學校課程持續更新：聚焦、深化、持續

更新體育學習領域課程
(小一至中六)

體育學習領域在學校課程的定位

* 八個學習領域之一
* 所有學生皆享有的基本學習經歷
* 佔中、小學整體課時的百分之五至八

為何及如何更新體育課程？

* 預視未來世界的急速多變及社會的範式轉移仍會持續，而**學童運動量不足**也將會繼續是我們面對的議題
* **缺乏體能活動**是多種疾病的主要風險因素之一

↓

加強體育的學與教策略，並與持份者同心協作，鼓勵學童多做運動，建立活躍及健康的生活方式

更新課程架構的七個學習宗旨

1. 掌握兩文三語，有利更好學習和生活；
2. 獲取和建構廣闊而穩固的知識基礎，能夠理解當今影響學習者個人、社會、國家及日常生活的問題；
3. 綜合發展和應用共通能力，成為獨立及自主學習者，以利未來進修和工作；
4. 成為有識見、負責任的公民，認同國民身份，並具備世界視野，持守正面價值觀和態度，珍視中華文化和尊重社會上的多元性；
5. 靈活、有效和合乎道德地運用資訊和資訊科技；
6. 了解本身的興趣、性向和能力，因應志向，為未來進修和就業，發展和反思個人目標；及
7. **建立健康的生活方式，積極參與體藝活動，並懂得欣賞運動和藝術。**

更新課程架構的七個學習宗旨
及在體育科的推行

更新的七個學習宗旨	• 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 • 審美能力 **以體育活動為中心、學習「體育技能」作主線、提升體適能為要務** **+** **課程持續更新的發展重點**

更新的體育課程宗旨

1. 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，從而建立日常參與運動的習慣
2. 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
3. 培養正確的道德行為、在群體生活中互相合作、判斷力和欣賞優美動作的能力
4. 成為富責任感的公民，為建構一個活躍和健康的社區作出貢獻

體育課程更新重點

建基於現有優勢

持續

- 鼓勵學校實施全校性政策以幫助學生建立活躍及健康的生活方式
- 透過體育活動來培養學生的運動相關的價值觀和態度，協助他們全面發展，以面對未來挑戰

深化

- 強化學校對學習者多樣性的照顧

聚焦

- 重申在體育課程規劃及實踐時應涵蓋六大學習範疇，讓學生獲取寬廣而均衡的學習經歷
- 鼓勵學生恆常參與體育活動
- 促進電子學習，讓學生得以善用資訊科技以強化學習效能，提升自主學習

在體育課程規劃及實踐時應涵蓋六大學習範疇

聚焦

來源: 沙田圍胡素貞博士紀念學校

推廣學校體育文化的全校性政策

活力校園政策

持續

運動專項訓練

多元化體育活動選擇

學生主導

學校主導

來源:聖公會聖約瑟小學

持續

推廣世衛建議 - (MVPA-60)

