基礎活動表現常模

體育技能

==========

(水平一)

==========

我們在 8 間「網絡」學校剛升讀小二、小三及小四的學生中每級抽 12 名學生（當中約一半學生具甲等體育成績或屬運動校隊成員或被體育老師認定爲體育表現較好；另一半學生具丙等體育成績或被體育老師認定爲體育表現較差）進行統一測試，以了解不同年級學生在各評估項目的表現，爲確定評估項目所屬水平及稍後確立表現常模提供參考數據。

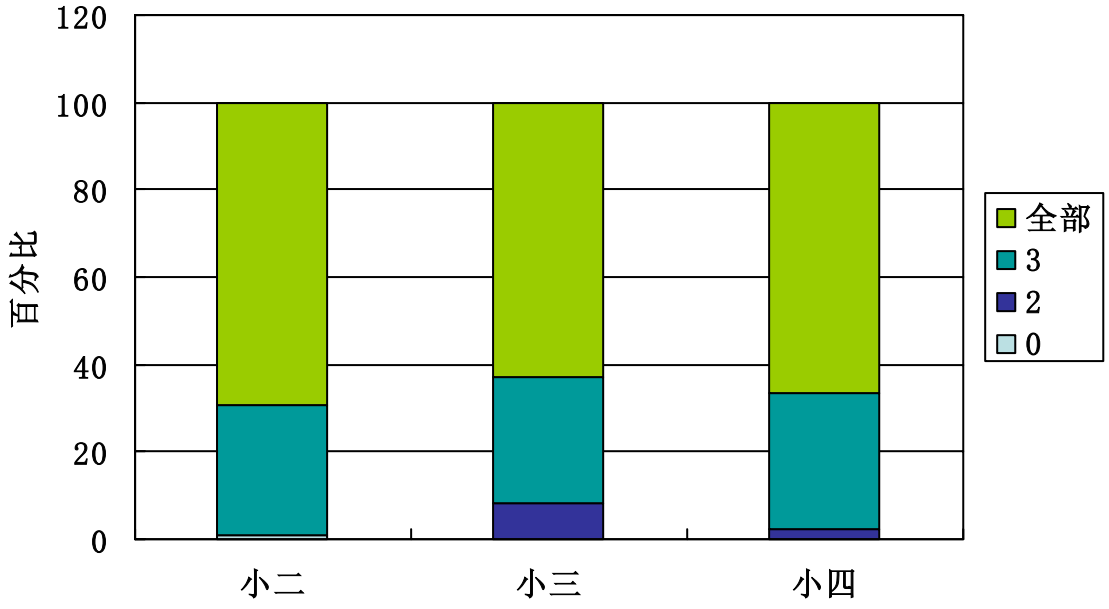
測試樣本 N=292（141 男、151 女），測試採用動作檢查量表，評估內容包括兩類簡易遊戲、5 種連串動作表演及 25 個很大機會被應用或轉移到不同體育運動的移動、平衡穩定及用具操控動作。測試前，評估員先向學生作講解及示範，然後讓學生將動作試做一次。

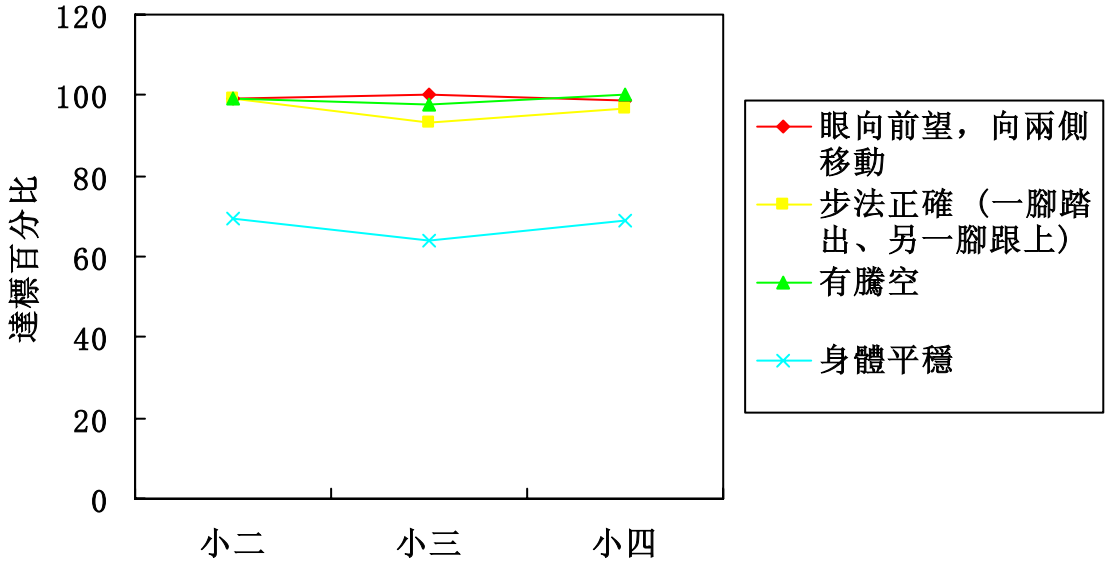
分析學生表現時，我們檢視學生在每個評估項目個別要求的達標百分比(用折線圖顯示)及全部要求的達標百分比

(用堆疊棒圖顯示)。由於初小男、女生在生理發展上應無大分別，我們將男、女生數據合併處理，只比較不同年級學生的差異。見下例：

滑步				
	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
滑步	%	%	%	%
眼向前望，向兩側移動	99.3	99.0	100.0	98.9
步法正確	96.3	99.0	93.0	96.6
有騰空	98.9	99.0	97.7	10.0
身體平穩	67.5	69.4	64.0	69.0

約 50%的學生能符合動作全部要求。各年級分別不大。在五項評估標準中，「眼向前望，向兩側移動」、「步法正確」、「有騰空」具接近 90%成功率。學生在「身體平穩」一項要求表現略低、達標的只佔約 60%。見下圖。


120
100
80
60
40
20
0
百分比
小二
小三
小四
全部
3
2
0


120
100
80
60
40
20
0
達標百分比
小二
小三
小四
眼向前望，向兩側移動
步法正確（一腳踏出、另一腳跟上）
有騰空
身體平穩

課程標準內容一覽

- 體育技能
- 健康及體適能
- 運動相關的價值觀和態度
- 活動知識
- 安全知識及實踐
- 審美能力

基礎活動課程標準一覽		
體育技能		
水平一： 掌握簡易的移動、平衡、及操控動作	水平二： 掌握稍難的移動、平衡、及操控動作並能進行簡易的遊戲活動	水平三： 於表演及遊戲活動中運用連串移動、平衡、及操控動作
顯証：達至這水平的學生應能展示下列動作	顯証：達至這水平的學生應能展示下列動作	顯証：達至這水平的學生應能展示下列動作
[移動] ➢ 跑步 ➢ 滑步 ➢ 跑馬步 ➢ 踏跳步 ➢ 跑跳步 ➢ 從髖高處跳下	[移動] ➢ 快速跑步 ➢ 兔跳 ➢ 立定跳高 ➢ 立定跳遠 ➢ 單腳跳 ➢ 跨跳	[移動]及[平衡] ➢ 連串單人動作表演 ➢ 連串單人動作表演（配合用具） ➢ 連串單人動作表演（配合韻律）

[平衡] ➢ 變向、急停 ➢ 動作造型表演 [操控] ➢ 單手滾球 ➢ 雙手接滾地來球 ➢ 拋豆袋 ➢ 擲豆袋 ➢ 踢空中球	➢ 配合韻律移動 [平衡] ➢ 側滾翻 ➢ 前滾翻 ➢ 空中轉體 ➢ 配合韻律的動作造型表演 [操控] ➢ 單手原地拍球 ➢ 雙手傳接球 ➢ 單手持拍擊球 ➢ 踢定點球 ➢ 腳運球 ➢ 隔場區遊戲	[操控] ➢ 對抗遊戲

[返回目錄]

基礎活動課程標準一覽		
活動知識		
水平一： 掌握移動、平衡、及操控動作有關基本詞彙	水平二： 掌握簡易的動作分析概念	水平三： 掌握稍難的動作分析概念

顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲
➢ 辨識不同的移動、平衡、及操控動作 ➢ 說出身體各部份的名稱	➢ 描述動作時使用形狀、路線、方向、和水平等概念	➢ 描述動作時使用肢體、空間、動力、關係等概念

[返回目錄]

基礎活動課程標準一覽		
健康及體適能		
水平一： 具有健康身體和飽滿精神	水平二： 對健體有基本認識並養成常做運動的習慣	水平三： 了解運動對全人發展的好處並具有良好體適能
顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲
➢ 很少生病、不會沒精打采 ➢ 活潑好動、朝氣勃勃	➢ 辨識可以健體的活動 ➢ 辨識體適能測試項目 ➢ 每週做運動 3 次或更多	➢ 通過健康體適能測試標準 ➢ 說出做運動對全人發展的好處

	➢ 說出做運動對身體的好處	

[返回目錄]

基礎活動課程標準一覽		
運動相關的價值觀和態度		
水平一： 認同遊戲規則是競技運動的基本要素	水平二： 認同參與運動比賽及訓練時應全力以赴	水平三： 了解「友誼第一、比賽第二」的正確含意
顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲
➢ 說出有關活動的遊戲規則 ➢ 願意遵守有關活動的遊戲規則	➢ 表現出進取及拼搏的行爲 ➢ 表現出不輕易放棄的態度	➢ 表現出尊重及欣賞對手的行爲 ➢ 表現出團隊協作、支持及分享的行爲

[返回目錄]

基礎活動課程標準一覽		
安全知識及實踐		
水平一： 知道做運動要小心	水平二： 具有安全做運動的	水平三： 了解防止運動受傷

	習慣	的原理
顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲
➢ 出現不適或受傷時，能盡快讓別人知道、尋求幫助 ➢ 避免碰撞 ➢ 辨識進行體育活動應穿著的服裝	➢ 展示常用的熱身及放鬆動作 ➢ 適當地搬運、擺放及使用器材	➢ 說出有關體育運動的安全注意事項

[返回目錄]

基礎活動課程標準一覽		
審美能力		
水平一： 認同整齊、清潔是美	水平二： 具有對基礎移動、平衡、及操控動作的自評及互評能力	水平三： 具有美與不美等概念
顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲	顯証：達至這水平的學生應能展示下列行爲
➢ 評價衣著、列隊、及用具擺放等物時使用整	➢ 使用有關量表評價自己或別人的動作表現	➢ 評價體育活動有關事物時使用美與不美等詞彙，並

齊、清潔等概念評價 ➢ 做到整齊、清潔		能提供恰當理由

[返回目錄]

課程標準基本理念

國際體育健康休閒暨運動舞蹈議會

(International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport & Dance、簡稱ICHPER·SD)聯同聯合國教科文組織(United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization、簡稱UNESCO)爲全球學童提出了學校體育學習的七條標準。其中，

- 第一條標準是「能演示大部分動作、並在其中一些動作達熟練水平」

  (原文爲 Standard 1: Demonstrate competency in many movement forms and proficiency in a few movement forms.)

