

Sister School Exchange Program

# 透過姊妹學校交流活動 推動生涯規劃教育

認識內地高等教育及探索創科行業



主講學校

荃灣聖芳濟中學

# 目錄

01

## 姊妹學校背景介紹

歷史淵源與現況發展

03

## 企業參觀見聞

探索創科行業前沿

05

## 學生分享與反思

收穫與成長的故事

02

## 交流形式與活動概覽

多元化學習體驗

04

## 大學考察體驗

認識內地高等教育

06

## 未來展望

持續深化交流

APR 2025  
交流片段  
北虹、上海商飛、  
Bilibili、電視台、  
復旦大學、上海  
交通大學



<https://youtu.be/tfaM8wFZ7nw?si=0tXN5Bl1vgrSDIfH>

CHAPTER ONE

# 第一章

## 姊妹學校「同根同源」

跨越時空的歷史連結，共同傳承的聖芳濟精神



20世紀30年代的聖芳濟足球隊



圣芳济学校——上海滩赫赫有名的



## 兩校共同的歷史根源



### 1874年：聖芳濟學院創立

法國天主教帕修歐神父在上海創辦聖芳濟學院，奠定兩校共同的歷史根基。



### 1884年：遷址虹口

聖芳濟學院正式遷至虹口新址，開啟學校發展新篇章，建立深厚教育傳統。



### 1953年：更名北虹中學

學校正式更名為北虹中學，繼續傳承聖芳濟精神，培育無數優秀人才。



### 傳承香港

修士來港後，以北虹校徽的綠藍兩色分別作為香港兩所聖芳濟學校的校色。



北虹綠色



北虹藍色



### 2009年：締結姊妹學校

十多年前，學校開始在上海尋根，發現北虹前身為聖芳濟學院。時任校長臧文濠與北虹取得聯繫，展開交流，兩校正式締結為姊妹學校，開啟師生互訪交流計劃。

北虹高級中學校長  
沈涌先生致辭  
簡述兩校歷史及  
兩濟交流活動的目的



<https://youtube.com/shorts/Cn1m1PmppCQ?si=CAr0JNn0KtCMKfev>

# 多元化交流形式

## 01 校園上課體驗

香港學生分批參加北虹的多元化課堂，親身體驗內地學習生活，了解兩地教育差異。

-  水墨畫課程
-  英語音樂劇
-  合唱團體驗
-  航海模型課

## 02 企業及大學考察

參觀上海知名企業和頂尖大學，了解不同行業的運作模式和升學選擇，拓寬視野。

bilibili

中央廣電總台

C919商飛

Starbucks

特斯拉

商湯科技

## 03 兩校學生一同考察

北虹學生與荃灣聖芳濟學生一同隨團參觀，在真實情境中互相交流，建立深厚友誼。

-  同遊復旦大學
-  夜遊外灘
-  參觀上海自然博物館
-  深入了解兩地文化

## 交流活動的核心價值

兩校學生把握機會互相交流，了解兩地生活和學校文化。這種面對面的互動打破了刻板印象，增進了彼此的理解和友誼。

# 校園交流：分組上課與深入互動

## 真實課堂體驗

香港學生分組參與上海北虹中學的日常課堂，涵蓋語文、數學、物理、化學等多個學科。透過親身體驗內地的教學模式與學習氛圍，學生深入了解兩地教育的異同，並在互動中建立深厚友誼。

