

# 體育科的評估

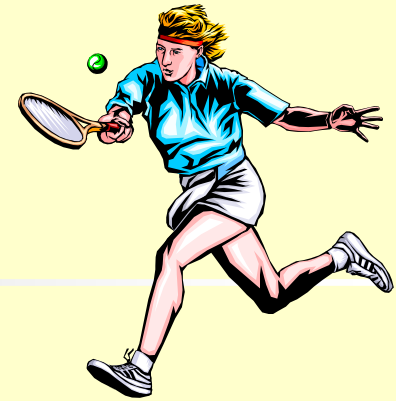
## 筆試題目及考生表現



講者：司徒毓堂  
(香港考試及評核局)



# 背景



- 香港中學會考自 **1991** 年起引入體育科考試
- 參與學校數目介乎 **20** 間至 **38** 間
- 歷界考生人數介乎 **283** 人至 **611** 人
- 合格率最低為 **41%** (**1991**)  
而最高為 **67%** (**2004**)
- **C** 級以上比率最低為 **6.8%** (**1993**)  
而最高為 **16.1%** (**2004**)
- **A** 級比率最低為 **0.4%** (**1993** 及 **2003**)  
而最高為 **1.7%** (**1998**)



# 考試形式



- 體育科設有實習試（卷一）和理論試（卷二）
- 實習試佔科目分數的 45%  
理論試佔科目分數的 55%



# 考試形式

- 實習試分三部分

- (1) 球類 (15%)

- (2) 個人項目 (15%)

- (3) 體適能 (15%)

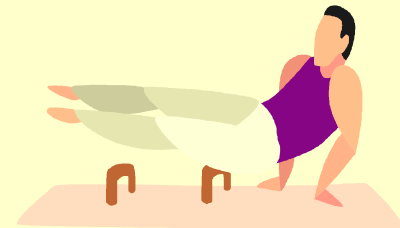
- 實習試平均成績

- (1) 球類：**8.3/15 (SD 4.0/15)**

- (2) 個人項目：**7.9/15 (SD 3.7/15)**

- (3) 體適能：**10.9/15 (SD 3.5/15)**

- 總計：**27.1/45 (SD 9.0/45)**



# 考試形式



- 理論試分三部分
  - 甲. 球類、個人項目及運動創傷(15%)
  - 乙. 體適能與健康、生理及訓練(20%)
  - 丙. 社會價值、康體發展及體育的價值 (20%)
- 理論試卷為 2 小時 30 分
- 理論試平均成績最低為 47% (1993)  
而最高為 58% (1996)  
標準差最低為 13% 而最高為 16%



