

事業篇（二）

年級	課題名稱	目標
初	1. 與時間有約	生活計劃
	2. 我的課餘時間分配	生活計劃
	3. 同心協力 FUN FUN FUN	處事態度
	4. 敬業樂業	處事態度
	5. 漢堡飽的聯想	職業資訊
	6. 誰可以成爲……	職業資訊
中	1. 我是時間的主人	生活計劃
	2. 善用餘暇	生活計劃
	3. 家家有務	處事態度
	4. 分工合作	處事態度
	5. 入職條件	職業資訊
	6. 不同職業知多少	職業資訊
高	1. 均衡生活樂融融	生活計劃
	2. 做個時間的好管家	生活計劃
	3. 工作的意義	處事態度
	4. 義務工作	處事態度
	5. 從強處著手	職業資訊
	6. 職業萬花筒	職業資訊

事業篇～與時間有約

- 目的：
1. 讓學生對時間管理有一初步的認知及技巧
 2. 讓學生了解一天只有 24 小時，我們須要作息有序，均衡地善用時間

對象： 初小學生 (小一、小二)

教學節數： 1 節(35 分鐘)

教育資源： 計時器、工作紙「與時間有約」、顏色筆

活動建議：

I. 熱身活動(8 分鐘)

1. 教師先著學生估計下列項目，讓學生發表意見，然後用計時器與學生驗證一下：
 - 十五秒可以沿地跳多少下？
 - 三十秒可以呼吸多少下？
 - 一分鐘可以寫出多少個字？
 - 三分鐘可以看多少行文字？
2. 教師帶出我們一天只有 24 小時，不要小看數秒或 1、2 分鐘的時間，若能運用恰當，也能帶給我們很多益處。

II. 活動內容(22 分鐘)

1. 教師著學生分享日常的生活活動及所花上的時間，然後派發工作紙，引導學生完成。
2. 完成後請學生分享內容。

III. 反思及總結(5 分鐘)

每人一天只有廿四小時，但要做的事情很多，若一方面用多了時間，另方面便要減少時間；每天的生活有賴我們均衡地分配時間，才能滿足個人的需要：例如我們要有認真學習的時間，要有足夠的休息及輕鬆的時刻。

事業篇～與時間有約

工作紙

姓名：_____ () 班別：_____ 日期：_____

各位小朋友，你一天的時間如何分配？統計時間後用顏色筆塗在方格上，請用不同顏色代表不同項目。

註：每一格代表一小時，半格代表半小時。

十小時					
九小時					
八小時					
七小時					
六小時					
五小時					
四小時					
三小時					
二小時					
一小時					
我做的事	 上課	 溫習/做功課	 娛樂/遊戲/ 運動	 用膳/睡覺	其他

思考問題：

1. 一天只有 24 小時，除了上課外，你花了最多時間於哪方面？

2. 你希望花更多時間於哪方面？哪些活動可以減少時間？

事業篇～我的課餘時間分配

- 目的：
1. 幫助學生反省自己現在運用時間的方式
 2. 幫助學生訂定個人課餘時間分配表
 3. 幫助學生與家長了解生活有計劃的好處

對象：初小學生 (小一、小二)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

- 教學資源：
1. 課餘活動照片或圖片(參考：注意事項)
 2. 工作紙「我的課餘時間分配圖」
 3. 學生自備木顏色筆一盒
 4. 藍寶貼或膠紙

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

1. 教師請學生分組(3 至 4 人一組)
2. 學生利用課餘活動照片，在小組中彼此分享自己參加課餘活動的內容和感受(約 3 分鐘)

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師提問學生：除了在黑板所寫的課餘活動外，我們在課餘還有其他事要做嗎？(例如:做功課、溫習、幫忙做家務……)；
2. 然後教師把有關事項寫在黑板上；
3. 教師派發「我的時間分配圖」工作紙給各學生，說明填色方法，請學生於即時完成第一部份；
(如學生有不明白之處，可即時提問；或教師可指示學生在同一時間內填一種顏色)
4. 學生完成填色後，每組選出或抽取一張工作紙貼在黑板上；

5. 教師參考「善用時間的原則」的內容，向學生解釋如何善用課餘時間，然後讓學生自由提問；
6. 請學生按「善用時間的原則」，把自己認為理想的課餘時間分配比例畫在工作紙的第二部份；
7. 學生在回家後與家長討論第三部份的課餘時間分配，把討論結果填在第三部份，把工作紙在指定時間交回教師。

III. 反思及總結 (5 分鐘)

時間安排與個人的生活習慣及處事態度息息相關，沒有絕對或劃一的標準。當我們分配時間時，要懂得將要做的事情，扼要分類，作出建設性的選擇和安排，養成良好的習慣，時間安排自然會井井有條。更重要的是我們要善用餘暇，使自己有機會發展潛能和所長。

注意事項：教師請學生在課堂前搜集有關課餘活動的照片或圖片（最好是學生親身參與的活動照片），提醒學生在課堂時把照片展示給其他學生。

參考資料：「善用時間的原則」詳閱工作紙第三部份

事業篇～我的課餘時間分配圖

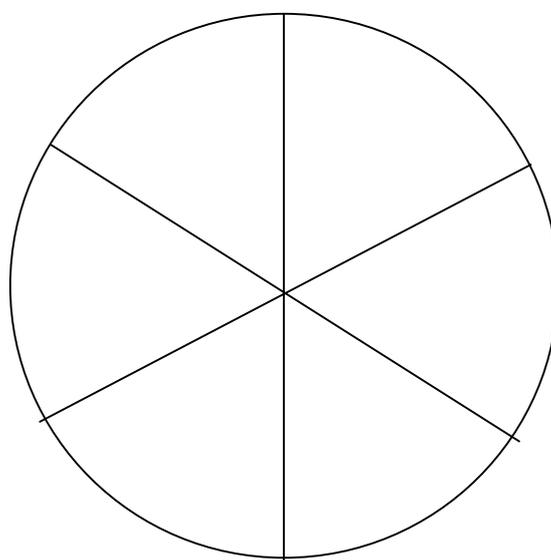
工作紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

第一部份：

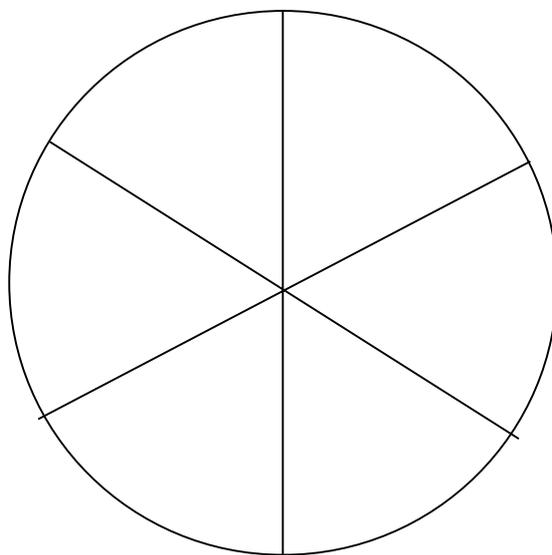
(A) 假設你每天有五小時的課餘時間可供運用，請你按照右邊的指示，用不同顏色區分活動的性質；在左邊的圖上把你每週課餘時間安排的平均比例填上顏色（每一格代表 1 小時，如不足 1 小時可自行畫線填色）。

1. 與家人或同學或朋友傾談	---	紅色
2. 休息	---	橙色
3. 運動(室外、室內)	---	黃色
4. 參加或從事興趣活動(如：玩電腦遊戲、彈琴、畫畫)	---	綠色
5. 做功課和溫習	---	藍色
6. 其他	---	紫色
請列明：		



第二部份：

把你認為理想的在課餘時間分配比例畫出來：



姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

第三部份：

(A) 請家長細閱以下資料，然後與子女討論適合他 / 她的時間分配，並協助他 / 她完成有關「時間分配圖」

善用時間的原則

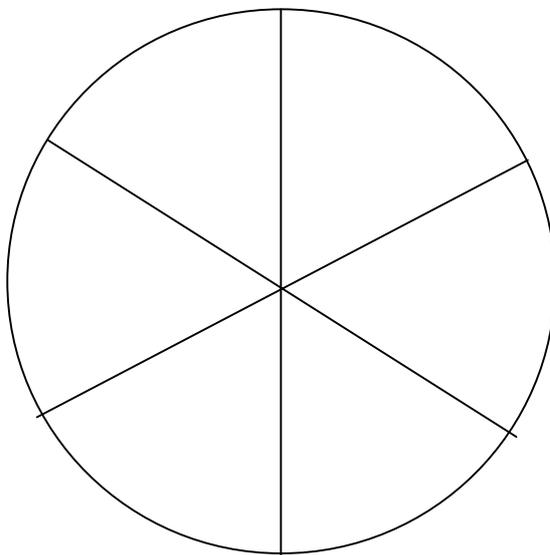
1. 要懂得做建設性的安排，才可使我們的生活豐富和均衡。例如：
 - a. 玩耍與溫習時間要均衡；
 - b. 玩樂的種類很多；宜以身心康泰作首要的選擇條件，切忌過份沉迷；
 - c. 作息得宜，才可精神飽滿，健康成長。
2. 要懂得把每天要做的事情，扼要地分類如下：這也可作為編排處事先後的參考：