5-17歲兒童及青少年的體能活動量：

- 每天應**累積最少60分鐘**中等至劇烈強度的體能活動

體能活動：

指所有會消耗能量的身體活動，包括體育課、運動競賽、體能訓練、交通往來（例如步行或踏單車）、家務勞動、各類動態的遊戲和娛樂等

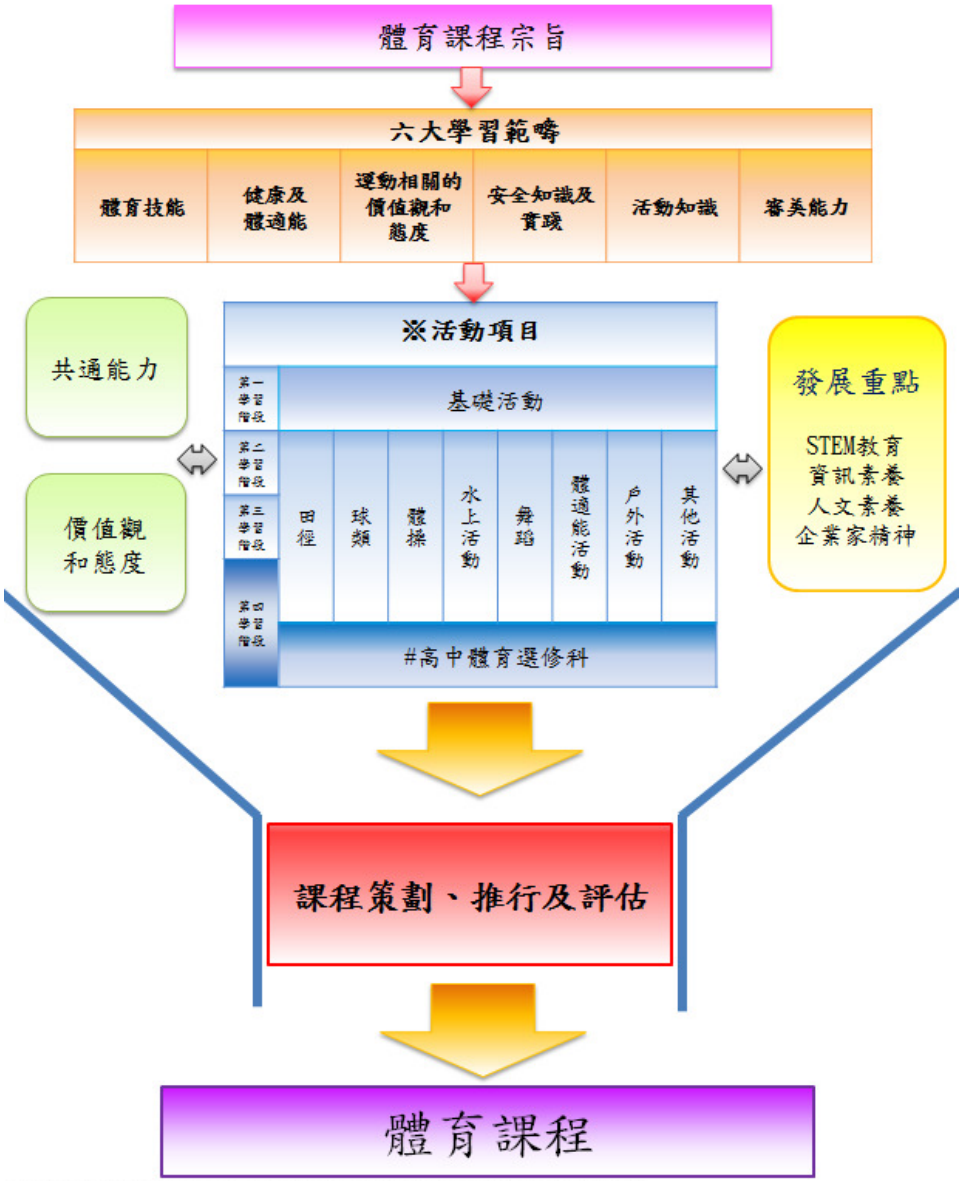
中等強度：

指做活動的時候，呼吸與心跳稍為加快和輕微流汗，但不是太辛苦（即仍然可以交談自如）例如急步行走、緩步跑、行樓梯、緩慢地踩單車

劇烈強度：

指做這些活動的時候，呼吸急速、心跳好快及大量流汗，覺得辛苦（即不能夠交談自如或感覺困難）

更新的體育學習領域課程架構



※第二至第四學習階段：在不少於四類活動範疇中學習至少八項不同的體育活動

#第四學習階段：高中體育選修科為香港中學文憑試的選修科目之一

目標 ➡ 建立健康的生活方式

- 任何融入體育課程的新方法及元素都可視為達成目標的手段－幫助學生**建立健康的生活方式，積極參與體育活動，並懂得欣賞運動**

優化的共通能力

基礎能力	思考能力	個人及社交能力
溝通能力	明辨性思考能力	自我管理能力
數學能力	創造力	自學能力
運用資訊科技能力	解決問題能力	協作能力

以上技能的發展和應用皆可以獨立或綜合形式在真實的體育學習情景下發生

優化的共通能力

整全性思考能力

