備戰世界技能賽 辭職減重去到盡

VTC女生比拚美容護理 瘦身30磅保持身手靈活

香港文匯報訊（記者 黎恣）被譽為「技能界奧林匹克」的世界技能大賽將於8月中旬在巴西舉行，賽事按美容護理、美髮、機械人及櫥窗設計及布置等專業劃分，屆時全球精英將一決高下。今年港隊派出18人作賽，部分是職業訓練局(VTC)轄下院校的畢業生及學生，包括劉可瑩及劉嘉浩。為了備戰，兩人辭掉工作。前者不惜由180磅勁減30磅，以提升靈活度及耐力應付4天內18小時的比賽；後者則每天回母校練習美髮至少12小時。破釜沉舟的決心，令人佩服。

■左起：劉嘉浩、劉可瑩及蘇嘉譽將在8月代表香港參加第四十三屆世界技能大賽，分別於自己擅長的髮型設計、美容及櫥窗設計一展所長，與世界各地的青年一決高下。 香港文匯報記者黎恣 攝

世界技能大賽於1950年首次舉行，每兩年舉辦一次，是技能界的盛事，項目包括西點製作、細木、美容護理、美髮、機械人及櫥窗設計及布置等。今年的比賽在巴西聖保羅舉行，港隊代表均是職業訓練局、建造業議會和製衣業訓練局合辦的「香港青年技能大賽2014」優勝者，並經由專家選出。

有份出戰上述比賽美容護理的劉可瑩，自幼愛美，中二起已上網自學化妝和美髮技巧。考畢文憑試，她入讀職訓局轄下的青年學院的專業美容中專教育文憑課程；畢業後又投考美容國際證書，並在連鎖美容院擔任美容師。

上屆做Model 今次親落場

可瑩笑言，受上屆參賽者Chloe的啟發，令她下定決心要參加比賽：「當時Chloe經常來到青年學院練習化妝，我出於好奇經常看她練習，後來導師安排我成為她的模特兒。」過程中，她覺得有關比賽很專業，立志要成為港隊代表，為港爭光。為了在港區比賽爭取出線，她在去年3月已辭職備戰，現在繼續為8月的賽事奮鬥。

除了每天加緊練習提升技術，高峰期達180磅的可瑩要求自己有靈活的身體，以應付4天內18小時的密集式比賽，結果她以節食及運動，成功減去30磅，意志力驚人。

日練12句鐘 盼剪出「魔髮」

她表示，對化妝技術和面部按摩方面較信心，希望比賽時會有較好的發揮。雖然未知結果如何，但她已立志希望成為美容訓練師，指導學生，令美容技術傳承下去。

美髮項目的港隊代表劉嘉浩，中三輟學後報讀青年學院髮型設計中專教育文憑。去年畢業後，他開始在髮型屋工作，對此興趣愈來愈濃厚，也很有滿足感。為了證明自己的實力，他決心參賽，在全職工作時，趁工餘回校練習，後來更獲得校方信任，讓他保管練習場地的鎖匙，令他可以日夜練習。他上月起已辭去髮型屋工作，每天回校至少練習12小時。

愛繪圖女孩冀打造繽紛櫥窗

參加櫥窗設計及布置項目的蘇嘉譽，熱愛繪畫，現在是知專設計學院展覽設計高級文憑二年級生。她指透過多次比賽已摸索出自己的風格，她最喜歡一些色彩繽紛和花巧的設計，也期望今次也能運用自己擅長的風格，做出更好的作品。

