

## 科技與生活 通訊#2

### 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。



教育局  
課程發展處  
科技教育組

查詢：teched@edb.gov.hk

## 服裝、成衣與紡織學習範疇

### 必修部分

1. 家庭部分
2. 基本時裝設計
3. 紡織及成衣科技
4. 消費者選擇服裝的行為及涵義

+

### 選修部分

1. 文化與時裝設計
2. 紡織品與紡織科技
3. 成衣工業

+

### 校本評核課業

- 指定課業（實驗）和設計夾
- 實踐理論
- 應用知識和技能
- 深入學習

## 升學

- 時裝與紡織
- 時裝設計與市場營銷
- 時裝科技
- 時裝零售
- 時裝採購



## 就業

- 服裝設計師
- 形象設計師
- 創作主管
- 時裝雜誌編輯
- 時裝採購員
- 教師



# 陳欣茵

香港理工大學 – 服裝及紡織 (榮譽)文學士學位組合課程

**作**為香港理工大學服裝及紡織(內衣學)的應屆畢業學生，我十分高興在此分享一些大學期間的學習生活。回望過去幾年的大學生涯中，最令我難忘的是除了到紐約流行設計學院參與交流生計劃外，還有在晶苑國際集團有限公司進行了八星期的暑期實習。隨著畢業年參與的內衣時裝展，我的整個大學生活亦完滿地結束了。回想這一切，都源自我從小熱愛時裝設計，加上在中學階段時，選修了科技與生活科(服裝、成衣與紡織學習範疇)，才讓我今天有機會實踐自己的夢想，成為一個時裝設計師。

中學時修讀的科技與生活科，為我提供了大量有關時裝業的基礎知識，讓我掌握了紡織及縫紉的基本技巧和概念，令我在大學的學習中能得心應手。科技與生活科的課程內容非常廣泛，當中包括家庭部分，分析時裝以及社會、文化等範疇的相互關係；而紡織及成衣科技就涉及紡織的科學結構及其科技發展；還有消費者選擇服裝的行為及涵義，提供了時裝市場及營銷手法的基本經濟概念。我最喜歡的一課是時裝歷史發展，當中我覺得最有趣的是社會、文化、政治及經濟因素與整個時裝潮流的關係，令我深深地被全球時裝業的發展吸引著，期望有機會成為其中一份子。除了課本上的知識，科技與生活科最特別的一環就是由對時裝行業有深厚認識的老師，帶領著我去體驗服裝設計的過程，實現自己的作品。從設計意念及主題發

展，到如何運用意念展示版，再構思草圖到繪畫時裝插圖，我都有機會去嘗試。除此以外，老師還讓我們認識不同紡織物料及如何為設計配上合適的布料、學習紙樣製作以及縫紉的技術，更運用不同形式的課業加強我們的個人技能(如解難能力及組織能力)，培養我們獨立完成整件時裝作品的的能力。課程中涵蓋的內容更為我在大學修讀時裝學系時提供了一個良好的根基，令我可以把自己創作的時裝作品完美地在舞台上展出!

另一方面，從課堂中的探索和研習所得的知識及能力亦能輕易地應用到日常生活，例如我會先了解布料的特性及留意保養標籤才洗濯衣服；買衣服時又會留意服裝的工藝、產地和定價；甚至可以為自己縫製衣服，發揮無限創意，提升個人服裝審美觀和時裝欣賞的品味。

對於熱衷於時裝設計的同學，科技與生活科能讓你得到很大的滿足感，尤其是第一次完成時裝插圖去參加比賽，第一次親手完成製作一件衣服，還有可以建立一本厚厚的作品集，都給我帶來無限的滿足感及成就感，加深了我對在時裝業發展的熱忱，促使我一步一步實現我的理想和目標。希望同學們都能通過這個學科發揮自我潛能及擴闊視野，從而實現自己的夢想。







# 戴嘉佑

香港知專設計學院 — 時裝品牌策劃及採購高級文憑

我的科技與生活（服裝、成衣與紡織）習作

從幼稚園開始，我常常被老師、父母等問我的夢想是甚麼。對那時候的我而言，未來是一個多麼遙遠的事，而我只會回答「不知道」。直到小五的某一天，我和妹妹趁著母親上班時，偷偷地拿了她的高跟鞋和唇膏，配搭著一身奇怪的衣著，模仿電視上的模特兒走時裝秀。那時候的我很羨慕那些可以穿著不同品牌衣服的模特兒，但我更羨慕的是設計這些衣服的設計師。

中四時，我選擇了科技與生活（服裝、成衣與紡織學習範疇）作為選修科目。還記得第一天，我坐在課室內和同學聽著老師講解這科的情境，老師很用心地介紹了七個單元的內容，讓我明白了這一科的內容很廣泛，而且時裝與歷史、數學、科學及藝術都有關。

