



教育局  
課程支援分部  
科技教育組

## 科技教育學習領域

科技與生活科是高中課程的選修科目之一，旨在為希望通過深入學習與食物或衣飾方面相關學習元素及概念來建立知識基礎的學生，提供一系列具挑戰性經歷的機會。學生可選擇修讀「食品科學與科技」或「服裝、成衣與紡織」學習範疇。



查詢：teched@edb.gov.hk

# 參觀中華廚藝學院、 國際廚藝學院、 酒店及旅遊學院



酒店及旅遊學院、中華廚藝學院及國際廚藝學院副院長劉永棠博士

充滿正能量的學生經驗分享

2024年7月12日，教育局與職業訓練局合辦了一次教師培訓活動，參觀位於職業訓練局薄扶林大樓的中華廚藝學院、國際廚藝學院以及酒店及旅遊學院。參加的教師認為這次活動讓他們眼界大開，而且深受啟發。



訓練酒廊



中華廚藝學院



中華廚藝學院學生準備的盛宴



中式香料研習室



清朝滿漢全席及合巹宴的歷史由來



訓練餐廳(中式)



訓練餐廳(西式)

是次參觀活動包括一場內容豐富的講座，介紹入讀中華廚藝學院、國際廚藝學院以及酒店及旅遊學院進修的途徑，和飲食業界中的就業機遇。緊隨著由一位充滿正能量的學生，分享從學院學習中，確認人生目標而發奮向上的心路歷程，信息積極正面，然後就是令參加者大受啟發的校園導賞。過程中有助於提高參加者對中華飲食文化的了解，透過將中華飲食文化和相關學習納入科技與生活科課程，讓教師培養學生的國家觀念和國民身分認同。

# 中華飲食文化周暨學生廚藝大賽



「中華飲食文化周暨學生廚藝大賽」是「心繫家國」聯校國民教育活動中的一項重要活動，由香港直接資助學校議會及賽馬會官立中學主辦，藝術與科技教育中心協辦。旨在通過中華飲食文化周活動，讓學生了解中國不同地區的飲食文化精髓，並學習當中的歷史與文化內涵，從而培養他們研習中國文化的興趣與能力。

是次廚藝決賽在2024年3月23日於薄扶林中華廚藝學院舉行，比賽以粵菜為主題。每組參賽學生(2至3人)需按指定食材 — 雞，設計及製作一道既傳統又富創意的粵菜，以彰顯粵菜的飲食文化內涵或特色，讓評審品嚐，並作解說。

香港電台  
「心繫家國」節目



<https://www.rthk.hk/tv/dtt31/programme/lohtoc2/episode/949496>



**學校名稱：何東中學**

**學生姓名：梁巽然、莫曉林、黃彥熙**

**參賽作品：翠花荔枝雞球**

今次能代表學校參加廚藝大賽並獲得冠軍，實在令我們感到十分興奮。我們的參賽作品是「翠花荔枝雞球」，構思是源自「荔枝蝦球」，是一道廣東名菜。為配合比賽的要求，我們以雞肉取代蝦肉，設計出一道既傳統又具創意的粵菜。在比賽中我們運用了不同的食物烹調技巧，例如把荔枝肉釀入雞球以增加果甜味及嫩滑感。為了增加不同層次的口感，我們在雞球外面蘸上紅色的翠花粒，使菜式入口時感覺外脆內軟。菜式外型看似荔枝，顏色奪目，充滿中國喜慶與吉祥的感覺。最後，我們運用了中國書畫的意念作擺盤設計，令菜式呈現中華色彩，變得更獨特吸引。除了技術方面的挑戰，比賽還考驗了我們的毅力和應變能力。我們經過多番嘗試和改良，過程中合力解決了不少困難，最終才獲得理想的成績。



獲獎(冠軍)菜式：「翠花荔枝雞球」



5D 班梁巽然、莫曉林及黃彥熙於2023/24學年《心繫家國》中華飲食文化周暨學生廚藝大賽奪得冠軍殊榮



同學們組隊互相協作設計及製作的一道既顏色奪目又充滿中國喜慶與吉祥的感覺的粵菜



運用中國書畫的意念作擺盤設計，令菜式呈現中華色彩，變得更獨特吸引



同學們在評審面前解說創作理念並讓評審品嚐



入圍決賽參賽隊伍與一眾嘉賓和評判大合照

由於我們是科技與生活(食品科學與科技學習範疇)選修科的學生，我們在課堂上有很多機會探索不同的烹調技術、各種營養課題的知識、食品科學與科技及食品研發，因此我們在比賽中更具信心展示烹調技巧和創造力，這些對我們今次獲獎有莫大的幫助。參加這次廚藝比賽是一次寶貴的學習經歷，讓我們學懂互相協作及互相欣賞，我們衷心多謝老師的帶領及校長的支持。

