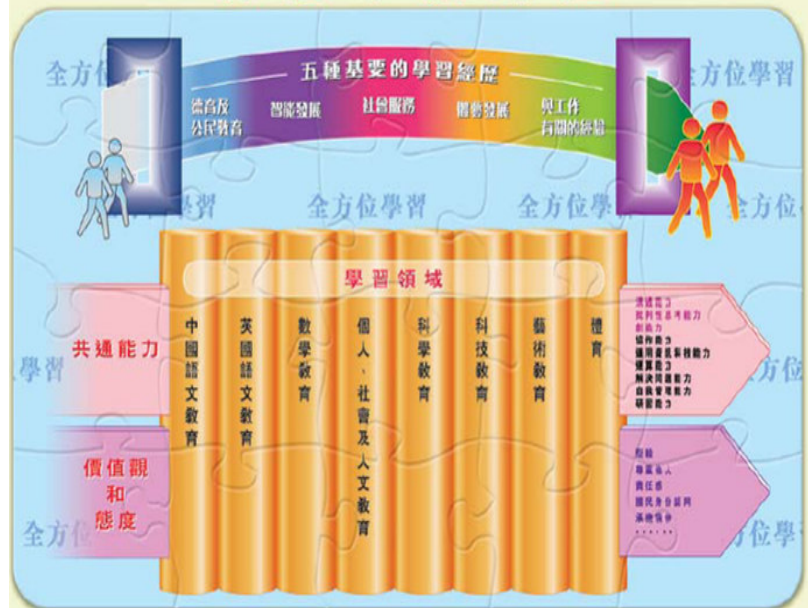


體育科課程設計與實施

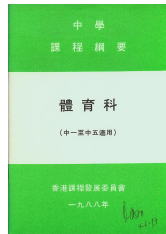
教育統籌局體育組

2006.10

香港學校課程



體育科課程文件



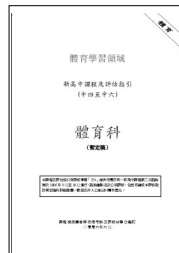
中學體育科課程綱要(1988)



小學體育科課程綱要(1995)



體育學習領域課程指引(2002)



新高中課程及評估指引(暫定稿)

區別幾個常用詞彙 (1)

「**體育**」(Physical Education)是透過**身體活動**(physical activities)進行教育。**體育學習領域**的學習範疇包括：

- **體育技能** (motor and sports skills)
- **健康及體適能** (health and fitness)
- **運動相關的價值觀和態度** (sports-related values and attitudes)
- **安全知識及實踐** (knowledge and practice of safety)
- **活動知識** (knowledge of movement)
- **審美** (aesthetic sensitivity)

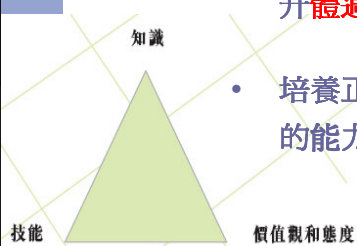
區別幾個常用詞彙 (2)