第一類	重要的	而且	緊急的
第二類	不重要的	但	緊急的
第三類	重要的	但	不緊急的
第四類	不重要的	又	不緊急的

3. 做事時，必須要集中精神，懂得自我管理，不要受外界騷擾，這樣，必可快而準地完成工作，達到善用時間的果效。
4. 緊記：活用以上原則，生活更精彩！

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

(B) 請你與家長討論你的課餘時間分配，把討論結果畫出來：



填色指引：

與家人或同學或朋友傾談	---	紅色
休息	---	橙色
運動(室外、室內)	---	黃色
參加或從事興趣活動(如:玩電腦遊戲、彈琴、畫畫)	---	綠色
做功課和溫習	---	藍色
其他請列明:()	---	紫色

事業篇～同心協力 FUN FUN FUN

目的：透過遊戲，培養學生與人合作的工作態度

對象：初小學生 (小一、小二)

教學節數：1 節(35 分鐘)

教學資源：職業圖咭、工作紙「同心協力 FUN FUN FUN」

活動建議：

I. 活動介紹(5 分鐘)

1. 教師介紹活動的規則。
2. 規則：
 - 一個同學負責猜，他要站在同學面前。
 - 老師/同學在他身後舉起圖咭，讓他猜圖咭上的職業。
 - 其他同學留意字詞，並給適當的提示。負責猜的同學若已猜到答案，可舉手作答。
3. 教師和同學示範活動。

II. 活動內容(25 分鐘)

1. 教師再出示另一組圖咭，由全體同學一起猜。
2. 學生分組完成工作紙(1)
3. 教師挑選班中幾位學生作匯報「同學能以最短的時間勝出的原因」。
4. 學生完成工作紙(2)

III. 反思及總結 (5 分鐘)

1. 在群體遊戲或工作中，每個人必須互相合作，各展所長，才能順利地完成工作。
2. 同學反思在課堂中/家中如何實踐「合作」。

事業篇～同心協力 FUN FUN FUN

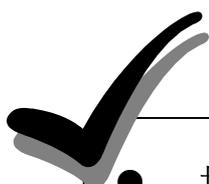
工作紙(1)

組員姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

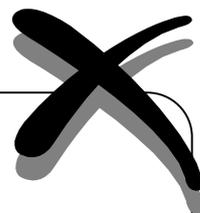
遊戲規則：

- 一個同學負責猜，他要站在同學面前。
- 老師/同學在他身後舉起圖咭，讓他猜。
- 其他同學留意字詞，並給適當的提示。
- 負責猜的同學若已猜到答案，可舉手作答。

給予提示的原則：

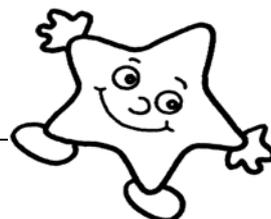
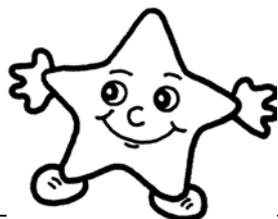


- 提示有多少個字。
- 逐個字提示。

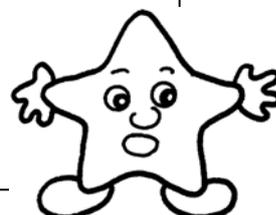
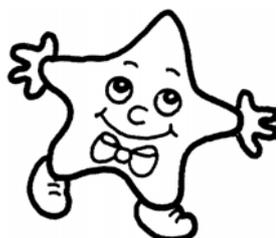


- 說出該字詞。
- 做動作。
- 說英語/普通話。

討論：



1. 你覺得遊戲有趣嗎？
有趣 一般 沒有趣
2. 誰最快勝出？
3. 你認為怎樣才可盡快勝出？



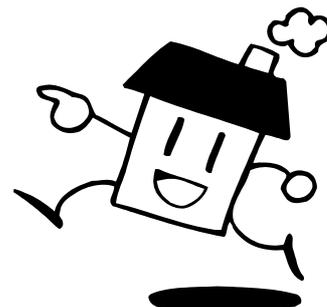
事業篇～同心協力 FUN FUN FUN

工作紙(2)

姓名： _____ 班別： _____ 日期： _____

請畫出曾與人合作的行爲：

在家中

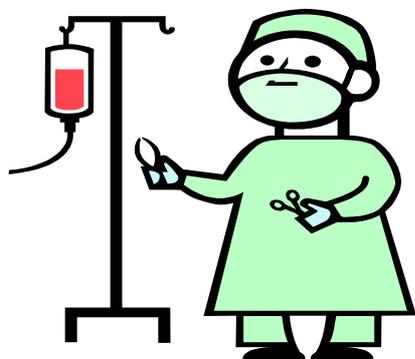


在學校



事業篇～同心協力 FUN FUN FUN

職業圖畫咭 (1)



醫護人員



消防員



警員



司機



售貨員



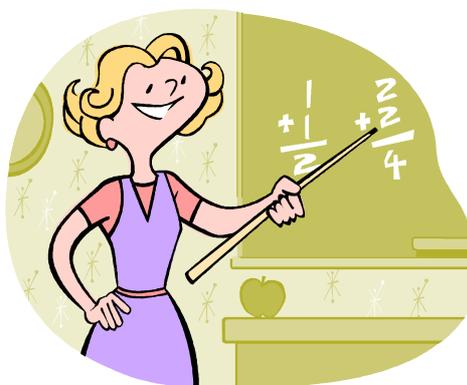
法官

事業篇～同心協力 FUN FUN FUN

職業圖畫咭(2)



歌手



教師



郵差



空中小組



收銀員

事業篇～敬業樂業

- 目的： 1. 讓學生認識從事一些職業的應有態度
2. 培養學生「敬業樂業」的專業精神

對象： 初小學生 (小一、小二)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：職業名稱咭、情境咭

活動建議：

I. 熱身活動 (3 分鐘)

教師展示職業名稱咭，並請同學分享他們曾經親身接觸的職業。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師邀請同學輪流扮演從事以下三種職業者的職業態度，包括老師、醫生和售貨員；教師則協助演出有關情境，內容詳見附頁的情境咭。
2. 在角色扮演後，教師帶領全體同學討論他們對職業態度的意見，以及分享他們對有關職業態度的期望，討論的問題可以是：同學覺得剛才扮演的教師、醫生和售貨員在對待學生、病人和消費者時哪些態度值得欣賞？哪些態度需要改善？如果他們就是情境中的學生、病人和消費者，他們希望或認為哪位教師、醫生和售貨員在對待學生、病人和消費者時應有怎樣的職業態度？

III. 反思及總結 (7 分鐘)

每種職業都有其需要的專業態度，不論我們日後從事哪種職業，我們都應抱持「敬業樂業」的精神，將自己的工作做到最好。

事業篇～敬業樂業

情境咕

由同學扮演從事以下三種職業者的職業態度，教師則協助演出以下建議的情境，教師亦可自由發揮。

情境一

由同學扮演教師，教師扮演學生。情境是當教師正在趕課中，小明卻因為忘記帶書本、聽不懂教師所講解的詞語、跟不上教師講課的進度、看不清楚黑板所列寫的功課等，而經常不停舉手發問。

情境二

由同學扮演醫生，教師扮演病人。情境是一位性格十分緊張多疑的老婆婆因患上輕微感冒，卻擔心自己患有惡疾而去看醫生，希望醫生可替他作詳細檢查。

情境三

由同學扮演售貨員，教師扮演消費者。情境是一位太太到商場購買衣服，並即時試穿了幾件合意的，最後她向售貨員要了折扣，到付款時她才發現自己忘記帶錢包。

事業篇～漢堡飽的聯想

- 目的：
1. 讓學生認識不同種類的職業
 2. 讓學生明白每一種職業都有其獨特性和重要性/貢獻

對象：初小學生 (小一、小二)

教學節數：1 節(35 分鐘)