修讀香港中學文憑的科技與生活讓我獲益良多，深受啟發，奠下良好的學科基礎。在未來的路途上，我們會繼續努力學習，不斷挑戰自我，讓自己不斷進步。

**學校名稱：何文田官立中學**

**學生姓名：陳曉琳、謝詠詩**

**參賽作品：一夜『籠』舞影**

### (i) 參賽作品的構思

中國人在農曆新年、元宵佳節總愛掛上大紅燈籠，營造熱鬧歡騰的節日氛圍，象徵吉慶團圓的大紅燈籠就成了我們這道菜的造型。此外，「一夜『籠』舞影」這菜名的靈感也來自辛棄疾的《青玉案·元夕》「一夜魚龍舞」，這闕詞正描寫元宵佳節夜市上燈火通明的喜慶和熱鬧，我們希望「一夜『籠』舞影」這道菜可以在傳統節日的闔家團圓宴上，寄託祈求光明、平安喜樂的祝願。

這道菜以魚香茄子為原型，結合燈籠的造型，將免治雞肉和豬肉混合爽脆的馬蹄，再釀入茄子中，然後澆上熬煮至棕紅色的醬汁，令半立體的燈籠色澤亮麗，引人垂涎。豬肉、雞肉和馬蹄的混合與調味，體現了中國傳統文化的「中和之美」。「中」是恰到好處，合乎法度之意，見諸於菜餚的五味調和；「和」是「和而不同」的傳統理念，一口咬下，餡料既有不同口感，又共融諧協，令人齒頰留香。



獲獎(亞軍) 菜式：「一夜『籠』舞影」



## (ii) 家政／科技與生活科學習的運用

何文田官立中學初中課程設有家政科，教授各式縫紉基礎手法和烹調技巧。中國擁有悠久的飲食文化，講究食材搭配、烹調工藝，我們能在家政課堂上認識中華傳統的飲食智慧，例如烹製農曆新年傳統小食「笑口棗」，寓意笑口常開、如意吉祥。除了能掌握油炸食物的訣竅，更認識到時節食品的典故和寓意，了解傳統節日的習俗和風尚，增進對中華文化的認識。家政課堂不但有趣，而且實用，讓我們將課堂學習得到的烹調技巧和食材搭配知識應用在生活中，學以致用，提升生活的質素與情趣。



在家政課堂烹製的農曆新年傳統小食「笑口棗」

## (iii) 活動後感

俗語說：「民以食為天」，中國飲食文化博大精深，是次心繫家國廚藝比賽的主題為粵菜，我們一起烹調這道菜名為「一夜『籠』舞影」的參賽菜式，有幸在大賽獲得銀獎，實在令人鼓舞。這次比賽，我們除了學習到粵菜的烹調技巧，也透過參觀中華廚藝學院，見識到先進的廚房設備，認識到不同菜系的調味特點和香料知識。在參賽過程中，老師指導我們反覆練習，多番嘗試，從親自下廚到品嚐佳餚，獲益良多，感受深刻，我們期望能繼續學習中國烹調技藝，傳承中華飲食文化。



同學們透過這次比賽參觀中華廚藝學院，見識到先進的廚房設備

學校名稱：賽馬會官立中學  
學生姓名：徐顯銓、胡宇航  
參賽作品：寸草春暉



參加「中華飲食文化周暨學生廚藝大賽」是一次難忘的經歷。我們以創意菜品「寸草春暉」參賽，這道菜以粵菜為基底，結合現代烹調技術與創新思維。菜品靈感來自於中國的孝道文化，旨在透過食物表達對長輩的敬愛與感恩。這道菜經過精心設計，不僅味道調和，外觀也精緻吸引，我們最終獲得季軍，這是對我們努力的極大鼓舞和肯定。



學生精準控制火候，能掌握一定的烹調技巧



精緻的擺盤，令作品臻於完美

在準備比賽的過程中，我們應用了在「科技與生活」課程中學到的知識，從選擇食材、平衡營養到最終的菜品呈現，展示了對食品科學的理解及其他相關學科知識的實際應用。此外，我們學會了如何利用現代科技和大型專業廚房設備來精確控制烹調的各個細節，例如掌握烹調時間和溫度。



這次大賽不僅讓我們展現及提升了自己的烹調技巧，也提供了一個寶貴的學習與成長機會。我們與來自不同學校的參賽者進行了富有成效的交流，建立了友誼，並從中獲得了新的靈感。此次活動加深了我們對中華飲食文化的熱愛，並讓我們體會到持續學習和團隊合作的重要性，這些經驗將對我們未來的發展極為重要。



獲獎(季軍) 菜式:「寸草春暉」



中三級徐顯銓(右)及 中四級胡宇航(左)與主席評判梁偉楠師傅合照

學校名稱：筲箕灣東官立中學

學生姓名：高睿、黃凱敏

參賽作品：鴻運百花雞卷



我們以「江南百花雞」為藍本，製作這道「鴻運百花雞卷」參加「中華飲食文化周暨學生廚藝大賽」。比賽以粵菜為主題，而粵菜以清淡和新鮮為主，故我們創作的「鴻運百花雞卷」以雞肉和鮮蝦作為主要食材，再加上多種新鮮蔬菜製作而成，各種食材的鮮味讓這道菜的味道更上一層樓，令人回味無窮。