8+

參與課堂科目

120+

交流學生人次

## 教學特色對比

課堂節奏

緊湊高效

師生互動

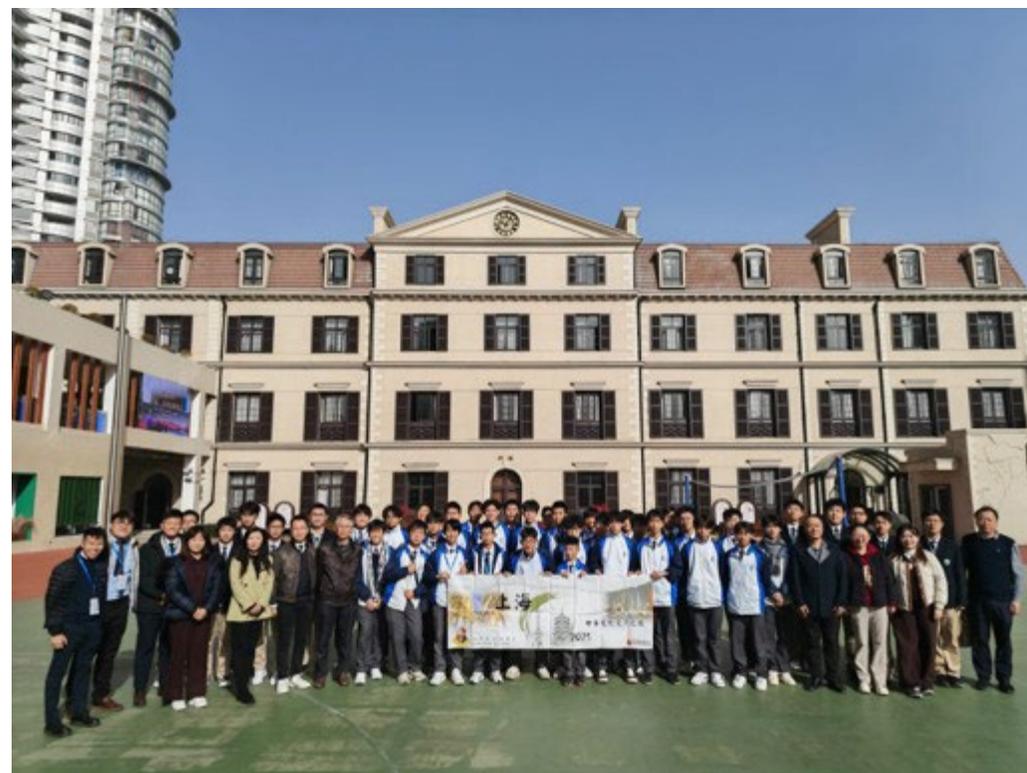
頻繁深入

解難能力

啟發引導

學習態度

積極主動



## 學生回饋

"內地同學的學習熱情與專注度令我印象深刻。他們在課堂上積極發問、勇於表達，讓我反思自己的學習態度。"

— 中五級 陳同學

"老師的教學方法很有啟發性，不只是灌輸知識，而是引導我們思考。這種互動式學習讓我獲益良多。"

— 中四級 李同學







兩校學生校內分班交流的片段 Nov 2023, Nov 2025



<https://youtu.be/LyeBBcu3tfo?si=wZMmMBOFZacXpN8P>



<https://youtu.be/USH93srCL5k?si=4Ulv-zNesqxFjLjn>

# 生涯規劃的啟發：從參觀到行動



## 拓寬職業視野

通過參觀不同類型的企業和機構，學生接觸到多個行業，拓寬了職業視野。

航空工程

新能源汽車

人工智能

新媒體

傳媒與零售創新



## 了解行業實況

通過與專業人士交流，學生了解到內地的就業環境、行業發展趨勢、所需技能等實用資訊。

- ✓ 企業對人才的需求
- ✓ 行業未來發展方向
- ✓ 必須的專業技能



## 升學規劃參考

通過參觀復旦大學和交通大學，學生對內地高等教育有了更深入認識。

- ✓ 了解學習環境和校園生活
- ✓ 明確招生要求和錄取標準
- ✓ 掌握獎學金政策和申請流程



## 從了解興趣到建立目標

活動不僅讓學生了解不同行業的運作，更重要的是 **激發了他們的學習動機**，幫助他們建立明確的學習目標和職業規劃。

激發興趣

通過實地參觀和體驗

明確目標

建立學習和職業規劃

轉化行動

將興趣轉化為學習動力



# 傳媒科技探索： 走進 bilibili 總部

## 中國最大規模的視頻彈幕網站

上海新質生產力研學團安排學生參觀內地知名視頻彈幕網站「B站」嗶哩嗶哩 (bilibili) 的辦公室。有別於一般辦公室，甫踏入 B 站辦公大堂，兩個巨型屏幕正展示各種最新動漫簡介片，入口亦以 B 站標誌作門拱，充滿年輕活力的氛圍。

