

# 高中體育選修科

## 電子課本編纂指引

### 一、 引言

本編纂指引旨在向有意出版高中體育選修科電子課本的出版社，闡明本科的課程宗旨和目標、編纂電子課本的相關原則等，務求電子課本能配合課程要求及「中學教育的七個學習宗旨」([www.edb.gov.hk/tc/curriculum-development/7-learning-goals/about-7-learning-goals/secondary.html](http://www.edb.gov.hk/tc/curriculum-development/7-learning-goals/about-7-learning-goals/secondary.html)) (詳情請參閱《中學教育課程指引》(2017))。至於一般編寫課本的基本原則和要求，請參閱教育局最新版本的《優質課本基本原則》([www.edb.gov.hk/textbook](http://www.edb.gov.hk/textbook))。

### 二、 課程宗旨和目標

#### 2.1 課程宗旨

體育選修科旨在使學生能夠：

- 掌握體育的知識與技能，並培養積極的態度，能自我調控地實踐活躍及健康的生活；
- 成為活力充沛、活躍及健康生活的典範，關心並以實際行動建構健康社區的盡責公民；
- 把體育技能融入理論學習，以增強理解及拓展高階思維；
- 將體育、運動及康樂方面的知識結合其他科目，並建構新知識，為日後升學和事業發展做好準備；
- 應用理論以增強體育、運動及康樂方面的表現或參與；
- 培養與體育相關的正面價值觀、積極態度和良好道德行為，並應用至生活其他方面；及
- 提升共通能力，促進終身學習。

#### 2.2 學習目標

修讀體育選修科，學生將：

- 擴闊知識基礎，並加深了解體育、運動及康樂中「強身健體」、「提升自我」和「關心社群」的相關議題；
- 閱讀體育、人文學科及社會科學等不同領域文獻和進行科學實證探究，以發展相關的知識、態度、技能和習慣，從而更深刻了解體育、運動及康樂的世界；
- 把體育技能融入理論學習，利用身體活動經驗，增強概念理解和高階思維；在體育、運動及康樂實際環境中檢視理論，

從而提升智能；

- 將體育、運動及康樂的原理連結到相關學科，並了解升學和事業發展的階梯；
- 提升共通能力，特別是溝通能力、明辨思考能力、協作能力、創造力和審美能力，並應用至生活各方面；及
- 通過組織校內或社區體育活動，發展良好品格和適切的運動禮儀，學會承擔和負責任，以及了解和尊重多元文化。

### 三、課本編纂原則

#### 3.1 內容

- 請參照《體育學習領域 — 體育課程及評估指引（中四至中六）》（2007年）（2015年11月更新）有關課程目標，學與教策略和評估，以及課程框架和課程設計。
- 高中體育課程包含以下九個理論學習部分：
  - I. 歷史和發展
  - II. 人體
  - III. 動作分析
  - IV. 體適能和營養
  - V. 訓練方法
  - VI. 運動創傷
  - VII. 心理技能
  - VIII. 社會影響
  - IX. 活動管理
- 理論學習部分有九個課題，特別值得注意的有兩點：
  - 九個理論學習部分分屬三個主題，而該三個主題正是活躍及健康公民所關注之事項。健康指身體、精神及社交三方面均處良好狀態，活躍及健康的生活則更進一步，要求經常參與體育活動，建立健康生活習慣，具備充沛的活力，有自信，並且積極主動。因此，除卻強身健體（主題一，建議佔課時的30%）外，體育選修科也鼓勵學生提升自我（主題二，建議佔課時的30%）及關心社群（主題三，建議佔課時的24%）。
  - 九個理論學習部分涉及不同學科，包括生理學、營養學、物理學、社會學、心理學、歷史、管理等學科，能幫助學生在科學領域和人文學科及社會科學領域打好基礎。
- 可參考由本局出版的[《體育（香港中學文憑）教材套》（2018年）](#)及更新資料。教材套內容包括「九個理論學習部