我們在科技與生活科中，學會如何利用不同的食材配搭出不同的味道、造型、並且符合均衡膳食的原則，煮出美味又健康的菜式。而烹調這道菜式時，我們特別注意火候控制。不同的火候會令食物的口感不同，就以這道「鴻運百花雞卷」來說，首先必須以慢火烹調，讓雞肉保持鮮嫩，最後以大火把雞肉中的油份迫出，令雞肉油而不膩，同時使雞皮變得香脆可口，達到外脆內軟的效果，口感更豐富。



參賽作品：鴻運百花雞卷



中五級高睿和黃凱敏組隊互相協作設計及製作的一道顏色奪目的粵菜



「鴻運百花雞卷」以雞肉和鮮蝦作為主要食材

參加這次比賽，讓我們深深體會到豐富的中華飲食文化底蘊，使我們認識中國八大菜系的發展歷史及當中的掌故，原來每道菜都有其背後的意義或故事，這亦激發我們繼續探索不同的中國傳統菜式的興趣。

在烹調時，我們細心瞭解每項食材的來源及其特性，這也讓我們有很深刻的感受。我們明白食物來之不易，農夫飽經風吹日曬，不分晝夜呵護種植，才可把新鮮美味的食材供給我們烹調食用。「民以食為天」，日後我們會好好珍惜食物，把它們烹調得更富營養、更美味可口，讓大家品嚐到色香味形的中國菜。

**學校名稱：迦密主恩中學**  
**學生姓名：李澄茵、姚天恩**  
**參賽作品：反轉糯米雞**

我們在中一時因家政堂的烹飪課，所以在烹飪實習過程中對烹飪產生了興趣。於是，老師便邀請我們參加了第一次的烹飪比賽，在增進我們烹飪的技術外，亦令我們對烹飪嘅興趣愈發深厚，在此更發掘了我們的才能。

在中二級家政堂學習膳食計劃時，同學們需烹調家中一道常吃的小菜，藉此了解營養價值、食材配搭和烹調方式，從而幫助同學在烹調技能多發揮創意及多認識自己的家鄉文化，我們就是這時對粵菜有了更深的認識。

是次參與「心繫家國 - 中華飲食文化周暨學生廚藝大賽」的過程中，老師特意邀請了現任西廚的舊生師兄和我們一齊落實菜式設計。經過多番的嘗試，憑「反轉糯米雞」的意念獲邀參加決賽，我們深感榮幸可以在決賽與其他有同樣興趣的學生一同學習、競技和交流。

在我們準備的過程中，粵菜的特色乃着重食物原本的鮮味和配合，口味較清淡，力求清中求鮮、淡中求美。「反轉糯米雞」以雞的鮮香及乾貨的臘味作主要調料，正符合粵菜追求食材原汁原味的特點。我們的菜式「反轉糯米雞」將糯米和雞肉結合，再用荷葉包裹，以蒸的方式烹調而成。設計靈感源於經典粵菜糯米雞。然而，我們不像傳統糯米雞一樣，以糯米包着雞肉，而是將其反轉，用雞肉包裹着糯米。我們希望將雞肉包裹在糯米中，蒸煮時可以封鎖菜餚的香氣，讓糯米吸收雞肉的鮮味和餡料的鮮香，使得整道菜餚的香氣更加豐富，味道更濃郁。



以指定食材(雞肉)設計及製作的一道既傳統又具創意的粵菜「反轉糯米雞」

在傳統糯米雞中，雞肉混在餡料中，與糯米分開包裹，因此在蒸煮過程中它們的接觸並不密切。這樣會導致糯米和雞肉在口感上保持一定的分離感。而「反轉糯米雞」的烹煮方式是將糯米包裹在雞肉中，再加以蒸煮，讓糯米和雞肉更緊密地結合在一起，使得糯米和雞肉在烹調過程中更好地融合和交換風味。加上餡料中的冬菇、臘腸、蝦米等食材，糯米吸收了雞肉和餡料的鮮美，口感更加細膩又軟糯，為糯米雞帶來了更豐富的口感和層次。

食用時，「反轉糯米雞」能使食客更着重於雞的肉質鮮嫩。糯米的柔軟與雞肉的鮮嫩相互交織，味道濃鬱醇厚。仔細品味，還能嘗到餡料中的各種食材帶來的不同口感。與此同時，糯米雞的滋味還在唇齒間回蕩，能滿足的口腹之欲，又能帶給人一種回味無窮的感覺。

師兄依照我們的創作意念給予了寶貴的意見。我們不僅學曉全雞去骨，更在怎樣處理配料及烹調技術上更上一層樓，令我們益不少。

廚藝決賽確令我們難以忘懷，比賽莫過於能展示廚藝才能外，也在老師及梁大廚的指導下提高了烹調技能和創意表達。我們雖有壓力，但見其他參賽者別具特色的粵式菜餚，實在驚嘆不已。有幸與廚藝學院的學生攀談，期間我們獲得了新的廚藝技巧和烹飪理念，更了解了中華廚藝學院這所學院。這個經歷讓我們受益匪淺。