教學資源：工作紙「漢堡飽的聯想」、圖片 4 張

活動建議：

I. 熱身活動：(5 分鐘)

1. 教師展示不同職業的圖片，鼓勵學生說出各種職業的名稱及重要性/貢獻。

II. 活動內容：(25 分鐘)

1. 教師引導學生討論要享用美味的漢堡飽，需要從事什麼職業的人協助？他們的工作是什麼？
2. 教師舉例，引導學生分組討論，完成工作紙及匯報。

III. 反思及總結：(5 分鐘)

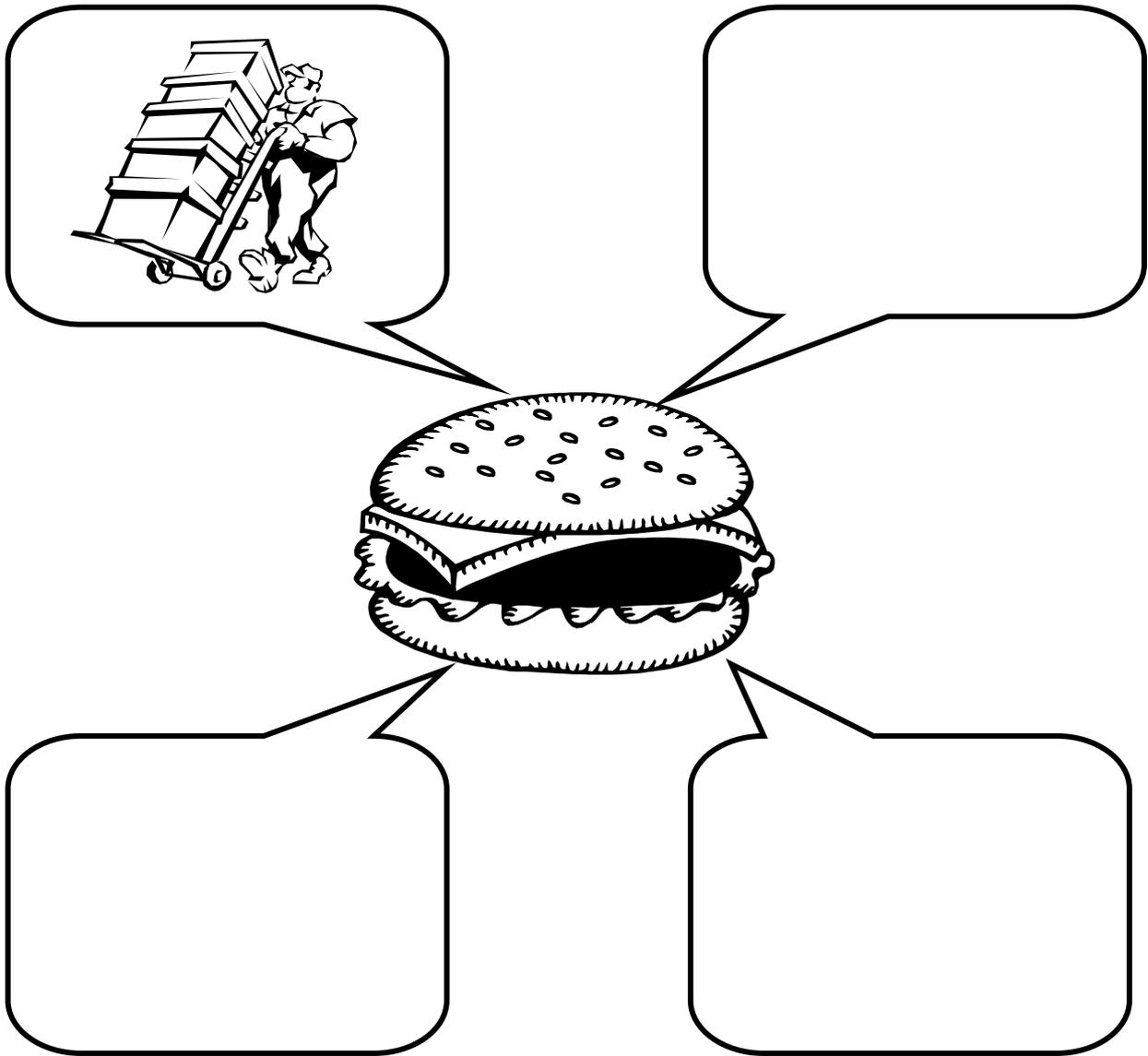
1. 每一種職業都有其獨特性和重要性/貢獻，須要透過合作，才能令世界更進步。

事業篇～漢堡飽的聯想

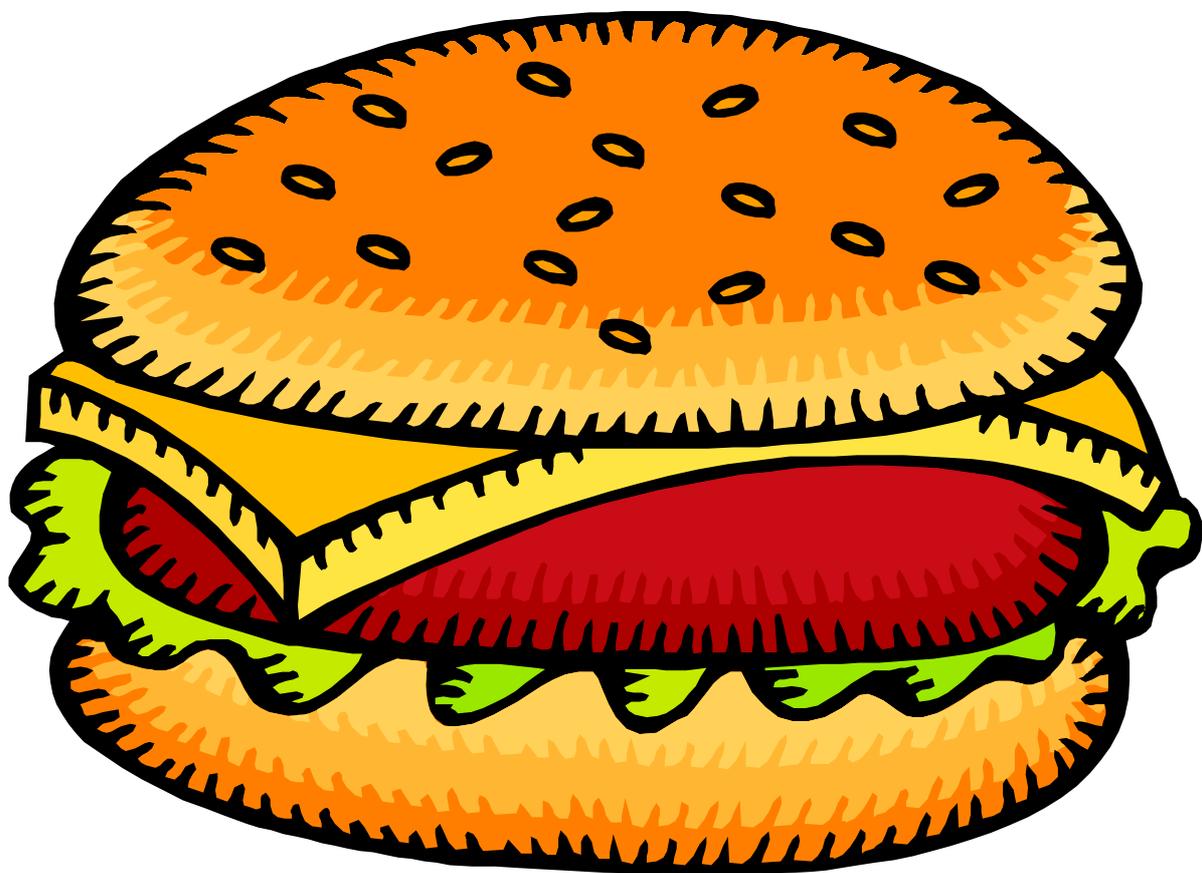
工作紙

組員姓名： _____ 班別： _____ 日期： _____

想一想：當你吃漢堡飽時需要哪些人的協助，你才可享用漢堡飽？
請你寫/畫出：



1. 你認為誰的工作最重要？為什麼？
2. 你認為缺少某種職業的人士會影響你享用漢堡飽嗎？



漢堡飽





圖片來源：香港警務處網頁
<http://www.info.gov.hk/police/index.htm>



圖片來源：<http://www.info.gov.hk/dh>

衛生署

事業篇～誰可以成爲……

目的：讓學生了解性別與工作的關係

對象：初小學生 (小一、小二)

教學節數： 1 節 (35 分鐘)

教學資源： 圖咭、工作紙「誰可以成爲……」

活動建議：

I. 熱身活動(5 分鐘)

教師提問學生是否所有工作都只可由男性擔任。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師著學生填寫工作紙第一部份。
2. 教師與學生統計答案。
3. 鼓勵學生討論及匯報：
 - 如果只有某個性別的人才可當以上的職業，結果會怎樣？
 - 爲什麼有些職業多由某個性別的人擔任？

III. 反思及總結 (5 分鐘)

1. 男女應該平等，不應規限某個性別的人當某些職業。
2. 在選擇職業上，每個人應考慮自己的優點和能力，而不是性別。

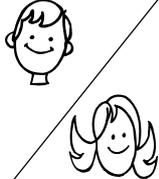
事業篇～誰可以成爲……

工作紙

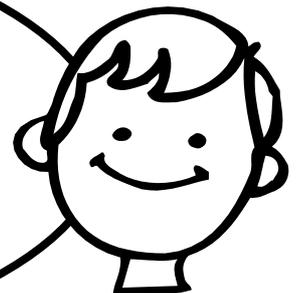
姓名：_____ () 班別：_____ 日期：_____

請在適當的答案加上✓。

I. 你認爲哪個性別的人較適合從事以下的職業？

				
1.	護士			
2.	醫生			
3.	巴士司機			
4.	教師			
5.	警察			
6.	消防員			
7.	侍應			
8.	校長			
	總數			

II. 想一想：



1. 你最喜歡以上哪一種職業？
2. 如果只有某個性別的人才可當以上的職業，結果會怎樣？
3. 爲什麼有些職業多由某個性別的人擔任？

事業篇～我是時間的主人

目的：讓學生明白妥善管理時間的意義和認識管理時間的原則

對象：中小學生 (小三、小四)

教學節數：2 節 (70 分鐘)

教學資源：工作紙「我是時間的主人」

活動建議：

I. 熱身活動(5 分鐘)

教師請同學回想一下昨天放學後曾經做過的事，並請兩位同學作公開分享。

II. 活動內容(50 分鐘)

1. 「最想做的五件事」(15 分鐘)：

教師將同學分成 2 人一組，然後請他們用 3 分鐘的時間輪流分享他們平日或放假時「最想做的五件事」，然後邀請兩三組同學進行公開匯報，並在黑板上將不同項目的歸納。

2. 「一定要做的五件事」(10 分鐘)：

教師請各組同學用 3 分鐘的時間輪流分享他們每日放學後「一定要做的五件事」。然後邀請兩 3 組同學進行公開匯報，並在黑板上將不同項目的歸納。

3. 「我是時間的主人」(25 分鐘)：

教師將同學分成 4 人一組，並派發工作紙「我是時間的主人」予各組討論和完成，然後請幾組分享工作紙的內容。最後教師歸納大家意見和給予正面的回應。

III. 反思及總結（15 分鐘）

1. 教師帶領同學思考和討論以下問題：

- 每日放學後到睡覺前，我們可以運用的時間大約有多少個小時？
- 每日我們都有很多「自己想做」和「一定要做」的事情，我們應該怎樣安排？為什麼要作這樣的安排？

2. 教師總結：

我們每日都要和想要完成的事情實在很多，而每日大家可以運用的時間卻是有限的。要成爲一個「好的時間的主人」，我們必須至少培養有效管理時間的好習慣，那就是按照事情的重要性和緊急程度去安排做事的先後次序和要花費的時間，這樣我們就能更有效地完成各項事情，並讓生活變得更愉快和更順利。