在這兩年半的高中生活中，我最喜歡的科目就是這一科。老師悉心的教導當然是其中的原因，也因為可以和同學一起奮鬥。我常常坐在第一排，不停發問課本上我不明白的內容。雖然有時候只是微不足道的問題，有時候我更會質疑老師的講解，但老師依然一一為我解答。這一切令我更加想投身時裝界。還記得在中六的時候，我們要自己設計和製作一套服裝。縫紉技術較弱的我對此很苦惱。看到身邊的同學車縫一條直線都可以做得比我好的時候，其實我當時是很絕望的。即使在這兩年學了很多服裝構造的概念，但是要完成一套衣服實在不容易。然而在十月中有四天，我留在學校直至晚上八時才回家，每天對著縫紉機五個多小時，讓曾經很討厭家政科的我，最終與縫紉機成為了朋友。能夠完成這份功課，除了因為有老師的指導，還有一班陪伴我共渡這四天的好友。當整個校園都黑漆漆的時候，只有家政室燈火通明。在寂靜的時候，因為有大家的笑聲，我才不會因此而放棄。最後能完成自己用心製作出來的衣服，令我很有滿足感，我也很喜歡自己的作品。

完成中六後，我入讀香港知專設計學院的時裝品牌策劃及採購高級文憑。跟一般大眾一樣，我從前也是不認識這個課程，但是我希望將來可以投身時裝行業，因此選擇修讀這一個課程。相信有很多人從來沒有聽過這一個課程，但是我可以告訴你，這課程給了我很多機會與業界接觸，令我對時裝行業有更深入的了解。這個課程除了要對時裝設計有認識外，還要知道如何預測下一季的時裝趨勢和布料製作等知識。幸好的是，我在中學時期曾修讀科技與生活（服裝、成衣與紡織），學過相關知識，所以在第一年的課程中，我可以輕易地掌握學習內容及順利完成功課。在這一年內，我有很多可以和業界接觸的機會，例如我曾經參加由時裝品牌策劃及採購高級文憑與香港紗廠合辦的牛仔布設計比賽，又到內地參觀製衣廠及紡織廠。另外，我亦曾跟隨學校到日本文化學園大學參觀和參加有關時裝品牌策劃的短期課程，更到訪國際著名時裝品牌旗艦店，與負責亞洲區時裝採購及零售管理的人員交流。這一切都有助我計劃未來的發展方向。畢業後，我繼續修讀與時裝有關的課程，完成大學學位。

至於未決定長大後做甚麼的你，時裝界有可能為你帶來驚喜。當你細想人們生活總離不開「衣、食、住、行」，而香港更是全球時裝業的重要採購中心，當中所需要的專才包括設計師、物料採購經理、產品開發研究員、時裝買手、時裝零售業管理人員、形象設計師、櫥窗設計師、品質管理人員等等，就業出路廣泛而且選擇很多。有意投身時裝界的你，又會不會好像我一樣，在中學時期修讀科技與生活（服裝、成衣與紡織）發掘自己的才能呢？可能你未必有天馬行空的想像力，但你在這科所得到的除了學習設計外，亦會學到和時裝息息相關的資料，讓你可以裝備好自己，在未來成為時裝業界的一份子。



我的時裝品牌策劃及採購高級文憑習作 - 時裝物料





# 余嘉靖

香港知專設計學院 — 時裝品牌策劃及採購高級文憑

在高中時，我因為興趣選擇了科技與生活（服裝、成衣與紡織）作為選修科目。在高中的學習生涯中，有幸能參與大大小小不同的設計比賽，更有機會讓自己的作品在很多不同的時裝表演中展出。當中我深深明白到，原來設計過程中不只要知道你的設計對象喜歡什麼、想要什麼，在作品演繹時更加需要配合舞台效果和燈光設計才能完整地表達設計意念。這時候就需要運用在科技與生活課堂中學到的知識，例如布料的特性及運用、時裝歷史、紙樣和香港時裝產業的現況等。但如何把這些知識融會貫通運用在設計中，就需要更進一步的練習和探究。

中學畢業後，我選擇了修讀時裝品牌策劃及採購高級文憑 - 產品研發及供應營銷管理分流。雖然至今只有短短半年的學習，但在這個課程中講師常常提到「讀萬卷書不如行萬里路」的道理。因此，我們總是有很多機會外出實地考察。例如有一次我們就