與主席評判梁偉楠師傅合照



姚天恩 (S3) 及李澄茵 (S3) 於2023/24學年  
《心繫家國》中華飲食文化周暨學生廚藝大賽獲得優異獎

**學校名稱：官立嘉道理爵士中學（西九龍）**

**學生姓名：HASRAT、SHABANA**

**參賽作品：紅網煌煌鳳來儀**

首先，「紅網煌煌鳳來儀」是以雞肉為主料，輔以甜、酸、辣口味醬汁的一道融合粵菜。「紅網」即紅色絲網，在中國傳統文化中象徵吉祥喜慶。在傳統中華文化中，紅色被視為幸福和快樂的象徵，經常被應用於婚禮和節慶等重要場合。「煌煌」一詞則代表了人對輝煌和宏偉的追求，突出我們對美好事物的嚮往及渴望。「紅網煌煌鳳來儀」不僅體現了傳統中華文化中紅色的吉祥象徵和人類對宏偉壯麗景象的追求，還寓意吉祥和富足。這道菜我們建議配搭白飯或印度薄餅享用。

我們衷心感謝我們的家政科潘老師，她不斷鼓勵並增強我們的信心，給我們在課堂上展示技能的機會，甚至讓我們在學校活動中擔任學生導師。在家政課上，我們學習了如何烹調中國節日食品，如湯圓、蒸餃子和糉子等，加深了我們對中華文化的理解。課程內容涵蓋各種烹調技巧、調味料的使用以及對飲食文化的見解。此外，老師還鼓勵我們不必拘泥於原有的食譜，而是創作出自己的菜式，例如製作融合不同飲食風格的意大利薄餅，跳出我們固有的思維模式。



我們第一次在專業廚房工作



我們的菜式《紅網煌煌鳳來儀》



與評判和嘉賓大合照

參加這次「中華飲食文化周暨學生廚藝大賽」雖充滿挑戰，但我們收穫滿滿。我們先與潘老師討論了我們的初步構想，在聽取了她的建議後，再對食譜進行調整。為確保能夠在比賽中順利製作參賽作品，我們事先進行多次練習。感謝學校和主辦方讓我們在中華廚藝學院學習關於中式烹調技巧和擺盤的寶貴經驗和知識。這是一次奇妙的探索及融和之旅，我們成功將巴基斯坦的文化影響融入到傳統中菜食譜當中。

我們遇到的最大挑戰之一是語言障礙。起初要用廣東話理解食譜和烹調指示對我們來說十分困難。儘管如此，這次經驗讓我們學會了堅毅向前以及團隊合作的精神。經過這次比賽，我們不僅磨練了烹調技巧，還加深了欣賞中華文化和美食的能力。

總括來說，這是一次徹底改變我們的體驗，突顯出走出舒適區、擁抱多樣性、以決心和開放的心態來面對挑戰的重要。這段旅程給了我們新的信心，亦令我們對探索廚藝更有熱情了。



賽後在學校集會上分享經驗

# 毛莉巴

鐘聲慈善社胡陳金枝中學



我在中學時期的習作

大家好，我是毛莉巴，英文名是Areeba，是鐘聲慈善社胡陳金枝中學的畢業生，而選修科是科技與生活（時裝、成衣與紡織）。

我從小開始就很喜歡時裝設計和創作，配襯衣服和化妝是我的興趣，所以決定在高中選修科技與生活（時裝、成衣與紡織）。除了基本的時裝設計技巧之外，我亦學習纖維與布料的知識；老師安排了很多實習活動，例如縫製服裝和進行實驗，令到課堂更加有趣。

作為一個巴基斯坦族裔學生，使用全中文去修讀這一科，要面對不少困難，例如要學習不同的科本專用詞彙。幸好有老師細心的教導，令我願意花更多時間去鑽研一些我不明白或比較弱的課題。

我是2023年香港中學文憑試的考生，疫情關係在高中階段有好些時間是要上網課。在接近考試期間，老師提供了很多不同的練習和補課等，令我們可以迅速地跟上進度，面對考試時會更加有信心。

雖然我對時裝設計充滿熱情，但我的志願是當老師。現在我在小學兼任非華語中文科老師。看到我的學生的中文能力漸見進步，令我充滿成功感。學習時裝設計培養我處事時要力臻完美，希望將來我可以利用我這一個長處，幫助更加多在香港的非華語學生，令他們有一個愉快的學習生活。

# 鄺恩穎

鐘聲慈善社胡陳金枝中學  
香港知專設計學院 - 服裝設計高級文憑

我是鐘聲慈善社胡陳金枝中學的中六畢業生，在2023年應考香港中學文憑試，現就讀香港知專設計學院服裝設計高級文憑一年級。

高中的時候選修科技與生活(時裝、成衣與紡織)，是因為準備在中學畢業後能繼續修讀與服裝設計有關的課程。我另一個選修科是企業、會計與財務概論，在學習期間我發現兩科有部份內容很相似能互補不足。在校期間，科技與生活的老師提供了很多不同的學習活動，例如實地考察和參觀等，讓我對考試更有信心和更得心應手。