溝通能力	明辨性思考能力	自我管理能力
數學能力	創造力	自學能力
運用資訊科技能力	解決問題能力	協作能力

以上技能的發展和應用皆可以獨立或綜合形式在真實的體育學習情景下發生

優化的共通能力

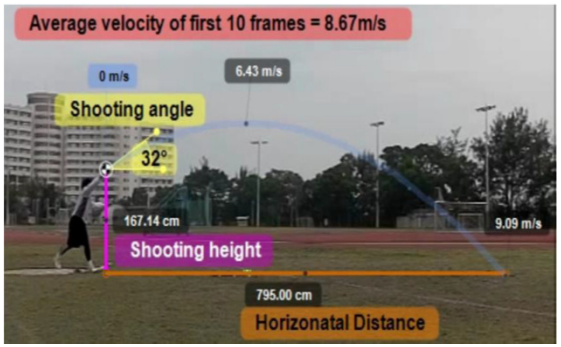
協作式解決問題能力

溝通能力	明辨性思考能力	自我管理能力
數學能力	創造力	自學能力
運用資訊科技能力	解決問題能力	協作能力

以上技能的發展和應用皆可以獨立或綜合形式在真實的體育學習情景下發生

融入STEM教育於體育中

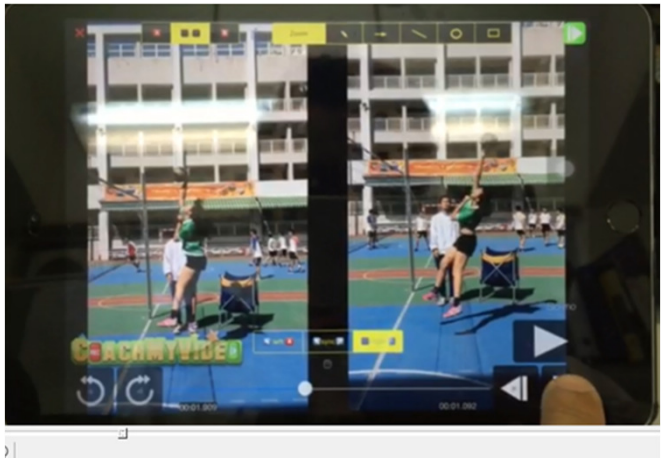
- 在體育課程中融入STEM教育，以強化學生融會貫通及應用知識和技巧的能力，使他們有能力面對當代社會的種種改變和挑戰
- 例子：
  - 使用不同的裝置來量度及監測心跳率
    [目標心跳率=(220 – 歲數)X85%]
  - 利用軟件分析運動動作數據



促進體育中的電子學習

聚焦

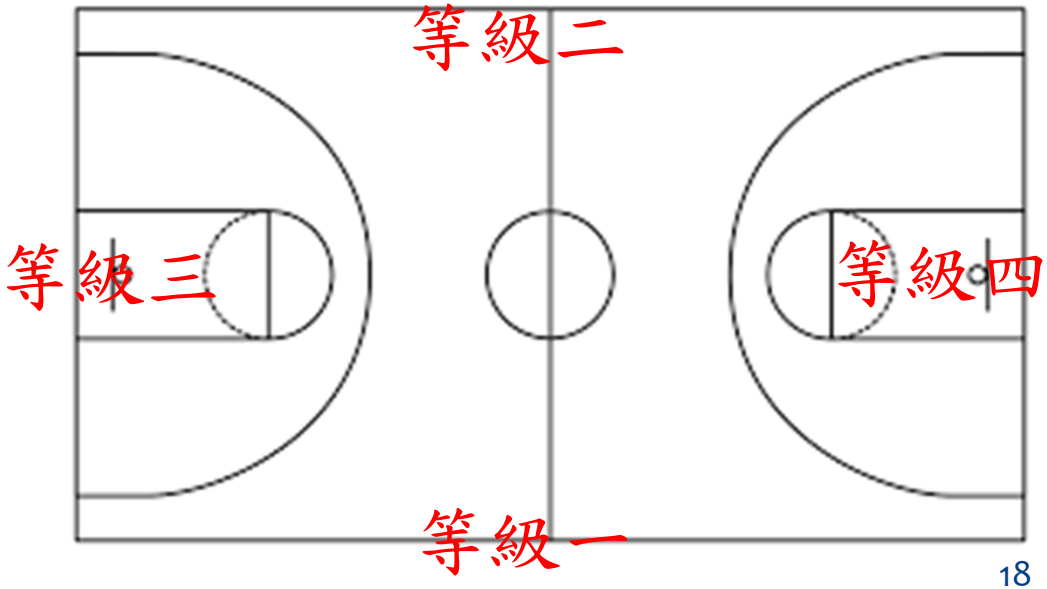
* 加強電子學習和資訊素養
* 應用資訊科技於體育中可提升學與教效能及照顧學習者多樣性



學與教例子: 籃球 - 走籃

等級: 一、二、三、四

在籃球場進行分組練習 (學生可因應學習進度在不同的區域進行練習)



