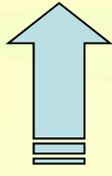


新高中課程的體育元素

<p>核心科目</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 中國語文➤ 英國語文➤ 數學➤ 通識教育	<p>選修科目</p> <p>從20個學科(包括體育)選擇2 或 3 科修讀</p>	<p>其他學習經歷</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 德育及公民教育➤ 社會服務➤ 與工作有關的經驗➤ 藝術發展➤ 體育發展 <p>(即一般體育課程，屬非考試科目)</p>
	<p>應用學習</p> <p>(可替代選修科目；部分課程與體育/運動有關)</p>	

體育選修科的特點

- 理論實踐相結合
- 跨學科設計
- 科學探究和批判性思考



大一

科學：運動科學、健康科學、營養、物理治療、生物、物理等

人文及社會科學：教育、康樂管理、社會學、心理學、新聞等

香港中學文憑

中六

其他學習經歷 - 體育發展 (即一般體育課程)

高中 體育選修科

中五

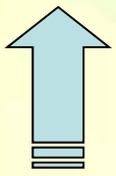
中四

中三

活動多元化

學會學習

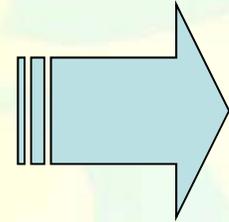
理論實踐相結合



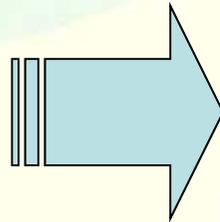
小一

活躍及健康的 生活方式

恆常參與體
育活動



建立健康生
活習慣



健康

活力充沛

正面自尊感

積極人生觀

人文及社會
科學基礎

體驗
16%

關心社群

歷史和發
展 6%

社會影響
12%

活動管理
6%

提升自我

動作分析
6%

訓練方法
12%

心理技能
12%

強身健體

人體
12%

體適能和
營養
12%

運動創傷
6%

科學基礎

共通能力

價值觀及態度

將9個理論部分所學，
進行應用或驗證

其他學習經歷—
體育發展
(即 一般體育課)

體
驗

16%

關心社群

歷史和發展
6%

社會影響
12%

活動管理
6%

提升自我

動作分析
6%

訓練方法
12%

心理技能
12%

強身健體

人體
12%

體適能和營養
12%

運動創傷
6%

就一般體育課發掘的問題進行探究，
將實踐與理論結合、建構新知識

體育選修科的公開評核

(應考2016年香港中學文憑考試的中四學生)

部分	內容	比重	備註
公開考試 (理論部分)	卷一 多項選擇題和短答題 卷二 長答題	42% 18%	2小時15分鐘 1小時15分鐘
公開考試 (實習部分)	1. 兩項體育活動的水平 體育活動 (13.33%) 1: 羽毛球/ 籃球/ 足球/ 排球/ 乒乓球 (選擇一項) 2: 田徑/ 體操 / 游泳 (選擇一項) (13.33%) 2. 體適能的水平(13.33%)	40%	體適能項目 1. 1,609米跑/行 2. 1分鐘仰臥起坐 3. 坐地體前屈 4. (a)引體上升(男子) (b)屈臂懸垂(女子)

體育選修科的課程宗旨

幫助學生

- 掌握體育的知識與技能，並培養積極的態度，俾能自我調控地實踐活躍及健康的生活；
- 把體育技能融入理論學習；
- 在科學、人文及社會科學打下良好基礎，為升讀專上教育課程做好準備。

Provisional Scoring Tables for 2013 HKDSE PE 3

BOYS

Athletics

Mark*	100m (s)	200m (s)	400m (s)	800m (m:s)	1500m (m:s)	100m Hurdle [0.914m] (s)
5	12.4	25.3	57.0	2:22	5:00	15.5
4	12.9	26.3	60.0	2:32	5:16	16.5
3	13.8	28.0	65.0	2:45	5:45	17.5
2	14.5	30.0	69.0	2:53	6:00	18.5
1	16.0	32.5	73.0	3:05	6:30	19.5