修讀了科技與生活(時裝、成衣與紡織)，使我對布料種類、服裝繪圖、縫紉技法有了一定基礎，這對我現在的學習幫助甚大。在學習的過程中，我瞭解到一件衣服從纖維到成衣再到消費者手裡是很漫長且複雜的過程。因此，我對服裝的價值有了新的定義，也會更加珍惜每一件服裝。

此外，我會嘗試自己製作衣服和日常家居用品，而不是像以前一樣把購買放在第一選擇。將來我希望創立自己的服裝品牌，製作自己喜歡的服裝。

雖然課業繁忙，偶爾也會迷茫和沮喪，但我仍會堅持自己的理想，希望能在回饋社會的同時能夠追尋自己的夢想。



我的時裝作品



製作時裝作品中

# 潘慧媛

聖傑靈女子中學

有人問我：你為什麼選修科技與生活科？實際上，科技與生活科是一門可為學生提供時裝知識和科技應用的專門學科。就我個人而言，選擇修讀科技與生活科是因為我對製成衣、多元化的時裝風格以及時裝如何幫助我們的日常生活等方面感興趣。比如，何以一塊精緻的布料能呈現出波浪形？何以一個小小的設計決定影響服裝的最終視覺效果？尖端科技如何改變服裝？想到這些問題，我選擇了科技與生活科作為我的選修科之一。而透過修讀科技與生活科，我已成功找到了所有答案。

在科技與生活科課堂中，我學習了纖維的特性、時裝史和衣物製作的程序等不同方面的知識，使我對時裝有了更深入的理解。除了理論知識，我的實踐能力也得到了磨練。我學會了如何調整紙樣，如何使用各種縫紉技巧來達到不同的效果，以及如何在製作服裝時怎樣應對挑戰。將設計變成實物相當具挑戰性，但同時，我培養出了許多基本特質。過去我認為縫紉很簡單，但當我自己嘗試去製作時，我意識到完成每件時裝都必須經過多個程序。回想起一次我嘗試在一件用彈性天鵝絨製成的禮服上縫上一條隱形拉鍊，由於該布料很容易被拉伸，我仍然記得我在經歷了無數次試驗之後才得以成功地把拉鍊與布料平整地縫在一起。雖然很難，但我學會了耐心地、堅持不懈地並且冷靜地處理問題。生活上，也真正需要在縫紉過程運用解決問題和關注細節的寶貴技能。

科技與生活科不僅讓學生探索自己的興趣，還幫助學生提高各種可轉移的技能。一些科技與生活科學生會根據自己的知識和志向選擇進入設計領域，享受在表達自我時發光發亮。此外，由於科技與生活科還包括時裝業務，學生可藉此瞭解消費者行為、消費者喜好以及時裝行業中的不同角色，拓寬他們的視野，並為他們提供時裝業務的基本知識。

自上個世紀起，服裝作為保護身體和保暖的日常用品，在人們的生活中起著至關重要的作用。然而，隨著科技的進步，時裝有了更複雜的功能，為我們的生活帶來了許多益處。抗菌層、防蟲防蛀和抗靜電塗層等創科技術正嶄露頭角。我們甚至可以見證應用在家居產品上的觸敏布料，以及應用納米技術到醫療服裝。隨著時裝和科技在我們生活中所扮演的角色愈發重要，我們正在進入一個科技時代，而科技與生活科正發揮不可或缺的作用。

我欣喜在高中時期修讀科技與生活科。該學科不僅幫助我實現深入探索時裝行業的夢想，還讓我對科技和時裝兩者之間能產生的創造性結合有了更廣泛的瞭解。可能現在我們還無法預知科技與生活科及相關行業未來將如何發展，但可以肯定的是：持續發展將使我們能享受更便利的生活。我相信科技與生活科的學生將以他們不可估計的天賦和非凡的設計理念為社會作出貢獻。

中學時期我在科技與生活科(服裝、成衣與紡織)的時裝設計習作



# 王正羸

聖傑靈女子中學

我自幼就對時裝和創意充滿熱情。時裝設計將設計、創意和個人表達融為一體，讓我有機會將想法轉化為有形的作品，並透過設計表達我獨特的觀點。時裝設計不僅是一種藝術形式，也是一種表達方式，能夠為人們帶來美感和靈感。因此，我在中學時選擇修讀科技與生活科(服裝、成衣與紡織)，希望為我在這一領域的未來發展奠定堅實的基礎。

在中學學習科技與生活科(服裝、成衣與紡織)不僅讓我意識到自己對時裝和創意的熱情，也給我帶來了許多寶貴的收穫。這學科使我能夠全面瞭解服裝以及時裝與生活之間的關係，包括消費者行為分析、各種布料特徵和紡織業等方面的相關知識。

此外，我還有機會和同學一起參加各種時裝設計比賽，使我能夠與同學經常交流與合作。我們分享創意靈感，討論設計意念，並互相提出批評與建議。這不僅培養了我的團隊精神，開闊了視野，學習與具備不同思維方式的人互動，讓我能以多個角度欣賞他人不同的思維方式，培養對思維差異性的同理心和包容。