到了中山市的製衣集團，了解工廠的日常運作，是怎麼生產服飾和有效率地控制成本。我和同學更有機會和集團負責人交流，這使我們更加明白，在服裝業中如何實踐我們所學習到的知識。在這個課程中，我們要修讀電腦輔助紙樣設計和時裝潮流分析等單元。在中學修讀科技與生活（服裝、成衣與紡織）時已經學習相關課題的理論，現在我除了可以溫故知新，對學習有更深入的了解外，更可以將以往認識的理論運用在真實的業界環境中。

無論是以前的中學課程，還是現在的高級文憑的學習內容，雖然是兩個不同的學習階段，對我而言是相輔相成的，也令我更充分了解到何謂時裝。不僅是在服裝方面，而且也能在學習過程中了解到不同的社會文化。我衷心希望大家也能如我一樣在中學階段時找到自己的興趣，選擇一個適合自己的科目。



我參加了時裝品牌策劃及採購高級文憑 — 時裝採購及製衣生產實地考察，由製衣集團專業人員親自講解最新開發產品及技術。



國際著名時裝品牌特別安排時裝品牌策劃及採購高級文憑同學到訪旗艦店，多位負責亞太地區的採購，零售管理及視覺營銷總監為我們講解有關該品牌的時裝品牌策劃及採購策略。





# 科技與生活 通訊#2

## 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。



教育局  
課程發展處  
科技教育組

查詢：teched@edb.gov.hk

### 食品科學與科技學習範疇

#### 必修部分

1. 家庭部分
2. 營養、飲食與健康的關注
3. 食品製作科技
4. 消費者選擇食品的行為及涵義

+

#### 選修部分

1. 飲食文化
2. 食品科學與科技的延伸學習
3. 食品研究與開發

+

#### 校本評核課業

- 指定課業(實驗)和專題研習
- 實踐理論
- 應用知識和技能
- 深入學習

#### 升學

- 食品科學
- 食物安全
- 食品科技
- 營養
- 食品開發
- 應用生物與生物科技
- 公共衛生



#### 就業

- 食品科學家
- 食品研究員
- 營養師
- 衛生督察
- 食品研發主管
- 教師



# 施樂怡

伊利沙伯醫院營養部行政助理

**從**小開始，我已經對「食物」充滿興趣，所以當我在中三選科的時候得知學校會提供科技與生活科(食品科學與科技學習範疇)這個選修科目，我便毫不猶豫地決定以這科作為我高中的選修科目之一，並且以非常喜悅的心情期待我能把課堂上學到的知識，應用在日常生活當中。

在保良局羅氏基金中學修讀香港中學文憑科技與生活科(食品科學與科技學習範疇)的三年間，我除了學習與食物相關的基本知識，更可以探究這些知識與「科技」的關係。課堂上，老師安排了不同形式的學習活動，包括研習食物營養、應用食品製作科技處理食物，例如分子料理等一些與時並進的食品科技、結合不同國家的飲食特色創造新的菜式或研發新的食品、進行與食品科學與科技有關的實驗等等。記得有一次在街上見到有食店推出分子雪糕，朋友都很好奇食店是用了甚麼“魔法”，使液體可以在瞬間轉化成冷冰冰的雪糕。而我就即時引用課堂上所學的知識去解釋製作分子雪糕背後的科學原理，朋友們都覺得我很“博學多才”。至於食物與日常「生活」是息息相關的，這一點就不需要多說了。食物包裝上的營養標籤、均衡及健康飲食的重要性、不同食品的營養價值、食物腐壞與食物中毒、烹飪時用到的食材以及用具、方法，甚至我現時在工作上所接觸到與飲食失調和飲食有關的病症學名和其成因及預防方法，都可以在科技與生活科學到，令我終身受用。

我現時在伊利沙伯醫院營養部工作，主要是協助病人的分流及一般文書處理。猶記得當我進行面試的時候，主管獲悉我曾修讀科技與生活科時的反應，當他知道這科與應徵工作的內容相關，立即對我另眼相看。而事實上，有很多在科技與生活科(食品科學與科技學習範疇)所學到的理論和知識都可以應用於我現在的工作上，所以我非常慶幸有修讀這科，令我獲得現時的工作及能學以致用。

各位同學，修讀科技與生活科(食品科學與科技學習範疇)，不一定要成為營養師或食品開發人員。在職場上，其實亦有不少與這科相關的行業，所以如果你們對餐飲業或食物方面有興趣，修讀此科就最適合不過！因為你會發現你所學的知識是無所不在，你會變成生活的小博士呢！







# 黃欣怡

英國阿爾斯特大學 – 人類營養學（榮譽）理學士學位

**相**信大部分學生在中三選修科時都會彷彿站在十字路口，猶豫不決。我慶幸當時家人給予我極大的支持及自由，讓我選擇自己喜愛的科目。我一直熱愛烹飪，並十分有興趣了解良好的營養如何帶來更健康的生活方式。因此，我就毫不猶豫首選了科技與生活科的食品科學與科技學習範疇作為選修科目。