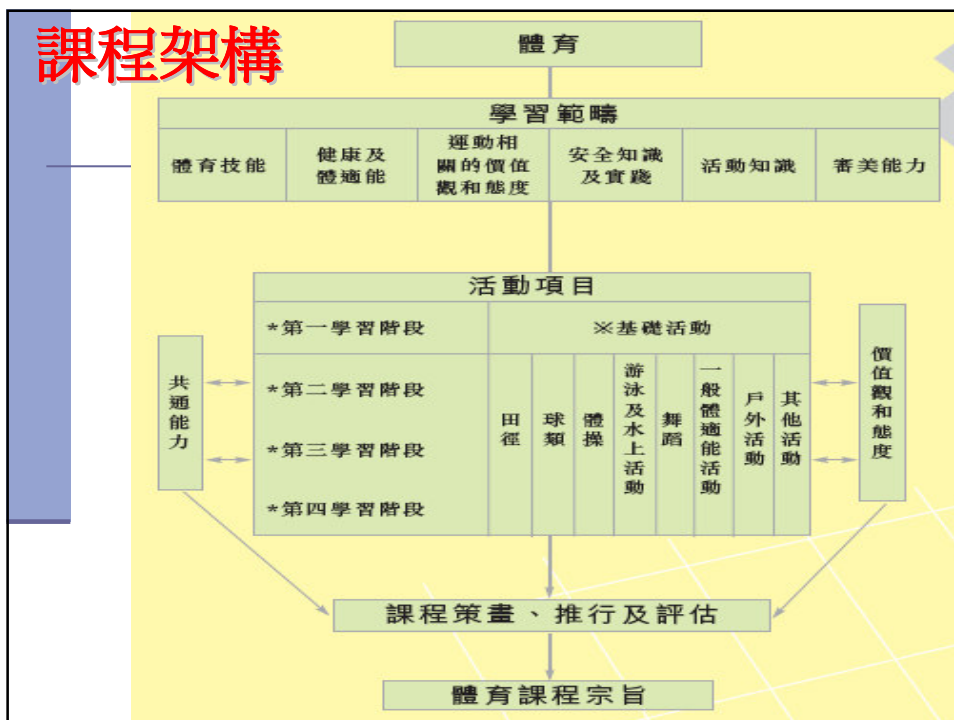
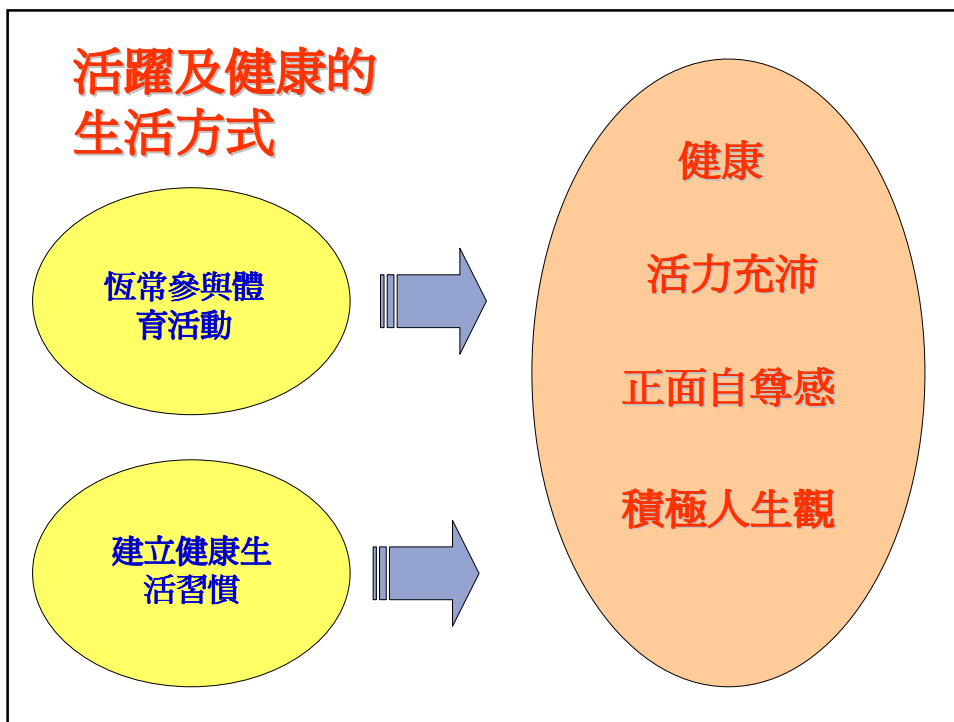
「運動」

