新學年開學短片──劍擊運動員連翊希

(學生版工作紙)

**課題:「生涯規劃」**

觀看以下短片以作答問題。

**短片連結：** <https://emm.edcity.hk/media/1_g3gul7ky>

**問題：**

1. 連翊希小姐向學生介紹「進度目標」的概念，希望香港的學生可以善用此方法令自己不斷進步。在以下例子，**哪一個**是總目標？**哪一些**是進度目標？

目標：扣殺、反手、加入學校羽毛球隊、網前球、假動作、短發球

1. 在學業方面，你有甚麼目標？

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

1. 你能為自己在第2題的目標設計一些進度目標嗎？

-完-