3億+

月活躍用戶

21歲

平均用戶年齡

NO. 1

青年文化聚集地

### 參觀亮點

- 體驗獨特的企業文化與辦公環境
- 了解新媒體產業的運作模式
- 認識彈幕文化的創新與影響
- 探索內容創作者的職業路徑

### 生涯規劃啟示

- 新媒體行業的多元職涯選擇
- 內容創作的專業技能要求
- 科技與創意的結合應用
- 年輕創業者的成功要素

## 平台特色與創新

### 彈幕文化

開創性的即時評論功能，讓觀看體驗更具互動性與社群感

### 多元內容

涵蓋動漫、遊戲、生活、知識、音樂等豐富內容生態

### 創作者經濟

完善的創作者激勵機制，培育大量優秀內容創作者



# 傳媒科技探索：中央廣播電視總台長三角總部

## 「1」國家級媒體旗艦

交流團安排學生參觀位於西岸國際傳媒港的中央廣播電視總台長三角總部及上海總站。中央廣電總台由中央電視台（央視）、中央人民廣播電台和中國國際廣播電台於 2018 年整合而成，是國家級媒體機構。

## 首個

地區總部及地方總站

長三角總部及上海總站

## 參觀重點

- ✓ 新聞製作中心與演播室
- ✓ 融媒體技術應用展示
- ✓ 5G+4K/8K 超高清製播
- ✓ 人工智能新聞應用



## 媒體科技的未來趨勢

### 融媒體時代

廣播、電視、新媒體深度融合，實現內容一次生產、多次分發

### 技術創新

5G、AI、VR/AR 技術在內容製作與傳播中的廣泛應用

### 國際傳播

提升中國故事的全球傳播力與影響力

## 生涯規劃啟示

- 新聞傳播行業的數位轉型
- 媒體工作者的多元技能要求
- 科技與內容的跨界融合
- 國際視野與文化傳播能力



# 第二章

## 大學考察體驗

走進頂尖學府，感受學術氛圍，規劃未來藍圖

### THE 亞洲大學排名

| 排名 | 院校      | 國家 / 地區 |
|----|---------|---------|
| 1  | 清華大學    | 中國      |
| 2  | 北京大學    | 中國      |
| 3  | 新加坡國立大學 | 新加坡     |
| 4  | 南洋理工大學  | 新加坡     |
| 5  | 東京大學    | 日本      |
| 6  | 香港大學    | 香港特別行政區 |
| 7  | 復旦大學    | 中國      |
| 8  | 浙江大學    | 中國      |
| 9  | 香港中文大學  | 香港特別行政區 |
| 10 | 上海交通大學  | 中國      |
| 12 | 香港科技大學  | 香港特別行政區 |
| 16 | 香港城市大學  | 香港特別行政區 |
| 18 | 香港理工大學  | 香港特別行政區 |
| 50 | 香港浸信大學  | 香港特別行政區 |

# 高等教育探索： 復旦大學學習分享

## 中國頂尖綜合性大學

香港學生到訪復旦大學，與在復旦就讀的香港學長姐進行深度交流。透過校園導覽、學科介紹與經驗分享，學生全面了解復旦大學的學術氛圍、學習環境與升學途徑，為未來的生涯規劃提供重要參考。