事業篇～我是時間的主人

工作紙

姓名：_____ () 班別：_____ 日期：_____

1. 誰的時間運用得最妥善？為什麼？這樣的時間安排有什麼好處？
2. 誰的時間運用得欠理想？為什麼？這樣的時間安排有什麼壞處？

表一. 小強放學後的一天

時間	事情
下午 3:30	收看卡通片集及吃茶點
下午 5:30	做功課
晚上 7:00	玩電子遊戲機
晚上 8:00	吃晚飯
晚上 8:45	換掉校服及洗澡
晚上 9:00	收看電視節目
晚上 10:00	閱讀漫畫書
晚上 11:30	上床睡覺



表二. 志明放學後的一天

時間	事情
下午 3:30	換掉校服及吃茶點
下午 4:00	做功課
晚上 5:30	收看卡通片集
晚上 6:30	溫習及收拾書包
晚上 8:00	吃晚飯
晚上 9:00	和家人一起收看電視節目
晚上 10:00	洗澡後上床睡覺

1. 我認為_____的時間運用得最妥善，因為

2. 我認為_____的時間運用得欠理想，因為

事業篇～善用餘暇

- 目的：1. 幫助學生反省自己現在運用課餘時間的方式
2. 幫助學生掌握善用課餘時間的技巧

對象：中小學生 (小三、小四)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

- 教學資源：1. 課餘活動照片或圖片(參考：注意事項)
2. 工作紙「我的課餘時間分配圖」
3. 學生自備木顏色筆一盒

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

1. 教師請學生分組(3 至 4 人一組)
2. 學生利用課餘活動照片彼此分享自己參加課餘活動的感受(約 3 分鐘)

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師提問學生：除了在黑板所寫的課餘活動外，我們在課餘還有其他事要做嗎？(例如:做功課、溫習、幫忙做家務……);
2. 然後教師把有關事項寫在黑板上；
3. 教師派發「我的時間分配圖」工作紙給各學生，請學生於即時完成第一部份；
4. 分組討論：工作紙上第一部份的討論題目；
5. 教師請學生閱讀工作紙上第二部份的「善用時間的原則」，然後容許學生自由提問；
6. 請學生按「善用時間的原則」，把自己認為理想的在課餘時間分配比例畫在工作紙的第三部份 A 項;
7. 學生在回家後與家長討論第三部份 A 項的時間分配是否合宜，把

討論結果寫在第三部份 B 項，把工作紙在指定時間交回教師。

III. 反思及總結 (5 分鐘)

時間安排與個人的生活習慣及處事態度息息相關，沒有絕對或劃一的標準。當我們分配時間時，要懂得作出建設性的選擇和安排，養成良好的習慣，時間安排自然會井井有條。更重要的是我們要善用餘暇，使自己有機會發展潛能和所長。

注意事項: 教師請學生在課堂前搜集有關課餘活動的照片或圖片(最好是學生親身參與的活動照片)，提醒學生在課堂時把照片展示給其他學生。

事業篇～我的課餘時間分配圖

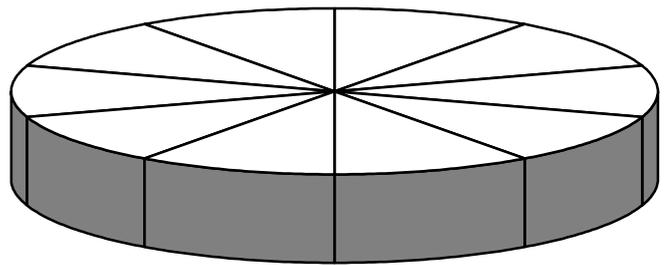
工作紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

第一部份：

(A) 假設你每天有五小時的課餘時間可供運用，請你按照右邊的指示，用不同顏色區分活動的性質；在左邊的圖表上把你每週課餘時間安排的平均比例填上顏色。

7. 與家人傾談	--- 紅色
8. 與同學或朋友傾談	--- 粉紅色
9. 休息	--- 橙色
10. 運動(室外、室內)	--- 黃色
11. 參加或從事興趣活動(如:彈琴、畫畫)	--- 啡色
12. 玩電腦遊戲或ICQ	--- 深綠色
13. 課外閱讀	--- 淺綠色
14. 做功課和溫習	--- 深藍色
15. 幫忙做家务	--- 淺藍色
16. 其他	--- 紫色
請列明:()	



(B) 小組討論：

1. 為什麼你會這樣安排課餘時間？
2. 你覺得時間夠用嗎？合宜嗎？為什麼？
3. 你覺得自己的時間分配與其他組員有什麼不同的地方？
4. 你覺得其他組員的時間分配圖中有哪些地方值得你學習的？

第二部份:

善用時間的原則:

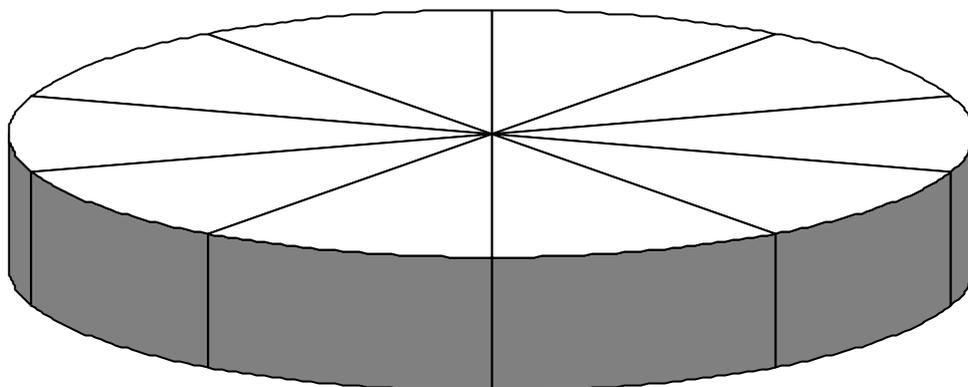
1. 要懂得做建設性的安排，才可使我們的生活豐富和均衡。例如：
 - a. 玩耍與溫習時間要均衡；
 - b. 玩樂的種類很多；宜以身心康泰作首要的選擇條件，切忌過份沉迷；
 - c. 作息得宜，才可精神飽滿，健康成長。
2. 要懂得把每天要做的事情，扼要地分類如下:這也可作為編排處事先後的參考：

第一類	重要的	而且	緊急的
第二類	不重要的	但	緊急的
第三類	重要的	但	不緊急的
第四類	不重要的	又	不緊急的

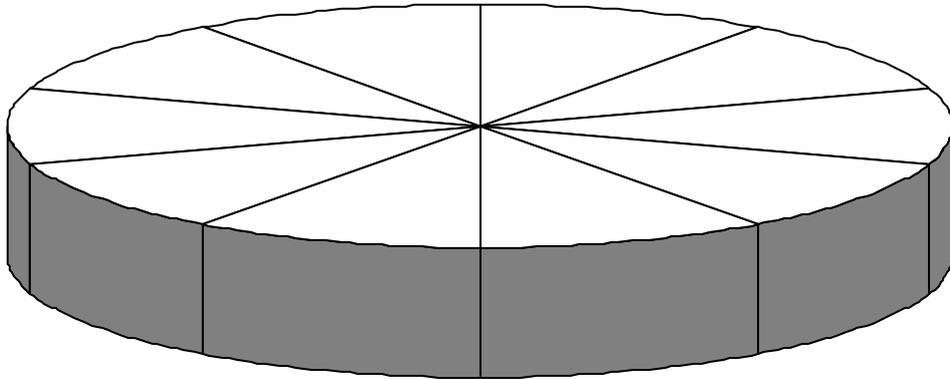
3. 做事時，必須要集中精神，懂得自我管理，不要受外界騷擾，這樣，必可快而準地完成工作，達到善用時間的果效。
4. 緊記: 活用以上原則，生活更精彩!

第三部份:

(A) 把你認為理想的在課餘時間分配比例畫出來:



(B) 請你與家長討論你在(A)項的時間分配是否合宜，把討論結果課餘時間分配按比例畫出來：



(C) 反思問題:

1. 你覺得(A)與(B)兩個時間分配圖有不同之處嗎?為什麼?

2. 你將會如何實踐(A)或(B)時間分配圖的內容?