在科技與生活科的課堂，培養我對烹飪的興趣，了解食物營養和健康飲食，學習一些必要的軟技能，如解難、協作和時間管理的能力。這是一個很好的學習機會，讓我明白食物和食品烹調背後的食物科學。科技與生活科更與我另一個選修科目—生物科中的相近課題互相補足，如與營養和飲食相關的疾病，令整個學習經歷更加充實和有意義。對科技與生活科的熱愛驅使我投放更多心力和時間，致使我可以發展這方面的潛能及實現夢想。

科技與生活科為我的進修之路奠定穩固基礎，並幫助我達成事業目標。我於德愛中學畢業後，就在香港大學專業進修學院保良局何鴻燊社區書院修讀營養及食品管理高級文憑，並在英國阿爾斯特大學修讀人類營養學（榮譽）理學士學位。這兩個課程不但讓我對食品科學有更廣泛和深入的認識，並為我提供舉辦營養展覽的寶貴經驗。這些展覽除了向參加者宣傳健康飲

食的重要，更注重與他們的互動和交流。科技與生活科的課程內容增進我在食品科學、營養學、食品化學和食物腐壞方面的知識和實用技能，有助我修讀專上課程時能更深入掌握相關理論和實踐方法。

我期望自己能在營養學方面繼續發展，可以好好運用所學的營養學知識，幫助別人把健康飲食習慣加入日常生活中以至終生受用。因此，我決心成為一個營養學家，讓我有機會可以正面影響其他人的生活。我建議有志成為營養學家的科技與生活科同學須取得營養學學士的資歷。營養學家和營養師是兩種不同的職業。前者在社區中提供專業建議，後者則可以在醫院或社區服務。

要在科技與生活科取得佳績，除了努力溫習，最重要是能鞏固課堂中學到的主要概念和知識，把這些概念和知識轉移和加以運用，以應付新的要求或解決新的問題。我相信夢想和興趣可以讓我們盡展才華和潛能，只要努力，夢想終有一日會成真。



我的展位宣傳健康飲食的重要性





# 李佩儀

英國英格蘭普利茅斯大學 — 營養學（榮譽）理學士學位

**我**是香港浸會大學畢業生，取得分析和檢測科學（榮譽）理學士學位，同時副修生物學。現時正在英國英格蘭普利茅斯大學修讀營養學（榮譽）理學士學位，已經完成第一年課程。

對我而言，在高中選修科技與生活科下的食品科學與科技學習範疇是一個理所當然的選擇。小時候的我是一個過重的芭蕾舞舞者。這個兒時的經歷不單令我開始思考健康生活與健康的關係，亦對我在選科方面有一定的影響。除了科技與生活，我同時修讀組合科學（化學、生物），因為這兩科能互相補充和加強我對人類營養學的認識。

科技與生活科以全方位的角度審視食物、營養和健康等多個範疇。對營養學學生而言，在科技與生活科學到食物和營養的基礎知識和技巧，幫助我現時的學習，並讓我對新概念和知識有更深層次的理解。

現時有關健康的資訊發達，食物選擇琳琅滿目，香港人一般都有自己一套健康生活的定義。不過，很多有關膳食的傳言並無事實根據，一般沒有營養學常識的人很容易會誤墮陷阱。而且，現今在世界各地出現的食物安全議題亦令消費者在選擇食物時提高了相關的意識。

所以，為保持健康處於最佳狀態，香港人需要有足夠的知識為他們的飲食作出一個明智的選擇。科技與生活科能協助學生建立食品科學、健康和營養的基礎知識和技巧，讓他們更明白食物安全的原則，最重要的是提升明辨性思考和解難能力。

回望2011年，我還是聖嘉勒女書院的中三學生，已接受以科技與生活科作為中學文憑試選修科的挑戰。至今我仍然為當時年輕的我能作出這個決定而感到自豪。

營養師和營養學家工作性質類近，兩者皆提供健康資訊和建議，以改善人們的健康。不過，營養師是受法律規管的護理專才（視乎各地法規或有所不同），可以評估、診斷和治療飲食及營養問題。換而言之，他們可以臨床診治病人。成為註冊營養師需要持有營養學學士學位，但不同地方對其資歷要求有所分別。以香港為例，要在臨床環境工作的營養師需持有相關範疇的碩士/ 深造文憑。

將成為營養師的我，由衷相信選讀科技與生活科對有志於學習食物、營養及其健康影響的學生而言，是個大好機會，讓他們能運用這些知識和技巧，為人類生活作出重大改變。