

香港中學文憑 (理論部份)
HKDSE (Theoretical parts)

abrasion	擦傷
acceleration	加速度
active and healthy lifestyle	活躍及健康的生活模式
adenosine triphosphate (ATP)	三磷酸腺苷
aggression	攻擊行為；侵略行為
amateur	業餘運動員
anxiety	焦慮
arousal	喚醒
articulating bones	骨連結
assertiveness	進取行為；進取心；果敢行為
asset	資產
attention	注意；注意力
audit	審計
authority	權威
avulsion fracture	撕裂性骨折
axon	軸突
Baron Pierre de Coubertin	皮埃爾·德·顧拜旦
biomechanics / Kinesiology	生物力學
blood volume	血容量
break even	收支平衡
budget	財政預算
capillary	微血管
cardiac output	心輸出量
cardiopulmonary resuscitation (CPR)	心肺復甦法
cardio-respiratory system	心肺呼吸系統
cardiovascular fitness	心血管適能
cartilage	軟骨
cholesterol	膽固醇
chronic obstructive pulmonary disease	慢性阻塞性肺病
closed skill	封閉技能
collaboration skills	協作能力
commodity	商品
communication media (the media)	傳播媒體(傳媒)
communication skills	溝通能力

concentration	專注；專注力
concentric contraction	向心收縮
connective tissue	結締組織
contingency plan	應急計畫
continuous skill	連續技能
contusion	撞傷
creatine	肌酸
creativity	創造力
critical thinking skills	批判性思考能力
culture	文化
cytoplasm	細胞質
dendrites	樹突
diabetes	糖尿病
discrete skill	分立技能
displacement	位移
distance	距離
distributed practice	分散練習
dynamometer	肌力計
eccentric contraction	離心收縮
effectiveness	成效
efficiency	效率
elite	精英
endorphins	安多芬
energy expenditure	能量消耗
epiphyseal plate	骨骺板
exercise	健身或鍛鍊
exercise prescription	運動處方
external imagery	外部表象
extracellular fluid	細胞外液
extrinsic feedback	外在回饋
extrinsic motivation	外部動機
fast-twitch fibre	快縮肌纖維
feedback	回饋
fine motor skill	精細動作技能
force	力
frustration	挫折
ganglion	神經節

general PE	一般體育課程
generic skills	共通能力
glycogen	糖原
glycolysis	糖酵解
goniometer	測角器
gravity	重力
gross motor skill	粗大動作技能
haemoglobin	血紅蛋白
health / wellness	健康或豐盛人生
hereditary factors	遺傳因素
hormones	荷爾蒙
hypertension	高血壓
hypertrophy	肌肉增大
iliac crest	髂骨脊
imagery / mental practice / mental rehearsal	表象訓練、心理練習或心理演習
inertia	慣性
inflammatory response	炎性反應
information technology (IT) skills	運用資訊科技能力
international Olympic Committee (IOC)	國際奧林匹克委員會 (國際奧委會)
intrinsic feedback	內在回饋
intrinsic motivation	內部動機
inventory	倉存清單
IOC members	國際奧委會成員
isometric contraction	等長收縮
kilocalorie	千卡
lactate	乳酸鹽
lactate threshold	乳酸閾
lactic acid	乳酸
lateral rotation	旋外
leisure	消閒活動
liability	責任
ligament	韌帶
local tissue damage	局部組織損傷
lymphatic system	淋巴系統
magnitude	量值
management	管理

management structure	管理架構
manager	管理人員
massed practice	集中練習
maximal oxygen consumption	最大攝氧量
medial rotation	旋內
metabolism	新陳代謝
mitochondrion (plural: mitochondria)	線粒體
moment of a force	力矩
motivation	動機
muscle fibre	肌纖維
muscle tissue	肌肉組織
myoglobin	肌紅蛋白
negligence	疏忽
nerve impulse conduction	神經脈衝傳導
newton	牛頓
non-communicable diseases	非傳染性疾病
nuisance	防擾
numeracy skills	運算能力
nutrients	營養素
obesity	肥胖
olympic Charter	《奧林匹克憲章》
olympic movement	奧林匹克運動
olympism	奧林匹克主義
open skill	開放技能
ossification (osteogenesis)	骨化過程
other learning experiences- physical development (OLE-PD)	其他學習經歷 — 體育發展
overload	超負荷
overweight	超重
part method of practice	分部練習法
peripheral structures	外圍結構
personality	個性
philosophy	哲學
phosphocreatine (PC)	磷酸肌酸
physical activity	體力活動；體能活動；體育活動；身體活動
physical education (PE)	體育

physical fitness	體適能
physical performance	體育表現
physical skills	體育技能
politics	政治
practice	練習
problem solving skills	解決問題能力
proprioceptors	本體感受器
psychological skill	心理技能
psychology	心理學
qualitative approach for studying movement	動作的定性分析
quantitative approach for studying movement	動作的定量分析
racial discrimination	種族歧視
recreation	康樂活動
red bone marrow	紅骨髓
residual swelling	持續腫脹
resistance training	阻力訓練
revenue	收入
scalar	標量
sedentary lifestyle	靜態的生活方式
self-confidence	自信；自信心
self-management skills	自我管理能力
serial skill	系列技能
shortage	短缺
skinfold caliper	皮摺計
slow-twitch fibre	慢縮肌纖維
society	社會
socio-economic status	社會經濟地位
solidarity	團結
speed	速率
spirometry	肺活量測試
splint	固定物
sport	運動
sport for all	普及運動
stabilometer	穩定性測定儀
stress	壓力

stress fractures	疲勞性骨折
stroke volume	每搏輸出量
study skills	研習能力
subluxation	不全脫臼
sub-maximal workload	亞極量負荷
sub-maximal workload	亞極量負荷
substance abuse	物質濫用
synovial cavity	關節囊
tapering	減量
tendon	肌腱
tendon	肌腱
tidal volume	潮氣量
torsion	扭傷
tort	民事侵權行為
transfer of learning	學習轉移
values and attitudes	價值觀和態度
vandalism	蓄意破壞
vector	矢量
velocity	速度
vital capacity	肺活量
voluntary muscle	隨意肌肉
whole method of practice	完整練習法
work : rest ratio	運動：休息比
World Health Organization (WHO)	世界衛生組織