事業篇～家家有務

目的：1. 教導學生在家中體驗分工合作的精神

2. 鼓勵學生培養認真的辦事態度

對象：中小學生 (小三、小四)

教學節數：1 節(35 分鐘)

教育資源：工作紙「我的家務」

活動建議：

I. 熱身活動(8 分鐘)

1. 活動名稱：「收買佬」

- 每行第一位同學負責收集老師所需要的用品
- 最初可讓學生用言語溝通，稍後只可用身體語言

2. 教師講解合作和認真工作的重要性。

II. 活動內容(22 分鐘)

1. 派發工作紙後，教師引導學生畫出他們在家中所分派的家務。

2. 完成工作紙後，請學生分享做家務的益處。

III. 反思及總結(5 分鐘)

1. 我們是家庭的一份子，有責任協助完成家務。

2. 可因應個人的年齡及能力，學習做不同的家務。

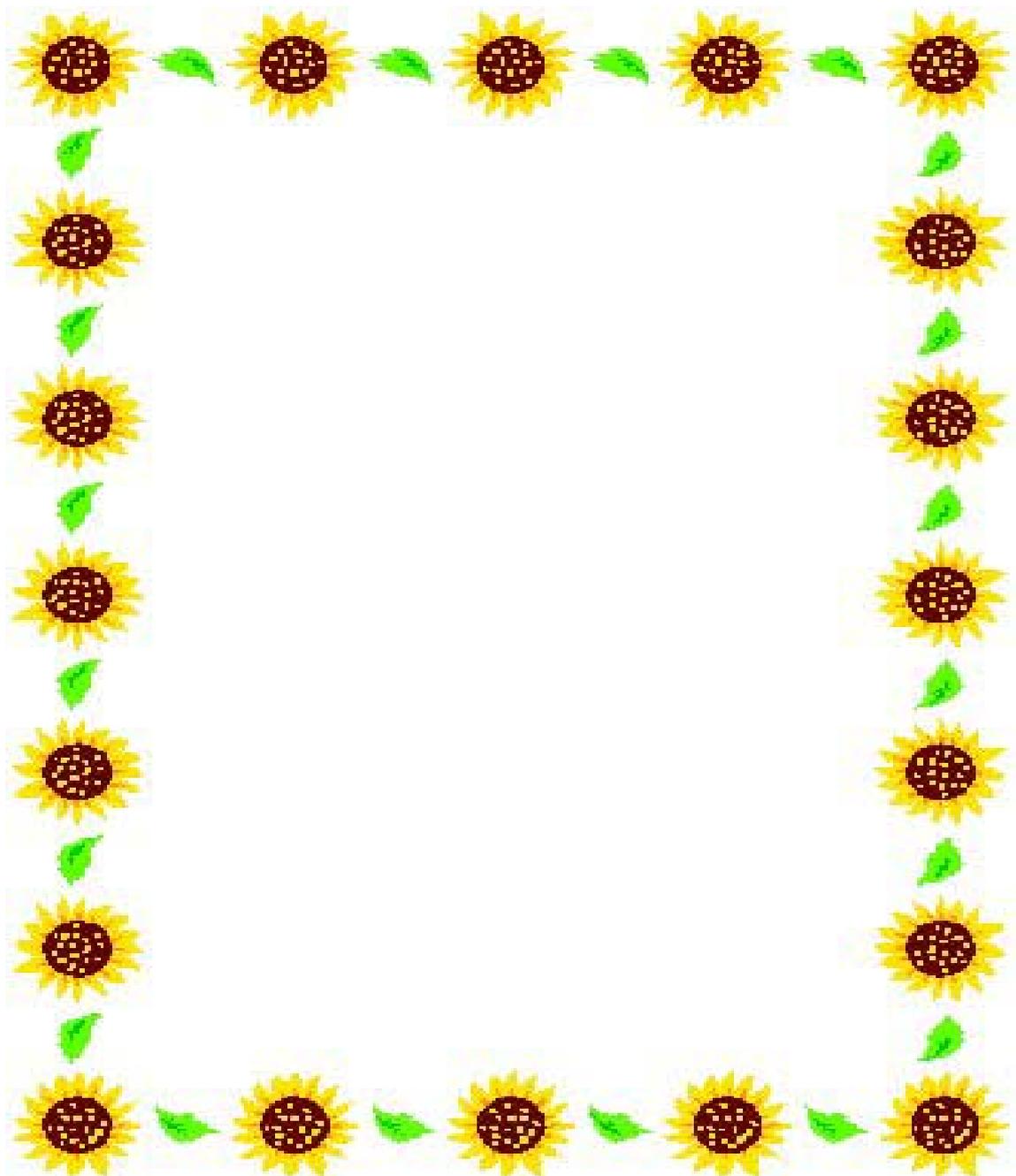
3. 與家人合作完成家務，不單可改善家居生活，而且可促進家庭成員的關係。

事業篇~家家有務

工作紙 – 我的家務

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

各位小朋友，請將你的家務工作寫下或畫下來，並與同學分享做這些家務對你和家人有何益處。



事業篇～分工合作

目的：鼓勵學生以合作、負責、認真和守時的態度去完成工作

對象：中小學生 (小三、小四)

教學節數：1 節(35 分鐘)

教學資源：工作紙

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

1. 教師請兩位學生在黑板上示範「合作拼字」。一人先寫部首，另一人完成一個中文字，如

冫

冰

，再交換次序，用不同的部首，如

彳

行

。
2. 請全班同學與鄰座 2 人一組，玩「合作拼字」遊戲。看能合作寫出多少個不同部首的字。
3. (約一分鐘後)教師請學生停止遊戲，談談感受：二人合作寫出的字有什麼特別？(教師留意此活動並非比賽，無須將拼字結果比較，可鼓勵學生多談合作的感受。)

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師請同學分爲 4 至五人一組。如課室內沒有鐘，則每組最好有一人帶有手錶。

2. 派發工作紙，請每組學生依指示準時向教師報告工作進展。
3. 教師留意學生有否準時報告，但無須作出提示。10 分鐘後請學生停止工作，請兩、三組學生分享一起工作的感受。檢討工作表現。過程中有沒有爭執？是否合作愉快？有否浪費時間？是否每人均有機會參與？是否認真參與？

III. 反思及總結 (5 分鐘)

1. 社會上有很多工作都需要人與人之間的合作才能完成的。
2. 一起工作時，若要有效率，便須要互相衷誠合作，擬定規則和分工，讓各人知道自己的責任，認真地完成工作。
3. 與人一起工作，可以互相鼓勵，互相支持。一個人的想法有限，所以每人應盡量表達不同的想法，提供更多資料、更多選擇，這樣才能刺激創作力。
4. 工作的完成，多數有時間限制，所以必須要留意時間，細心安排工作，準時完成工作。

事業篇～分工合作

工作紙

組員姓名： _____ 班別： _____ 日期： _____

請按指示完成任務：

1. 選出一人為報告員，報告工作進展
2. 組員輪流選一英文「字頭」，請其他組員在紙上寫出用這「字頭」的英文字
(如： C cat come clean chair.....)
3. 報告員每 5 分鐘向教師報告已併出的英文字的數目

併字活動：

英文字母

事業篇～入職條件

目的：讓學生認識從事一些職業的基本條件

對象：中小學生 (小三、小四)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：職業圖畫咭 2 張、工作紙「招聘廣告」

活動建議：

I. 熱身活動(3 分鐘)

請同學輪流分享他們所認識的職業名稱。

II. 活動內容(25 分鐘)

1. 教師將學生分為若干小組，將職業圖畫咭（請看附頁）派給每一小組（每組一張職業咭，盡量不要重覆）。
2. 教師要求同學分組討論從事每種職業的基本要求或條件，並請每組在工作紙「招聘廣告」上選取一項職位，並為該職業✓出需要的入職條件。
3. 教師在黑板展示所有的職業圖畫咭。
4. 教師邀請每組同學輪流報告他們的「招聘廣告」所定的入職條件，再請其他組別按黑板所示的職業圖畫咭猜估答案，教師在有需要時可作適當的補充。

III. 反思及總結（7 分鐘）

每一種職業都有它的要求，有些是共通的，有些是獨有的，在入職前每個人宜先檢視自己的條件，包括個人的學識、性格、能力、興趣等，再選擇合適的職業。

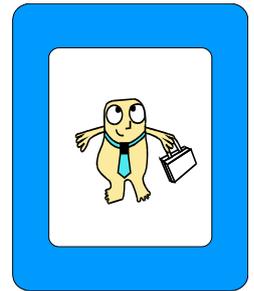
事業篇 ~ 入職條件

「招聘廣告」

工作紙

組員姓名： _____ 班別： _____ 日期： _____

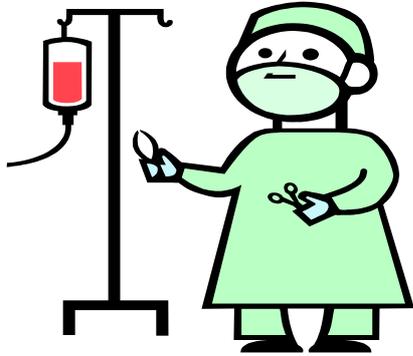
本機構現招請 _____ 一名，申請者必需具備以下性格、態度和能力：



- | | |
|-----------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 有愛心 | <input type="checkbox"/> 良好的中英文讀寫能力 |
| <input type="checkbox"/> 勇敢 | <input type="checkbox"/> 良好的中英文表達能力 |
| <input type="checkbox"/> 公正 | <input type="checkbox"/> 良好的電腦操作能力 |
| <input type="checkbox"/> 有耐性 | <input type="checkbox"/> 需要強健的體魄 |
| <input type="checkbox"/> 視力良好 | <input type="checkbox"/> 具有汽車駕駛執照 |
| <input type="checkbox"/> 守時 | <input type="checkbox"/> 具有悅耳動聽的聲線 |
| <input type="checkbox"/> 有笑容 | <input type="checkbox"/> 具有濃厚的表演興趣 |
| <input type="checkbox"/> 誠實 | <input type="checkbox"/> 需要在高空工作 |
| <input type="checkbox"/> 熟習水性 | <input type="checkbox"/> 需要長時間站立 |
| <input type="checkbox"/> 健談 | <input type="checkbox"/> 願意接觸他人 |
| <input type="checkbox"/> 守法 | <input type="checkbox"/> 判斷力強 |
| <input type="checkbox"/> 獨立 | <input type="checkbox"/> 善解人意 |
| <input type="checkbox"/> 其他（請列明）： _____ | |

