

General Physical Education

Curriculum Aims

PE curriculum aims at helping students to:

1. develop motor and sports skills and acquire knowledge through physical activity, and cultivate positive values and attitudes for the development of a habit of doing exercises;
2. acquire good health, physical fitness and body coordination through leading an active and healthy lifestyle;
3. promote desirable moral behaviour, co-operation in communal life, ability to make decisions and appreciation of aesthetic movements; and
4. become responsible citizens who contribute to the building of an active and healthy community.

體育科

課程宗旨

體育科課程旨在使學生能夠：

1. 通過體育鍛煉獲得運動知識及發展體育技能，建立正面的價值觀，並養成恆常運動的習慣；
2. 建立健康的生活模式，及擁有良好的體魄、體能和身體協調能力；
3. 提升道德行為，擁有良好的決策能力和懂得欣賞不同的體育活動；和
4. 成為負責任的公民，為建設積極健康的社會做出貢獻。

Curriculum Framework

S1-6 General PE Lesson

Units/Level	Boy						Girl					
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S1	S2	S3	S4	S5	S6
Athletic	√	√	√				√	√	√			
Badminton	√		√	√	√		√	√	√		√	
Basketball	√	√			√		√	√	√			
Dodgeball	√		√				√				√	
Football	√		√		√			√	√			
Gymnastics							√	√				
Handball		√		√							√	
Hockey				√						√		
Indoor Rowing	√		√				√		√			
Netball										√		
Rhythmic Gymnastic										√		
Sports Dance											√	
Softball				√	√						√	
Table-tennis				√				√				
Rugby	√				√					√	√	
Tchokball				√						√		
Tennis		√								√		
Volleyball		√	√		√		√		√			
Elective Courses						√						√

課程大綱

中一至中六

運動項目	男生						女生					
	中一	中二	中三	中四	中五	中六	中一	中二	中三	中四	中五	中六
田徑	√	√	√				√	√	√			
羽毛球	√		√	√	√		√	√	√		√	
籃球	√	√			√		√	√	√			
閃避球	√		√				√				√	
足球	√		√		√			√	√			
體操							√	√				
手球		√		√							√	
曲棍球				√						√		
室內賽艇	√		√				√		√			
投球										√		
韻律體操										√		
體育舞蹈											√	
壘球				√	√						√	
乒乓球				√				√				
欖球	√				√					√	√	
巧固球				√						√		
網球		√								√		
排球		√	√		√		√		√			
選修單元						√						√

Assessment Framework

S1-2

Assessment items	A1	A3
Attendance & Uniform	30	30
Skill Assessment	20	30
Fitness Assessment	15	15
Attitude & Performance	10	15
Sports Event Participation*	10	10
SportACT	15	N.A.
Total	100	100

S3

Assessment items	A1	A3
Attendance & Uniform	30	30
Skill Assessment	20	30
Fitness Assessment	15	15
Attitude & Performance	10	15
Sports Event Participation*	10	10
SportACT	15	N.A.
Project	N.A.	10
Total	100	110 (Scale down to 100)

Remarks*

Inter-class & Inter-house Sports Events Competition

S4-5 (OLE)

Assessment items	A3
Attendance & Uniform	30
Skill Assessment	20
Fitness Assessment	20
Attitude & Performance	15
Sports Event Participation*	15
Total	100

S6 (OLE)

Assessment items	A3
Attendance, Uniform, Attitude & Performance	30
Skill Assessment	45
Fitness Assessment	10
Sports Event Participation*	15
Total	100

Remarks*

Inter-class & Inter-house Sports Events Competition

S4-6 OLE-PED Grade

Mark	Grade
> 80	A
74-80	B
63-73	C
53-62	D
45-52	E
< 45	F

評核大綱

中一及中二

評核內容	A1	A3
出席及紀律	30	30
技能評核	20	30
體能評核	15	15
態度及表現	10	15
參與體育活動*	10	10
SportACT	15	N.A.
總分	100	100

中三

評核內容	A1	A3
出席及紀律	30	30
技能評核	20	30
體能評核	15	15
態度及表現	10	15
參與體育活動*	10	10
SportACT	15	N.A.
專題報告	N.A.	10
總分	100	110 (下調至 100)

註*

參與班際及社際比賽

中四及中五 (其他學習經歷)

評核內容	A3
出席及紀律	30
技能評核	20
體能評核	20
態度及表現	15
參與體育活動*	15
總分	100

中六 (其他學習經歷)

項目	A3
出席、紀律、態度及表現	30
技能評核	45
體能評核	10
參與體育活動*	15
總分	100

註*

參與班際及社際比賽

中四至中六 (其他學習經歷) 等級表

分數	等級
> 80	A
74-80	B
63-73	C
53-62	D
45-52	E
< 45	F

Lesson activities
課堂活動



Netball Lesson 投球課堂



Kinball Lesson 健球課堂



Lacrosse Lesson 棍網球課堂



Archery Lesson 射箭課堂