透過科技與生活科的校本評核，我有機會體驗整個設計過程。從構思設計意念、收集數據、繪製設計草圖、挑選材料到製作最終產品，每一步都對我大有裨益。校本評核的高度自主性使我能夠充分發揮自己的想像力和創造力，深入研究自己感興趣的主題。在學科老師的指導下，我能夠更有組織、順利完成我的校本評核。透過這些實踐經驗，我不僅掌握了設計的理論知識，還培養了實踐技能。



展望未來，我希望在大學繼續學習時裝設計，並最終實現我在該領域的自我價值。透過在大學的綜合學習，我希望能獲得更加深入的專業知識和技能。我也希望在大學學習期間能有更多的實踐機會。透過實習和參與項目設計，我將有機會將所學知識應用於實際工作環境，藉此更深入地了解時裝行業的運作，並為我未來的事業發展積累寶貴經驗。

最後，在未來的事業道路上，我希望能以我的設計作品為媒介，向社會傳達永續時尚的概念。我打算設計對環境和社會有意義的時裝產品，促進可持續發展，並透過相關教育活動提高公眾對永續時尚的認知。我認為時裝設計不僅應該是創造力的表達，也應該是推動社會變革的力量。

透過在中學學習科技與生活科(服裝、成衣與紡織)，形成了我對這個領域的熱愛，為我的專業發展奠定了基礎。未來在大學我將繼續學習這個領域的知識，不斷提高我的專業技能，用我的設計作品造福社會，為永續時尚的發展作出貢獻。

## 我的設計之旅





# 中華廚藝學院 / 國際廚藝學院 / 酒店及旅遊學院



提供不同種類的體驗工作坊，  
讓學校可靈活為學生挑選及  
安排職業相關之學習體驗。

## 中華廚藝學院/國際廚藝學院/酒店及旅遊學院 招募及就業輔導處

電郵 : [akilau@vtc.edu.hk](mailto:akilau@vtc.edu.hk)

電話 : 2538-2280 (可使用 WhatsApp)

辦公時間 : 上午8:30 - 下午5:15 (星期一至五)



# 食品科學與科技

## 香港大學

- 理學士 (主修食物及營養科學)
- 理學士及法學士 (主修食品與營養科學)

## 香港中文大學

- 食品及營養科學理學士學位

## 香港理工大學

- 食品科學及營養學(榮譽)理學士組合課程 (食品科技與食物安全 / 人類營養學及健康)

## 香港都會大學

- 食品測試科學榮譽理學士

## 香港高等教育科技學院

- 廚藝及管理 (榮譽) 文學士
- 食品科學及安全 (榮譽) 理學士
- 營養及健康管理 (榮譽) 理學士
- 檢測和認證 (榮譽) 理學士
- 學科體驗工作坊 (<https://thei.edu.hk/tc/page/detail/3563/>)