事業篇 ~入職條件

職業圖畫咭 (1)



醫護人員



消防員



警員



司機



售貨員



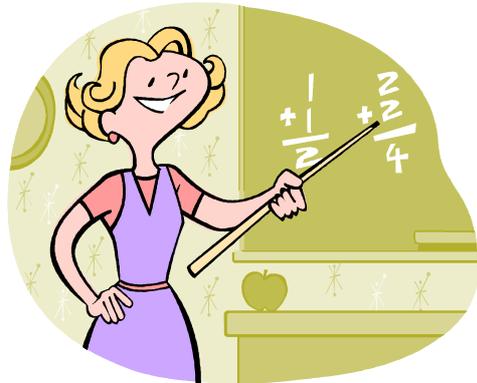
法官

事業篇~入職條件

職業圖畫咭(2)



歌手



教師



郵差



空中小組



收銀員

事業篇～不同職業知多少？

目的：幫助學生知道可從不同媒介取得有關不同職業的資訊

對象：中小學生 (小三、小四)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：1. 互聯網及報章的招聘資料
2. 小組及個人工作紙「不同職業知多少？」

事前準備：

1. 教師在課堂前請學生在互聯網上搜集有關不同的職業要求資料；
參考：<http://www.info.gov.hk/cindex.htm> 內的「政府職位空缺」；
勞工處 <http://www.jobs.gov.hk/home.html> 等資料
2. 教師在課堂前請學生在報章上搜集有關不同的職業招聘廣告

活動建議：

I. 熱身活動 (5 分鐘)

1. 教師請學生口頭報告透過何種方式去搜集職業資料。
2. 教師把學生提出的方式寫在黑板上。
例如：互聯網、報章、雜誌等。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師把全班分為若干組，進行分組討論。
2. 派發工作紙，討論內容如下(約 10 分鐘):
 - a) 學生把所搜集的資料，按職業類別分類
 - b) 把討論結果填在「小組工作紙」上
 - c) 討論不同職業的主要職責是甚麼?
3. 教師選二至三組的代表簡述其小組討論結果 (約 8 分鐘)
4. 學生完成「個人工作紙」(約 7 分鐘)

III. 反思及總結 (5 分鐘)

1. 做任何事情，必須要主動尋找機會。若要求職，我們可以主動從不同途徑取得有關職業的資訊，例如：互聯網、報章、雜誌及親友介紹等。
2. 找尋職業時，要學習將資料比較和分類，從而找出配合自己能力、興趣和學識的職業。

事業篇～不同職業知多少？

工作紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

(一)試按你們所搜集的資料，按職業類別分類

類 別	舉 例	你找到的職業名稱
教育人員及輔助人員	大學教授	
紀律部隊及輔助人員	警察	
經理及行政人員	政府部門的主管級人員	
文員	文書	
專業人員及輔助人員	工程師、律師	
服務性行業	酒樓傳菜員	
商店銷售人員	成衣售貨員	
農務、禽畜、林木及漁業工人	農夫	
工藝及有關人員	雕刻家、漫畫家	
機台及機器操作員及裝配員	燒焊工人，玻璃幕牆清潔人員	
非技術工人	清潔工人	
其他		

事業篇～不同職業知多少？



個人工作紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

(一) 請寫出你從哪些途徑找到這些職業資訊：

1. 互聯網的網址： _____

2. 招聘廣告： _____

3. 其他： _____



事業篇～均衡生活樂融融

目的：運用時間管理技巧去平衡個人、學業和家庭三方面的生活

對象：高小學生 (小五、小六)

教學節數：1 節(35 分鐘)

教學資源：工作紙(3 張)

事前準備：

教師在課堂前一星期預早派發工作紙一，請同學把用在不同活動的時間記錄及計算下來。

活動建議：

I. 熱身活動(5 分鐘)

1. 以餘暇時間的運用作話題，討論同學們及他們家長的消閒活動。
2. 統計以「看電視」及「打電腦」作消閒活動的人數(包括學生及家長)及他們最愛收看的電視節目及最常上的網頁。

II. 活動內容(25 分鐘)

1. 同學報告及討論工作紙各項統計數據及在各項活動中，家長的參與程度。
2. 就討論所得，請同學在堂上完成工作紙(二)，重新安排他們的餘暇活動時間，以便可以更理想地去平衡個人、學業和家庭三方面的生活。
3. 請同學比較工作紙一及二的分別，並分享感受。
4. 請同學回家完成工作紙(三)，主要是搜集資料，找出適合一家人收看的益智電視節目及電腦網頁(每項三個)。

III. 反思及總結(10 分鐘)

1. 我們應留意生活中是否平衡地分配自己的時間，顧及個人、學業及家庭三方面的發展。由這次統計及討論，我們學習訂定一個均衡生活的時間表。
2. 融洽的家庭生活，可從安排時間與家人共同參與活動或閒談開始。不但家長有責任作出安排，身為兒女的也要騰出時間，主動與家人接觸。

事業篇～均衡生活樂融融

工作紙(三)

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

(一) 適合一家人欣賞的益智電視節目：

節目名稱	播映		節目內容簡介
	電視台	時間	
(1)			
(2)			
(3)			

(二) 適合一家人上的益智電腦網頁：

網頁名稱	網址	網頁內容簡介
(1)		
(2)		
(3)		

事業篇～做個時間好管家

- 目的：
1. 讓學生檢視自己的課餘生活，是否能平衡個人、家庭及學業三方面，鼓勵學生珍惜時間、善用餘暇
 2. 讓學生了解自己是時間的主人，引入時間管理的技巧，讓學生訂定目標，安排適當的餘暇生活

對象： 高小學生 (小五、小六)

教學節數： 1 節(35 分鐘)

教學資源： 工作紙「做個時間好管家」、學生自備木顏色筆一盒

活動建議：

I. 熱身活動(10 分鐘)

1. 教師詢問學生除上課以外的時間會做的事情，並將項目(例如看電視、打機、閱讀圖書、做運動等)寫在黑板上，然後做一個統計，看哪一項目是最多人參與的餘暇活動，每天平均花上的時間。
2. 教師提醒學生餘暇生活是否均衡，有否兼顧學業、家庭及個人三方面？
3. 教師提醒每個人每天都只有廿四小時，若不珍惜時間，時間就從指縫間溜走。

II. 活動內容(15 分鐘)

1. 教師引導學生編排作息有序時間表的原則：
 - i. 清楚自己的個人目標：例如要考獲 5 級鋼琴試、要增強身體的抵抗能力、英文默書要有 70 分或以上等。
 - ii. 所訂定的時間表有否關顧到自己的健康、興趣、學業、與家人相處或承擔家庭責任等方面。
2. 派發工作紙，教師引導學生做「時間好管家」的工作紙。
3. 完成工作紙後，請學生分享思考問題的內容。

III. 反思及總結(10 分鐘)

1. 讓學生思想我們是時間的主人，我們也可以管理時間，編排有益身心的活動，做個時間的好管家。
2. 在實踐上須要有耐性，並按需要作出修改；若出現困難，可與家長商討再訂定一個更有效的作息時間表。



事業篇～做個時間好管家

工作紙



姓名：_____（ ） 班別：_____ 日期：_____

各位同學，讓我們做個時間的好管家，好好安排課餘之時間，並檢視你的時間表可否按照計劃實行。



請在時間表的方格上填上不同顏色：

項目	舉例	自選顏色
1. 學業	做功課、補習、溫習……	
2. 文娛及消閒活動	閱讀課外讀物、練琴、繪畫、集郵、看電視、遊戲……	
3. 運動	球類活動、跳繩、跑步、游泳……	
4. 家居生活	做家務、執拾自己的物品、與家人溝通、照顧弟妹……	
5. 用膳及休息	午膳、晚膳、睡覺……	
6. 其他	請註明：	

(上午校適用)

我的時間表

時段	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午	7:00-8:00	上 課						
	8:00-9:00							
	9:00-10:00							
	10:00-11:00							
	11:00-12:00							
下午	12:00-1:00							
	1:00-2:00							
	2:00-3:00							
	3:00-4:00							
	4:00-5:00							
	5:00-6:00							
	6:00-7:00							
晚上	7:00-8:00							
	8:00-9:00							
	9:00-10:00							
	10:00-11:00							
	11:00-12:00							

思考問題：

1. 除了上課外，你每星期花最多時間於哪些項目？

2. 你認為這個作息時間表能滿足你的需要嗎？你期望再花多些時間於哪方面？

3. 你認為一個均衡生活的作息時間表應包含哪些項目？

(下午校適用)

我的時間表

時段	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午	7:00-8:00							
	8:00-9:00							
	9:00-10:00							
	10:00-11:00							
	11:00-12:00							
下午	12:00-1:00	上 課						
	1:00-2:00							
	2:00-3:00							
	3:00-4:00							
	4:00-5:00							
	5:00-6:00							
	6:00-7:00							
晚上	7:00-8:00							
	8:00-9:00							
	9:00-10:00							
	10:00-11:00							
	11:00-12:00							

思考問題：

1. 除了上課外，你每星期花最多時間於哪些項目？

2. 你認為這個作息時間表能滿足你的需要嗎？你期望再花多些時間於哪方面？

3. 你認為一個均衡生活的作息時間表應包含哪些項目？

(全日制學校適用)

