

香港道教聯合會純陽小學

# 體育科

課程特色

# 體育科目標

1

幫助學生提升不同身體活動所需的技能，瞭解有關活動及安全的知識。

2

令體育活動中不同程度的學生均可發展活躍及健康的生活模式。

3

調建立正面的價值觀和積極的態度，提升自信及發展協作、溝通、創造、批判性思考和審美等共通能力，

LET'S HAVE FUN.



# 學習六大範疇



體育技能



健康及體適能



運動相關的  
價值觀和態度



安全知識和實踐



活動知識



審美能力



# 體育技能



掌握各類體育活動所需的移動、協調身體和操控用具技能，以增加樂趣和提升表現。





## 健康及體適能

認識「體能活動促進健康」的原則，學習制定、實踐和評估個人鍛鍊計劃。

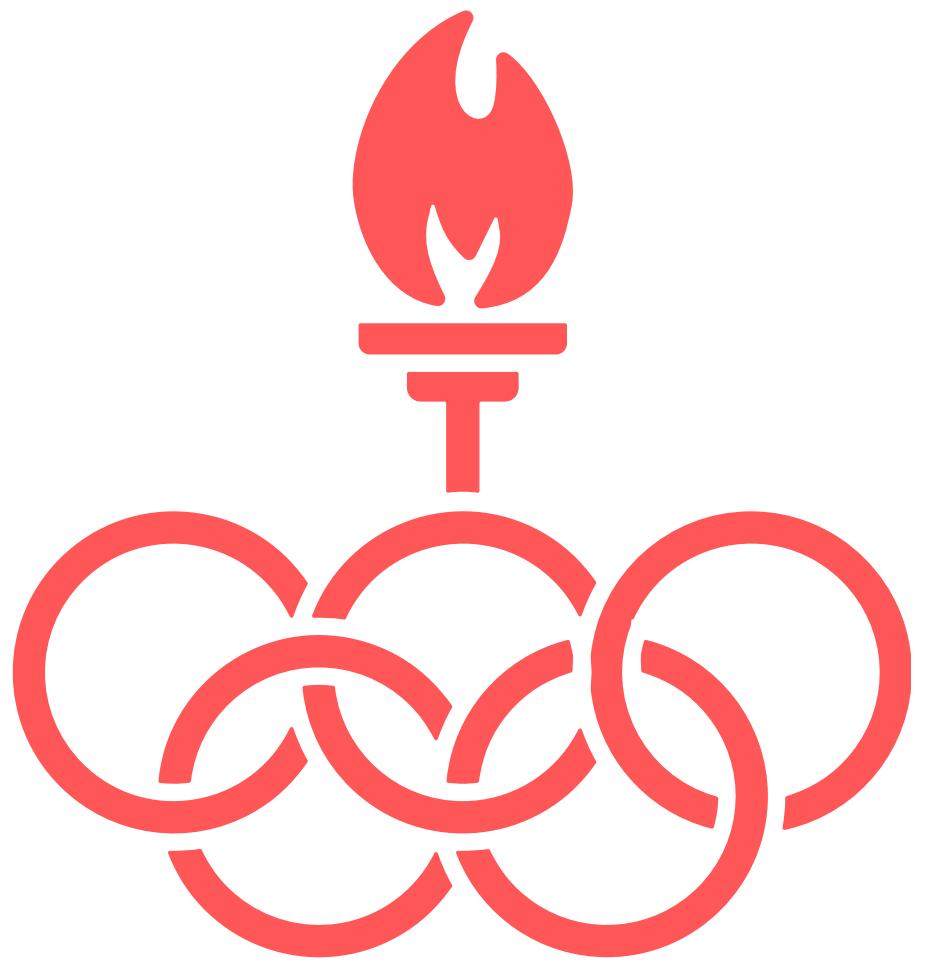


\*

## 運動相關的價值觀和態度



了解運動競賽的意義，培養正面的價值觀和態度。



# 安全知識和實踐



學習「風險管理」，落實預防運動受傷的措施。





## 活動知識

汲取相關知識，以增加樂趣、提升表現和發展組織體育活動的能力。





## 審美能力

洞悉美的具體含意，  
加強評賞體育活動的  
能力。

