

# 生涯規劃專題系列

# Experience



## 特色

- 安排學生先參與實務技巧課堂，學習基本工作技能，為實習作好準備
- 順利完成實務課堂的學生，可獲實習機構安排為期不少於 40 小時 (5 天全日或 10 天半日) 的實習機會
- 完成實習的學生，可獲實習機構簽發 << 實習證明 >> 及 << 實習評核報告 >>；表現良好的學生更可獲個別機構發出 << 優先聘用證明 >>

## 目的

- 讓學生透過課堂學習基本行業知識，給予學生實地職場實習機會，鼓勵學生學以致用，尋覓合適自己的出路
- 如學生表現理想，可獲優先聘用證明，協助學生投身職涯

## 課程流程

### 實習前

由實習機構提供實際課程，教授相關行業知識、基本工作技能

### 實習期間督導

本室將不定期派出輔導員跟進學生實習情況，確保學生順利參與實習，也讓學校了解學生實習情況

### 實習後

實習機構會按照學生表現填寫評核報告，如表現良好者更有機會獲機構優先聘用

## 實習機構

婚禮統籌	La Vie Garden
保險	AIA 友邦保險有限公司 - 馮永康區域總監團隊
咖啡沖調	笠笠咖啡
美容及化妝	Mary Kay (Hong Kong) Co Ltd.
文書處理	共融教室
零售	韓國麗可健康中心 ( 香港 )
髮型設計	Zip II Hair Salon
影片製作	Basbi Production Limited
魔術及氣球表演零售	Magic Home
氣球造型及佈置	Duckson Magic

## 計劃組合

**A :**

系統行業課程  
(一般為 6 節, 可  
按需要調節)



行業實習

(40 小時, 獲實習  
證明信及評核報告)

**B :**

系統行業課程  
(一般為 6 節, 可  
按需要調節)

## 評核

1. 學生課堂表現理想，可獲相關機構給予實習機會，以確保實習質素
2. 學生完成實習後可獲機構發出「實習證明信」及「評核報告」
3. 如學生於實習時表現理想，可獲機構發出「優先聘用證明」

人數 : 10 人或以下

To: 升學及就業輔導組  
主任 / 負責老師

# 婚禮統籌

實習機構：La Vie Garden

課堂收費（實務課堂費用 + 材料費）：\$1600/節 + \$40/節/人

實習費用：\$150/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1500）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	婚禮場地佈置	2	1.5-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>5人以上可於學校課室上課</li> </ul>
	新娘化妝造型	2	1.5-2	
	新娘髮型設計	2	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗婚禮統籌之工作）： <ul style="list-style-type: none"> <li>負責場地設計及佈置</li> <li>新娘化妝及相關造型設計</li> </ul>	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本設定為10天半日（4小時）或5天全日（8小時）</li> <li>可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>可實習時間：週末、平日夜晚、假期，最理想為2-4月、9-12月</li> <li>包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>

# 保險

實習機構：AIA友邦保險有限公司 - 馮永康區域總監團隊

課堂收費（實務課堂費用）：\$1500/節

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	職業性格分析 (MBTI)	1	1.5-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>5人以上可於學校課室上課</li> <li>1-4人需到公司上課</li> </ul>
	職業人生規劃	1	1.5-2	
	個人形象、求職面試技巧	2	1.5-2	
	溝通技巧、人際關係	2	1.5-2	
	面對逆境與壓力	2	1.5-2	
	銷售技巧的概念及應用	2	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗保險業之工作）： <ul style="list-style-type: none"> <li>電話推廣或訪問、邀約（完成2次500個電話推廣及相關紀錄）</li> <li>進行街頭問卷調查</li> <li>進行戶外信用卡推廣</li> <li>旁觀見面及推廣（至少2次）</li> </ul>	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本設定為10天半日（4小時）或5天全日（8小時）</li> <li>可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>可實習時間：星期一至五（時間待定）、周末可在家工作（以完成工作量計算實習時數）</li> <li>包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>