我的時間表

時段	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日			
上午	7:00-8:00	上課									
	8:00-9:00										
	9:00-10:00										
	10:00-11:00										
	11:00-12:00										
下午	12:00-1:00										
	1:00-2:00										
	2:00-3:00										
	3:00-4:00										
	4:00-5:00										
	5:00-6:00										
	6:00-7:00										
晚上	7:00-8:00										
	8:00-9:00										
	9:00-10:00										

思考問題：

1. 除了上課外，你每星期花最多時間於哪些項目？

2. 你認為這個作息時間表能滿足你的需要嗎？你期望再花多些時間於哪方面？

3. 你認為一個均衡生活的作息時間表應包含哪些項目？

事業篇～工作的意義

目的：讓學生明白工作對個人及社會的意義

對象：高小學生 (小五、小六)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：「工作的意義」投票表格

活動建議：

I. 熱身活動 (3 分鐘)

同學輪流分享他們對「工作的目的」表達意見。

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師將學生分為若干小組，將「工作的意義」投票表格分派予各組學生。
2. 教師要求同學分組討論工作的意義，將同意的項目✓出來，並排列次序。
3. 教師逐一邀請同學報告他們的討論結果。期間，教師可以提問同學對最多人或最少人投票的項目的原因和感受。

III. 反思及總結 (7 分鐘)

1. 如果所有人只為賺錢的話，我們的社會會變成怎樣？
2. 那些只為賺錢而工作的人和為理想或其他原因而工作的人，在工作表現上有何分別？
3. 我們對工作意義的看法會直接影響我們在工作上的表現和結果。
假若一位教師只為賺錢或養活自己而工作，他只須完成每日的教學工作便可以下班回家了；相反，假若一位教師是為了理想而工作的話，除了每日努力教導學生外，他還會不斷檢討和改善自己的教學方法或師生關係。上述兩位教師不單在工作態度上有所不同，其工作的結果亦有一定的分別，那就是：前者工作輕鬆，生活安定和有保障；後者的工作則充滿使命感，能夠實踐理想，為社會培育未來的主人翁，所得的滿足感和對社會的貢獻又比前者多。

事業篇～工作的意義

「工作的意義」投票表格

組員姓名： _____ 班別： _____ 日期： _____

※ 請細閱下列 a 至 k 後，在()內✓出五項你同意的項目。

- () a. 賺錢滿足自己的慾望，如購買名牌衣服、汽車等。
- () b. 認識多些朋友。
- () c. 得到別人和社會的認同及欣賞。
- () d. 服務社會上有需要的人士。
- () e. 養活自己或自己及家人。
- () f. 肯定自己的存在價值。
- () g. 發揮或挑戰自己的能力。
- () h. 滿足自己的興趣。
- () i. 盡公民的責任。
- () j. 消磨時間。
- () k. 其他（請列明）： _____

※ 請將已✓出的五個項目按你認為的重要程度排列出來。

重要程度 (以 1 為最重要，如此類推。)	1	2	3	4	5
工作的意義 (請在右格填寫英文字母)					

事業篇～義務工作

- 目的：
1. 讓學生認識義務工作的特質
 2. 鼓勵學生參與義務工作

對象： 高小學生 (小五、小六)

教學節數： 1 節 (35 分鐘)

- 教學資源：
1. 學生「答題紙」(教師用簡報時適用)
 2. 「問答遊戲」問題紙 (可兼作「答題紙」)
 3. 教師用答案紙

活動建議：

I. 熱身活動(5 分鐘)

教師提問學生

- 有沒有參加過義工活動？
- 為什麼要推行義工活動？
- 對義工活動的認識？

II. 活動內容 (25 分鐘)

1. 教師播放簡報或派發問題紙，請學生寫出或圈出答案(教師自由選擇兩款答題紙)，測試學生對義工活動的認識。
2. 教師與學生對答案。
3. 鼓勵學生討論及匯報：
 - 義工活動的種類
 - 義工活動的特點

III. 反思及總結 (5 分鐘)

1. 義務工作提供一個有效途徑，讓社會上不同階層人士參與建設社會，最終達致彼此互相關懷、融洽相處。
2. 教師可統計願意參加義務工作的學生人數，以便安排學生參加義務工作。

事業篇～義務工作

答題紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

1. ()

2. ()

3. ()

4. ()

5. ()

6. ()

7. ()

8. ()

9. ()

10. ()



討論：

1. 爲什麼要推行義工活動？
2. 義工活動有什麼種類？
3. 義工活動有什麼特點？

我 願意 / 不願意 參與義工活動。

事業篇～義務工作

問答遊戲

問題及答題紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

請圈出答案：

1. 義工的全稱是什麼？

- A. 義士工作
- B. 義務工作
- C. 正義工作
- D. 義賣工作

2. 義工的外貌有什麼特徵？

- A. 特別高
- B. 呆頭呆腦
- C. 英俊 / 漂亮
- D. 無特別要求

3. 下列哪一項 不是 義工的定義？

- A. 志願參與
- B. 發自內心的
- C. 浪費時間
- D. 不為任何物質報酬

4. 甚麼人可以做義工？

- A. 不論年齡
- B. 不論種族
- C. 不論性別
- D. 以上全部都是

討論：

1. 為什麼要推行義工活動？
2. 義工活動有什麼種類？
3. 義工活動有什麼特點？



5. 下列哪一項是義工的工作？
 - A. 表演唱歌
 - B. 協助清潔
 - C. 義賣工作
 - D. 以上全部都是

6. 義工對服務對象要有什麼態度？
 - A. 友善
 - B. 施捨
 - C. 可憐
 - D. 以上全部都是

7. 如果有興趣做義工，同學可透過什麼機構參加？
 - A. 社會福利署
 - B. 學校
 - C. 社區/兒童/青少年中心
 - D. 以上全部都是

8. 義工不應有以下哪一項態度？
 - A. 沒有耐性
 - B. 主動
 - C. 有愛心
 - D. 有責任感

9. 義工服務的對象可以是哪些人？
 - A. 兒童
 - B. 長者
 - C. 病人
 - D. 以上全部都是

10. 聯合國定於每年哪一日是「國際義工日」？

- A. 1 月 1 日
- B. 2 月 14 日
- C. 12 月 5 日
- D. 12 月 25 日

我 願意 / 不願意 參與義工活動。

事業篇~義務工作(答案紙)

1. 義工的全稱是什麼？
 - A. 義士工作
 - B. 義務工作 (答案)
 - C. 正義工作
 - D. 義賣工作
2. 義工的外貌有什麼特徵？
 - A. 特別高
 - B. 呆頭呆腦
 - C. 英俊 / 漂亮
 - D. 無特別要求 (答案)
3. 下列哪一項不是義工的定義
 - A. 志願參與
 - B. 發自內心的
 - C. 浪費時間 (答案)
 - D. 不為任何物質報酬
4. 甚麼人可以做義工？
 - A. 不論年齡
 - B. 不論種族
 - C. 不論性別
 - D. 以上全部都是 (答案)
5. 下列哪一項是義工的工作？
 - A. 表演唱歌
 - B. 協助清潔
 - C. 義賣工作
 - D. 以上全部都是 (答案)
6. 義工對服務對象要有什麼態度？
 - A. 友善 (答案)
 - B. 施捨
 - C. 可憐
 - D. 以上全部都是
7. 如果有興趣做義工，同學可透過什麼機構參加？
 - A. 社會福利署
 - B. 學校
 - C. 社區/兒童/青少年中心
 - D. 以上全部都是 (答案)

8. 義工不應有以下哪一項態度？
- A. 沒有耐性 (答案)
 - B. 主動
 - C. 有愛心
 - D. 有責任感
9. 義工服務的對象可以是哪些人？
- A. 兒童
 - B. 長者
 - C. 病人
 - D. 以上全部都是 (答案)
10. 聯合國定於每年哪一日是「國際義工日」？
- A. 1月1日
 - B. 2月14日
 - C. 12月5日 (答案)
 - D. 12月25日

事業篇～從強處著手

目的： 讓學生明白個人優點和能力與升學或就業的關係

對象： 高小學生 (小五、小六)

教學節數： 1 節(35 分鐘)

教育資源： 工作紙

I. 熱身活動(8 分鐘)

1. 活動名稱： 「xxx(姓名)我欣賞你，因能你能...(說出一個優點)」

每行第一位同學向後坐的人說出上述的說話，如此類推；最後一位同學再向前面的人說出上述的說話，如此類推。(又可橫向進行)

2. 教師作出小結： 每個人都是獨一無二的，每個人都有自己的強項。

II. 活動內容(22 分鐘)

1. 派發工作紙後，教師引導學生完成工作紙。

2. 完成工作紙後，請學生分享有關內容。

III. 反思及總結(5 分鐘)

1. 每個人都有獨特的優點和能力。

2. 在升學和就業上，必須考慮自己的優點和能力，才能作出明智的抉擇。

事業篇～從強處著手

工作紙

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

各位，請將你的強項寫下來。再想一想這些優點是否對你的升學和就業有益呢？請說明之。



事業篇～職業萬花筒

目的：協助學生掌握多元化的方法取得職業資訊，並作簡單的報告

對象：高小學生 (小五、小六)

教學節數：1 節 (35 分鐘)

教學資源：1. 報紙、求職雜誌、網址
2. 工作紙

活動建議：

I. 活動介紹(5 分鐘)

教師提問，學生自由作答。

- 如果你想知道一些職業的資料，例如入職的要求、了解工作的情況等，你會如何取得這些資料？

II. 活動內容(25 分鐘)

1. 教師可：

- 與學生一同上網，瀏覽勞工處、求職的網頁。
 - 派發有關的報章、求職雜誌及與學生一同討論。
 - 派發有關教育與職業博覽會的資料，與學生一同討論。
 - 與學生一同分享從別人口中得知職業資料的經驗。
2. 教師派發工作紙，鼓勵同學說出一些取得職業資料的方法。
3. 教師將同學分組，討論上述其中一項取得職業資料方法，並作出簡單報告。