- 第二條標準是「能應用動作概念及原理學習」

  (原文爲 Standard 2: Apply movement concepts and principles to the learning.)

這兩條標準對不同學習階段的學生有不同的具體要求，就小學三年級學生而言，根據上述兩條標準他們應能做到：

- 演示操控、移動、非移動技能及該三類動作的連貫組合

  (原文爲 Perform manipulative, locomotor, and non-locomotor skills; perform movement combinations.)

- 識別基礎動作、闡述動作概念及運用動作概念修飾動作（原文爲 Identify fundamental movements; describe movement concepts, describe basic movements using correct vocabulary; apply movement concepts to modify movements.）

課程發展議會(2002)頒布的【體育學習領域課程指引（小一至中三）】提出要在小一至小三全面實施【基礎活動教學】，幫助學生學習基礎動作及動作概念；這正順應了全球學校體育發展大勢、是本港體育課程改革重要的一步。然而，【基礎活動教學】並不止於幫助學生學習基礎動作及動作概念。下表列出【體育學習領域課程指引】中有關第一學習階段（小一至小三）學習目標：

香港學校體育第一學習階段學習目標

第一學習階段（小一至小三）學習目標：
● 透過基礎活動及身體遊戲，發展移動技能、平衡穩定技能及用具操控技能 ● 獲得基礎活動的基本知識及認識體育活動對身體健康的好處 ● 能夠表達自己及在體育活動中具創造力 ● 發展對參與體育活動的正面態度

很明顯，作爲一個學習階段的課程，【基礎活動教學】在內容上一定要涵蓋體育技能、健康及體適能、運動相關的價

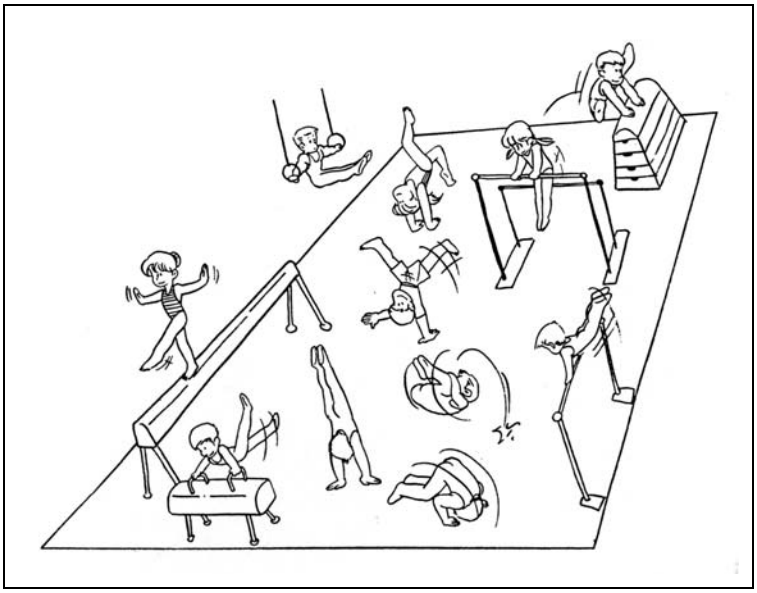
值觀和態度、安全知識及實踐、活動知識、及審美能力等六個學習範疇。我們根據上表四個學習目標，演繹成一套包括六個範疇、三個水平、62 條分目的基礎活動課程標準，並以之作爲根據設計有關評估工具。水平一、二、三，是我們建議的學習階梯；從水平一至水平三，難度逐步提升。我們預期大多數完成小一的學生可以達到水平一、大多數完成小二的學生可以達到水平二、及大多數完成小三的學生可以達到水平三。然而，我們不排除小部分學生會發展得快些或者慢些。在實際教學時，教師應按學生不同能力而因材施教，不必強求全班學生在全部項目劃一達至某水平。

基礎活動評估示例
審美能力

作爲一套新設計的紙筆測試工具，我們著眼於確立其內容效度。我們根據建議中的基礎活動課程標準，確認了達水平三的初小學生應該具有美與不美等概念並能於評價體育活動有關事物時使用美與不美等詞彙及能提供恰當理由。

針對評估內容的特點，我們採用了開放式問題、讓學生自由表達意見(見下圖)。

看看下圖，將你覺得最好的動作圈出來，並說明它有甚麼好。



題目展示了一個體操場中運動員各自練習的情況，提出的問題是將你覺得最好的動作圈出來，並說明它有甚麼好。題

目並沒有用「美」與「不美」等詞彙，用意是評估學生在進行價值判斷(哪個最好？)時對美的敏感程度(aesthetic sensitivity)。審美能力較高的學生應較大可能用上了美與不美等詞彙或相關的詞彙。學生選哪個動作並不重要，他們/她們提供甚麼理由才重要。

在測試時，我們不但有老師在場讀題，亦提供了足夠人員從旁協助學生答題，使學生不會因爲語文能力的限制而在理解題目或作答時出現困難，進一步保證了測試的效度。

按審美的層次我們將學生的回應分成五類：

- 可鍛鍊身體 – 完全不涉審美
- 安全/好玩/有趣/容易 - 完全不涉審美
- 體力過人(力量/柔軟度) – 能從欣賞的角度評價動作但未直接使用美與不美等詞彙
- 技術熟練/靈巧/高超 – 能從欣賞的角度評價動作但未直接使用美與不美等詞彙
- 姿態優美 - 能從欣賞的角度評價動作而且直接使用美與不美等詞彙

基於學生答案的質(哪個層次？)與量(用了哪幾個角

度？)，我們便能得知其審美能力了。

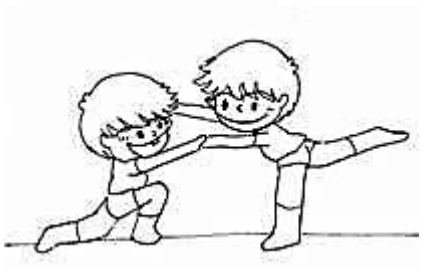
基礎活動評估示例
活動知識

作爲一套新設計的紙筆測試工具，我們著眼於確立其內容效度。我們根據建議中的基礎活動課程標準，確認了達水平三的初小學生應該

- 能夠掌握稍難的動作分析概念
- 並於描述動作時使用肢體、空間、動力、關係等概念。

針對評估內容的特點，我們採用了開放式問題、讓學生自由表達意見(見下圖)。

看看下面的圖畫，然後回答問題。



a) 圖中兩位小朋友共有幾個支點？

_____

b) 他們運用了哪些身體部分作支點？

_____

c) 說出圖中兩位小朋友的動作有甚麼不同？

d) 你可以將他們的動作變得更好看嗎？

題目展示了兩個小朋友合作做出的一個動作造型，目的是要測試學生對動作概念的理解。學生需要：

- 分辨圖中人物使用了哪些身體部分作支點
- 運用支點、水平、形狀、關係等概念指出圖中兩個人物的動作之不同處
- 表現出能夠改善圖中人物動作的信心及能力

在測試時，我們不但有老師在場讀題，亦提供了足夠人員從旁協助學生答題，使學生不會因爲語文能力的限制而在理解題目或作答時出現困難，進一步保證了測試的效度。

基礎活動評估示例
健康及體適能

作爲一套新設計的紙筆測試工具，我們著眼於確立其內容效度。我們根據建議中的基礎活動課程標準，確認了達水平三的初小學生應該

- 了解運動對全人發展的好處
- 具有良好體適能
- 勤做運動

紙筆測試不能評估學生的體適能，但可以幫助我們了解學生做運動的密度及他們/她們對運動的好處的理解。我們亦可通過紙筆測試，知道學生是否能夠分辨不同體適能測試的名稱。

在測試時，我們不但有老師在場讀題，亦提供了足夠人員從旁協助學生答題，使學生不會因爲語文能力的限制而在理解題目或作答時出現困難，進一步保證了測試的效度。針對評估內容的特點，我們設計了三道題目：

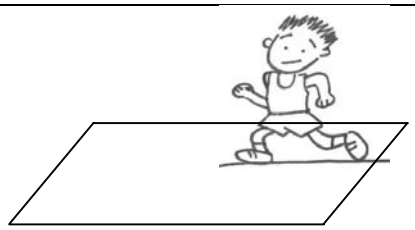
第一題要求學生填報過去一週多少天有做運動(見下圖)，目的是了解學生在日常生活中做運動的密度。表格列出了一些學生會常做的活動名稱，亦預留了幾個空格讓學生填寫未有包括的活動。計算做運動的密度時，我們不包括體育課；而無論學生每天做多少次運動以及做甚麼運動，只要有做就算一次。

過去一星期你有做運動嗎？請在方格內用X表示。

上星期 活動	六	日	一	二	三	四	五	今天的活動不用填
體育課								
打球								
游泳								
跳舞								
跑步								
跳繩								
跳飛機								
踏單車								
其他活動（請填寫）								
其他活動（請填寫）								
其他活動（請填寫）								

第二題要求學生分辨體適能測試項目的名稱，(見下圖)，目的是評估學生對有關項目的認識程度。題目格式採用了配對，是這次紙筆測試中較爲容易理解及作答的題目。若學生弄不清健康適能測試項目的名稱，一個可能性是他們/她們不曾或絕少參加健康體適能測試；要是如此，很難想像他們/她們可以通過健康體適能測試標準(當然不是絕對!)。

下面是一些體適能測試項目，你可以將圖畫和文字配對嗎？

	•		•	仰臥起坐
	•		•	坐地前伸
	•		•	手握力
	•		•	皮摺量度

	•		•	耐力跑

第三題採用了開放式問題，讓學生自由表達意見說出做運動的好處(見下圖)，其目的是評估學生對運動好處理解的深度。

想一想做運動的好處，然後寫在下面。

按運動好處的性質，我們將學生的回應分成四種：

- 身體發展 – 指出運動在強身健體及改善形體方面的好處
- 心理發展 – 指出運動在放鬆精神及建立可取性格方面的好處
- 社交發展 – 指出運動在結交朋友及群育方面的好處

