

致：中三級家長
由：校長孫莉華博士
事：「高中選科事宜」及「中三級學生體驗高中選修科課堂及小組生涯發展輔導」

日期：05-05-2026
通告編號：78/2025-2026

1. 高中選科事宜

高中選科程序於 5 月 5 日正式開始，家長可跟學生商討，根據其興趣、志向和能力，選讀兩科高中的選修科目。學生可使用本校 eClass Student App 問卷調查內的高中選科系統（SSP）進行選科。截止日期為 5 月 20 日（三）晚上 11:59。

選科步驟及注意事項：

1. 請登入本校 eClass Student App。
2. 輸入本校 eClass 登入名稱及密碼後，請點選最下欄之「更多」。
3. 點選「問卷調查」。
4. 點選「高中選科表」後進入問卷。
5. 請在適當的次序填上所想的科目組合。
6. 如要改動，請先將已選取的組合刪除，並再次選取。
7. 確保所有的組合已被選擇及作答相應問題，點選「呈送」。
8. 一經選擇「確定」後，選科申請則無法修改。（注意：結果只可被呈送一次，呈送前請再三核實！）
9. 系統會顯示「已回覆」，表示該選科表已被順利呈交。
10. 校方稍後會列印學生選科意願申請，供家長核實後簽署交回本校。
11. 在 6 月年終考試對卷日後，同學如須申請更改選科次序，必須於 6 月 25 日前遞交家長信及個人選科表副本，並解釋更改選科次序的原因。
12. 本校於 7 月 31 日或之前，公佈高中選科及編班結果。

此 QR Code 內有兩份文件，分別是 SSP 使用說明及高中選科表 eClass Student App 使用指南。



如有任何查詢，請致電 2640 4968 與盧雪欣副校長或關玉萍副校長聯絡。

2. 中三級學生體驗高中選修科課堂及小組生涯發展輔導

「中三級學生體驗高中選修科課堂」將於 5 月 6 日至 5 月 14 日進行，參與科目分別有健康管理與社會關懷科、旅遊與款待科、企業、會計與財務概論科、設計與應用科技科、資訊及通訊科技科、化學科及經濟科。學生按意願自由參與，參與同學除可了解高中課程內容外，亦了解考核模式，讓學生對高中選科有更深入了解從而作出合適的選擇。生涯規劃組及班主任將於 5 月份為中三學生進行個人或小組生涯發展輔導，以支援學生規劃升學路徑。如有任何查詢，請致電 2640 4968 與關玉萍副校長聯絡。

回 條

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學校長：

有關 貴校通告編號 78/2025-2026【「高中選科事宜」及「中三級學生體驗高中選修科課堂及小組生涯發展輔導」】的內容，本人已知悉。

學生姓名：_____

班別及學號：_____ ()

家長簽署：_____

日期：_____

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學 高中選科表

【填寫方法：請按個人能力與興趣，用原子筆在下列各欄目內填寫次序「1」至「36」，「1」代表最期望獲編配的選修科目組合，「2」次之，餘此類推。】

2026-2027 科目組合

選修科一	化學	企業、會計與財務概論	地理	健康管理與社會關懷	資訊及通訊科技	視覺藝術
選修科二	生物	中國歷史	設計與應用科技	經濟	旅遊與款待	物理

選修科目組合	意願	選修科目組合	意願
化學 + 生物		健康管理與社會關懷 + 生物	
化學 + 中國歷史		健康管理與社會關懷 + 中國歷史	
化學 + 設計與應用科技		健康管理與社會關懷 + 設計與應用科技	
化學 + 經濟		健康管理與社會關懷 + 經濟	
化學 + 旅遊與款待		健康管理與社會關懷 + 旅遊與款待	
化學 + 物理		健康管理與社會關懷 + 物理	
企業、會計與財務概論 + 生物		資訊及通訊科技 + 生物	
企業、會計與財務概論 + 中國歷史		資訊及通訊科技 + 中國歷史	
企業、會計與財務概論 + 設計與應用科技		資訊及通訊科技 + 設計與應用科技	
企業、會計與財務概論 + 經濟		資訊及通訊科技 + 經濟	
企業、會計與財務概論 + 旅遊與款待		資訊及通訊科技 + 旅遊與款待	
企業、會計與財務概論 + 物理		資訊及通訊科技 + 物理	
地理 + 生物		視覺藝術 + 生物	
地理 + 中國歷史		視覺藝術 + 中國歷史	
地理 + 設計與應用科技		視覺藝術 + 設計與應用科技	
地理 + 經濟		視覺藝術 + 經濟	
地理 + 旅遊與款待		視覺藝術 + 旅遊與款待	
地理 + 物理		視覺藝術 + 物理	

你是否希望修讀「數學延伸部分單元一（微積分與統計）」 是 否 （請在合適方格內填上✓）

所有同學必須在 5/5 至 20/5 晚上 23:59 期間，使用本校 eClass Student App 問卷調查內的高中選科系統（SSP）進行選科，此紙本表格無需交回班主任，只供家長及學生參考用。