TOP 3

全國綜合排名

18

A類學科數量

35

國家重點學科

7

雙一流學科

### 優勢學科領域

- 哲學
- 法學
- 數學
- 化學
- 經濟學
- 新聞傳播
- 物理
- 醫學

### 香港學生分享重點

- 適應內地大學生活的經驗與建議
- 復旦大學的學習模式與課程特色
- 香港學生升學途徑與申請流程
- 獎學金制度與生活支援
- 畢業後的就業前景與發展機會



## 升學規劃啟示

### 多元升學途徑

透過文憑試成績、校長推薦計劃等多種方式申請入讀

### 學術資源豐富

國家重點實驗室、國際交流項目、頂尖師資團隊

### 全人發展機會

豐富的社團活動、志願服務、實習機會

### 就業前景廣闊

畢業生就業率高，深受知名企業青睞



# 高等教育探索：交通大學學習分享



## 學科優勢與研究實力

### 船舶與海洋工程

全國領先，參與國家重大海洋工程項目

### 機械工程

高端製造、智能機器人、新能源汽車

### 電子信息工程

人工智能、芯片設計、通信技術

### 生物醫學工程

醫療器械、生物信息學、精準醫療

### 航空航天工程

參與國家航天重大專項研究

### 材料科學

新型材料研發與應用

### 臨床醫學

附屬醫院實習機會豐富

### 工商管理

商業模式創新與創業培育

## 工程教育的翹楚

上海交通大學是中國歷史最悠久、享譽海內外的著名高等學府之一，在工程、科技、醫學等領域享有卓越聲譽。

TOP 5

工程學科排名

17

A類學科數量

## 香港學生分享精華



### 研究資源豐富

國家重點實驗室、產學研合作項目



### 國際化視野

海外交換項目、國際學術合作



### 就業前景優越

科技企業、研究機構、跨國公司

人才而盛，培养造就了一大批杰出校友



钱学森

1934届 机械工程

机系

科学大师

吴文俊  
王振义  
王希季

徐光宪  
杨嘉焯

实业巨子

钱智民  
顾军  
曾毓群

赵锡成  
杨元庆  
曾毓群

金融人才

谷澍  
姜建清  
高国富  
井贤栋



# 城市體驗：從活動中加深交流

## 東方明珠的璀璨夜景

夜幕降臨，華燈初上，學生搭乘遊船徜徉在黃浦江上，欣賞上海這座國際大都市的標誌性景觀。外灘的萬國建築群與陸家嘴的現代天際線交相輝映，展現上海作為中西文化交融樞紐的獨特魅力。



### 外灘萬國建築群

見證上海的歷史與文化底蘊



### 陸家嘴天際線

感受現代都市的活力與創新

## 上海：國際化大都市

- ✔ 中國最大的經濟中心與國際金融樞紐
- ✔ 東西方文化在此交融碰撞
- ✔ 科技創新與傳統文化的完美結合
- ✔ 為青年提供無限的發展機遇

## 文化體驗與城市探索

### 歷史與現代的對話

外灘的古典建築訴說著上海的開埠歷史，而對岸的東方明珠、上海中心大廈等地標建築則代表著中國改革開放的輝煌成就。

### 城市發展的啟示

上海的飛速發展展示了中國現代化的進程，讓學生理解國家發展的宏大敘事，並思考個人在其中的定位與機遇。

### 國際視野的培養

作為國際化大都市，上海匯聚了來自世界各地的人才與文化，為學生打開一扇通往世界的窗口。

## 兩岸三地同心同行

站在黃浦江畔，感受上海的脈動與中國的崛起，學生深刻理解到作為新時代青年，應把握機遇，勇敢追夢，為個人前途與國家發展貢獻力量。



# 培育具國際視野 與家國情懷的新一代



## 拓闊國際視野

親身體驗內地教育、文化與社會發展，建立跨文化理解能力，培養全球思維與國際競爭力。



## 明確生涯規劃

透過參觀頂尖企業與高等學府，深入了解不同行業的發展機遇，為未來升學與職業路向作出明智選擇。



## 深化文化認同

在姊妹學校交流中建立深厚友誼，深化對中華文化的認識與傳承，培養家國情懷與文化自信。

## 未來展望

荃灣聖芳濟中學與上海北虹高級中學將持續深化姊妹學校合作，為更多學生提供跨越地域的學習機會。我們相信，透過這樣的交流活動，能夠培育出具備國際視野、家國情懷與專業素養的新時代青年，為個人前途、社會進步與國家發展貢獻力量。