- 擴闊視野 – 指出運動在認識新事物及擴展生活範圍方面的好處

基於學生答案的質(說出哪類？)與量(共提及幾多類？)，我們便能得知其對運動好處理解的深度了。

基礎活動評估示例
安全知識及實踐

作爲一套新設計的紙筆測試工具，我們著眼於確立其內容效度。我們根據建議中的基礎活動課程標準，確認了達水平三的初小學生應了解防止運動受傷的原理。

針對評估內容的特點，我們採用了開放式問題、讓學生自由表達意見(見下圖)。

想一想應該怎樣做運動才夠安全，然後寫在下面。

提出的問題是應該怎樣做運動才夠安全。題目沒有任何提示，用意是評估學生對安全守則認識的深刻程度。水平較高的學生認該可以提供較準確度和較全面的答案。

在測試時，我們不但有老師在場讀題，亦提供了足夠人員從旁協助學生答題，使學生不會因爲語文能力的限制而在理解題目或作答時出現困難，進一步保證了測試的效度。

按安全守則的類別我們將學生的回應分成五種：

- 做熱身活動
- 適當場地/用具
- 適當服裝
- 小心/量力而爲
- 守規則/聽指示

基於學生答案的質(說出哪類？)與量(共提及幾多類？)，我們便能得知其安全知識了。然而，知道不等於能夠實踐，我們得依賴其他評估模式作進一步檢查。

基礎活動評估示例
體育技能

基礎動作檢查量表的效度

作爲一套新設計的體育技能評估工具，我們著眼於確立基礎動作檢查量表的內容效度。我們探討了有關文獻、綜合了體育老師及師訓人員的意見、並進行了試測。過程中，考慮了下面兩個重要問題：

1. 基礎動作的定義

David Gallahue指出兒童在 2 歲至 7 歲經歷基礎動作階段(Fundamental movement phase)，並認爲初小體育教學應予配合，令學生充分發展基礎動作、爲將來參與各類體育運動作好準備[註一]。

基礎動作指一些基本的、很大機會被應用或轉移到不同體育運動(例如田徑、體操、舞蹈、和球類比賽)的身體動作，包括移動技能(locomotor skills)、非移動技能(non-locomotor skills)、及操控技能(manipulative skills)。

大致上，移動指身體從一地去另一地、非移動指身體在原地活動、操控指運用身體各部分傳接小型用具。然而，

真正要將基礎動作分類其實並不容易，不同專家學者有不同說法。我們認爲在進行【基礎活動評估】時，將基礎動作分類並非必要，但爲與【體育學習領域課程指引】在用詞上一致，我們採用了移動、平衡穩定(簡稱平衡)、及用具操控(簡稱操控)等名稱。以下是根據三本國外近年出版的體育教學教科書所列出的基礎動作例子：[註二]

基礎動作舉例

類別：	移動技能	非移動技能	操控技能
例子：	走步 Walk	屈 Bend	擊 Strike
	跑步 Run	扭 Twist	滾 Roll
	單腳跳 Hop	轉 Turn	拋/擲 Throw
	跑跳 Skip	滾動 Roll	接 Catch
	跳 Jump	搖擺 Swing	運送 Dribble
	跨步 Leap	平衡 Balance	踢 Kick
	滑步 Slide	伸展 Stretch	踢出空中球 Punt
	跑馬步 Gallop	推 Push	截擊空中來球
	*停 Stop	拉 Pull	Volley
	*閃避 Dodge		

* 在三本國外近年出版的體育教學教科書中，有兩本將「停」、「閃避」列作移動技能見註二的 1 及 2。

[返回頁首]

2. 新的基礎活動課程與原有的初小體育課程的關係

新頒佈的【體育學習領域課程指引】是一份綱領性文件，它只就各學習階段提出學習目標，並未對活動內容作出詳細規定。事實上，【體育學習領域課程指引】頁 39 亦

明確指出：教師可參照香港課程發展議會於 1995 年編訂之體育科小一至小六課程綱要（以下稱【體育課程綱要 1995】）進行課程規劃。

可以預見，在未來幾年內，基礎活動教學的實施極可能循兩個方向發展：一個方向是採用全新設計的基礎活動教材、另一個方向是參照【體育課程綱要 1995】將有關教材校予以調適。我們分析了【體育課程綱要 1995】，檢視了單項運動教學內容與基礎動作學習的連繫。

從下表可見，初小（小一至小三）的田徑、體操屬身體操控活動，對發展移動技能、非移動(平衡)技能、及動作概念甚有裨益，而舞蹈與遊戲球類等根本就是韻律活動與操控活動。基礎動作檢查量表應能夠同時適用於上述兩種取向的基礎活動課程設計。

<u>單項運動教學內容與基礎動作學習的連繫</u>

小一至小三體育教學內容概要 (概括自香港課程發展議會 1995 年編訂之體育科小一至小六課程綱要； 但未有包括游泳教學活動)		移動技能	平衡技能	操控技能
身體操控	田徑			
	跑：短跑基本姿態、緩步跑、跨欄輔助練習、跨越低藤枝	✓		
	跳：自然的跳躍、跳遠輔助練習	✓	✓	
	擲：利用豆袋作投擲輔助練習			✓
	基本體操			

	墊上運動：前、後滾翻；側手翻；馬踢、支撐單腿全旋、劈腿；團身跳	✓	✓	
	騰越：踏板跳躍；蹲腿、分腿騰越輔助練習	✓	✓	
	長凳：簡單移動、平衡、跳躍動作	✓	✓	
	單槓：擺動（直體懸垂、勾膝握槓懸垂）、跳上成正撐		✓	
	教育體操			
	身體運用：移動（走、跑、跳、重量轉移等）；非移動（升降、開合、摺屈、轉、翻、滾、重量支撐、身體形狀）	✓	✓	
	空間運用：路線、方向、水平	✓	✓	
	連貫性：短句	✓	✓	
	雙人合作：跟隨、模仿；越過、穿過、繞過	✓	✓	
韻律活動	土風舞			
	步法：常步、跑步、交換步、跳步、踏步、踏跳步、跑跳步、合併步、滑步	✓		
	其它舞姿：敬禮、踵趾步、推拉步、拱門、勾臂、互繞、踏盪步		✓	
	創作舞			
	身體運用：移動（走、跑、跳）；非移動（升降、開合、摺屈、轉、翻、滾）	✓	✓	
	空間運用：路線、方向、水平	✓	✓	
	動力：快慢、輕重、拍子	✓	✓	
	關係：個人活動為主；亦學習與領導者、同伴互相呼應	✓	✓	
用具操控	遊戲及球類活動			
	追逐遊戲	✓	✓	
	利用小型用具作單人或雙人的拋、接、拍、踢、跑等練習	✓	✓	✓
	接力遊戲	✓	✓	✓
	簡易遊戲和球類遊戲	✓	✓	✓

[返回頁首]

在考慮基礎動作檢查量表應該包括甚麼內容時，我們首先鎖定了二十一個常被認定爲是基礎動作的動作、包括：

1. 十個移動技能： 跑步 、滑步、跑馬步、踏跳步、跑跳步、從髖高處跳下、立定跳高、立定跳遠、單腳跳、跨跳
2. 一個平衡技能：變向、急停
3. 十個操控技能：單手滾球、雙手接滾地來球、拋豆袋、擲豆袋、踢空中球、單手原地拍球、雙手傳接球、單手持拍擊球、踢定點球、腳運球。

然後，我們加進了以下動作或活動的評估：

1. 四個具學習轉移價值的體操技能：側滾翻、前滾翻、空中轉體、兔跳
2. 兩個簡易遊戲：隔場區遊戲、對抗遊戲
3. 兩個動作造型表演：配合或無需配合韻律
4. 三個連串動作表演：配合用具、配合韻律；無需用具及韻律

從動作的類別看，基礎動作檢查量表包括了移動、平衡及操控三類技能；從動作的難度水平看，基礎動作檢查量表符合了建議中課程標準的要求、結集了簡單的及稍難的單動作、

遊戲及連串動作表演。使用基礎動作檢查量表，對全面了解初小學生基礎動作發展將十分有用。

[返回頁首]

基礎動作檢查量表的信度

我們特別關注不同體育老師在使用基礎動作檢查量表給分時能否一致。爲確立評分員間信度，我們將同一評估項目的學生表現錄像交兩名評分員分別觀看及給分。不同動作的評分員未必相同，但同一動作必定由相同的兩名評分員觀看及給分。

信度系數採用吻合程度（Degree of Agreement），即將兩位評分員同時認爲達標及同時認爲不達標的次數除以評估總次數、再轉換成百分比。在 29 個評估項目共 111 條標準中，有 101 條評分員給分吻合度在 80%或以上（平均 90.1%，標準離差=8.2%），表明基礎動作檢查量表具有甚高的信度。

評估標準的信度低於 80%的包括下列幾條，老師使用基礎動作檢查量表應予特別注意：

- 單手滾球 (於隔場區比賽中)的「動作連貫」要求 – 57.6%
- 快速跑步的「身體前傾，眼向前望」要求 – 78.8%

- 立定跳遠的「騰空時，身體盡量伸展」要求 – 68.1%
- 單腳跳的「非支撐腳前後擺動」- 77.6%
- 跨跳的「騰空時，雙腳盡量前後伸展」- 69.1%
- 側滾翻的「準備時，雙腳開立比肩略寬」、「翻滾前、翻滾後都面向正前方」、及「倒下時，有利用手掌支撐」- 分別是 77.9%、63.3 %及 65%。
- 隔場區遊戲的「能向敵方空位進攻」及「隊員間有溝通」-分別是 70.6%及 74.1%。

[返回頁首]

註一：見 Gallahue, D. L. and Ozmun, J. C. (1998). *Understanding motor development*. International Editions. Singapore: WCB/McGraw-Hill. 頁 78-87)。[返回該段]

註二：那幾本教科書是：

1. Graham, G., Holt/Hale, S. A., & Parker, M. (2001). *Children moving: A reflective approach to teaching physical education*. (5th ed.). Mountain View, Calif.: Mayfield Pub. Co.
2. Kirchner, G., & Fishburne, G. J. (1998). *Physical education for elementary school children*. (10th ed.). Boston, Mass.: WCB/McGraw Hill.
3. Pangrazi, R. P. (2001). *Dynamic physical education for elementary school children*. (13th ed.). Boston: Allyn and Bacon. [返回該段]

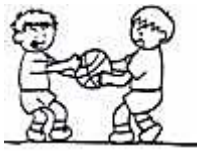
基礎活動評估示例
運動相關的價值觀和態度

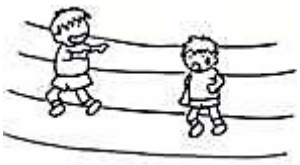
作爲一套新設計的紙筆測試工具，我們著眼於確立其內容效度。我們根據建議中的基礎活動課程標準，確認了達水平三的初小學生應該能夠充分理解下列價值觀：

