

宣道會陳朱素華紀念中學

體育學習歷程檔案 與評估

司徒華生老師

學校簡介



- 新界粉嶺
- 基督教中學
- 津貼（男女校）
- 中一至中七（29班）

<http://www.caswcmc.edu.hk>

學校簡介

- 標準校舍
- 兩個多用途球場
(籃、足、手、排)
- 一個有蓋操場
- 一個空地
- 一個禮堂

學校簡介

上課方式：6日循環週
體育課節：每循環週2節(連堂)
體育老師：3名(2男1女)
體育課時：70分鐘

體育校本課程

校本課程 (以生為本)						
中一	中二	中三	中四	中五	中六	中七
體育課 (每循環週2堂)						
			運動科學 (每循環週2堂)			
一生一體藝計畫 (全年)						
體育活動及校隊 (全年)						

體育校本課程

各級體育課： 2節 (6日循環週)

- 初中課程 - 體適能
- 高中課程 - 建立運動習慣

運動科學科： 2節 (6日循環週)

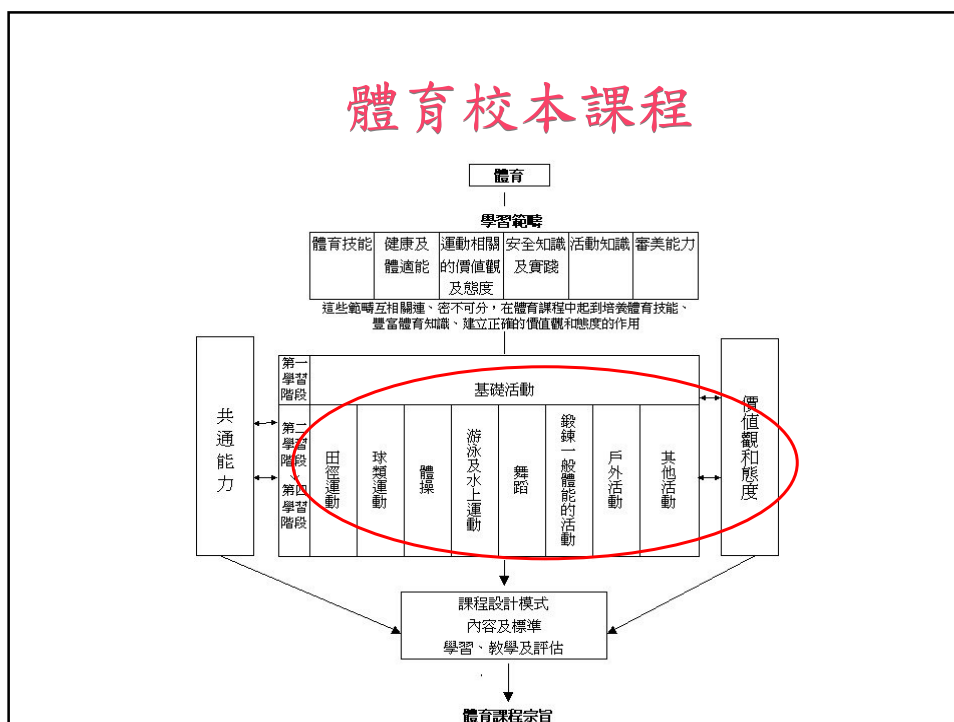
- 中四五學生 - 選修

一生一體藝： 獎勵計劃

- 鼓勵學生積極參與



體育校本課程



體育校本課程

	田徑運動	球類運動	體操	游泳	舞蹈	體能活動	戶外活動	其他活動
中一	✓	✓	✓	☞	✓	✓	☞	跳繩， 合球， 室內賽艇， 足鍵， 太極， 飛盆， 歷奇活動， ...
中二	✓	✓	✓		✓	✓		
中三	✓	✓	✓			✓		
中四	✓	✓	✓			✓		
中五	✓	✓				✓		
中六	✓	✓	✓		✓	✓		
中七	✓	✓				✓		

✓ 體育課 ☞ 訓練班及學會

體育校本課程

評估方式:

[中一至中五]

- 評分, 最後得分加入總分。
- 初中 - 100分; 高中 - 50分。
- 第二學期加一生一體藝分 - 20分。

[中六、七]