如學生於實習時表現理想，機構可安排學生報考卷一、卷二，助學生取得基本入行資格，並獲機構發出「優先聘用證明」

To: 升學及就業輔導組  
主任 / 負責老師

## 咖啡沖調

實習機構：笠笠咖啡

課堂收費（已包材料）：工作室上課 \$3100/節 或 學校上課 \$4000/節

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共 \$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	認識咖啡店飲品及沖調知識 學習 2D 畫花技巧	1	1.5-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 人以上可於學校課室上課</li> <li>1-4 人需到咖啡室上課</li> <li>課室要求：需提供電力、電磁爐及自來水</li> <li>可上課時間：平日下午至晚上、星期六、日早上</li> </ul>
	認識咖啡豆知識 學習 3D 拉花技巧	1	1.5-2	
	認識學習基礎葉形及心形拉花技巧	1	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗咖啡師之工作）： <ul style="list-style-type: none"> <li>了解咖啡室運作</li> <li>體驗前線工作 - 沖調咖啡、拉花、招呼客人等</li> <li>基本店面清潔</li> </ul>	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本設定為 10 天半日（4 小時）或 5 天全日（8 小時）</li> <li>可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>可實習時間建議：星期六、日 11:00 - 18:00</li> <li>包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>

## 美容及化妝

實習機構：Mary Kay (Hong Kong) Co Ltd.  
玫琳凱（香港）有限公司

課堂收費（實務課堂費用 + 材料費）：\$1500/節 + \$40/節/人

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共 \$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	基礎皮膚護理概念	1	1.5-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 人以上可於學校課室上課</li> </ul>
	基礎化妝	1	1.5-2	
	身體護理	1	1.5-2	
	特別面部療程	1	1.5-2	
	上鏡化妝技巧	1	1.5-2	
	基礎銷售溝通技巧	1	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗化妝師之工作）： <ul style="list-style-type: none"> <li>協助化妝師工作</li> <li>跟隨導師教班</li> </ul>	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本設定為 10 天半日（4 小時）或 5 天全日（8 小時）</li> <li>可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>可實習時間：週末、平日夜晚、假期</li> <li>包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>

To: 升學及就業輔導組  
主任 / 負責老師

## 文書處理

實習機構：共融教室

課堂收費（實務課堂費用）：\$1500/節

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	基本文書處理： • 打字（速成）、回覆書信/電郵	2	1.5-2	** 全部課堂需到校上課
	Microsoft Word: • 基本功能、表格製作	1	1.5-2	
	Microsoft Excel: • 基本功能、圖表製作	1	1.5-2	
	Microsoft PowerPoint: • 基本功能、製作簡單簡報	1	1.5-2	
	基本電話對答及查詢： • 接電話流程及基本禮貌應對、填寫留言紀錄	1	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗文書處理之工作）： • 了解教室日常運作 • 處理簡單文書 • 接電話及處理簡單聯絡 • 協助製作教材	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 基本設定為10天半日（4小時）或5天全日（8小時）</li> <li>• 可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>• 可實習時間：星期一至五（08:45 - 12:30、13:30 - 17:30）</li> <li>• 包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>

## 零售

實習機構：韓國麗可健康中心（香港）

課堂收費（實務課堂費用）：\$1500/節

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	基本認識 • 認識店舖運作及店務員職責 • 行業前景與收入	1	1.5-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 需到校上課</li> <li>• 需為5人或以上</li> </ul>
	商品陳列及市場策略 • 店舖宣傳及7P、不同類型的貨品陳列	2	1.5-2	
	收銀 • 不同類型的收銀形式、不同付款方式及注意事項	2	1.5-2	
	顧客心理、銷售說話技巧	2	1.5-2	
實習體驗	貨品管理 • 採購、貯存 • 壞貨識別及處理 • 盤點、貨倉管理	1	1.5-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 基本設定為10天半日（4小時）或5天全日（8小時）</li> <li>• 可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>• 可實習時間：星期六、日</li> <li>• 包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>
	在職實習（體驗零售業之工作） • 進行攤位推銷 • 零售店舖的運作，當中包括服務及銷售、商品陳列、宣傳推廣	10	40	

To: 升學及就業輔導組  
主任 / 負責老師

# 髮型設計

實習機構：Zip II Hair Salon

課堂收費（實務課堂費用 + 材料費）：\$1500/節 + \$75/人/全期

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	基本入行理論 髮型屋各種工具介紹	1	1.5-2	全部課堂需到校上課 • 可上課時間：需平日上午時段 • 課室要求：需有洗手盆
	洗頭及清潔示範	1	1.5-2	
	護髮及理髮知識	1	1.5-2	
	染髮，焗油等藥水分類	1	1.5-2	
	髮型修剪技巧及造型設計 (gel)	2	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗髮型師學徒之工作）： • 負責髮型屋日常清潔 • 替客人洗頭及吹頭 ** 驗之學生可負責較難的工作	10	40	• 基本設定為10天半日（4小時） • 可按實際需要商議較長的實習時數 • 可實習時間：星期一至日（下午2:00 - 7:00） • 包學生來回實習地點的交通津貼

# 影片製作

實習機構：Basbi Production Ltd.