# 2006 卷二 (籃球)

## 2. 籃球 (9 分) +

(a) 舉出觸犯下列規則的例子各一個： +

- (i) 二十四秒 +
- (ii) 球回後場 +
- (iii) 五秒 +
- (iv) 跳球 +

(2 分) +

(b) 舉出在戰術上應用「單手肩上傳球」的一個例子，並描述「單手肩上傳球」的動作。 +

(2 分) +

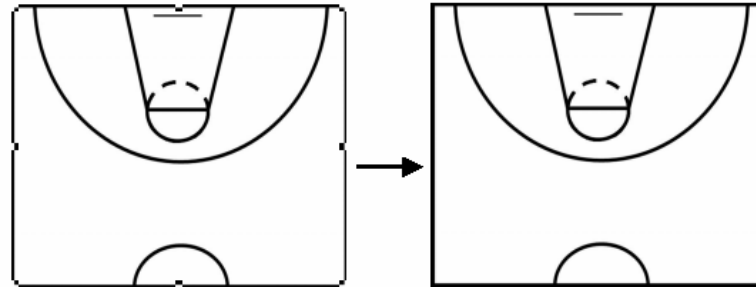


# 2006 卷二 (籃球)

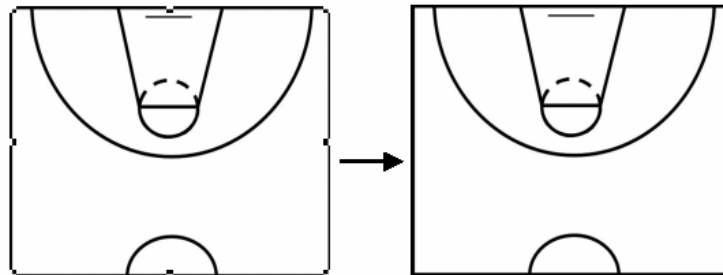
(c) (i) 闡釋 1-3-1 進攻戰術的隊形，並就其中一個位置，指出球員需具備哪些技術方能勝任該位置。↵

(ii) 如果採用 1-3-1 進攻戰術，試就下列情況敘述如何製造投籃得分的機會，並加以解釋。（可用下列圖示輔助說明）↵

(1) 對方採用「人盯人防守戰術」↵



(2) 對方採用「2-1-2區域聯防」↵



(5分)

## 2006 卷二 (球類)



### 考生回答球類題目的表現

- 回答球例或資料性部分間有錯誤或遺漏
- 有些考生未能清晰而準確地回答技術或戰術部分
- 一般得分為 4 至 6 分





# 2006 卷二 (田徑)

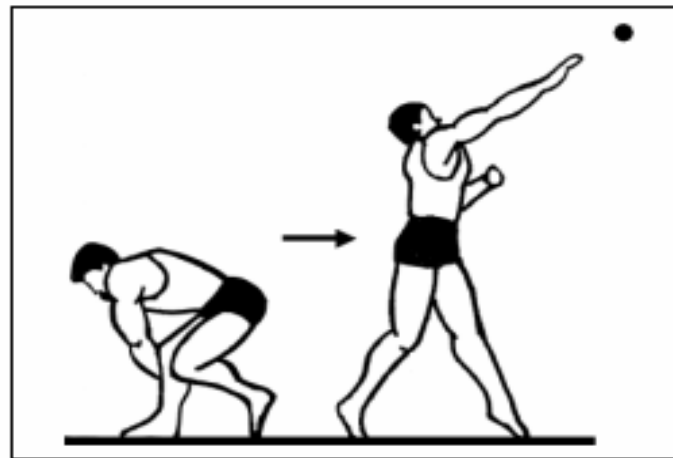
## 6. 田徑 (9 分)

田徑題目 (a) 為必答題。

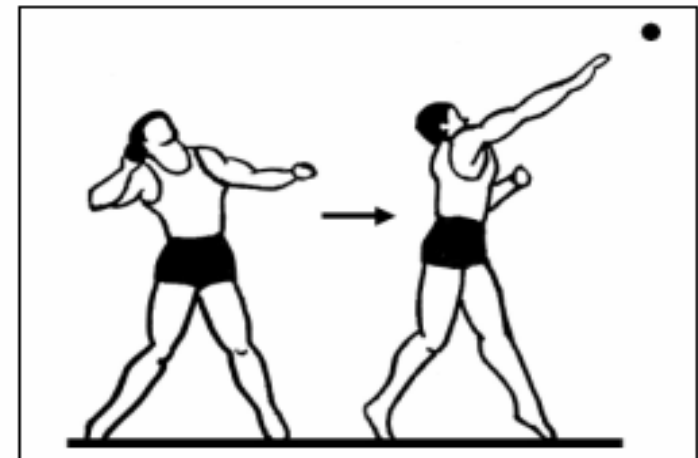
(a) 指出並說明步幅過大將如何影響短跑運動員全速競跑時的速度。 (3 分)