- 遵守遊戲規則
- 全力以赴
- 友誼第一、比賽第二

針對評估內容的特點，我們採用了是非題、讓學生分辨有關的正確與不正確行爲(見下圖)。

看看下面的圖畫，用X表示正確的行為。

			
☐比賽時，推撞對手	☐ 用具不夠，排隊等候	☐ 隊友比賽，幫 他 / 她 打氣	☐ 用具不夠，盡力爭取

			
☐ 隊友比賽表現不好，應該好好教訓他/她	☐ 自己輸了，恭喜對手得勝	☐ 比賽時，要盡全力	☐ 對手落後太多，跑慢一點等他/她
☐ 打得比對方好，卻輸了，摘球拍抗議	☐ 鼓勵在比賽中輸了的同學	☐ 落後得太多，不如早點放棄	☐ 隊友勝利了，自己也高興

上列 12 種行爲可作如下分類：

遵守遊戲規則

- 比賽時，推撞對手
- 用具不夠，排隊等候
- 用具不夠，盡力爭取
- 打得比對方好，卻輸了，摘球拍抗議

全力以赴

- 比賽時，要盡全力
- 對手落後太多，跑慢一點等他/她
- 落後得太多，不如早點放棄

友誼第一、比賽第二

- 隊友比賽，幫他/她打氣
- 隊友比賽表現不好，應該好好教訓他/她
- 自己輸了，恭喜對手得勝
- 鼓勵在比賽中輸了的同學
- 隊友勝利了，自己也高興

在測試時，我們不但有老師在場讀題，亦提供了足夠人員從旁協助學生答題，使學生不會因爲語文能力的限制而在理解題目或作答時出現困難，進一步保證了測試的效度。

基於學生的答案，我們便能得知他們/她們對運動相關價值觀的理解。然而，知道不等於能夠實踐，我們得依賴其他評估模式作進一步檢查。

基礎活動表現常模
審美能力

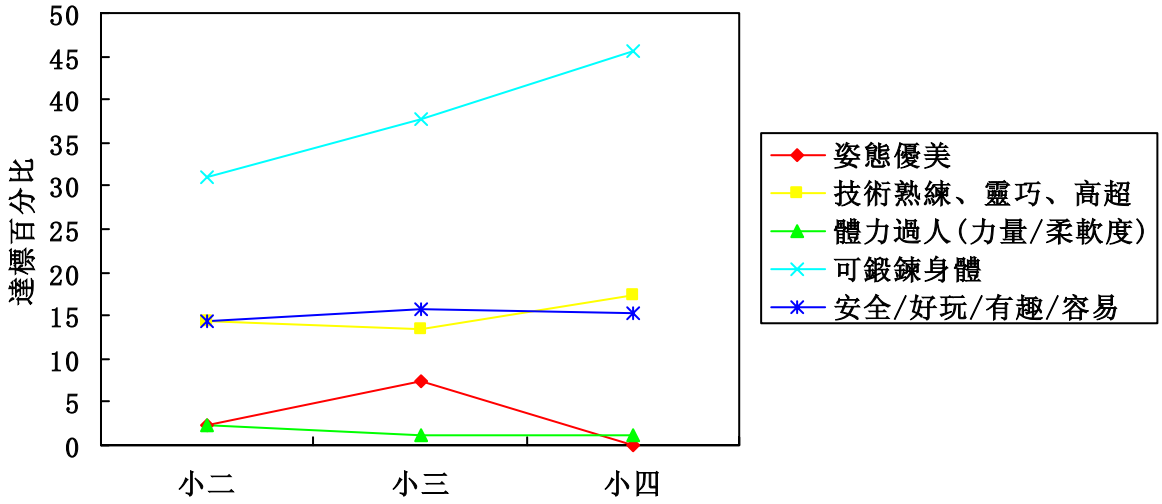
我們在 8 間「網絡」學校剛升讀小二、小三及小四的學生中每級抽 12 名學生（當中約一半學生具甲等體育成績或屬運動校隊成員或被體育老師認定爲體育表現較好；另一半學生具丙等體育成績或被體育老師認定爲體育表現較差）進行統一測試，以了解不同年級學生在各評估項目的表現，爲確定評估項目所屬水平及稍後確立表現常模提供參考數據。

測試樣本 N=264（127 男、137 女），採用紙筆測試。學生觀看一幅體操運動員練習情況的圖畫，然後將他們覺得最好的動作圈出來，並說明它有甚麼好。題目並沒有用美與不美等詞彙，用意是評估學生在進行價值判斷(哪個最好？)時對美的敏感程度。審美能力較高的學生應較大可能用上了美與不美等詞彙或相關的詞彙。

約 40%的學生在說明他們選的動作有甚麼好時，用了「鍛鍊身體」及有關詞彙。約 15%的學生說他們選的動作「安全/好玩/有趣」。能夠採用欣賞的角度，說他們選的動作「技術熟練、靈巧、高超」、「體力過人(力量/柔軟度)」、及「姿態優

美」的合共不足 20%(見下圖及表)。

【動作有甚麼好】

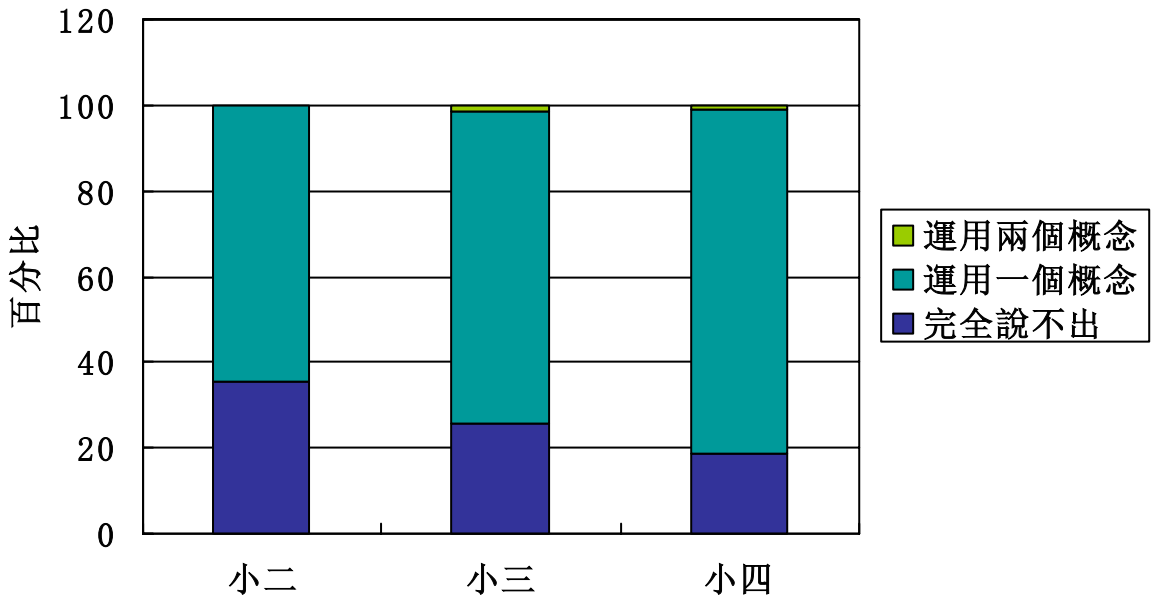


	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
審美能力	%	%	%	%
姿態優美	3.0	2.2	7.3	0.0
技術熟練、靈巧、高超	15.5	14.4	13.4	17.4
體力過人(力量/柔軟度)	1.5	2.2	1.2	1.1
可鍛鍊身體	38.3	31.1	37.8	45.7

安全/好玩/有趣/容易	15.9	14.4	15.9	15.2

而最令我們失望的是高達 27%的初小學生未能清楚說出他們選的動作有甚麼好(見下圖)!。

【動作有甚麼好】



結果表明，初小學生普遍不會從審美角度欣賞體育動作，這很可能反映了審美教育在現時體育教學中並未得到應有的重視！

基礎活動表現常模

活動知識

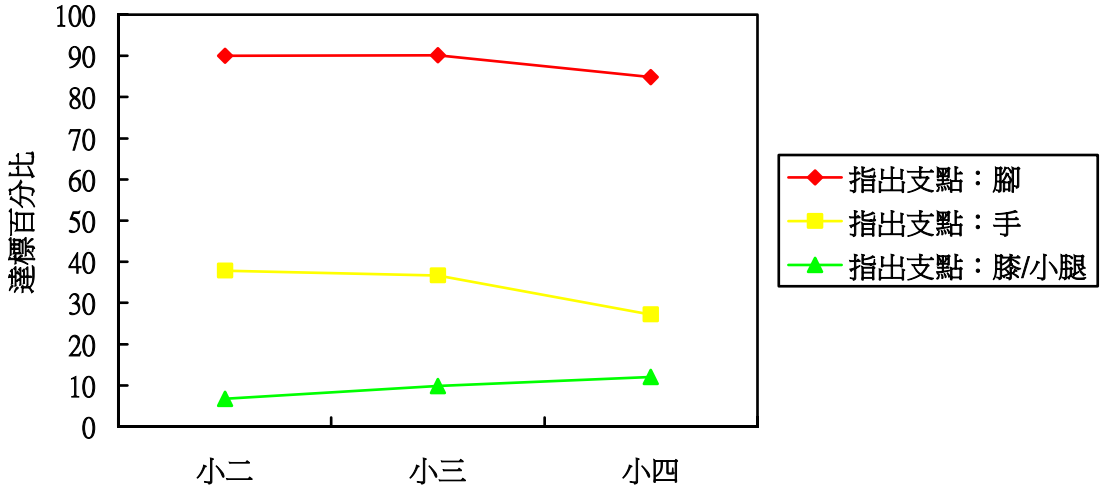
我們在 8 間「網絡」學校剛升讀小二、小三及小四的學生中每級抽 12 名學生（當中約一半學生具甲等體育成績或屬運動校隊成員或被體育老師認定爲體育表現較好；另一半學生具丙等體育成績或被體育老師認定爲體育表現較差）進行統一測試，以了解不同年級學生在各評估項目的表現，爲確定評估項目所屬水平及稍後確立表現常模提供參考數據。