90+

參與學生

6+

參訪企業

無限

未來可能

CHAPTER THREE

# 第三章

# 上海知名企業 參觀見聞

探索創科行業前沿，感受中國智造力量



# 中國商飛C919：見證中國航空夢想飛翔

座位數

最多192個

首飛時間

2017年5月5日

航程

5,555公里

商業首航

2023年5月28日



## 國家航空科技里程碑

C919大型客機是 **國家首款按照國際通行適航標準自行研制、具有自主知識產權的噴氣式幹線客機**，標誌著中國航空工業的重大突破。

- ✓ 2015年完成總裝下線
- ✓ 2022年獲得型號合格證
- ✓ 現已開通上海至香港航線
- ✓ 開啟區域航線商業飛行



## 學生參觀體驗

學生有機會走進C919生產線，親身直擊飛機組裝過程，見證中國航空由零到一的發展。

### 中二學生詹曜丞

自小立志成為機師，參觀後更堅定志向

### 中二學生洪梓銘

眼見年輕工程師，萌生成為工程師念頭

# 創新科技考察：中國商飛 C919 生產線



## 中國自主研发的大型客機

上海研學團前往中國商飛參觀，一眾師生有難得機會走進 C919 客機的生產線，親身直擊飛機生產過程。C919 是中國自主研发、具有完全自主知識產權的大型噴氣式民用飛機，標誌著中國航空工業的重大突破。



168座

標準座位配置



5555km

最大航程



0.785

巡航馬赫數

### 參觀震撼

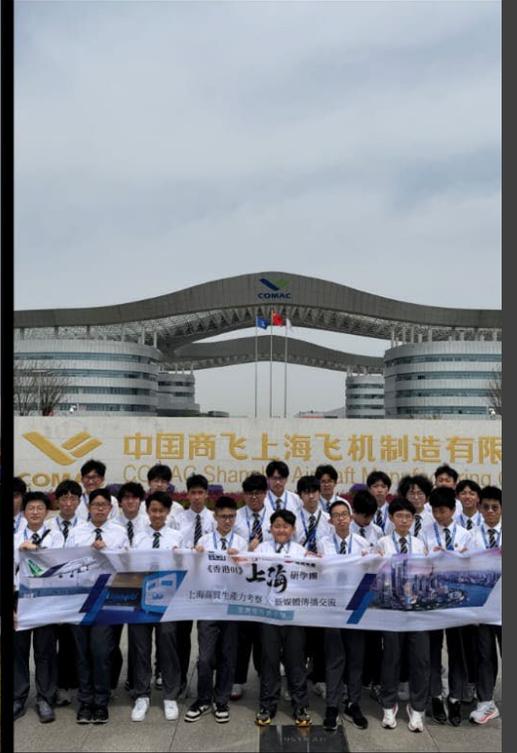
學生都是首次參觀飛機生產線，對於能夠親身走進 C919 生產線感到新奇與興奮，親眼見證中國航空工業的輝煌成就。