在以下田徑題目(b)、(c) 和 (d) 中選答兩題。

(b) (i) 解釋為什麼圖一的推鉛球方法比圖二的為佳。



圖一



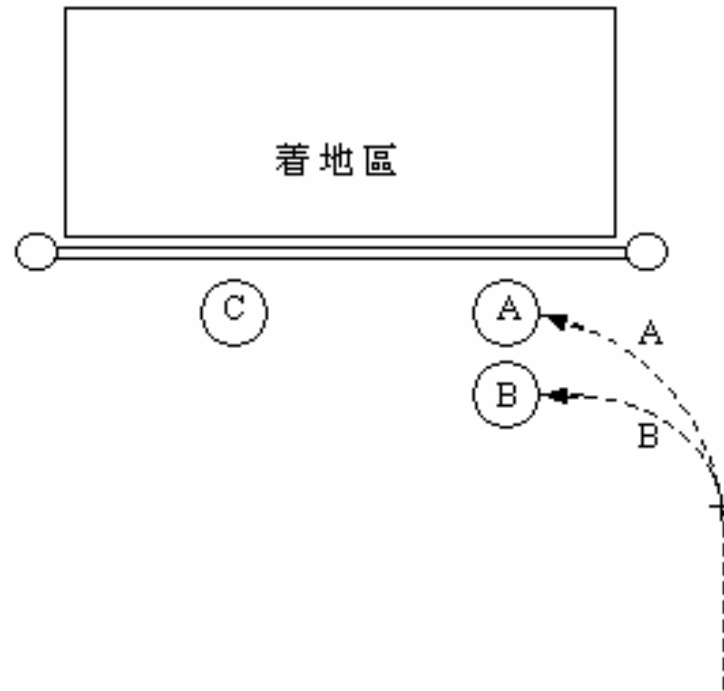
圖二

(ii) 解釋為什麼鉛球運動員將鉛球擲出後需要變換支撐腳。 (3 分)

# 2006 卷二 (田徑)

6. (c) 圖示兩組不同的背越式跳高助跑路線和起跳點 A 和 B。

(i) 哪一組較佳？為什麼？

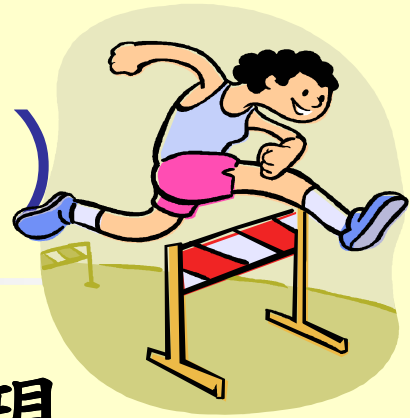


(ii) 解釋為什麼運動員不應在 C 點起跳。

(3 分)

(d) 某跨欄運動員練習在起步後跑八步就到達第一欄，但經常發現起跨位置距欄太遠。要解決這問題，試為這運動員提出三項建議，並指出所需的配合。(3 分)

## 2006 卷二 (個人項目)



### 考生回答個人項目題目的表現

- 由於該些項目部分並非考生的專項，所給答案往往流於表面，尤以田徑為甚。
- 部分題目需考慮力學因素來回答，能答得精準並得滿分者不多。



# 2006 卷二 (運動創傷)

10. 室外溫度約 10 °C 時，為什麼運動員完成三項鐵人比賽後應該穿上衣服保暖及做伸展運動？試加以解釋。  
(3 分)

11. (a) 試指出在做劇烈運動時拉傷肌肉的兩個原因。

(b) 試述肌肉拉傷的處理方法，並解釋為什麼採用這些處理方法。

(4 分)



## 2006 卷二 (運動創傷)



### 考生回答有關運動創傷題目的表現

- 大多答得不錯。
- 部分考生對基本的體育知識或常識並未充分掌握。

例如：伸展運動的目的

**RICE 的目的**



# 2006 卷二 (乙部)

乙部 (36分)  
各題全答。

14. 試述如何有效地從運動、飲食和生活習慣三方面減少體內脂肪。 (3分)

