片 (三)

家長篇(2)

生涯規劃資訊網站- 教育局

生涯規劃是一個持續和終身的過程，以達致人生不同階段的目標。在求學階段，生涯規劃教育在培養學生認識自我、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，扮演一個重要角色。

身為父母的你，該如何幫助子女制定升學就業計劃？

訂立清晰的目標能夠使子女有明確的方向，並透過持續的學習、評估和檢討，向目標進發。子女在過程中因而產生熱情和動力，取得成就和滿足感。生涯規劃教育能夠讓子女在不同成長階段中認識自己的志向、興趣和能力，培養他們的自信及自我規劃的能力，並掌握未來升學就業道路的發展。

家長在子女的生涯規劃教育中亦扮演一個很重要的角色。家長透過了解子女性格特徵和能力、發掘他們的潛能、傳遞正確的價值觀念，從而協助子女規劃和制定不同階段的目標，以實現他們的理想。

(A) **生涯規劃重點過程**

在子女的生涯規劃教育中，作為家長該如何幫助他們在不同階段規劃目標？家長在子女的生涯規劃中擔任極為重要的角色。家長可根據以下五個步驟，協助子女制定他們的升學就業計劃以實現他們的理想及目標。

<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/parents/key-process.html>

(B) **初中/高中階段家長的角色**

中四是子女在學習的一個新階段，對就讀於中三的子女來說，選科是他們在生涯規劃中一個很重要的抉擇。家長單方面的意願和期望有時會讓子女造成選科的壓力，這也可能影響他們將來的表現。父母可與子女們一起參與和了解相關的選科資訊活動，多討論和聆聽他們的意見，一起分享彼此的想法 ...。

<https://lifeplanning.edb.gov.hk/tc/parents/junior-senior-secondary-level.html#junior>

(C) **生涯規劃影片分享**

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