### 戰略意義

- 打破波音與空中巴士的市場壟斷
- 提升中國航空工業的國際地位
- 帶動航空產業鏈的全面發展
- 培育高端製造技術與人才

### 技術突破

- 先進的空氣動力學設計
- 複合材料應用技術
- 先進的航電系統
- 符合國際標準的安全認證



# 創新科技考察（三）：上海 Tesla 與通用汽車

## ⚡ 引領汽車產業的未來

學生參觀 Tesla 上海超級工廠與通用汽車，深入了解新能源汽車的製造流程、自動化生產線、智能駕駛技術，以及中國汽車產業在電動化、智能化浪潮中的領先地位。

### Tesla 上海超級工廠

- 🏭 高度自動化生產線
- 🔧 智能製造與品質控制
- 🔋 電池技術與續航能力
- 🚦 自動輔助駕駛系統

### 通用汽車

- 🚗 傳統車企的轉型升級
- 🔌 電動車平台開發
- 📶 車聯網與智能座艙
- ⚙️ 供應鏈管理與創新

## 中國新能源汽車產業的領先地位

60%

全球電動車市場佔有率

NO. 1

電動車銷量全球第一

500萬

2024年電動車銷量

## 生涯規劃啟示

### 工程技術人才需求

機械、電子、材料、軟件工程師

### 智能科技應用

AI、大數據、雲計算在汽車產業的應用

### 供應鏈管理

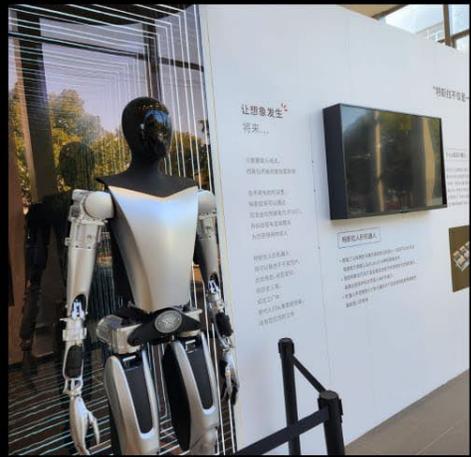
物流、採購、品質管理等職業機會

### 創新創業機遇

新能源汽車生態系統的創業空間

2023年參觀  
TESLA及  
星巴克烘焙工坊  
短片







## 創新科技考察（二）： Starbucks 上海烘焙工坊

### ☕ 全球最大的 Starbucks 旗艦店

位於南京西路的 Starbucks 上海烘焙工坊是全球最大的 Starbucks 門市，佔地面積達 2,700 平方米。這不僅是一家咖啡店，更是結合咖啡烘焙、沖煮體驗、品牌展示於一體的創新商業模式，體現了體驗經濟與新零售理念的完美結合。

### 體驗經濟的典範

#### 咖啡烘焙劇院

觀看咖啡豆從生豆到熟豆的完整烘焙過程

#### 多樣化沖煮方式

冷萃、氮氣咖啡、手沖等多種精品咖啡體驗

#### AR 互動體驗

掃描二維碼解鎖咖啡知識與品牌故事

#### 專業咖啡師深入了解咖啡文化與專業知識

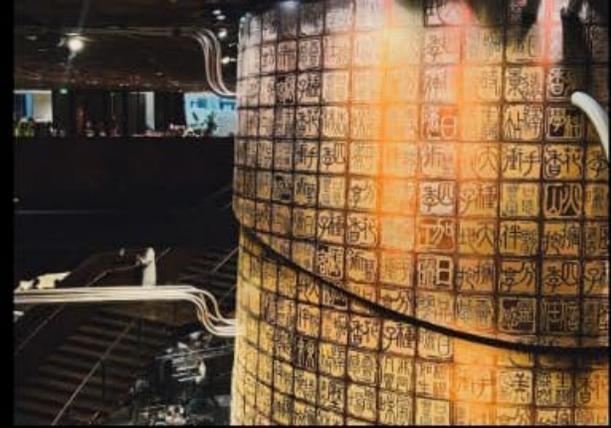
### 商業模式創新

- 從產品銷售轉向體驗服務
- 打造沉浸式的品牌文化空間
- 結合線上線下的新零售體驗
- 運用科技提升消費者互動

### 生涯規劃啟示

- 品牌管理與市場營銷的創新思維
- 零售業的數位化轉型趨勢
- 體驗經濟時代的商業機會
- 跨文化企業的本土化策略

“ 學生反思：Starbucks 上海烘焙工坊展示了傳統零售業如何透過創新思維與科技應用，打造全新的消費體驗。這讓我意識到，未來的商業成功不僅在於產品品質，更在於為消費者創造獨特而難忘的體驗。



