

左起：参与“赛马会SportsEXPLORE计划”之学员早前参观香港国际七人榄球赛的不同工作岗位，了解运动产业的实际运作；该计划为学员提供运动职场体验，例如安排他们参观地区康健中心，了解物理治疗师的工作



许多青年人在选择生涯发展方向时，往往感到迷惘，认为现实生活环境及自身能力等因素会限制他们选择心中的理想职业。虽然很多学生喜欢体育项目，但当中只有少数人最终选择以运动作为职业发展方向。

24岁的梁美怡回想起在求学阶段，自己不算是学业成绩优秀的学生，幸好中学时遇到一位老师兼篮球教练，让她从篮球运动中领悟很多人生道理。自此，她也希望成为一名体育老师，通过体育运动去感染他人，并报读教育文凭课程，可惜未获录取。

在偶然的机下，她接触到“赛马会SportsEXPLORE计划”，并参加了计划所举办的“**We Are the BOSS**青年运动事业发展旅程”。通过从业员分享、企业参观和实习工作等活动，她了解到，市场上还有很多与运动相关的工作选择。

她表示：“计划让我认识到运动产业里的不同职业，并在社工的专业指导和一些生涯发展工具的帮助下加深对自己的了解，从而进一步根据兴趣和能力去选择适合自己的职业。我发现帮助别人令我得到很大的满足感，未来想再了解更多物理治疗师的工作。”

“赛马会SportsEXPLORE计划”旨在推广全民运动，并促进青年运动事业发展。计划其中一个范畴是“识得拣”（**Sports as a Career**），专为年轻人提供与运动产业相关的知识，协助他们探索运动行业的就业机会，并运用生涯发展工具，如VASK（价值、态度、技能及知识）元素，让他们发掘自身强项及订立个人目标。

卢乐行同样是计划的受益者，现年24岁的他是一名兼职躲避盘教练。由于收入不稳定，他需要担任多份兼职工作。但在参与计划旗下的生涯发展旅程后，他认清自己的理想职业模式，明白即使有全职