

體育科校本課程

知識

安全知識及實踐

基本知識

安全措施

活動知識

體育常識

技能

低小

移動技能

平衡穩定技能

操控用具技能

高小

球類
(籃球、足球、排球、羽毛球、乒乓球)

田徑
(跑、跳、擲項)

體操

舞蹈
(西方舞)

其他活動
(跳繩、足毽)

一般體適能活動

態度

審美

認識不同類型體育活動的欣賞重點

價值觀

參加運動訓練、比賽的態度及禮儀

運動的價值和理念

至Fit達人

學校體適能獎勵計劃

水果雙週計劃

校本 sportAC T計劃