課堂收費（實務課堂費用）：\$1600/節

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	認識影視製作團隊之不同崗位及工作	1	1.5-2	• 3-5人於學校課室上課 • 學生需按要求完成各工具表之製作功課 • 每組模擬拍攝均由導師擔任導演身份，學生輪流擔任攝影師、副導演、製作助理等製作團隊崗位，在校內按導師之劇本要求，進行拍攝工作訓練。 • 模擬拍攝課程時間視人數而定，基本以每組4小時為一課。 • 以模擬拍攝的影像，分析拍攝工作當中出現的問題，以及學習基本後期製作概念
	認識影片製作之流程： • 前期籌備、拍攝期、後期製作	2	1.5-2	
	根據拍攝內容製設計拍攝方案及前期籌備工作： • 學習分析劇本計劃拍攝方案 • 學習製作分場表、分景表、服裝表、道具表等工具表	2	1.5-2	
	於學校內進行拍攝模擬練習： • 學生輪流擔任製作團隊之不同崗位，以練習實際攝製工作流程	1	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗影片製作之工作）： • 擔任製作助理之工作 • 參與前期籌備、拍攝及後期製作	10	40	• 基本設定為10天半日（4小時）或5天全日（8小時） • 實習內容將按實際之製作項目有所不同，可能需在室內或戶外工作 • 實習時間並非固定，需配合實際之製作項目：週末、平日夜晚、假期 • 包學生來回實習地點的交通津貼

To: 升學及就業輔導組  
主任 / 負責老師

# 魔術及汽球表演

實習機構：Magic Home

課堂收費（實務課堂費用 + 材料費）：\$1500/節 + \$15/堂/人

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	魔術基本理論及守則	1	1.5-2	** 全部課堂需到校上課 • 可上課時間：平日下午放學後 • 課室要求：無
	表演魔術訓練：魔術鍊環 / 預言鏡子	1	1.5-2	
	表演魔術訓練：魔術穿鈔筆 / 魔術聽骰	1	1.5-2	
	扭氣球基礎技巧 (10 基本結)	1	1.5-2	
	氣球造型設計 (10 基本 +3 款進階)	2	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗魔術師之工作）： <ul style="list-style-type: none"> <li>負責執拾魔術道具</li> <li>協助魔術師完成表演</li> <li>擔當魔術師助教</li> </ul>	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本設定為40小時（因表演 / 授課時間不定，故未能設定為5天全日或10天半日）</li> <li>可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>可實習時間：需依據導師外出表演 / 授課時間</li> <li>需外出到不同地方進行</li> <li>包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>

# 氣球造型及佈置

實習機構：Duckson Magic

課堂收費（實務課堂費用 + 材料費）：\$1500/節 + \$15/堂/人

實習費用：\$105/四小時/人（以40小時計算，一位學生合共\$1050）

內容（節數可按需要調整）：

	內容	節數	每節時數	備註
實務課堂	基礎氣球技巧 (10 基本結)	1	1.5-2	** 全部課堂需到校上課 • 可上課時間：平日下午放學後
	基礎氣球造型 (10 基本 +3 款進階)	1	1.5-2	
	基礎氣球佈置技巧	1	1.5-2	
	氣球羅馬柱	1	1.5-2	
	氣球拱門	1	1.5-2	
	鋁鉑氣球、氦氣運用 氦氣、設計、公仔、氣球束...	1	1.5-2	
實習體驗	在職實習（體驗氣球師之工作）： <ul style="list-style-type: none"> <li>氣球師助手（扭氣球）</li> <li>氣球佈置基本工作</li> <li>氣球師助手（氣球佈置，前期、現場）</li> </ul>	10	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本設定為40小時（因表演 / 授課時間不定，故未能設定為5天全日或10天半日）</li> <li>可按實際需要商議較長的實習時數</li> <li>可實習時間：需依據導師外出表演 / 授課時間</li> <li>需外出到不同地方進行</li> <li>包學生來回實習地點的交通津貼</li> </ul>