- 等級, 由 A 至 D。

體育校本課程

評估的原則

- 連續性評估
 - 技巧 (40%)
 - 體適能 (30%)
 - 態度及出席 (30%)
 - 一生一體藝 (20%)
- (下學期)

體育學習歷程檔案

過程：經種籽計劃參與。

履歷：

• 2005-2006 第一次參與

主題：【檢視體育學習歷程檔案對加強
高中學生的學習成效】

• 2006-2007 第二次參與

主題：【運用『體育學習歷程檔案』幫助學生
發展活躍及健康的生活模式】

體育學習歷程檔案

2005-2006 (第一年)

對象：

- 1班, 43人
- 中四甲班學生 (文科班)
- 男女混合
- 女, 35人; 男, 8人

體育學習歷程檔案

2005-2006 (第一年)

目標：

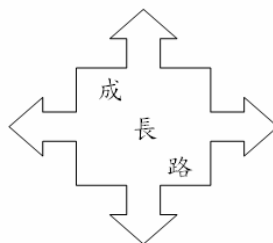
1. 學習如行建立學習歷程檔案
2. 加強學生對體育學習的主動性
3. 豐富學生的體育學習經歷

體育學習歷程檔案

宣道會陳朱素華紀念中學

2005 - 2006 年

『體育學習歷程檔案』



姓名：_____

班級：_____ ()

成長路

體育學習歷程檔案

2005-2006 (第一年)

內容：

填寫學習歷程檔案

- 計劃個人目標
- 紀錄過程
- 進行檢討及自評
- 搜集其他相關資料

體育學習歷程檔案

2005-2006 (第一年)

內容：

計劃個人目標

- 擴闊和加深體育知識
- 參與體育、運動、康樂、消閒活動
- 發展共通能力
- 強身健體 / 健康生活
- 成績表現

體育學習歷程檔案

2005-2006 (第一年)

內容：

擴闊和加深體育知識

- 籃球，“走籃”
- 三人籃球比賽
- 學習前、後問卷各一張
- 走籃自評表一張
- 三人籃球技術運用評估表一張

體育學習歷程檔案

宣道會陳朱素華紀念中學
「體育學習歷程檔案」2005-2006年 中四級 4A
籃球 - 走籃

姓名：_____ () 班別：_____ 日期：_____

(一) 評估表 - 走籃技術：

請填滿所選擇的圓圈 (例：●)

評估準則	自評*				互評*			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1. 持球至腰間位置，保持穩定。運球開始， <u>眼望前留意籃板。</u>	○	○	○	○	○	○	○	○
2. 仍然持球至腰間位置，保持穩定。途中要 <u>大步及有力。</u>	○	○	○	○	○	○	○	○

體育學習歷程檔案

宣道會陳朱素華紀念中學
「體育學習歷程檔案」2005-2006年 中四級 4A
籃球 - 三人比賽基本技術

姓名：_____ () 班別：_____ 日期：_____

(一) 評估表 - 三人籃球比賽基本技術：

請填滿所選擇的圓圈 (例：●)

評估準則	自評*				互評*			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1. 傳球:								
1.1 自我保護	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
1.2 觀察	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
1.3 準確度	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. 接球:								
2.1 自我保護	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.2 觀察	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.3 接球後動作	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

體育學習歷程檔案

評估方式

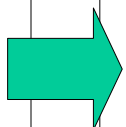
態度及出席(30%)

- 勤到
- 學生課堂參與
- 積極性

態度及出席(25%)

- 勤到
- 學生課堂參與
- 積極性

學習歷程檔案(5%)



體育學習歷程檔案

5% 的要求

- 進行課內的自評及互評
- 完成籃球單元的工作紙及呈交
- 完成學習歷程檔案及呈交
- 不計算填寫的目標數量
- 學生的得分只有 0% (無交) 或 5% (已交)

體育學習歷程檔案

評估時的信念

1. 學習歷程檔案是自我學習及完善的工具。
 2. 我(老師)不能判斷學生填寫的多少及完成的情況，以決定學生的學習成效及認真態度的實況。
- 因此：不給予分等級的評估，只計算完成(5%)或未完成(0%)的等級。

體育學習歷程檔案

總結:

- 明白及了解學生的能力及興趣
- 明白及了解自己(老師)的能力
- 學生及老師對學習歷程檔案的認識
- 了解自己的信念及目標
- 找尋外界的協助 → 參加種籽計劃