民記倡增中學生「生涯規劃」支援

■蔣麗芸(右)表示，生涯規劃有助年輕人認識自己的興趣和目標，有助他們發展未來路向。左為顏汶羽。 黎恣 攝

香港文匯報訊（記者 黎恣）教育局積極推動年輕學生的生涯規劃，2014/15學起每年向各中學提供50萬元津貼，助學校推動有關生涯規劃的教育。民建聯早前進行問卷調查，發現過半數高中生認同生涯規劃的重要性，亦有較多人認為生涯規劃對他們了解自我及計劃升學進修路向有幫助，不過卻只有26%高中生認為，學校已提供足夠的生涯規劃支援。民建聯指，調查反映現時的生涯規劃成效受學生質疑，而實際上也有不少教師只兼任處理生涯規劃活動，對如何做好並不熟悉，建議當局應在學校及老師層面加強支援，讓學校更有系統去落實生涯規劃工作，並定期檢討現行措施的成效。

僅26%高中生覺得校方支援足

民建聯在今年3月10日至4月2日間，成功以問卷訪問了各區876名曾參與校內生涯規劃活動的中四至中六學生，當中50.4%認同生涯規劃重要，不過只有26%人覺得校內相關支援足夠。

而就學校生涯規劃活動的成效，最多高中生認為那能幫助他們了解職場與就業情況如行業性質、就業市場趨勢等（45.6%），其次則是有助「計劃未來升學與進修路向」（43.4%）及「了解自我」（42.8%），最少人認為活動可助自己「計劃就業路向」（39%）。而問及高中生是否已為未來做好準備，54%受訪者表示未做好準備，表示做好準備的則只有24%。

顏汶羽促制定指引檢討成效

民建聯人力事務副發言人顏汶羽指出，學生認同校內生涯規劃活動能幫助自己的不足半數，反映有關成效受質疑。他指出，現時中學推行生涯規劃活動時，往往未能以撥款增聘專責教職員，而由其他教師要兼任處理，既加重其工作負擔，亦影響活動成效。

他又表示，對學校來說推動生涯規劃的的支援也不足夠，例如未有完整的生涯規劃資料供教職員參考，促請政府就學校如何利用撥款、課程教學資源等制定規劃，令學校有系統化的指引和資源去實行生涯規劃，並定期檢討現行措施的成效。

蔣麗芸倡學校初中即推「規劃」

立法會議員兼民建聯人力事務發言人蔣麗芸指出，生涯規劃有助年輕人認識自己的興趣和目標，助他們發展未來路向，建議學校可於初中階段便把「生涯規劃」帶入校內，助青年人盡早清楚了解自身興趣，及早訂立發展目標，為未來做好準備，減少「揀錯科」、「入錯行」和經常轉工的情況發生。

未來之星遊園聽史 觀岳飛戰鬥英姿

香港文匯報訊（記者 高攀、曹宇，實習記者 申曉 開封報道）昨日（11日），2015未來之星的香港大學生們走進百年名校河南大學，學習中原文化，感受汴京開封的歷史繁華，同時獲河南大學校長婁源功及該校黨辦、各院領導的熱情歡迎。

■在河大藝術院集體獻唱《海闊天空》。

■未來之星來到八朝古都開封遊覽清明上河園。

婁源功冀港青明年再來

「香港學生來到河南大學，給全校師生帶來了青春洋溢的香江氣息，這也是我2月去香港時，與未來之星同學會的一個約定，今天願望實現了，不僅寓意着香港大學生和河南大學學生交流的開始，也希望香港學生們每年都來這所百年老校，參觀、學習。」歡迎儀式上，婁源功邀港生明年再來交流。

百家講壇名師講述北宋史

我國著名學者、百家講壇著名講師、河南大學教授程遂營講述《北宋開封文化》，讓港生學習千年北宋歷史。講座中，程教授先講述開封的歷史文化背景，指出北宋在開封建都共168年的深厚歷史文化。他用淵博的知識和幽默的語言吸引了香港學生的思緒，跟隨着他的講解，逐漸了解北宋時期開封的繁榮昌盛，也了解到中國四大發明中造紙術、指南針、印刷術等的起源。