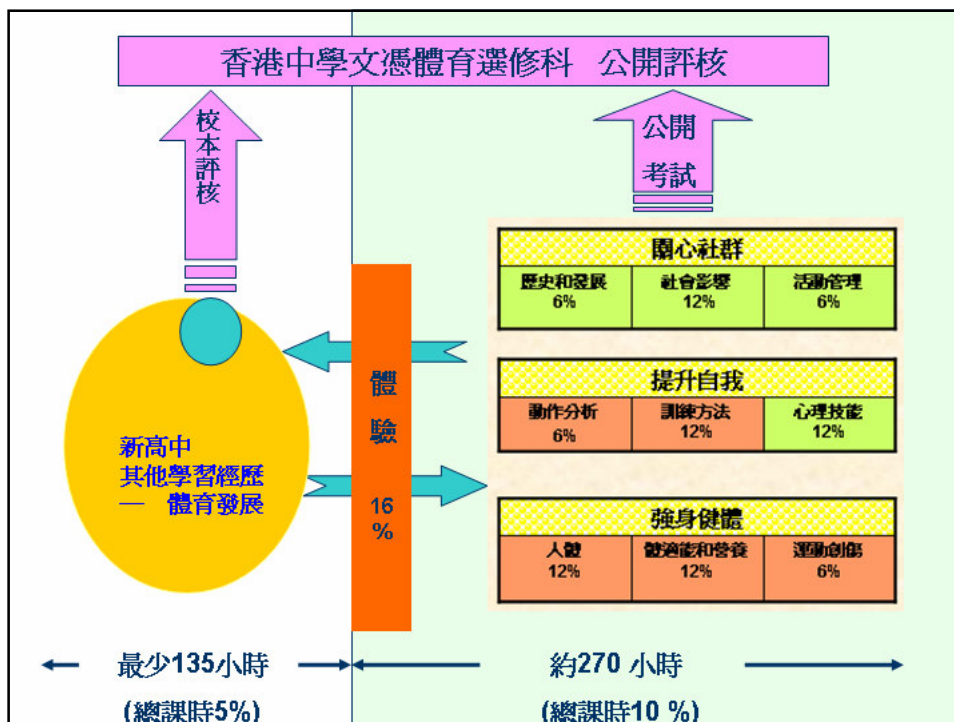
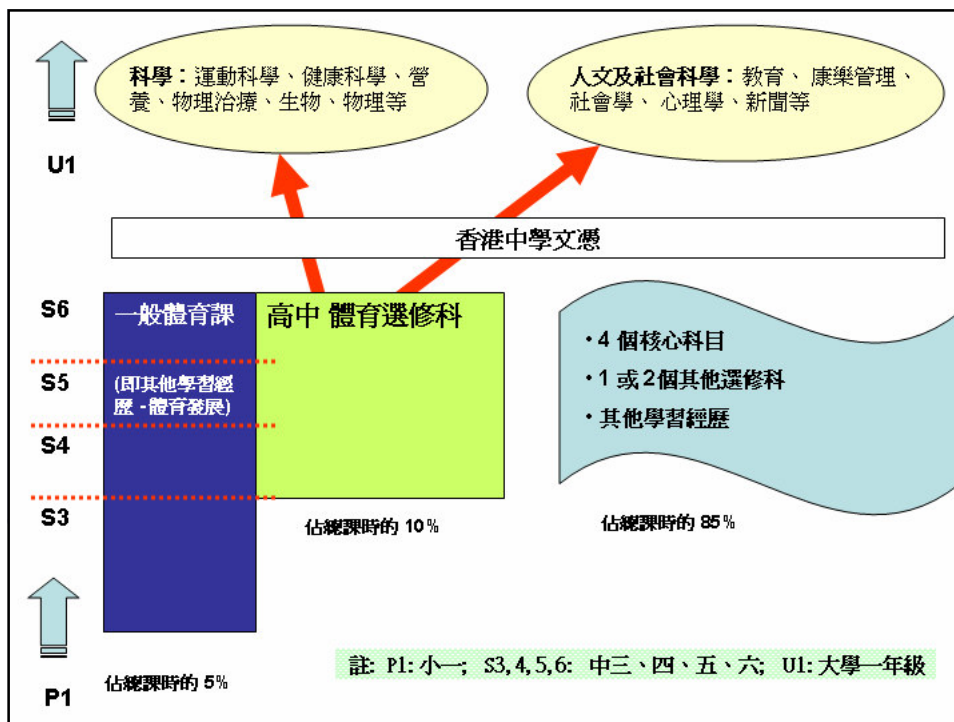
- (exercise) 鍛鍊—通過身體活動，達至強身健體的目的。
- (sport) 競技運動—身體活動的一種，指有組織地進行體力、技術或策略的競賽。
- (sport education) 運動教育—體育教學模式之一；透過競技運動，培養運動相關的價值觀和態度，例如：團結友愛、公平競爭、堅忍、力爭上游等。

課程宗旨

- 學習體育技能，獲取相關的體育知識，並養成正面的價值觀和態度，從而建立積極、活躍及健康的生活方式。
- 透過積極活躍的生活方式，促進身體健康，提升體適能和身體的協調能力。
- 培養正確的道德行為、判斷力和欣賞優美動作的能力，並學會在群體生活中互相合作。







學與教 (1) 主導原則

安全性

有效性

多元性

趣味性

學與教 (2) 內容

- 配合學校願景及關注事項
- 以學生為本，寬廣而均衡，具跨學習領域的連繫
- 了解限制，充分利用資源，訂立適切的目標和進程
 - 學習領域計畫
 - 學習階段計畫
 - 年度計畫
 - 單元計畫
 - 教節計畫

