

本期焦點

- 新高中體育選修科結合運動組織與科學研習
- 「最後一屆中七畢業生多元出路」家長座談會下週開始報名

趣味盎然的新高中體育選修科

教育局總課程發展主任(體育) 何振業

近年來媒體在報導大型體育活動時，除了項目本身，也會提到運動員的訓練方法，體適能和營養等課題。如此除可為大家增長知識，也引起了一些同學報讀相關課程的興趣。其實，同學要有系統地學習運動科學，可以從高中開始。

新高中學制的體育選修科，正是以跨學科概念設計，讓學生將體育活動聯繫到生理學、物理學、社會學、心理學、歷史、管理等學科的知識，內容豐富、趣味盎然，適合所有對體育有興趣的學生修讀。

近年我們走訪了部分開辦體育選修科的學校，看到各種十分有效的學習活動，以下是一些例子：

藉運動科學了解人體奧妙

多所學校安排同學參觀大學的運動科學實驗室，並且利用先進儀器進行各項體適能測試，例如以便攜式氣體分析儀(portable gas analyser)量度心肺耐力、以電腦斷層攝影技術(computed tomography)量度體脂比率等。同學不只大開眼界，亦加深了對人體、體適能和營養、訓練方法等課題的瞭解和興趣。

以動作分析了解力學

針對運動表現不穩定的問題，有學校會利用數碼相機的慢動作(slow motion)攝錄功能配合動作視像分析(movement video analysis)電腦軟件，幫助同學評鑑和改善自己的運動表現。我們發現，這學習活動能非常有效地幫助同學認識力學原理和掌握科學實驗方法，而更重要的，是同學因而更

懂得欣賞運動。

在體育運動擔當要務

體育選修科同學在校內擔當運動領袖及協助籌辦體育活動：有一所學校更讓同學組織聯校體育比賽，讓他們獨立完成有關工作包括設計比賽規則、擬定賽程、預算和管理財務、安排急救服務以至訓練裁判等，老師只以顧問角色從旁觀察和提供支援。同學能夠在真實情境中，應用課堂所學到的運動管理概念來完成任務；並且在過程中，藉反思與同儕和老師一起共同建構知識，可見新高中體育選修科的課程宗旨經已充分落實。

盡享聯校體育訓練活動

有多所學校亦有運用多元學習津貼(Diversity Learning Grant)組織聯校課程，讓來自不同學校的同學有機會共享學習資源和互相觀摩。活動包括專家講座、參觀和運動專項訓練。同學告訴我們，和其他學校的同學一起聽課、討論及訓練，感覺新鮮；而且在互相砥礪下一起學習，可以見識多元觀點，進而提高學習動力。

綜觀現時修讀體育選修科的同學，確實能夠「從實踐中學習」。他們在老師的悉心安排下，透過活潑和多姿多彩的學習活動，正逐漸掌握實踐探究的技能，以及高階思維的能力，為升讀專上院校或投身體育相關行業打好基礎。

提提你

「最後一屆中七畢業生多元出路」家長座談會

教育局將於五月二十三日晚上舉辦「最後一屆中七畢業生多元出路」家長座談會，家長可藉此平台了解最後一屆中七畢業生的多元出路、職業訓練局課程簡介、專上院校升學途徑、新舊學制學生的就業出路及大學收生安排。歡迎家長攜同中六的子女出席。座談會將於下星期三（五月四日）開始接受報名，詳情請瀏覽教育局「家長講座」網頁（www.edb.gov.hk/parentstalks）。

完