程教授還介紹了關於北宋君臣間的故事，並與學生互動提問；更談及開封名產灌湯包子的起源，讓香港學生知道灌湯包的發展史。

港生當日走進河南大學聚協昌科舉館，了解到中國的科舉制度。最後，河南大學藝術學院的師生特別為港生獻上一場音樂盛宴。

步入上河園 一日夢迴千年

昨日下午，港生們赴開封清明上河園參觀，恍若一日夢迴千年之前的宋朝：見到了鐵面無私的包拯，親眼目睹了一代英雄岳飛持戈試馬槍挑小梁王，親臨炮聲隆隆，箭船飛梭的「大宋保衛戰」。來自香港城市大學的楊嘉威興奮地說：「在香港很難看到這麼有韻味的建築，特別的演出，也認識到了北宋的繁華，以後還會更多的來河南。」

幼園收生無限派表統一註冊

香港文匯報訊（記者 鄭伊莎）過去兩年由於部分地區幼稚園學額相對緊張，加上一人霸佔多個學位的情況，造成學額短缺假象，不少家長不惜通宵輪候取申請表，多區出現「排隊潮」情況。為改善有關情況，教育局去年公布2015/16年度全港幼稚園收生安排，包括實施無限派表、統一註冊日及學券留位等，成效不俗。當局昨公布將沿用有關措施，明年升讀幼稚園K1（幼兒班）的學童家長，可於今年9至11月申請學券，並在明年1月中作統一註冊，局方並將於本月底開始舉行多場簡介會，讓家長了解收生安排。

教育局昨發通函，介紹2016/17年將續推全港幼稚園收生安排。明年9月入讀K1的學童家長，需於今年9月至11月向學資處申請學券，6個至8個星期內可通過郵遞獲發學券。另一方面，各幼稚園可採校本收生機制，但均需要於12月24日前公布結果，而學童如獲取錄，則要於1月14日至16日到相關幼稚園統一註冊，提交學券及繳交留位費。隨後教育局將於1月底起公布不同幼稚園的學位空缺，供未獲取錄的學童家長參考。家長亦可先到已註冊的學校取回學券，以為子女轉校。

與去年一樣，局方也要求幼稚園無限派發申請表，及不應設收表限額，避免家長排隊輪候。另外，為讓家長了解有關收生安排，當局將於6月底至7月中舉行25場內容相同的家長簡介會，報名及詳情可參考：http://www.edb.gov.hk/parentstalks。

教聯會促新高中增選修空間

香港文匯報訊（記者 周子優）新高中學制推出以來，學界仍普遍認為選修科空間不足，令學生知識面較狹窄，部分人文學科如中史、文學科等更因選修人數銳減面臨「亡科」危機。教聯會自上月起共收到28間中學共336名教師聯署，要求當局全面檢視新高中的核心科/選修科課程架構，以便學生能有更多選修空間。該會又成功訪問了200名高中科目教師代表，8成半支持檢討高中課程架構，當中主要認為可將通識科可改為選修，令選修增至三科或以上。

教聯會指，雖然教育局過往已就新高中推出多項檢討措施，包括刪減課程、簡化校本評核等，以優化各科目層面的學與教安排，但仍未有涉及課程架構的改動，處理學生選修空間不足及部分科目「亡科」危機問題。該會指，學界現正醞釀數學和企會財拆科，當局也應藉此機會重新檢視4個核心及各選修科目的配置和比重，檢討整體課程架構。

八成半教師挺檢討課程架構

教聯會亦就此訪問了逾200名高中教師，有達八成半支持當局檢討高中課程架構，當中八成認為可保留中英數3個核心，並將通識改為選修，以增加選修科至3科或以上；另有14%則提出可維持4個核心科但降低有關課時比重，讓學生可另外選修兩科至四科。