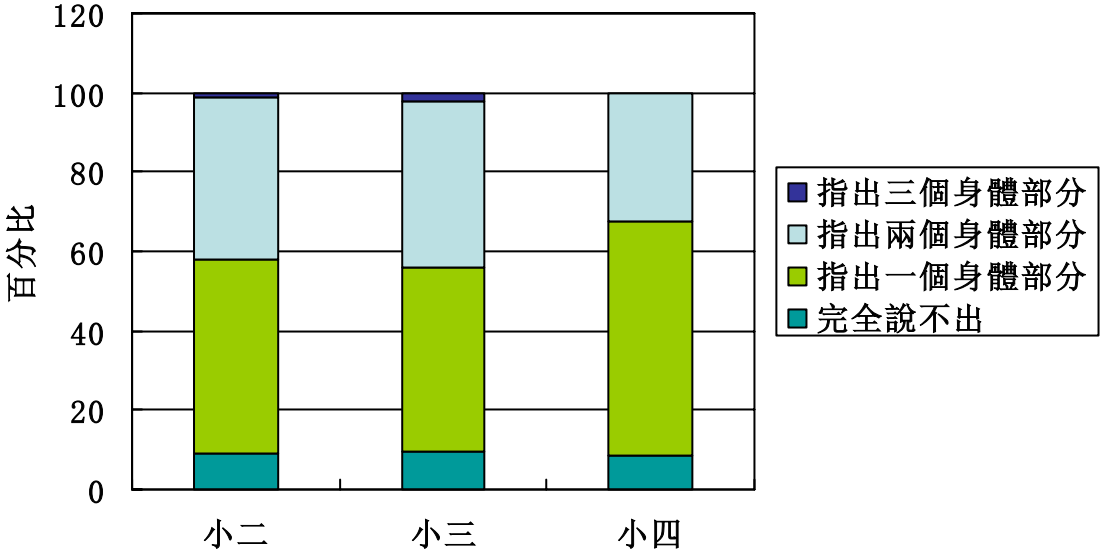
測試樣本 N=264（127 男、137 女），採用紙筆測試。學生觀看一幅二人組合的圖畫，然後分辨圖中人物分別使用了哪些身體部分來作爲支點，以及運用支點、水平、形狀、關係等概念，來指出圖中兩位人物動作的不同之處，並表明自己能夠改善圖中人物動作的信心及能力。題目並沒有任何有關動作概念的提示，用意是評估學生在進行價值判斷時對動作概念的認識程度。

辨識支點方面，各年級學生差異很小。整體上，接近 90%的學生能指出圖中小朋友運用了「腳」來作支點，但只有約 40%的學生可以指出「手」支點，能辨識「膝/小腿」爲

支點的學生更不足 10%；只有極少數學生能夠同時辨識三類不同支點(見下圖及表)。

【辨識用作支點的身體部分】





	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四

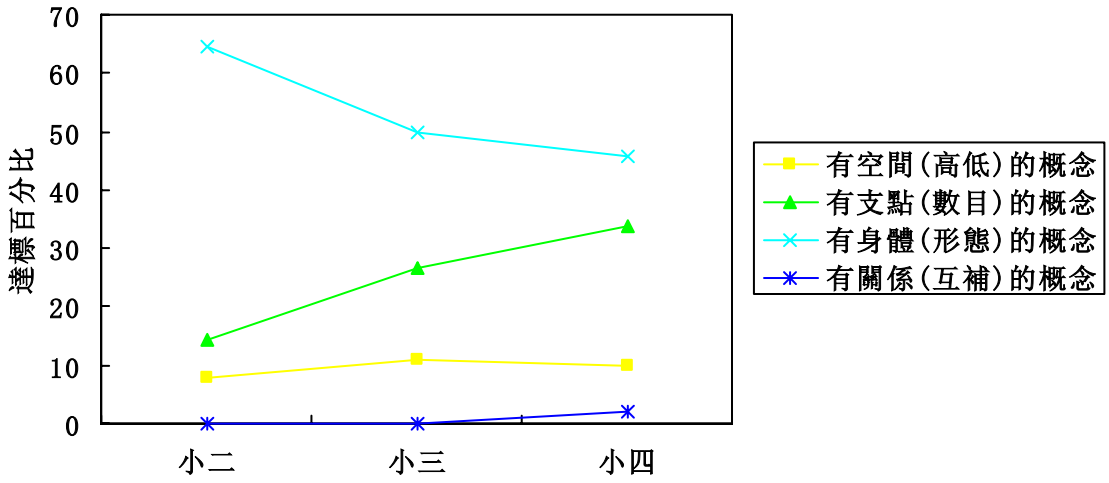
辨識用作支點的身體部分	%	%	%	%
指出支點：腳	88.3	90.0	90.2	84.8
指出支點：手	33.7	37.8	36.6	27.2
指出支點：膝/小腿	9.5	6.7	9.8	12.0

運用動作概念方面，運用得最多的是有身體(形態)的概念，其次是支點(數目)概念，空間(高、低)概念及關係(互補)的概念的運用顯著偏低(見下表)。

	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
動作概念的運用	%	%	%	%
有空間(高低)的概念	9.5	7.8	11.0	9.8
有支點(數目)的概念	25.0	14.4	26.8	33.7
有身體(形態)的概念	53.4	64.4	50.0	45.7
有關係(互補)的概念	0.8	0.0	0.0	2.2

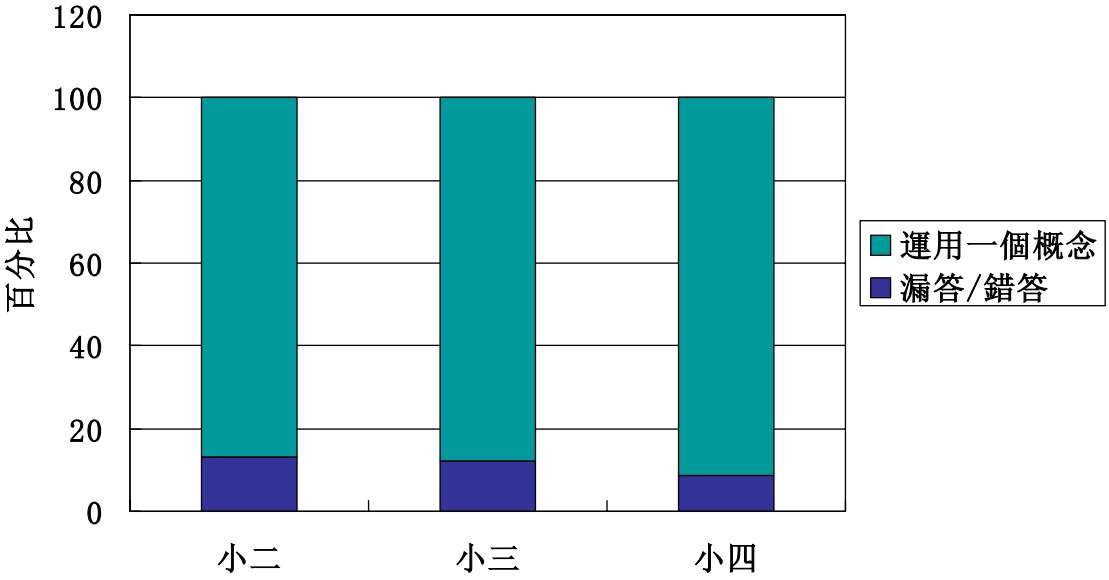
運用得較多的身體(形態)的概念及支點(數目)概念出現有趣的年級差異，前者低年級用得較多、後者低年級用得較少(見下圖)。

【動作概念的運用】



略多於 10%學生陋答或錯答，完全沒有學生可以運用兩個或多於兩個動作概念(見下圖)；

【動作概念的運用】

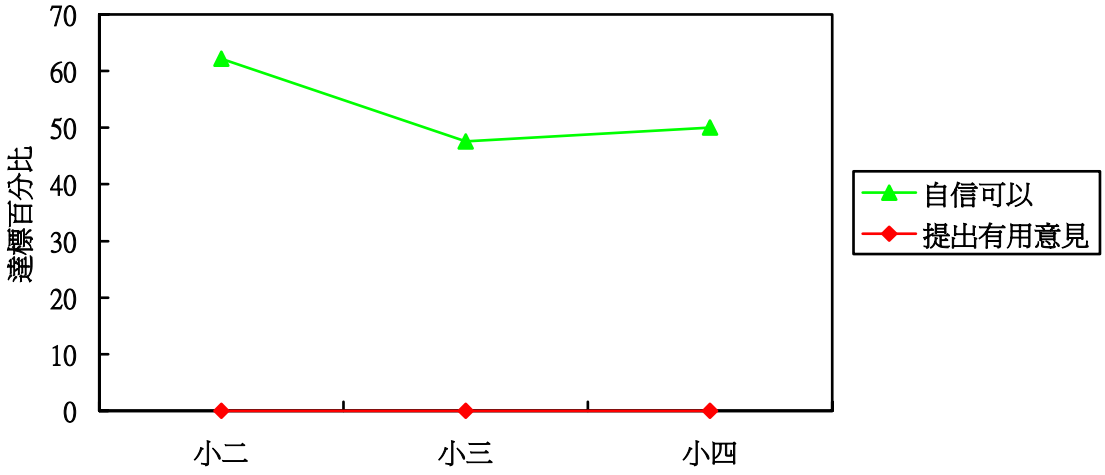


雖然約 60%學生自信可以將測試題目所顯示的動作「變得

更好看」，當中卻沒有一人能提出有用的意見(見下圖及表)。

結果顯然反映了動作概念教學的不足、值得我們注意。

【可以把他們的動作變得更好看嗎?】



	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
可以將他們的動作變得更好看嗎?	%	%	%	%
自信可以	53.4	62.2	47.6	50.0
提出有用意見	0.0	0.0	0.0	0.0

基礎活動表現常模
健康及體適能

我們在 8 間「網絡」學校剛升讀小二、小三及小四的學生中每級抽 12 名學生（當中約一半學生具甲等體育成績或屬運動校隊成員或被體育老師認定爲體育表現較好；另一半學生具丙等體育成績或被體育老師認定爲體育表現較差）進行統一測試，以了解不同年級學生在各評估項目的表現，爲確定評估項目所屬水平及稍後確立表現常模提供參考數據。測試樣本 N=264（127 男、137 女），採用紙筆測試，問題有三道。

