

1. 要旨(Aim)

- 1.1 培養學生建立健康人生。
- 1.2 培養學生對體育運動的興趣，養成終生延續運動的習慣，建立積極、活躍及健康的生活方式，推廣終身體育。
- 1.3 讓學生認識體育運動對身心健康的重要性。
- 1.4 讓學生明白及實踐互動、體諒、與人相處的正確態度及體育精神。
- 1.5 鼓勵學生積極參與體育運動，建立正確價值觀及態度，提昇自信心，發揮潛能。
- 1.6 強調科本知識性，讓同學在課程中除了活動，滲透學科文字上的知識。
- 1.7 在課堂中加入不同程度之英語教學，提升學生英語水平，配合學校語文政策。

2. 情景分析(Situational Analysis)**2.1 校內優勢(Strengths)**

- 2.1.1 校方支持及推廣體育活動，並提供不同資源；
- 2.1.2 學生喜歡體育活動；
- 2.1.3 本科老師勤奮，富教學熱誠，並擁有本科專業知識及訓練；
- 2.1.4 學校提供充份活動空間：一個磚地場、兩個籃球場及兩個兩天操場；
- 2.1.5 強調體能訓練，學生體適能水平持續提升；
- 2.1.6 學校持續發展不同類型的體育課後活動，有助校園運動氣氛的提升；
- 2.1.7 學生多需要學業以外的成功經驗，透過體育項運動提升自我存在價值。

2.2 校內劣勢(Weaknesses)

- 2.2.1 星期一三五為校隊及活動優先，但學生偶爾因為各類補課補測活動被扣留；
- 2.2.2 SEN 輔導及初中補底班的優次較高，部份學生參與課外活動受影響；
- 2.2.3 原先星期一訂定為校隊及活動優先，但由於中一二先被安排全級性補話活動，偶爾強制停止參與訓練活動；
- 2.2.4 學生人數較以外少，男女比例亦漸見失衡，保守估計，六年外的情況有惡化跡象

2.3 校外機會(Opportunities)

- 2.3.1 校外的運動設施尚算完備，學校鄰近有室內體育館、游泳池及運動場，只需步行數分鐘便到達，提供校外理想上課場地；
- 2.3.2 政府提供公共體育設施租用費用減免計劃，協助學校推動體育運動；
- 2.3.3 體育總會及社區體育團體之運動推廣計劃，協助學校發展非主流體育運動。

3. 目標(Objectives)

- 3.1 以學生為主，了解學生的興趣，靈活設計課堂，提高學生的學習動機及主動性；
- 3.2 鼓勵學生積極參加校內、學界、區內及全港體育運動，發掘個人潛能，爭奪錦標，取得成功感，增強自信心；
- 3.3 發展體育項目有：排球、跳舞、羽毛球、田徑、足球、長跑、乒乓球及籃球；
- 3.4 持續強化學生的體適能，增強心肺耐力及肌力，改善柔軟度及身體脂肪比率；
- 3.5 加強善用校外資源，為學生提供不同類型的學習機會，協助學生建立健康活躍的生活模式，培養終身運動的習慣。

4. 執行措施 (Actions)

目標	策略	日期	負責人	成功準則	評估方法	所需資源
理論學習 強化科本理論 知識	於體育課堂中 加入理論課	16年03 月	YHY	每級七成半同 學獲得合格	於下學期考 試進行文本 考核	自製課程內 容
照顧學習差異 讓不同能力同 學積極參與	課堂設計中分 組做準備 游泳課抽離不 善者上課	全年	CSK YHY CSK	課堂中, 因應不 同能力學生分 組 協助不懂游泳 的同學習泳	不同能力學 生均積極參 與 泳式考核	NIL 游泳池
推行英語微調 政策 提升學生體育 英語詞彙	於體育課堂加 入英語對話及 指示, 物資以英 語標籤 老師恆常英語 表達 理論筆記加入 英語對照	全年 全年 下學期	CSK YHY CSK	學生理解老師 提出的要求, 配合英語指示 老師在課堂多 用英語表達 完成加入英語 內容	透過老師在 課堂觀察學 生反應 觀察學生表 現及理解 大考筆試考 核	<u>English Word List</u> F.1 Equipment (10) F.2 Simple Skills (10) F.3 Advance Skills (10) Muscles' names

5. 恒常工作 (Routine Tasks)

工作項目	推行日期												負責人	所需資源	
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月			
第一次體育科 會議	下旬													CSK & YHY	
向學生簡介體 育科		第一 周												CSK	禮堂 / 簡 報
訂定體育科科 長		第一 周												CSK & YHY	
準備陸運會		第一 周												CSK & YHY	校務處 / 圖書館職 員
陸運會		下旬												CSK & YHY	全體教職 員
體育領袖的話 壁報			下旬											CSK	壁報板
上學期體適能 考核				下旬	上旬									CSK & YHY	
學生成績分析						上旬						中旬		CSK & YHY	
第二次體育科 會議						下旬								CSK & YHY	
運動員升學推 薦								全月	全月					CSK	
下學期體適能 考核										上旬				CSK & YHY	
第三次體育科 會議												中旬		CSK & YHY	

工作項目	推行日期												負責人	所需資源	
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月			
體育科常規培訓	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	CSK & YHY	
科本活動	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	CSK	
體育校隊訓練	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	CSK	
課堂德育培訓	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	全年	CSK & YHY	

7. 工作小組 (Work Team)

科主任：陳紹璣

科 員：丘巧燕