校本經驗分享：種籽計劃

基礎活動評估

聖公會嘉福榮真小學

鄒文耀

評估內容

體育技能		
移動	平衡	操控

活動知識			
身體造型	動作組合	韻律動作	遊戲/比賽

體育技能

	水平一	水平二	水平三
移動	❖跑步 ❖滑步 ❖跑馬步 ❖立定跳遠	❖跨跳 ❖踏跳步 ❖立定跳高	❖單腳跳 ❖跑跳步 ❖兔跳 ❖從體高處跳下
平衡	❖側滾翻	❖閃避 ❖空中轉體	❖前滾翻
操控	❖雙手接滾地來球 ❖單手滾球 ❖拋豆袋 ❖踢定點球	❖擲豆袋 ❖單手原地拍球 ❖雙手傳接球 ❖踢空中球	❖單手持拍擊球 ❖腳運球

活動知識

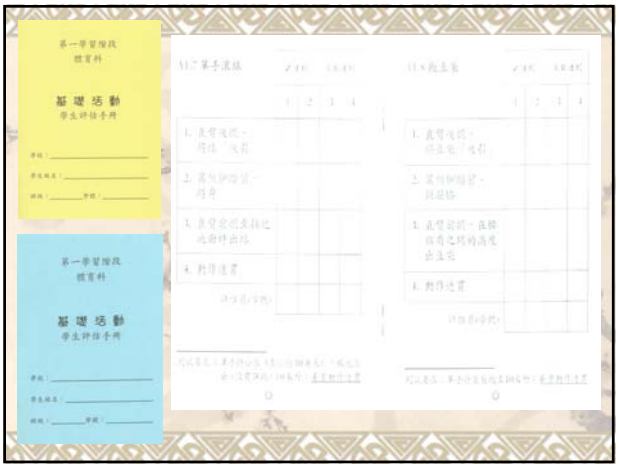
	水平一	水平二	水平三
身體造型	❖單人造型	❖雙人造型	
動作組合		❖單人動作組合	❖雙人動作組合 ❖單人配合用具動作組合
韻律動作	❖單人原地律動	❖單人律動	❖單人配合用具律動 ❖雙人律動
遊戲/比賽	❖接力遊戲	❖隔場區遊戲	❖對抗遊戲

參與種籽計劃前的疑慮

- 在課堂上與小朋友作基礎活動評估，不知學生的反應。
- 學生能否清楚地明白評估的內容
- 老師能否善用及完成評估

進行評估時遇到的困難

- 學生不清楚動作技巧的要求
- 學生不明白評估手冊的技巧的要點
- 學生不懂如何作同儕互評
- 評估活動知識部份較為困難



學生評估手冊

例子：跑步—測試要求：快速直線向前跑20

評估準則	✓表示達到
1. 身體前傾，眼向前望	
2. 雙臂屈曲，能前後擺動	
3. 手臂前擺時，拳頭不超過身體中線	
4. 腳踵快速後踢	
5. 步幅大，提膝高	

運用評估表紀錄的好處

好處：•有系統地記錄學生的成績

•學生容易記錄

但是

•太文字化，欠缺生活圖畫

改善方法

•加入插圖解釋動作

學生的表現

•本校大部份小一學生都能完成三個水平的技能部份

•有些評估技巧，如側滾翻的表現較差

對學生的影響

•有系統地學習不同的技能

•有穩固的活動基礎和基本活動知識

•從中培養創造力及審美能力

對教師的影響

- 設計更適合自己學生的體育課程
- 清楚學生的能力
- 照顧學生的個別需要

校方支援

校長樂意參加及支持這計劃

其他支援、場地

實際所需**支援**及**場地**不是太多

教學活動設計

多花心思

完

學生評估手冊

例子：跑步－測試要求：快速直線向前跑20

1. 前臂屈曲，快速擺動

2. 腳踵後踢貼近臀部