



均衡
學習

中學學位分配辦法下 「校內成績評估」 科目比重的優化安排



配合課程的持續更新，全港小學將於2025/26學年由小一及小四年級開始推行小學科學科和人文科，以取代常識科，並逐年推展至小六。教育局同步檢視中學學位分配辦法（中一派位）下「校內成績評估」的科目比重，以照顧學生學習和成長的需要。

「校內成績評估」科目比重的優化安排

- 適當調整科目比重，以更好地照顧學生的多樣性和更全面地反映學生的表現；
- 中國語文、英國語文和數學教育比重稍作調整，為師生釋放學與教空間；
- 科學科和人文科佔相同比重，以培育學生均衡的科學和人文素養；以及
- 新增體育科，其比重與視覺藝術科和音樂科相同，以促進學生的全人發展。

學習領域 / 科目		現行比重	優化後比重*
中國語文教育		9	8
英國語文教育		9	8
數學教育		9	8
常識	小學科學	6	4
	小學人文		4
視覺藝術		3	2
音樂		2	2
體育		0	2
比重總和		38	38

*學校可按現行安排，將普通話科和宗教科納入為學校自選科目，比重分別為1及2。

檢視和優化的原則：

- 配合建立健康的生活方式的學習宗旨，以促進學生**全人發展**，**均衡學習**、**健康成長**為依歸；
- 對學生、家庭、社區以至整個香港帶來的裨益；
- 建基學界熟悉的評估模式；及
- 不同持份者和專業人士的意見。

優化安排的推行時間表

學年	小學人文科和科學科推行時間表	「校內成績評估」科目比重更新的安排
2025/26	小一和小四	/
2026/27	小一至小二和小四至小五	小五(下學期)實施
2027/28	小一至小六全面推行	小五(下學期) 小六(上、下學期)實施



教育局
課程發展處

恆常參與體能活動 保持健康體魄 展現活力人生

小學體育科 校內成績評估



摘要

小學體育科將納入「校內成績評估」，並於2026/27學年的小五下學期開始實施。小學體育科校內成績評估以學生健康成長為依歸，強調基礎能力和客觀可達的健康評級。

目的

- 全面反映學生在不同學習領域的表現，促進**全人發展、均衡學習**
- 提升學校和家長對學生體能和身心健康的關注
- 進一步推動學生恆常參與體能活動以**改善體質**，達至「健康生活方式」的學習宗旨



全人教育



均衡發展



改善體質

評估範疇

體育科的評估範疇包含體適能 (Physical Fitness)、態度 (Attitudes)、體育技能 (Sports Skills) 和知識 (Knowledge)，簡稱F.A.S.K.，當中以體適能和體育技能為主要元素。



小學體育科 校內成績評估

體能技巧並重
態度知識兼備

堅實的體育課程發展為基礎

體育課程宗旨

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

發展方向

教育局致力推展「躍動校園 活力人生」計劃（簡稱「ASAP」計劃），以配合世界衛生組織對5-17歲兒童及青少年應在一星期平均每天累積最少60分鐘中等至劇烈強度的體能活動（MVPA60）之建議，營造更理想的校園體育氛圍，鼓勵學生盡早建立恆常運動習慣，展現活力和積極的態度。



建立運動習慣的好處

- 培育小學生堅毅、勤勞、責任感、團結等正確價值觀。
- 研究發現恆常運動除了增強體魄和減低患上慢性疾病的機會外，還可促進腦部發展，有利學習表現，提升抗逆力和改善睡眠質素。



掌握體育學習

實踐健康生活方式

小學體育科 校內成績評估

學校 例子

體育科的評估準則

- 學校須制定一套配合校本體育課程的校內成績評估政策，並讓學生和家長明白有關的評估準則和安排
- 以多元化的評估模式，讓學生以不同方式展示學習成果，照顧不同潛質、能力和需要的學生

評估範疇		比重
F	體適能 Physical Fitness	40%
A	態度 Attitudes	10%
S	體育技能 Sports Skills	40%
K	知識 Knowledge	10%

體適能	測試項目
心肺耐力	耐力跑
肌耐力	仰臥起坐
肌力	手握力
柔軟度	坐前伸

在學生健康為本的前提下，參考《學校體適能獎勵計劃》中的四項指定體適能測試項目，並按學生表現進行評估。

F
體適能

評估學生在體育知識、相關的價值觀和態度的方法：

A
態度

- 持續觀察
- 工作紙
- 簡單口頭報告
- MVPA60指標
- 其他可量度的指標

K
知識

S
體育技能

活動類別	體育項目
球類 (隊際運動)	籃球運球
田徑類	跳遠

** 學校可按體育學習的課程要求、學校特色等因素，選擇合適的體育項目進行教授及評估。