III. 反思及總結(5 分鐘)

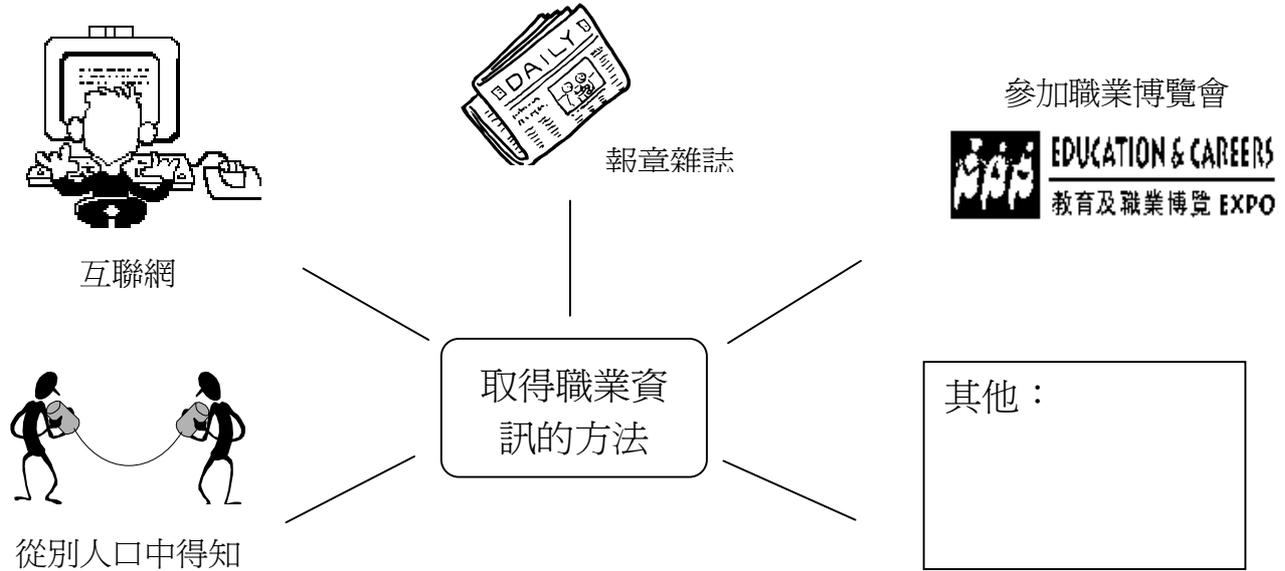
1. 找尋職業或做任何事情，必須積極主動，努力尋找機會。
2. 現今是資訊年代，我們必須學習掌握多元化的方法，例如參閱報章雜誌、互聯網、參加職業博覽會等，去取得職業資訊。
3. 我們必須學習分析資料，然後才能作出理智的決定。

事業篇～職業萬花筒

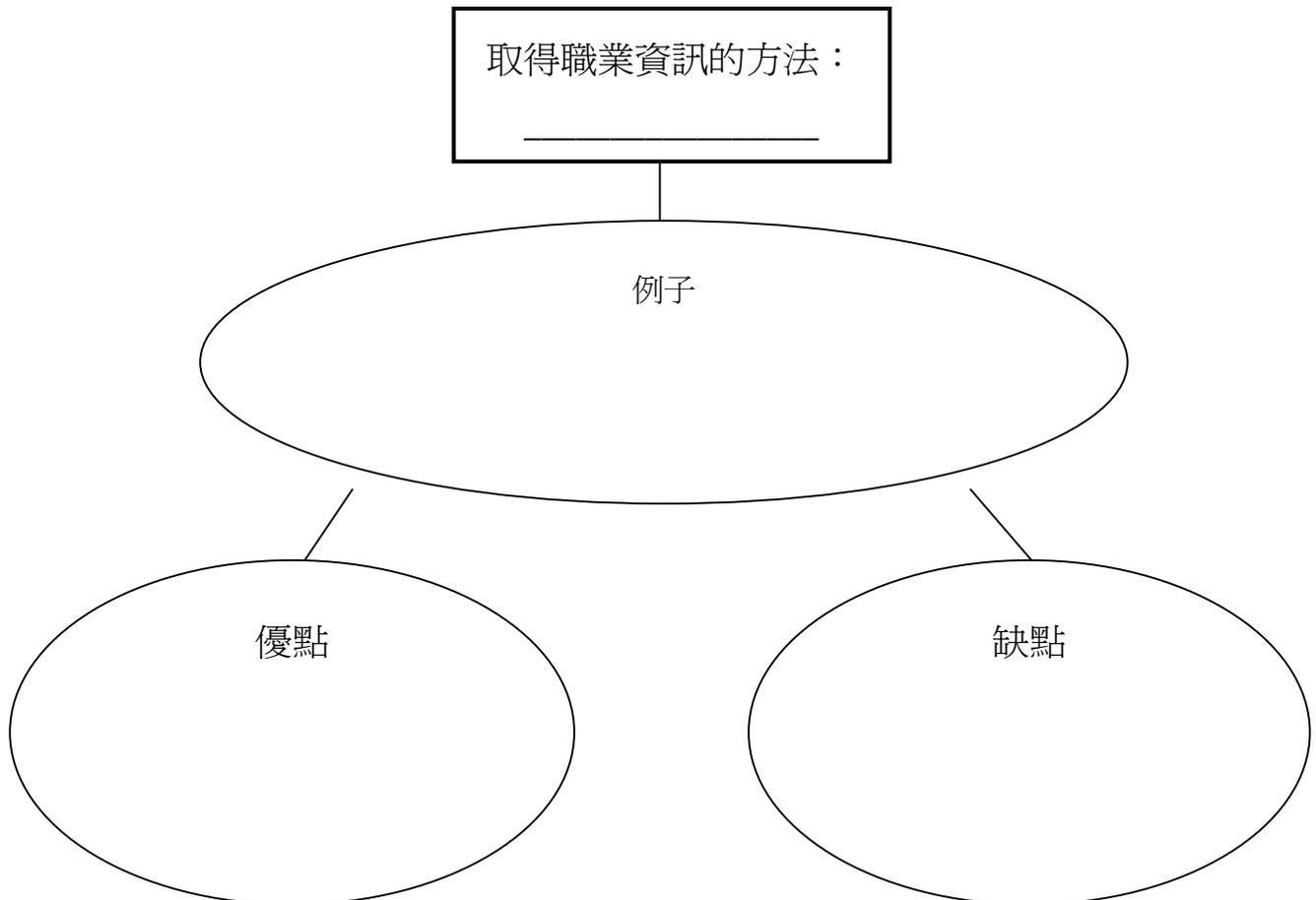
工作紙(教師)

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

A. 這是一些取得職業資訊的方法，請填上其他的方法。



B. 利用上述其中的一種方法，蒐集一項職業的資料，寫出利用這方法的優點及缺點。並作簡單的報告。

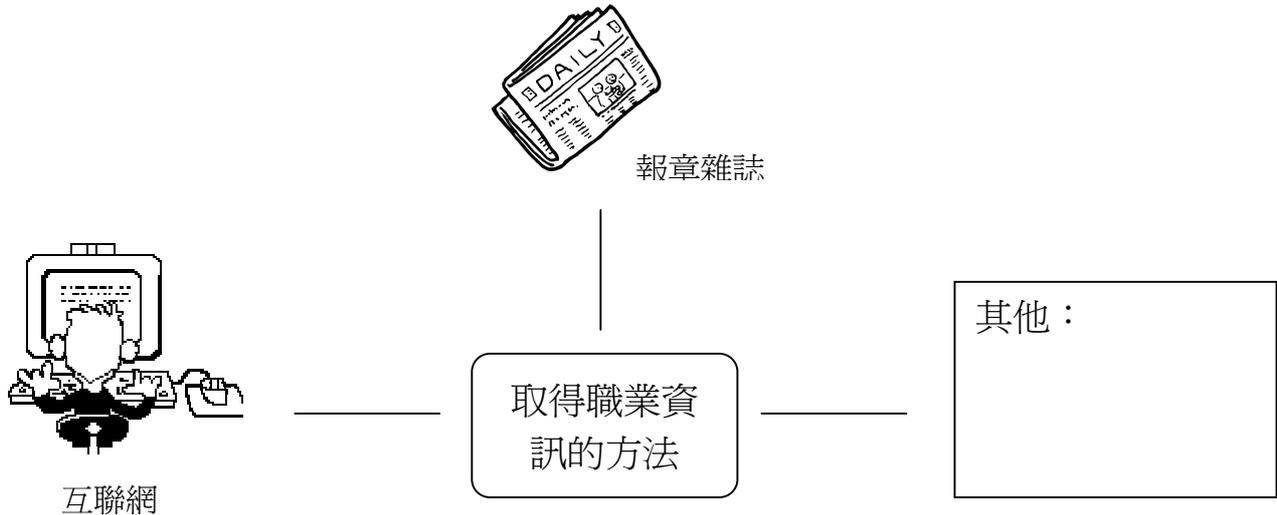


事業篇～職業萬花筒

工作紙(學生)

姓名： _____ () 班別： _____ 日期： _____

A. 這是一些取得職業資訊的方法，請填上其他的方法。



B. 利用上述其中的一種方法，蒐集一項職業的資料，寫出利用這方法的優點及缺點。並作簡單的報告。