請注意：所有選科申請以 eClass Student App 所呈交的為準（只可呈交一次！），請同學在呈交前小心核對資料，以免與紙本選科表填寫的結果有所不同。

中三選科是重要的選擇，也是踏上 DSE 之路的關鍵。你可能感到迷茫，不知如何中三選科。面對眾多科目，如何選出最適合自己的中三選科搭配呢？選科並不只是挑幾門學科那麼簡單。這是一個影響未來的重要決定。

關鍵重點

- 了解自己的興趣和強項，選擇最適合的科目組合
- 權衡不同科目的學習內容和難易度
- 關注選科與未來升學及就業的關係
- 適當參考老師和家長的意見，但決定權在自己
- 提早做好準備，以開放態度面對選科挑戰

中三選科的重要性

過於困難的科目可能會影響你的 DSE 成績。太容易的科目也會局限你未來的選擇。

- 選一個符合你能力和激發學習熱情的科目對你未來學業很重要。

你要考慮中三科的選擇對未來職涯的影響，每個選科組合都通向不同的大學專業和工作選擇。

選修科目	相關的大學專業	未來職業方向
物理、化學、生物、數學(M1)	醫學、藥劑、工程、科學	醫生、藥劑師、工程師、科研人員
經濟、BAFS、數學(M1)	工商管理、會計、金融、經濟學	銀行家、會計師、財務分析師、創業家
歷史、地理	法律、社會科學、人文學科、教育	律師、社工、教師、公務員

早點規劃你的升學很重要。了解你心儀專業的要求，再配合你的興趣和強項選科。這樣對你未來的學業和工作都會有幫助。

- 及早了解自己的興趣和能力
- 考慮未來升學和就業方向
- 權衡每個科目的難易度
- 諮詢師長和前輩的意見
- 選擇能激發學習熱情的科目

選科是你人生的轉捩點。它會影響你未來學業和職涯。你要慎重考慮，選一個最適合你的未來發展的選擇。

中三選科前的準備工作

(1) 了解 DSE 課程架構

DSE 課程包括 4 個核心科目和 2 個選修科目。一些學生也會選數學延伸部分(M1)。本校高中還有 12 個選修科，學生需了解 DSE 的結構，才能做好選科準備。

(2) 認識自己的興趣和強項

在做選科準備時，了解個人興趣和強項非常重要。可以用幾種方法來認識自己：

- 參與職業性向測試或性格測試，了解自己的特質和能力；
- 回顧初中學習表現，找出擅長的學科；
- 嘗試不同類型的課外活動，發掘多元興趣；
- 與師長、家人討論自己的理想和目標；
- 選科貴精不貴多，應結合能力、興趣和目標，選擇最適合自己未來發展的科目；
- 認識 DSE 課程和自己，是選科準備的重中之重。這樣做能為未來的選科提供良好基礎；同學們應早作打算，做到在關鍵時刻明智選擇。

(3) 選科時需考慮的因素

➤ 未來升學方向

選科時，想好自己未來的大學主修學科很關鍵。不同學科需要不同的高中選修科目。比如想學理科的學生可能需要學習物理、化學。想念商科的學生，良好的數學和語文能力很重要。

➤ 個人能力與科目難易度

除未來升學方向外，了解自己的學習能力也很重要。不同科目難度不同。應根據初中表現，選擇適合自己的科目。這樣能避免選太難的科目，影響成績。

選科考慮因素	建議
未來升學方向	了解感興趣的大學學科,選擇相應的高中選修科目
個人能力	根據自己的學習能力,選擇難易度適中的科目
科目難易度	避免選擇過多超出能力範圍的艱深科目
學校科目組合	關注學校開設的選修科目,權衡是否滿足升學需求

結合自己的興趣、能力與未來規略，再看學校情況，選出最好的科目組合。選科需要反覆思考和諮詢，切勿隨意。選對的科目，才能輕鬆學習，為進心儀的大學學科奠定基礎。

中三選科常見的科目

中學文憑試(DSE)的科目分為三種。這三種是甲類、乙類和丙類科目。甲類科目又分為必修的核心科目和選修科目。核心科目包括中國語文、英國語文、數學和公民與社會發展科。每位考生都要學這些科目。而選修科目則有 12 個不同學習領域可供選擇。當中三學生選科目時，一般可以選擇 2 個自己喜歡或擅長的科目。理科的選修科目有生物、化學、物理。文科選修包括地理、中國歷史。商科則有經濟、企業會計與財務概論(BAFS)等。學生也可以選修一些專門學科，比如設計與應用科技、健康管理與社會關懷。

選修科目時，要根據自己的**興趣和能力**選擇。同時也要了解各科的內容、考試形式和未來銜接。理科強調邏輯思維和科學探究。文科則偏向語言表達和人文素養。商科注重數理應用和商業技能。每個學科的考試也不同，例如理科有實驗考核，文科有論述題。