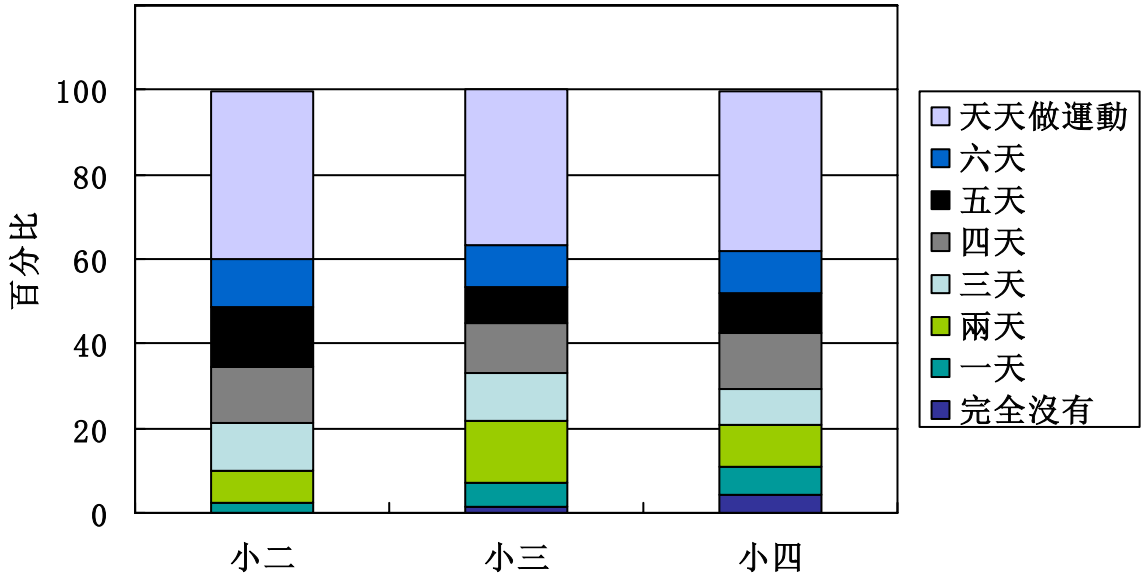
****

第一題要求學生填報過去一週多少天有做運動，用以了解他們在日常生活中做運動的密度。結果顯示，除體育課外，44%初小學生能夠每星期做運動三次或更多，情況令人滿意(見下表)。然而，需要注意的是我們只統計活動的次數而並沒有要求學生填報每次活動的時間，因此，有關結果只能讓我們知道大概的情況，並不能準確地反映學生的活動量。

	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
每週有幾天做運動？	%	%	%	%
完全沒有	1.9	0.0	1.2	4.3
一天	4.9	2.2	6.1	6.5
兩天	10.6	7.8	14.6	9.8
三天	10.2	11.1	11.0	8.7
四天	12.9	13.3	12.2	13.0
五天	11.0	14.4	8.5	9.8
六天	10.2	11.1	9.8	9.8
天天做運動	38.3	40.0	36.6	38.0

有趣的是剛升讀小二的學生的活動量比升讀小三及小四的學生略高(見下圖)；個中原因值得進一步探究。

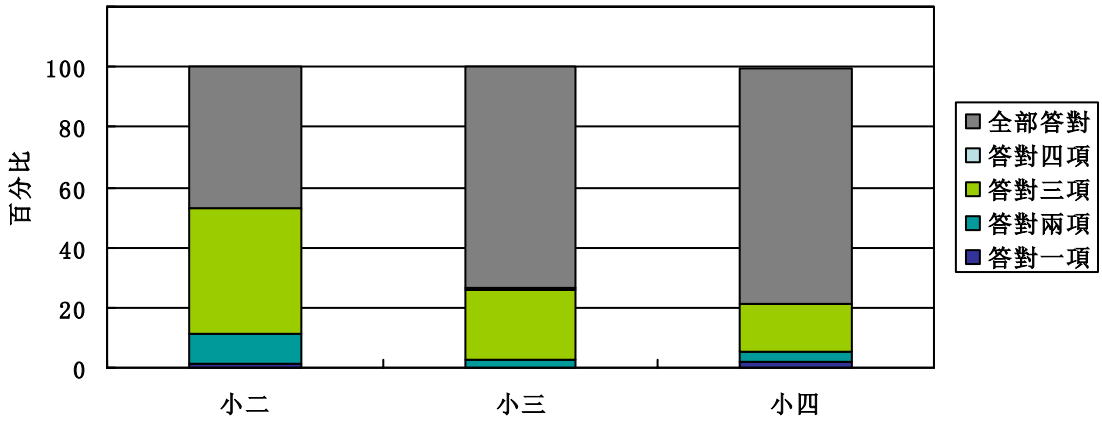
【每週有幾天做運動？】



****

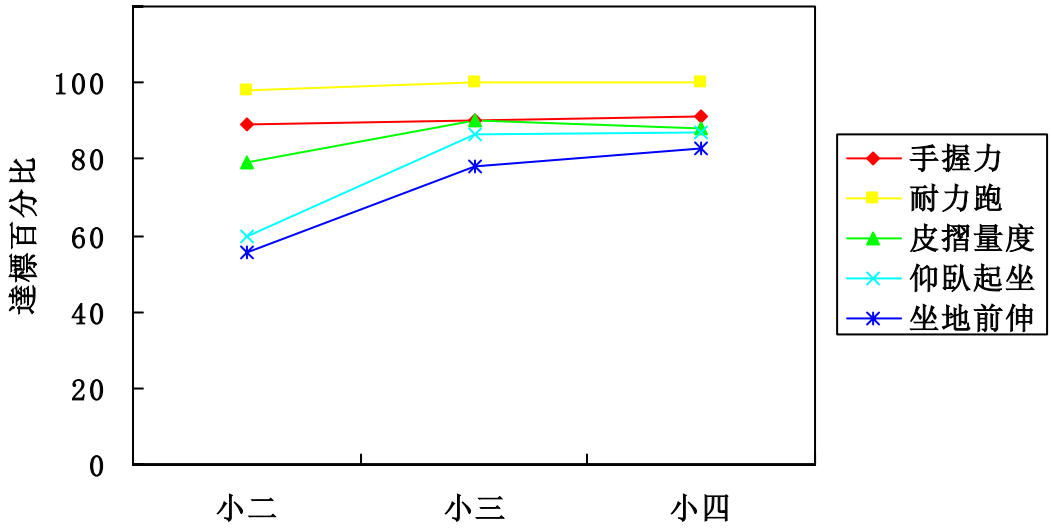
第二題要求學生分辨體適能測試項目的名稱，用以確定他們對有關項目的認識程度。結果顯示，答案的命中率隨年齡遞增；以全對來計算，二年級的學生只有近 40%，三年級約有 70%，而四年級則接近 80%，越高年級的學生對體適能測試項目認識越多(見下圖)。

【辨識體適能測試項目】



在全部五個項目中，以耐力跑最爲學生認識，90%以上的學生答對。在坐地前伸、仰臥起坐及皮摺量度等三個，小二學生明顯比小三及小四差(見下圖及表)。建議讓小一學生也接觸體適能測試，讓他們能較早認識各有關項目。

【辨識體適能測試項目】



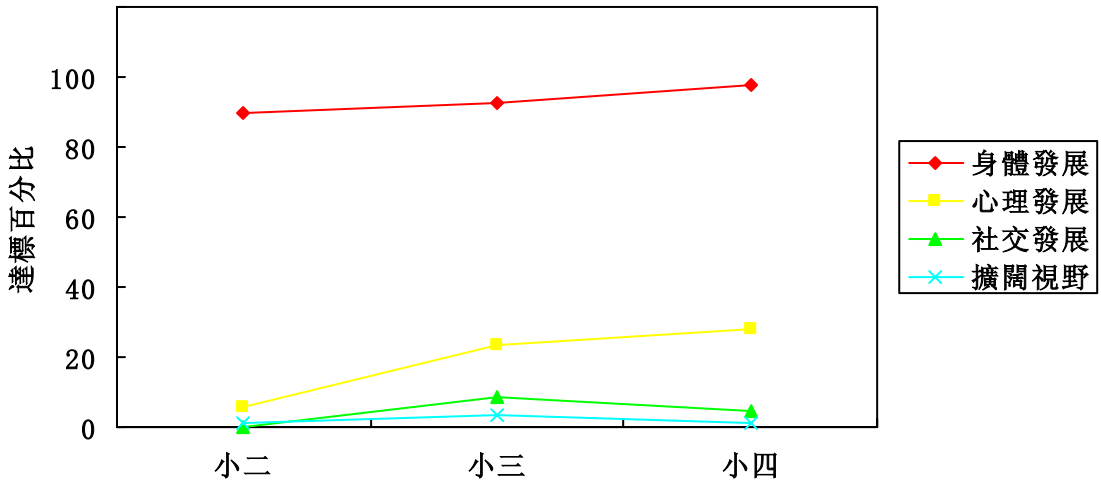
	達標百分比

	全部	小二	小三	小四
辨識體適能測試項目	%	%	%	%
手握力	90.2	88.9	90.2	91.3
耐力跑	99.2	97.8	100.0	100.0
皮摺量度	85.6	78.9	90.2	88.0
仰臥起坐	77.7	60.0	86.6	87.0
坐地前伸	72.0	55.6	78.1	82.6

****

第三題問題屬開放式，學生需說出做運動的好處，水平較高學生除了可以說出運動對身體發展的好處，還能指出運動在其他方面，包括心理、社交及擴闊視野等方面的好處。結果顯示，90%以上的學生能說出有關身體發展的好處，有大約 20%的學生能說出有關心理健康的好處，不足 5%的學生能說出社交發展的好處，能說出擴闊見識的則更少、只佔 2%(見下圖及表)。

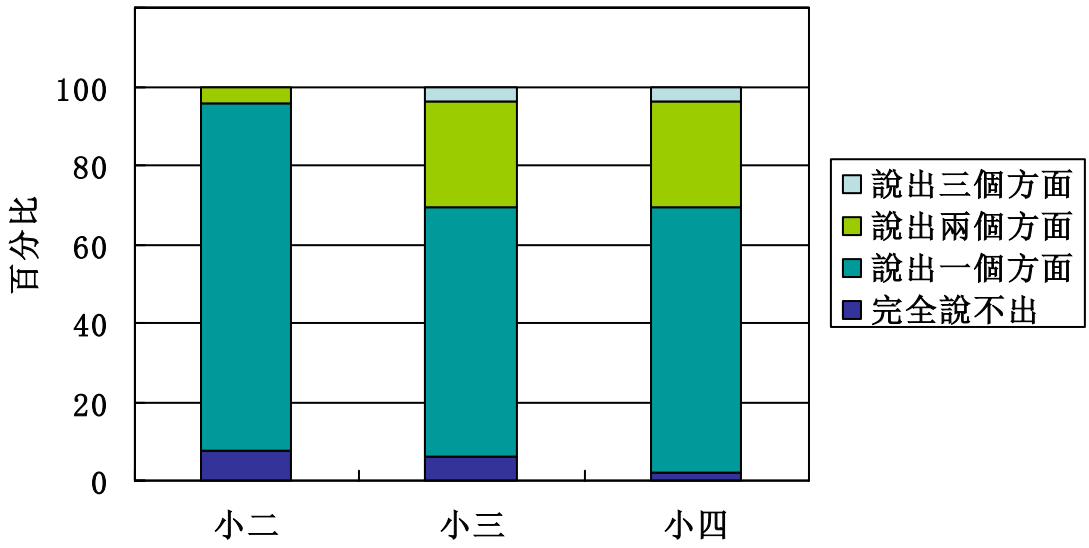
【說出做運動的好處】



	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
說出做運動的好處	%	%	%	%
身體發展	93.6	90.0	92.7	97.8
心理發展	18.9	5.6	23.2	28.3
社交發展	4.2	0.0	8.5	4.4
擴闊視野	1.9	1.1	3.7	1.1