體育課程中的評估

- 提高教師評估素養
- 更注重推動在校內實行「促進評估的學習」和「作為學習的評估」
- 強化學生在自身評估的角色以協助他們發展自主學習的能力

對學習的評估

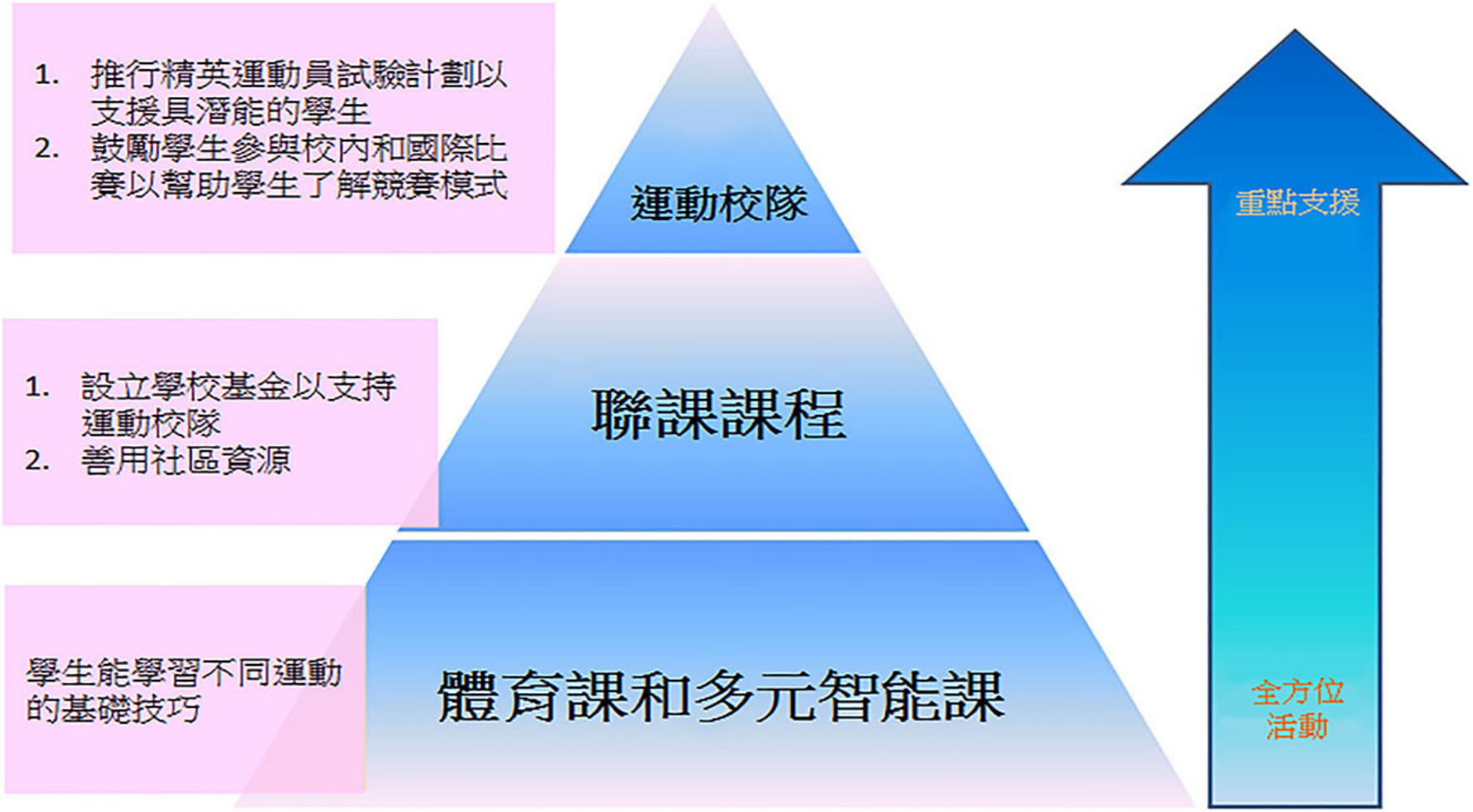
促進學習的評估

作為學習的評估

學校對學習者多樣性的照顧

深化

示例：制訂全面政策



來源: 沙田圍胡素貞博士紀念學校

培養價值觀和態度 - 導盲跑活動

- 體育是非常適合培養學生的正面價值觀和積極的態度
- **示例**：透過學生的親身經歷，讓他們反思有關價值觀和態度的問題

關愛

堅毅

同理心

來源:長沙灣天主教中學

培養企業家精神

- 企業家精神就是樂於構思嶄新意念的精神和將意念付諸實行的能力
- 培養學生企業家精神並不限於教導他們創業和商業營運

支援策略

學與教資源
-課程文件
-教科書
-示例、網上學習資源、資訊科技軟件
-學習社群
-教育電視
-一站式學與教資源平台
專業發展課程
-課程規劃
-學與教和評估
-知識增益
-種籽計劃
合作伙伴
-政府部門/非政府機構
家長會/舊生會
體育學習領域
支援策略
資源管理
-人力資源
-外部及內部資源
-體育設施
知識管理
-綜合搜尋方法以檢視和分享資訊

謝謝