## 香港大學專業進修學院

- 營養及食品科學高級文憑
- 食品健康及商業管理學高級文憑
- 營養及食品管理高級文憑
- 食物科學及食品安全高級文憑
- 人類營養學深造文憑

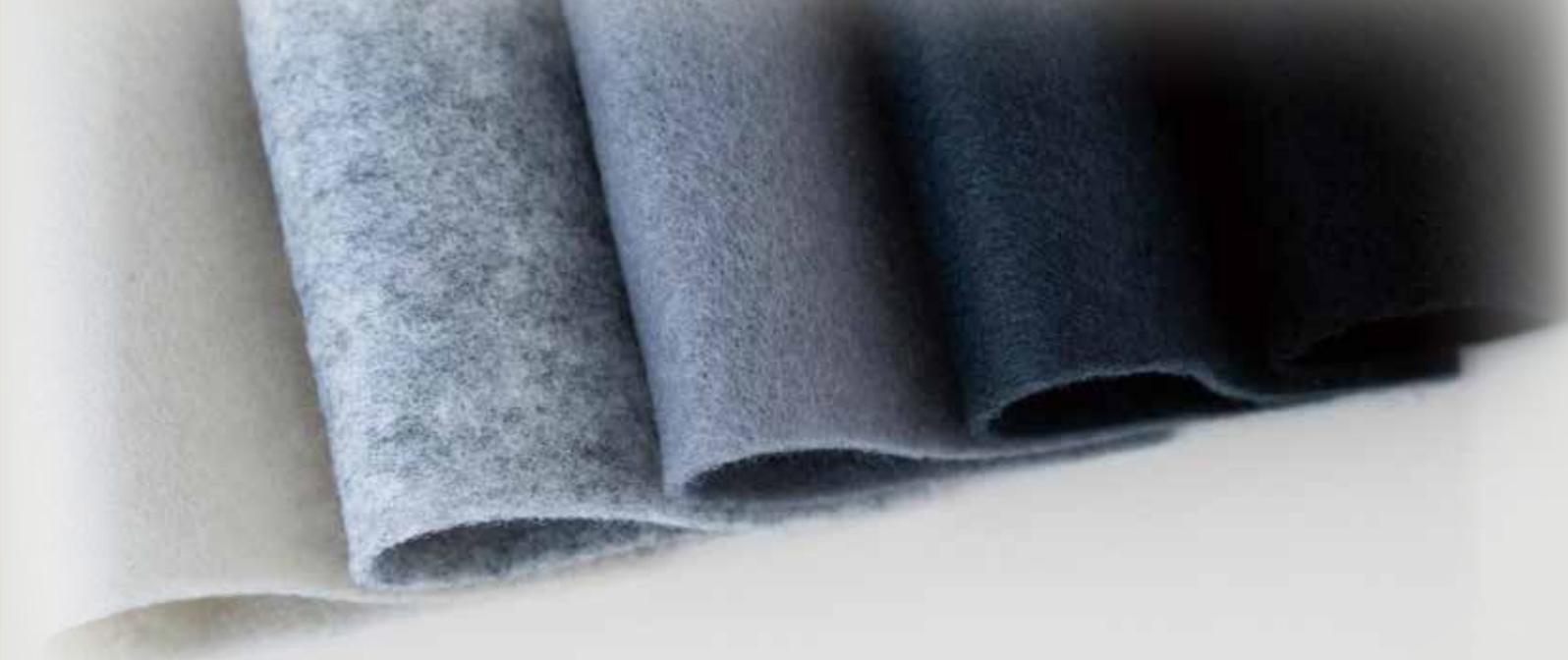
## 香港專業教育學院

- 應用營養高級文憑
- 食品科技及安全高級文憑
- 體適能及運動營養高級文憑

## 香港教育大學

- 教師專業進修課程證書 (家政 / 科技與生活科的學與教)
- PGDE學位教師教育文憑 (中學) - 家政 / 科技與生活科





# 時裝、成衣與紡織

## 香港理工大學

- 時裝文學士組合課程
  - 時裝（時裝設計）文學士
  - 時裝（針織時裝設計）文學士
  - 時裝（內衣及運動服裝）文學士
  - 時裝（時裝商務）文學士
  - 時裝（時裝創新及科技）文學士

## 香港高等教育科技學院

- 時裝設計文學士
- 學科體驗工作坊 (<https://thei.edu.hk/tc/page/detail/3563/>)

## 明愛白英奇專業學校

- 設計學高級文憑課程（時裝設計）

## 香港知專學院

- 演藝造型設計高級文憑
- 數碼時裝品牌策劃及採購高級文憑
- 時裝設計高級文憑
- 時裝形象設計高級文憑
- 時裝媒體設計高級文憑
- 學校參觀
  - 設計企劃研究中心 (<https://www.hkdi.edu.hk/tc/knowledge-centre/cdss.php#section-908>)
  - 知專設創源 (<https://www.hkdi.edu.hk/tc/knowledge-centre/cimt.php>)
  - 時裝資料館 ([https://www.hkdi.edu.hk/tc/knowledge-centre/fashion\\_archive.php](https://www.hkdi.edu.hk/tc/knowledge-centre/fashion_archive.php))