較高年級的學生明顯可以寫出較多的運動好處(見下圖)。

【說出做運動的好處】



對運動好處的認識是通過知識和經驗的累積而得來的，因此，較高年級學生能寫出較多及較全面的答案。然而，運動對「心理健康」、「擴闊視野」和「社交發展」等幾方面的貢獻，學生顯然認識不足。老師得在教學時加強有關指導。

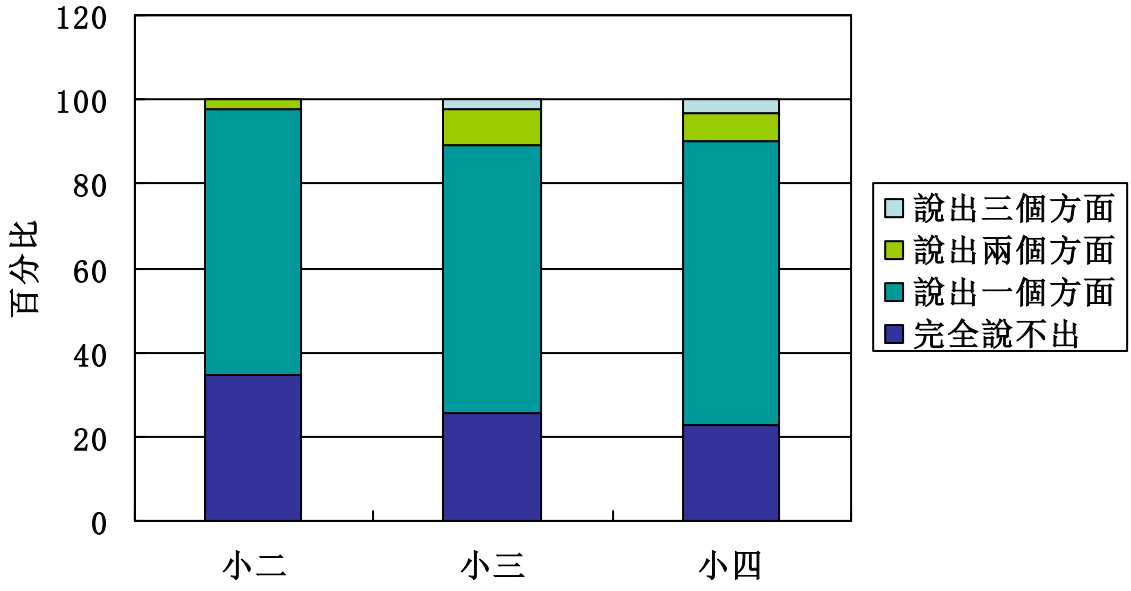
基礎活動表現常模
安全知識及實踐

我們在 8 間「網絡」學校剛升讀小二、小三及小四的學生中每級抽 12 名學生（當中約一半學生具甲等體育成績或屬運動校隊成員或被體育老師認定爲體育表現較好；另一半學生具丙等體育成績或被體育老師認定爲體育表現較差）進行統一測試，以了解不同年級學生在各評估項目的表現，爲確定評估項目所屬水平及稍後確立表現常模提供參考數據。

測試樣本 N=264（127 男、137 女），採用紙筆測試。學生需要在空白地方寫下「怎樣做運動才夠安全」。題目完全沒有任何有關運動安全的提示，用意是評估學生對運動安全守則的認識深度。

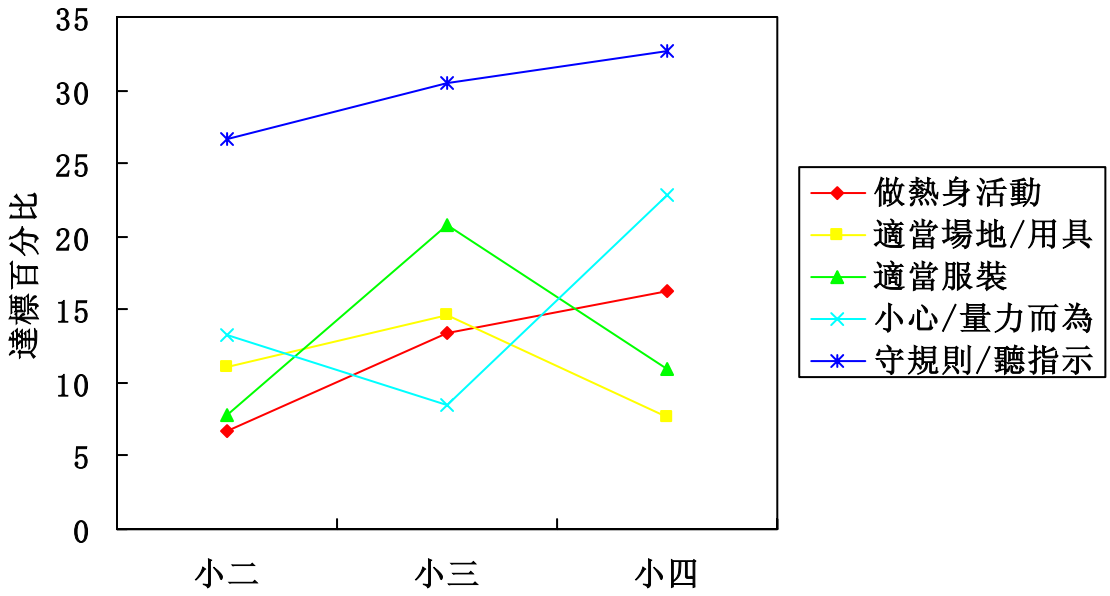
問題採用開放式，讓學生自行思考及作答。水平較高的學生認該可以提供較準確度和較全面的答案。結果顯示，初小學生再在安全知識方面較弱。34%的小二學生未能說出最少一項安全措施；年級較高的學生表現較好，但小四學生中未能說出最少一項安全措施的仍佔 23%(見下圖)。

【怎樣做運動才夠安全】



學生關於「怎樣做運動才夠安全」的答案，分類成以下 6 項：「做熱身活動」、「適當場地/用具」、「適當服裝」、「小心/量力而爲」、及「守規則/聽指示」。最多學生提及的是「守規則/聽指示」一類的答案，但也只有 30%的學生提及。能夠說出其他五類答案的學生更低於 20%(見下圖及表)。問題之大，可想而知。

【怎樣做運動才夠安全】



	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
說出怎樣做運動才夠安全	%	%	%	%
做熱身活動	12.1	6.7	13.4	16.3
適當場地/用具	11.4	11.1	14.6	7.6
適當服裝	12.9	7.8	20.7	10.9
小心/量力而爲	15.2	13.3	8.5	22.8
守規則/聽指示	29.9	26.7	30.5	32.6

基礎活動表現常模

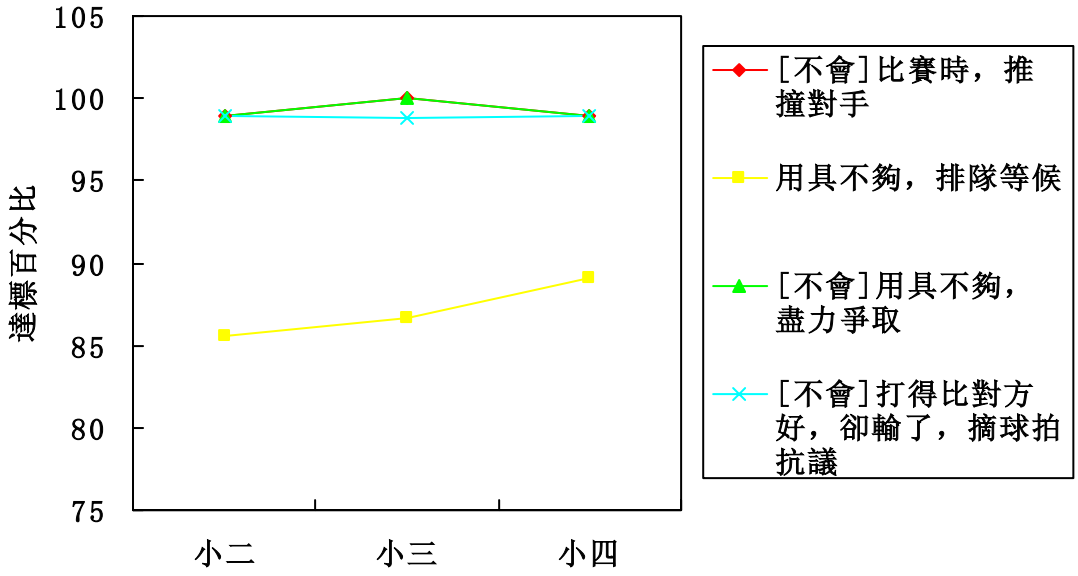
運動相關的價值觀和態度

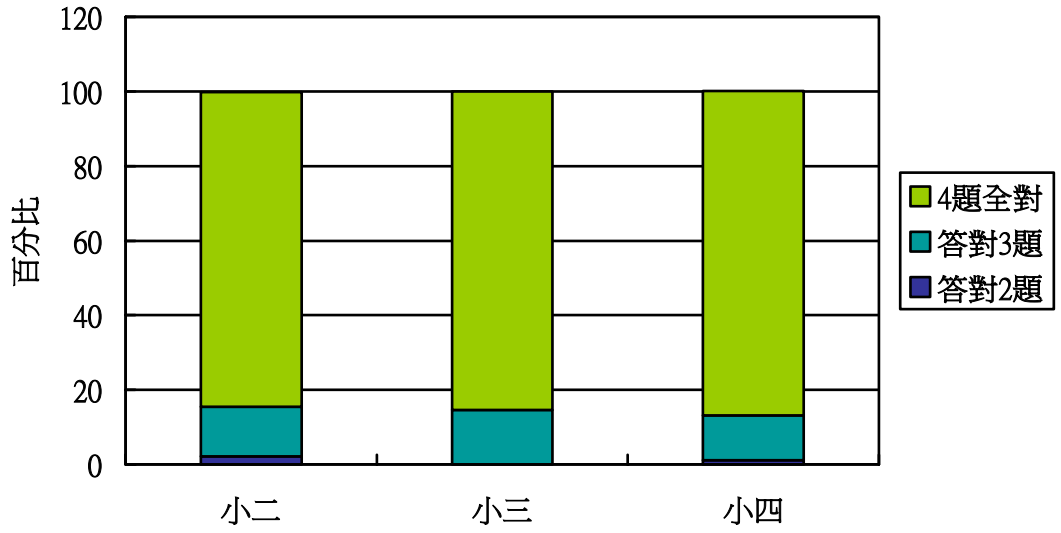
我們在 8 間「網絡」學校剛升讀小二、小三及小四的學生中每級抽 12 名學生（當中約一半學生具甲等體育成績或屬運動校隊成員或被體育老師認定爲體育表現較好；另一半學生具丙等體育成績或被體育老師認定爲體育表現較差）進行統一測試，以了解不同年級學生在各評估項目的表現，爲確定評估項目所屬水平及稍後確立表現常模提供參考數據。