體育「學習成果架構」總表

總學習水平	學習範疇 學習成果	體育技能	健康及體適能	活動知識	安全知識及實踐	* 運動相關的價值觀和態度	* 審美能力
		一	掌握多項簡易的基礎活動技能，並能於遊戲活動中控制及協調動作。	了解做運動的好處，及進行活動時身體的反應。	認識不同動作的基本詞彙和掌握動作概念。	了解做運動時要注意安全，並在有需要時尋求他人的協助。	參與各項體育活動，並享受參與的樂趣；在活動中，能表現與同伴合作的態度，並願意遵守有關活動的遊戲規則。
二	掌握多項稍難的基礎活動技能，並能於表演及遊戲活動中連串、控制及協調動作。	認識和描述當進行不同活動時身體的反應。	掌握不同形式的簡易遊戲及串連動作的方法，並運用所需知識和動作概念，以培養純熟的活動技能。	明白及說出在進行體育活動時要注意的安全事項。	認識活動的規則，在活動中與同伴合作，並表現出積極進取、不輕易放棄和與人分享的態度。	分析自己和同伴的動作表現，並提供恰當的理由。	
三	適當地選擇及運用技能，並能控制及協調動作。	認識體育活動是促進身體健康的積極手段和方法，並經常參與體育活動以促進運動習慣的培養。	認識地選擇及運用不同形式的簡易遊戲及串連動作，以培養純熟的活動技能。	展示適當的熱身動作，並說出體育活動對身體健康的重要性。	遵守活動的規則，並表現出尊重及欣賞對手、積極進取、與人協作的態度。	分析自己和同伴的動作的相同和不同之處，並提出意見。	
四	準確地展示已學會的技能，並能流暢地控制動作。	明確認識到體育活動的重要性，及其對個人健康及體能的影響。	展示簡單的戰術及策略，並明白戰術及策略對活動的重要性。	在進行體育活動前懂得運用有關的安全知識作準備。	培養參與體育活動的興趣，在活動中表現適當的禮儀，並與同伴保持良好的協作態度。	分析自己和同伴的技能、串連戰術及策略，並提出意見。	

體育「學習成果架構」總表

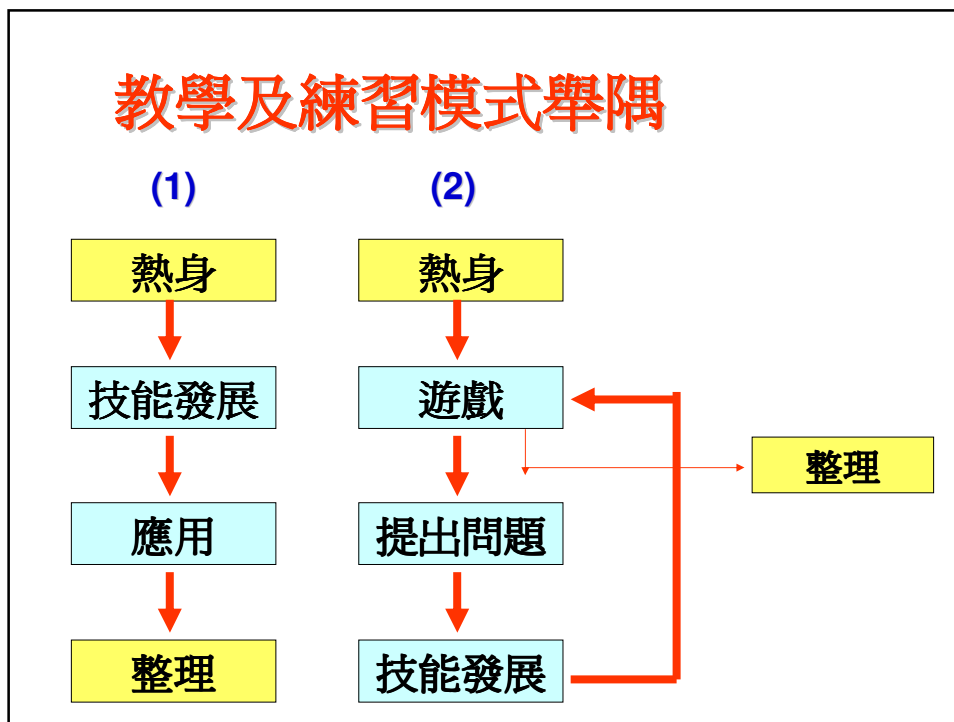
總學習水平	學習範疇 學習成果	體育技能	健康及體適能	活動知識	安全知識及實踐	* 運動相關的價值觀和態度	* 審美能力
		五	適當地選擇及串連動作，並加以合理運用。	分析進行活動時身體的反應，及定期做運動對個人健康及體能的益處。	就準確地選擇戰術及策略提出意見，並說明適當的動作和運動原則可協助改善活動技能。	在不同活動環境中運用適當及安全的热身和放鬆動作。	經常及定期參與體育活動，並表現積極的態度。
六	準確而適當地選擇及串連動作，並能流暢地控制動作。	批判性地分析不同體育活動對個人健康及體能影響。	配合戰術及策略組織活動，並能就改善同伴的技巧提出意見。	提出進行活動前後要注意的安全知識及措施。	經常及定期參與體育活動，並協助組織活動。	批判性地評價自己和同伴的強項和弱項。	
七	掌握複雜的技能，並應用到不同活動中。	懂得鍛鍊的原則，並制訂及實施簡單的個人鍛鍊計劃以促進個人健康及體能。	就改進較複雜的技能提供資料，並提出意見。	懂得配合適當的安全措施來組織活動。	經常及定期參與體育活動，並主動協助組織活動。	分析和評價自己在個人和隊制活動的表現。	
八	掌握複雜的技能，並配合戰術及策略，流暢地應用到不同活動中。	運用鍛鍊的原則，協助同伴評估、制訂及實施鍛鍊計劃以促進健康及體能。	總結複雜的技能、戰術及策略的有效性。	協助同伴認識安全知識，以便提高他們在進行不同的體育活動時的安全意識。	經常及定期參與體育活動，培養良好的體育精神，並主動協助同伴組織活動。	批判性地分析和評價自己和同伴在個人和隊制活動的表現。	