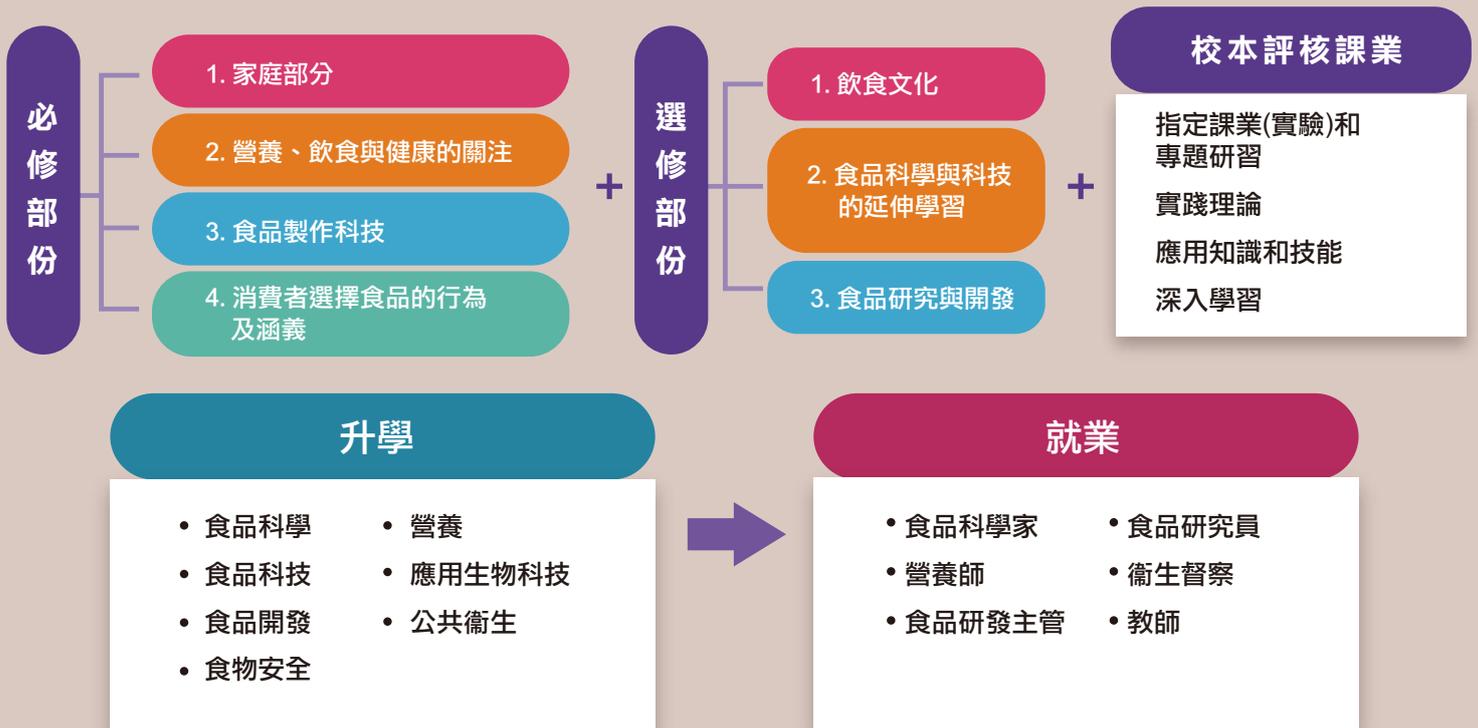
## 製衣業訓練局

- 數碼時裝設計高級文憑

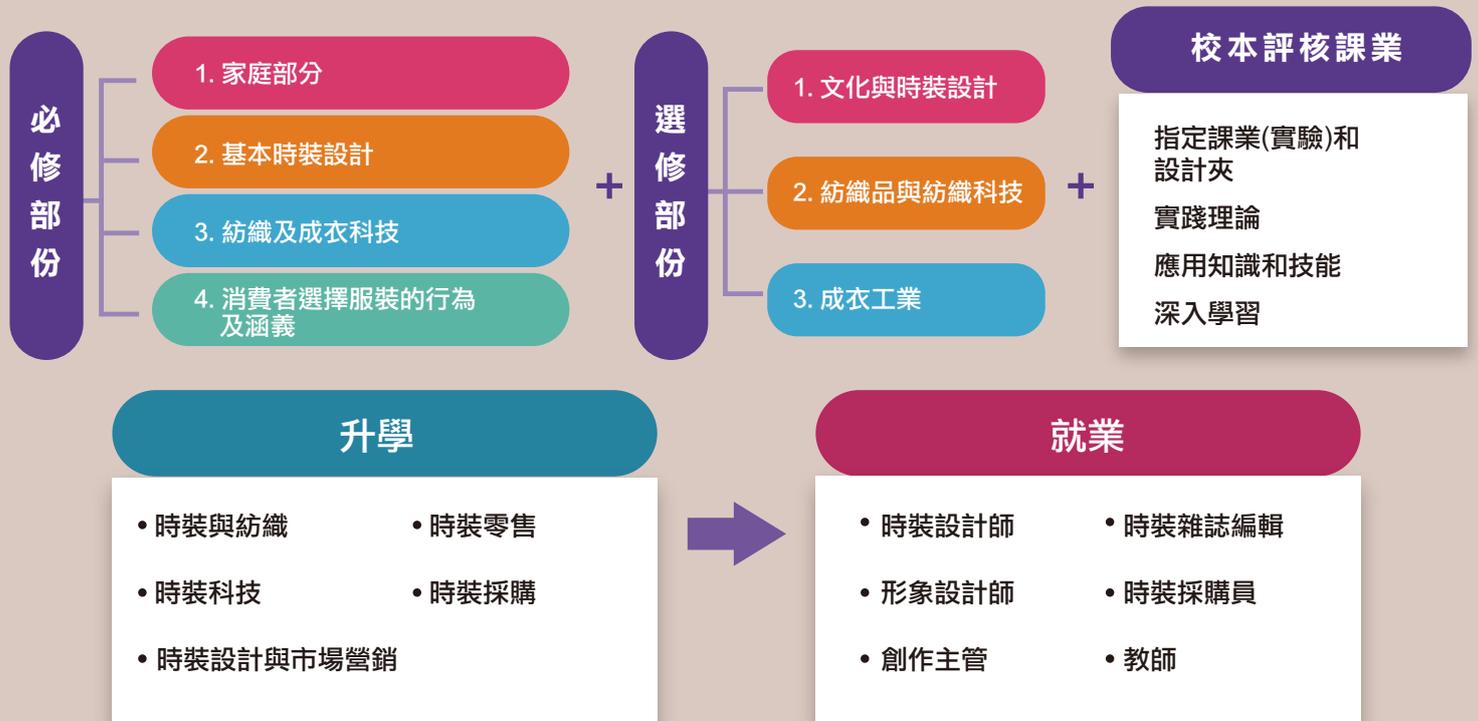
## 香港教育大學

- 教師專業進修課程證書（家政 / 科技與生活科的學與教）
- PGDE學位教師教育文憑（中學）- 家政 / 科技與生活科

# 食品科學與科技學習範疇



# 服裝、成衣與紡織學習範疇



「科技與生活 踏上專業之路」

[https://emm.edcity.hk/media/0\\_4xi77gu0](https://emm.edcity.hk/media/0_4xi77gu0)