因應是次聯署及問卷調查內容，教聯會指將去函教育局局長吳克儉，要求啟動高中課程架構檢討。

四成父母想子女海外升學

■一項調查發現，四成受訪家長希望子女到海外留學。受訪者供圖

香港文匯報訊（記者 李穎宜）現今不少家長望子成龍，對子女有極高的期望。一項調查發現，逾七成受訪家長期望子女將來取得大學或碩士學位，亦有四成指若有足夠的經濟能力，期望子女能到海外升學。有教育專家提醒，父母對子女的期望應符合子女能力及興趣範圍內，否則期望過高會為子女添加無形壓力。

僅0.6%人選兩岸澳門升學

荷花集團今年4月以網上問卷方式，訪問了2,620名家長，以了解現代父母對子女的期望。調查顯示，逾七成受訪家長期望子女將來取得大學或碩士學位，反映出家長望子成龍的心態仍沒有改變；44%受訪家長表示，若有足夠的經濟能力，都會期望子女能到英、美等地升學，只有0.6%人表示會選擇到內地、台灣及澳門等地升學。升學專家趙榮德指出，兩者差距源於家長對海外升學的情意結。調查亦問及每月對於子女補習及興趣班花費的情況，有43%受訪家長每月花費1,000至3,000元在子女身上。教育專家葉國洪提醒家長，不宜過分催谷子女參與興趣班，應讓他們自由選擇。

回顧赴英負笈伊始

走進世界名校

不經不覺今年已是筆者大學生涯的最後一年，亦是在英國留學的第五年，是時候回顧一下這五年的經歷和體會了。

記得在香港唸中學最後一年時，筆者萌生到英國讀書的念頭，和父母商量後，他們也贊成，於是便開始籌備。筆者報讀了不同學校，出席了幾個筆試和面試。筆試一般考核英文和數學能力，而有些學校的老師或校長更會親自來港進行面試，主要希望更加了解學生和其英文能力。

在確認赴英後，筆者就要辦簽證，因為英國政府規定海外學生如果唸超過六個月的課程就要申辦學生簽證，手持英國或歐盟國家護照者除外。由於筆者拿的是香港特區護照，所以要辦理簽證。首先，筆者須學校提供所需要的資料，然後準備家長同意書，並在網上填寫四份表格。隨後要預約並與家長到英國領事館辦理手續，攜帶銀行證明文件以證明家庭財政狀況， 例如月結單和存摺，證明戶口內至少有相當於一年的寄宿費和學費的資金（約50萬港元）。

學生未滿18歲需居英監護人

值得留意的是，未滿18歲的學生需要有一名居於英國的監護人，以作緊急聯絡之用，並在half term假期時提供住宿。香港留學生通常委託親戚或監護人公司擔任。

在辦理簽證的同時，筆者亦要預約匯豐銀行的國際銀行部開設英國銀行戶口，辦理時間需時一個多月。除此之外，父母亦可以選擇替子女申請提款卡，匯價會以當天的水平作準。

處理好繁瑣的手續後，筆者便開始密鑼緊鼓購買日用品。可是筆者沒想過，這項任務竟然不比之前的手續簡單！需要的物資其實是因人而異，但筆者會帶一些在英國賣得較貴的物品，例如紙巾。另外，小至鉛芯筆、塗改帶，大至電飯煲也會帶。另外還有個人用品，如床單、枕頭、護膚品。我把這些物品抽真空處理以省掉行李的空間。

而筆者的媽媽最關心的就是電話卡問題，筆者不建議在機場買，因曾碰了一次釘 —在機場買了卡才發覺比市區貴10倍呢！所以最好還是到了學校附近地區才買。

當然，如果是直接到英國讀大學，同學可以透過聯招遞交能力證明文件，而需要面試與否則根據學校而定，不過辦簽證和開戶口的手續也與上述大同小異。 **(標題與小題為編輯所加)**

■高文懿（Jennifer）

作者簡介：英國劍橋大學心理學系三年級生。香港中學會考後赴英就讀兩年寄宿學校，2013年暑假開始協助運作由劍橋學長組成的Bridge Education，致力幫助港生報讀英國大學。