測試樣本 N=264（127 男、137 女），採用紙筆測試。學生觀看一些同學間進行活動時的圖畫，然後將他們認爲擁有正確行爲的圖畫加「X」。每幅圖附有文字描述圖中的行爲，但文字中沒有採用褒、貶詞彙，讓學生自行判斷(哪些行爲是正確？)。

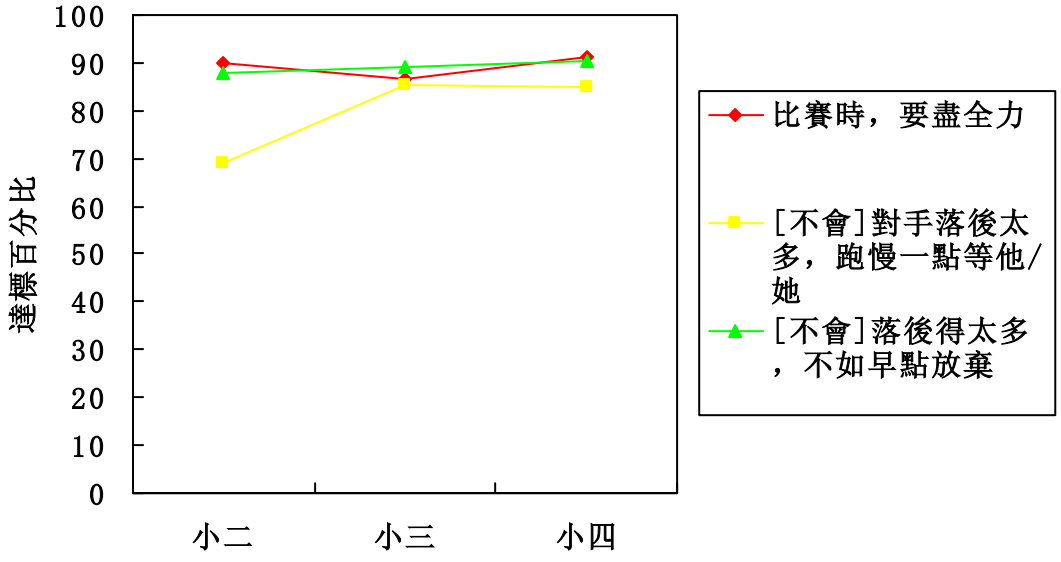
結果顯示大部分學生對運動的具有正確的價值觀給和態度(見下圖及表)，然而，學生在行爲上是否與他們的想法一致則未能從這紙筆測試的結果得知。

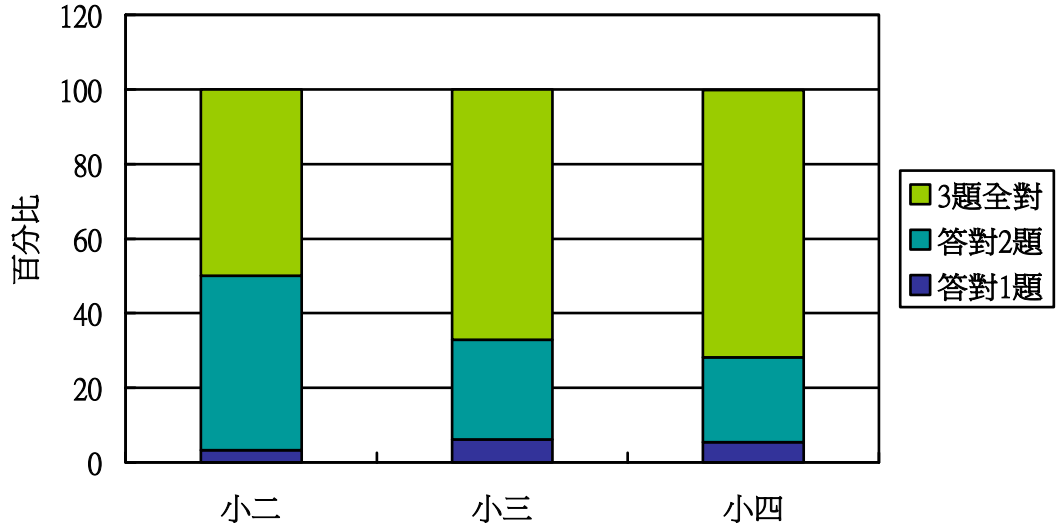
【遵守遊戲規則】


105
100
95
90
85
80
75
達標百分比
小二
小三
小四
[不會]比賽時，推撞對手
用具不夠，排隊等候
[不會]用具不夠，盡力爭取
[不會]打得比對方好，卻輸了，摘球拍抗議

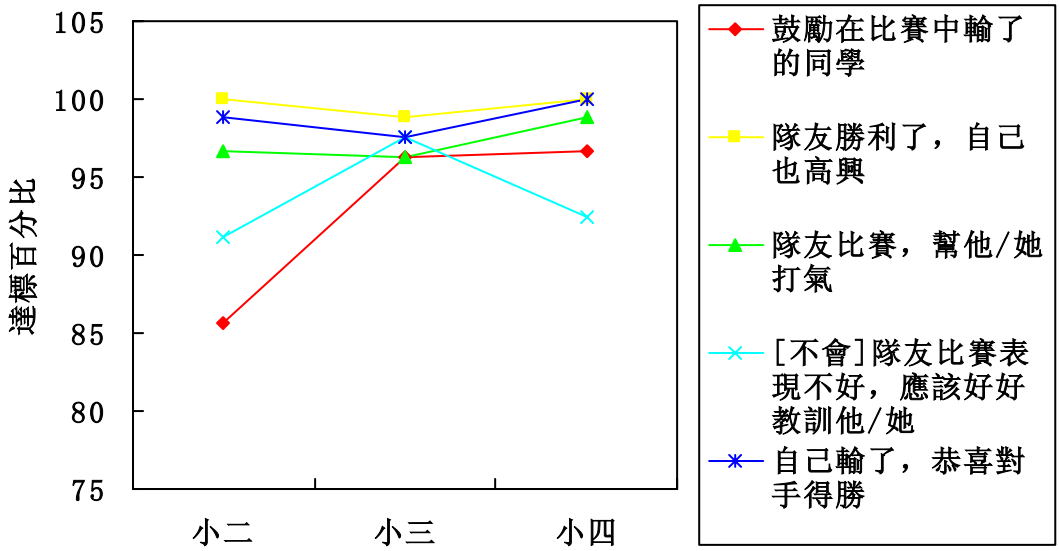

120
100
80
60
40
20
0
百分比
小二
小三
小四
4題全對
答對3題
答對2題

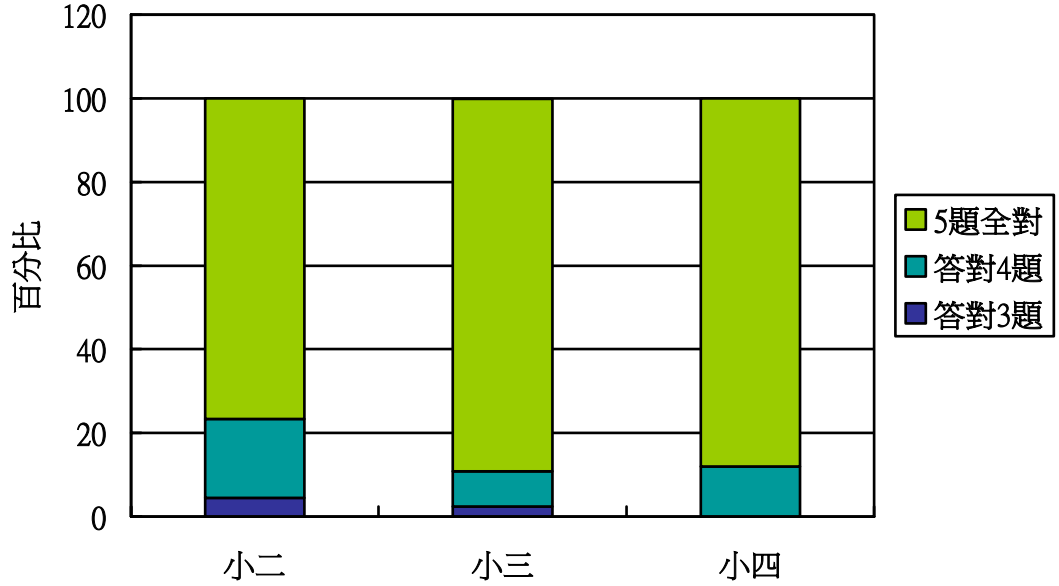
【全力以赴】


100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
達標百分比
小二
小三
小四
比賽時，要盡全力
[不會]對手落後太多，跑慢一點等他/她
[不會]落後得太多，不如早點放棄


120
100
80
60
40
20
0
百分比
小二
小三
小四
3題全對
答對2題
答對1題

【友誼第一、比賽第二】





	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
遵守遊戲規則	%	%	%	%
[不會]比賽時，推撞對手	99.2	98.9	100.0	98.9
用具不夠，排隊等候	87.1	85.6	86.6	89.1
[不會]用具不夠，盡力爭取	99.2	98.9	100.0	98.9
[不會]打得比對方好，卻輸了，摘球拍抗議	98.9	98.9	98.8	98.9
	達標百分比			

	全部	小二	小三	小四
全力以赴	%	%	%	%
比賽時，要盡全力	98.4	90.0	86.6	91.3
[不會]對手落後太多，跑慢一點等他/她	79.5	68.9	85.4	84.8
[不會]落後得太多，不如早點放棄	89.0	87.8	89.0	90.2
	達標百分比			
	全部	小二	小三	小四
友誼第一、比賽第二	%	%	%	%
隊友比賽，幫他/她打氣	97.3	96.7	96.3	98.9
[不會]隊友比賽表現不好，應該好好教訓他/她	93.6	91.1	97.6	92.4
自己輸了，恭喜對手得勝	98.9	98.9	97.6	100.0
鼓勵在比賽中輸了的同學	92.8	85.6	96.3	96.7
隊友勝利了，自己也高興	99.6	100.0	98.8	100.0