無論如何選擇，在選修科目時，應多與師長溝通。要考慮個人興趣、特長和未來發展方向。只要選對科目，並能發揮所長，就能在 DSE 考試中表現出色。

中三選科測試的作用與建議

為了協助學生做出明智的選科決定，許多機構如青年協會提供性向測試。這些測試幫助學生了解自己的性格和能力，給予選科的建議。得到性向測試結果後，學生應結合個人興趣，選擇最合適的科目。如果一個學生在語言溝通上表現出眾，又喜好文學和歷史，那文科就適合他。同樣，數理能力突出且對科學研究感興趣的學生，可以選理科。家長和學生在參考測試結果時，需記住這不是唯一的選科依據。學生還應該考慮自己的學習興趣、未來升學志願等。最終，選科的決定權在學生手裡，測試結果僅供參考。

學生應綜合考慮測試結果、個人興趣和大學入學要求，再選擇適合自己的選修科目。這樣可以為未來升學和就業做好準備。

尋求老師和家長的意見

在中三選科的過程中，學生要了解自己的興趣和能力。也要考慮未來想走的路。聽取老師和家長的意見很重要。選科是要跟老師和家長溝通的。這樣學生可以更了解學科，並且得到支持。

與老師討論適合的科目

老師是指引學生學習的好幫手。他們知道不同科目的需求，也認識學生的表現。學生應向老師問關於選科和未來發展的問題。

選科時，與家長間的溝通也很重要。家長懂孩子最好，他們知道孩子的優勢和需要。

與家長溝通自己的想法

父母在學生的成長中扮演重要角色。在選科時，學生應跟父母說清楚自己的選擇。比如，如果想讀醫科，就要介紹相關專業的機會。有時家長可能不贊同孩子的意見。學生應虛心聽取家長的看法，雙方都應該理解對方。在尋求共識時，要顧及對方的感受。最後，選科不僅僅是學生自己的事。家長的參與和支持也很重要。

溝通原則	學生	家長
主動表達	清楚表達自己的想法和規劃	適時表達期望和關注重點
耐心傾聽	細心聆聽家長的想法和顧慮	給予孩子充足的表達空間
求同存異	以同理心看待家長的觀點	尊重孩子的興趣和理想
互諒互讓	在堅持原則下適度調整	給予孩子一定的選擇自由

總的來說，選科有賴於跟老師和父母誠懇的交流。這樣才能更深入的了解自己，做出更好的決定。有了這樣師長和家長的支持，學生將走上成功之路。

中三選科常見問題解答

選科問題類型	建議方案
選科與大學科系的關係	及早了解大學入學要求，按興趣和目標選科
如何學好選修科目	發揮強項，合理安排時間，養成良好學習習慣
選修科目的合格標準	一般要求達到3級或以上，因學校和科系而異

選科是中三大挑戰之一。做好充分準備，相信能順利，為未來鋪路。

選科是需要慎重思考的。要了解自己的興趣、能力和目標。多聽老師和專家的建議，選出最適合自己的科目。選科不是一時衝動，要經過深思熟慮。滿懷積極和樂觀，保持對學習的熱情。這樣才能在高中和未來的路上成功。

結論

中三選科對學生未來發展很重要。這是一個規劃未來的關鍵時刻。學生應根據自己喜歡的科目和能力，做出選擇。瞭解不同學科的特點對選科很關鍵。選科時，平衡個人興趣和該科學習後的機會很重要。文、理、商科有不同的學習和就業路。學生應探索自己喜歡的領域，不限於傳統學科。取得選科合適並非終點，而是開始。學生不必急於把握一切。保持靈活，未來還有修改補救的機會。最終，希望各學生都能選到理想科目，積極在學習中發展。

FAQ

1. 選科時最重要的考慮因素是什麼?

選科時要考慮個人喜好和學習的需求。選擇喜歡的科目可以增加學習動力。同時，也應該考慮未來學業和工作上的需求。選擇那些有助於未來生活發展的科目。

2. 如何了解自己適合選修什麼科目?

了解自己的興趣和能力很重要。可以做一些性向測試或者聊天評估。這有助於分析自己的性格，看哪些科目最合適你。與老師討論各科內容也是一個好方法。老師會幫你了解細節，以便判斷哪些科目適合你。此外，嘗試參加不同類型的活動，也可以幫助你找到自己真正感興趣的。

3. 選了某些選修科目是否就不能報讀某些大學科系?

大學通常有要求你選擇哪些選修科目。比如醫學院可能要求你修讀化學和生物。但如果你沒選那些科目，但成績很好，你也許有入讀的機會。所以別忘了看看你想進的學系有什麼要求。這會幫助你做出更明智的選擇。

4. 若感興趣的科目太多，應該如何取捨?

選 2-3 個最感興趣和有信心學好的科目。再加上其他的科目，保持多方面的學習。不要貪多選太多，以免影響學習。善用時間和精力，適時放下一些科目。這樣有利於深入學習那幾門真正在乎的科目。

5. 如何在選修科目中取得好成績?

首先，選擇你真正感興趣並且有信心的科目。這樣可以增強你的學習動力。然後，建立好的學習習慣。包括預習、複習和做筆記。這些動作有助於你更深入地理解知識。協作學習是個好點子，組成學習小組互相輔助。不懂的地方，記得隨時向老師求助。做好刷題和練習，把學到的知識應用在實際中。最重要的是堅持不懈。如果你努力，肯定能在學業上取得好成績。