分」的資料。

### 3.2 學與教

在設計及推行學與教活動時，要注意下列各點：

- 已有知識和經驗  
學習需建基於已有知識和經驗。學生在一般體育課的學習紀錄和體適能評鑑報告，可被用以把已有經驗拓展新知識。
- 明確的學習目標  
學習目標必須具體、可見、可量度、切實可行及適時。
- 促進理解的教學  
學生應深入理解學習材料，非只是背誦資料。例如概念圖和流程圖能顯示不同概念或事項間的聯繫。
- 提升自學能力  
學生應發展自主學能力，例如從閱讀中學習、自主研習和匯報等技能，使他們能自發學習，並學會對自己的學習負責。
- 提升學習動機  
以學習為目標的氣氛，以身作則，以及適當運用外在獎賞等方法，培養學生的內在學習動機。
- 善用資源  
應有系統地記錄學與教資源，也應廣泛搜羅本地及外國的體育網址、並鼓勵學生瀏覽。
- 促進參與  
為使學生高度投入及專注學習，應運用設計恰當的活動來促進學習。
- 提供回饋和評估  
促進學習的評估是學與教不可分割的一環，應運用多元化評估模式，發掘學生強項、弱處，幫助他們改進。回饋應質量並重、適切及適時地反映學習成績和表現。
- 照顧學習者多樣性  
應配備多元化教學策略，以照顧學生的不同興趣、特質和能力。
- 從實踐中學習  
學生應通過實踐進行學習，在實驗或真實情境中運用和測試理論，獲取第一手資料，進行反思並達到深刻學習。從實踐中學習，不但可以令學生學得更好，還有助提升他們

的學習興趣和自信心。

### 3.3 組織編排

為照顧學生個別差異及善用資源，建議可靈活地規劃課程。以下列舉三個方法，以供參考：

- 按學習內容的複雜程度編排

九個理論學習部分的順序，基本上是從簡易到複雜、從發展一般知識到應用、整合、分析及最後實際應用，下面建議的順序令學生於中四探索自己的興趣，然後順暢過渡至中五及中六。

- 按學生的關注事項編排

可考慮學生在強身健體、提升自我和關心社群三方面的關注事項而訂定九個理論學習部分的順序。

- 主題式或問題為本設計

不以科目為本，而採用真實性設計，做法是將各個理論學習部分分拆成若干較小的學習單元，按主題或問題自然地組織起來。

### 3.4 語文

- 請參考最新版本之《優質課本基本原則》及[《體育科常用英漢辭彙》](#)。

### 3.5 運用電子功能於學與教

- 請參閱最新版本的《優質課本基本原則》內的相關要求。

### 3.6 不適宜採用電子學習模式替代的學習內容及能力

- 電子學習模式，不可替代體育和運動技能以身體實踐學習的模式。

### 3.7 技術及功能要求

- 請參閱最新版本的《優質課本基本原則》內的相關要求。

## 四、其他注意事項

- 4.1 出版社選擇材料編寫課本時，所引用的資料必須正確、內容完整、切合時宜、客觀持平，並適當標示資料來源和日期；如非必要，舉例或圖像不應包含真實商號及品牌。

- 4.2 出版社應避免在課本內加入過多超連結，以免影響課本的獨立使用，宜盡量將超連結內容加進教師用書或由出版社建立的網上學習平台，供教師和學生作參考資料使用；超連結亦應連繫至具公信力的網站，如官方網頁、學術機構等，避免連結至商業公司或社交平台等網站。
- 4.3 出版社於送審電子課本前有責任完成所有校對工作，包括電子功能、語文、資料、標點、插圖、頁碼等，確保正確無誤。
- 4.4 出版社有責任釐清電子課本內所有的版權事宜。
- 4.5 注意本科課程指引建議的課時分配，編訂適切的學習內容數量及程度。
- 4.6 如出版社同時送審同一書目的其他版本（如英文版或印刷版），須檢視各版本內容的一致性。如之後才提交另一版本，提交前須按已送審版本的評審報告建議作修訂。

教育局課程發展處  
體育組  
二零二零年九月