*Slowest time to obtain the mark

Mark [#]	Long Jump (m)	High Jump (m)	Shot Put [5kg] (m)	Discus [1.5kg] (m)	Javelin [700g] (m)	Triple Jump (m)
5	5.4	1.65	10.3	26.0	32.0	11.5
4	5.0	1.55	9.0	22.0	27.5	10.7
3	4.5	1.45	7.6	18.5	21.0	10.0
2	4.0	1.30	6.8	16.0	17.0	9.5
1	3.3	1.20	6.1	14.0	15.5	9.0

[#]Shortest distance to obtain the mark

Swimming

Mark*	50m Front Crawl (s)	50m Breast Stroke (s)	50m Back Stroke (s)	50m Butterfly (s)
5	28.0	38.0	35.0	32.0
4	31.0	42.0	42.0	37.0
3	37.0	47.0	46.0	44.0
2	45.5	54.0	53.0	50.0
1	50.0	60.0	57.0	55.0

*Slowest time to obtain the mark

Physical Fitness

Mark	Sit-ups (Reps)	Pull-ups (Reps)	Sit & Reach (cm)	1609 Run/Walk (m:s)
5	48	10	44	6:02
4	44	7	39	6:28
3	39	3	33	7:02
2	35	2	26	7:40
1	31	1	17	10:00

GIRLS

Athletics

Mark*	100m (s)	200m (s)	400m (s)	800m (m:s)	1500m (m:s)	100m Hurdle [0.762m] (s)
5	14.4	30.3	72.0	2:53	6:10	19.0
4	15.2	32.3	76.5	3:10	6:40	20.0
3	16.4	35.0	83.0	3:20	7:00	21.3
2	17.4	37.0	90.0	3:35	7:30	22.7
1	18.6	40.0	97.0	3:50	7:55	24.0

*Slowest time to obtain the mark

Mark [#]	Long Jump (m)	High Jump (m)	Shot Put [4kg] (m)	Discus [1kg] (m)	Javalin [600g] (m)
5	4.2	1.30	7.3	18.9	20.0
4	3.8	1.25	6.4	15.9	15.0
3	3.3	1.20	5.4	14.0	13.0
2	2.8	1.10	4.6	12.0	11.5
1	2.3	1.00	4.0	10.0	10.0

[#]Shortest distance to obtain the mark

Swimming

Mark*	50m Front Crawl (s)	50m Breast Stroke (s)	50m Back Stroke (s)	50m Butterfly (s)
5	32.0	41.0	40.0	37.0
4	36.0	47.0	46.0	46.0
3	43.0	53.0	52.0	51.0
2	48.0	60.0	59.0	58.0
1	55.0	70.0	68.0	65.0

*Slowest time to obtain the mark

Physical Fitness

Mark	Sit-ups (Reps)	Flexed Arm Hang (s)	Sit & Reach (cm)	1609m Run/Walk (m:s)
5	46	24	45	7:25
4	42	17	41	7:54
3	37	8	36	8:50
2	33	3	31	9:40
1	29	1	25	11:00

2015 HKDSE Result

科目 Subject	性別 Gender	報考 人數 No. entered	出席 人數 No. sat	中文 作答 Chinese version %	人數及百分率 Number and Percentage							
					5**	5*+	5+	4+	3+	2+	1+	U
體育 Physical Education	男生 Male	678	665	95.3	2 0.3%	7 1.1%	12 1.8%	47 7.1%	209 31.4%	400 60.2%	591 88.9%	74 11.1%
	女生 Female	181	179	85.5	- -	- -	4 2.2%	29 16.2%	75 41.9%	131 73.2%	166 92.7%	13 7.3%
	總數 Total	859	844	93.2	2 0.2%	7 0.8%	16 1.9%	76 9.0%	284 33.6%	531 62.9%	757 89.7%	87 10.3%