學與教 (3) 方法

- 以體育活動為中心，技能學習作主線，適時發展體育知識、共通能力、態度及價值觀，並且配合四個關鍵項目(德育及公民教育、從閱讀中學習、專題研習、運用資訊科技進行互動學習)
- 提示簡要明確，盡量配以動作示範；多練習，多即時回饋，多啟發性問題，高體育學術學習時間(ALT-PE)、高運動量(exercise intensity)
- 靈活運用不同的教學及練習模式
- 以身作則

傳遞模式	共通能力								關鍵項目			價值觀和態度					
	協作能力	溝通能力	創造力	批判性思考能力	運用資訊科技能力	運算能力	解決問題能力	自我管理	研習能力	德育及公民教育	從閱讀中學習	專題研習	運用資訊科技進行互動學習	國民身份認同	責任感	承擔精神	尊重他人
興趣小組及訓練班	✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓
班際、社際及校際比賽	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓		✓		✓	✓	✓	✓
戶外教育營及遠足	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓
遊戲日、水運會及運動會	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓
早操及課間操	✓		✓	✓				✓		✓				✓	✓	✓	✓

教學及練習模式舉隅



學與教 (4) 照顧學習差異

- 提供多元選擇
- 教材調適 (作出修訂或多專注教授某些部分)
- 留意有特殊教育需要，有病患或高潛質的學生，提供適當保護或協助
- 按學生的潛能及體型分組
- 運用體育聯課活動，讓具體育潛質的學生盡展所長(包括體育技能、領導能力及共通能力)
- 推介有特別表現的學生到康樂及文化事務署或有關體育總會作進一步的培訓

學與教 (5) 評估

- 評估是體育學與教的一部分
- 評估應能反映學生的強項、弱項、以及可改善的地方
- 和學生一同訂立學習目標，鼓勵學生積極參與評估過程
- 對有特殊需要的學生，應設計合適的評估策略，使學生的潛能得以發揮
- 在體育評估過程中，教師、學生本人、同儕及家長都可以是評估者

評估方法	評估項目			
	技能	知識	體適能	態度
教師作評估人員				
口頭回饋	✓	✓	✓	✓
觀察表	✓	✓		✓
專題習作	✓	✓		✓
學習歷程檔案	✓	✓	✓	✓
學生作評估人員				
口頭回饋	✓	✓	✓	✓
觀察表	✓	✓		✓
自我評估	✓	✓	✓	✓
同儕互評	✓	✓	✓	✓
學習歷程檔案	✓	✓	✓	✓
家長作評估人員				
專題習作	✓	✓		✓
學習歷程檔案	✓	✓	✓	✓