# 創新科技考察（四）：上海商湯科技與張江機器人谷

## 人工智能的領軍企業

商湯科技（SenseTime）是全球領先的人工智能平台公司，成立於 2014 年，總部位於上海漕河泾開發區。新設施地上 6 層、地下 1 層，總面積逾 22,000 平方米，可滿足 1,400 名人員協同辦公。

亞洲

最大 AI 公司

NO. 1

電腦視覺技術

### 核心技術應用領域

自動駕駛

教育科技

零售科技

智慧醫療

智慧城市

文娛傳媒

## AI 時代的職業機遇

AI 算法工程師、數據科學家

產品經理、用戶體驗設計師

商業分析師、策略顧問

AI 倫理專家、數據隱私顧問



## 張江機器人谷

張江機器人谷是上海重點打造的機器人產業集聚區，匯聚了國內外知名機器人企業與研究機構，展示最新的機器人技術與應用。

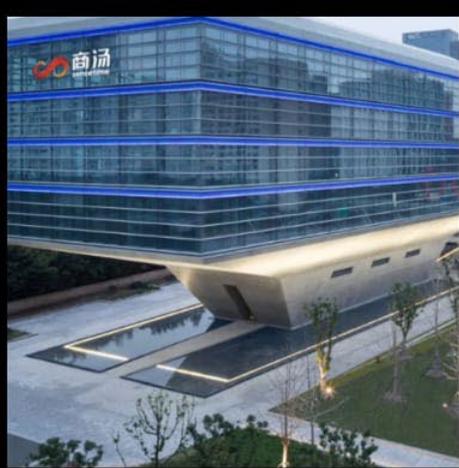
工業機器人：自動化生產線、焊接、裝配

服務機器人：醫療、養老、教育陪伴

特種機器人：救援、勘探、農業應用

### 機器人產業前景

中國機器人市場規模持續擴大，預計 2025 年將突破千億元，為相關專業人才提供廣闊的發展空間。



CHAPTER FIVE

# 第五章

## 學生分享與反思

真實的聲音，真摯的成長故事



## 學生心聲：交流活動的收穫與成長



李俊傑

中三學生 · 第二次探訪北虹

### 對校史館的深刻印象

今次是第二次探訪北虹，對北虹特意設立校史館印象深刻。上次到訪時校史館並未完工，今次參觀全程有專人講解，讓我更全面了解學校發展歷史。

### 主動交流了解當地校園生活

我主動與當地學生交流，了解更多當地校園生活，例如每日上課時間、午膳時間等，打破了許多刻板印象。



方皓齊

中三學生 · 首次到北虹交流

### 深入了解學校歷史背景

首次到北虹交流，參觀後讓我更了解學校的歷史背景，例如學校的起源、校色的來源等等，感受到深厚的文化底蘊。

### 了解兩地學校差異

透過交流了解到兩地學校的差異，例如北虹學生中午不能外出用膳，也打破了我對內地學生只顧學業的刻板印象。



詹曜丞

中二學生 · 立志成為機師

### 參觀C919生產線的感受

參觀C919生產線後感到很新奇和激動，因為有機會目睹飛機的生產過程，見證中國航空由零到一的發展。自小立志成為機師，今次參觀後更堅定志向。



洪梓銘

中二學生 · 對工程產生興趣

### 對未來職業的啟發

首度參觀飛機生產線，對此感到興奮。眼見產房內有許多年輕工程師，令我萌生日後成為工程師的念頭。學校的飛行模擬駕駛活動也讓我接觸到航空知識。

CHAPTER SIX

# 第六章

## 未來展望

持續深化交流，共創美好未來



# 持續深化交流，「共」創美好學習體驗

01 建立「姊妹學校」交流+學習+考察的品牌

02 豐富交流團的內容  
把握外地學習機會

→

03 反「客」為主，與「姊妹學校」  
學生「一同」學習考察

04 主動資料搜集  
處理「姊妹交流活動」和  
「市內觀光」的支出和學生收費

05 拓展合作網絡  
 拓展視野，把握國家發展機遇，培養家國情懷