新学年开学短片──剑击运动员连翊希

(学生版工作纸)

**课题:「生涯规划」**

观看以下短片以作答问题。

**短片连结：** <https://emm.edcity.hk/media/1_g3gul7ky>

**问题：**

1. 连翊希小姐向学生介绍「进度目标」的概念，希望香港的学生可以善用此方法令自己不断进步。在以下例子，**哪一个**是总目标？**哪一些**是进度目标？

目标：扣杀、反手、加入学校羽毛球队、网前球、假动作、短发球

1. 在学业方面，你有甚么目标？

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

1. 你能为自己在第2题的目标设计一些进度目标吗？

-完-