

# Fundamental Movement

## 基础活动



### FM 1

学生能在第一学习阶段透过基础活动及体育游戏发展基础动作技能、对参与体育活动抱正面态度、说出体育活动对身体的益处和在体育活动中表达情意和显露创作思维

两个动作技能发展方向



发展成熟的基础动作技能 将其转移及应用到其他学习阶段的运动项目中  
透过基础活动及游戏表达自我，发挥创意



### FM 2

发展三类基础动作技能：

36个技能



动作概念

### FM 3

移动技能



平衡稳定技能



操控用具技能



## 课程文件



最新

### 国家安全教育课程框架 (2025)

体育科 国家安全

学习中国传统运动 参与运动比赛 凭借大型运动活动  
(如：操控用具技能—踢毽子) 建立比赛礼仪 (如：奥运会、全运会等)

认识及欣赏 中华文化和智慧

守法守规

了解国家发展和成就

文化安全

运动相关的价值观和态度



### 教学资源

体育学习领域 — 六大学习范畴课题概览 体育「学习成果架构」

基础活动导引



Join Us



## 基础活动学习社群



### 教学参考影片

- 1. 【视频】「射球」、「掷球」
- 2. 【视频】「踢球」、「射门」
- 3. 【视频】「掷球」
- 4. 【视频】「掷球」
- 5. 【视频】「掷球」、「掷球」、「掷球」
- 6. 【视频】「掷球」、「掷球」



### 单元设计及评估(举隅)

不同参与学校提供的  
基础活动单元设计，  
当中包括自评表、  
互评表

单元名称	参与学校	参与人数	评估方法
单元一：步行 (配合跳绳)	基道南道小学	27人	自评表、互评表
单元二：跳绳	基道南道小学	32人	自评表、互评表
单元三：球类运动	基道南道小学	27人	自评表、互评表