20. 某運動員的年齡是 25 歲，靜止心跳率為每分鐘 65 次，正開始一緩步跑計劃。

(a) 如訓練負荷為最高心跳率的 80%，利用「最高心跳率儲備方法」計算運動員的目標心跳率。

(b) 指出進行緩步跑之前和跑步期間應注意的安全事項。

(3 分)



# 2006 卷二 (乙部)

22.(a) 舉例說明「特殊性」訓練原則。

(b) 試應用特殊性訓練原則設計一個 8 至 10 站式的循環訓練，以提高短跑或推鉛球運動員的整體體能和他們在該項運動的表現。

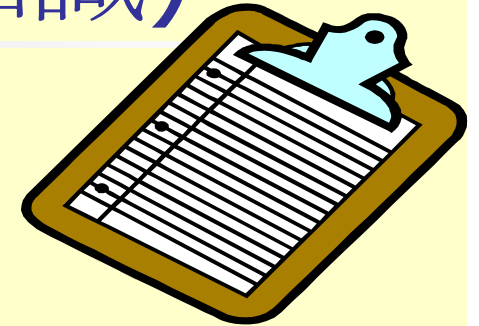
	活動
<u>短跑／推鉛球</u> * 運動員	1.
	2.
	3.
	4.
	5.
	6.
	7.
	8.
	9.
	10.

\* 刪去不適用者

(5 分)



## 2006 卷二 (乙部:體育知識)



### 考生回答乙部題目的表現

- 這部分為考核體育科的核心知識，題目包括一般科目內容和較高階的貫通運用。
- 考生表現兩極化，有些準備充分但部分則遠離水平





# 2006 卷二 (丙部)

24. 列出使用違禁藥物對運動比賽的影響。一般來說，使用違禁藥物的運動員會被罰停賽一段日子。討論應否判處該等運動員終身停賽。 (6 分)
26. 香港將承辦 2008 年奧運馬術比賽。試討論其中的利弊。 (4 分)
29. 討論怎樣透過參與學校球隊培養學生的良好個性。 (3 分)



## 2006 卷二 (丙部)

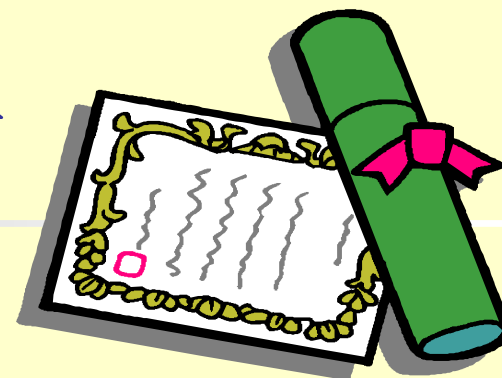


### 考生回答丙部題目的表現

- 這部分著重考生對體育跟不同範疇如社會、個人和學校教育等的關係的認識。
- 留意有關體育的事務和發展的考生較佔優。倘能從多角度分析、思考、回答問題者得分較高。
- 兩極化的情況亦有出現。



# 進展性和總結性評估



- **進展性評估**就學生表現評估，提供回饋，改善教與學。
- **總結性評估**通常是在經過一段較長學習時間之後進行(例如期終試和公開試)，且是對學習成果的評估。





# 新高中課程和評估

	部分
I	體育、運動、康樂、消閒與豐盛人生
II	人體
III	身體活動分析
IV	維持健康與活動表現的體適能和營養
V	運動與訓練的生理學基礎
VI	運動創傷、處理與預防方法
VII	動作學習及運動心理
VIII	體育、運動與康樂對社會的影響
IX	運動和康樂活動管理
X	體育活動表現

# 分組活動及討論



- 試改部分試卷樣本，以了解考生表現
- 試題改寫/試題創作：選擇並改寫其中一條你認為有改善空間的試題
- 分享校內評估的心得，並討論試卷的設計和可改善之處



多謝