

乙部 (54 分)

1. 指出體育專員在推動香港運動發展的**兩項**職責。

- 制定香港運動發展的方向 -

(2 分)

2. 描述啟德體育園對香港運動發展的**兩個**預期貢獻。

- 推行盛事化，讓香港可以舉辦大型體育活動。

- 增加體育設施數目，讓市民可以有更多的地方參與體育活動。

(2 分)

3. 描述舉辦大型運動比賽對主辦城市的**三類**經濟好處。

- 可以轉售轉播權給電視商，從中賺取可觀財金額。

- 出售門票和相關運動產品，有助刺激經濟。

(3 分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

4. 指出建立運動競賽規則的兩項原則。

- 保持公平性，使運動員能在公平的環境下競賽。

(2分)

5. 指出傑出運動員被揭發服用禁藥對運動發展的三類負面影響。

- 影響運動的公平性，由於禁藥能提升運動員的能力，能直接影響比賽的結果。

- 影響運動的發展，如某項品的運動員被揭發使用禁藥，會令贊助商停止對該運動的贊助，導致資金不足難以發展。

- 如有大量運動員被揭發服用禁藥，有機會使該國不能參與大型運動比賽，使運動發展滯留。

(3分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

6. 除註冊運動員外，指出香港學界體育聯會個人集體意外保險計畫所保障的兩類參與者。

- 運動教練。

- 工作人員。

(2分)

7. 從「領導」角度，描述足球學會會長在籌辦足球比賽時的兩項職責。

- 帶領所有工作人員進行相關的工作，以確保比賽能順利進行。

- 建立一個高效率的運作架構，使每個人都能在各自的^{工作}位置上得到最高效率。

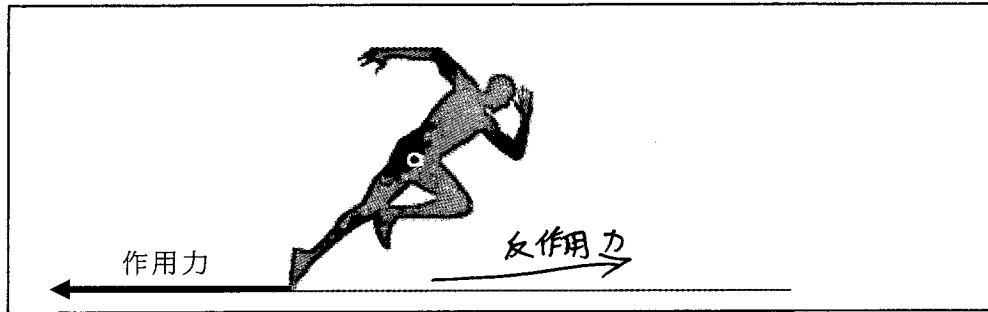
(2分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

8. (a) 在下圖以一個圓點 (•) 標示跑手的身體重心，並以一個箭嘴 (→) 標示反作用力。
(2分)



- (b) 指出上圖所示跑步動作的活動平面。

跑手用力蹬地，令其因反作用力而向前運動。

(1分)

- 9.



上圖所示是半蹲動作，描述比該動作強度較低及較高的半蹲動作各一個。

強度較低： 保持半蹲姿勢。

強度較高： 蹲拳

(2分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

10. 下表顯示一個單車運動員在實驗室測試最大攝氧量的結果：

| 測試 | 室溫 (°C) | 測試項目 | 最大攝氧量 (毫升/公斤/分鐘) |
|----|------------|------|---------------------|
| 1 | 22 | 單車 | 80 |
| 2 | 22 | 跑步 | 70 |
| 3 | 32 | 單車 | 68 |

(a) 指出並解釋測試 1 及 2 的結果是不一樣的原因。

單車和跑步因為兩者的運動強度有所不同，所以會影響測試結果。

單車和跑步所動用的能量系統也不同，亦影響測試結果。

(2分)

(b) 指出並解釋測試 1 及 3 的結果是不一樣的原因。

室溫不同會影響運動員的運動水平。

(2分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

11. 除提高運動強度外，指出可增加訓練負荷的兩類方法。

- 增加运动持续时间。

- 利用不同的训练方法。

(2分)

12. 指出並解釋經過長期阻力訓練後，身體組合成分的一個改變。

经长期阻力训练后，肌肉系统会改善，使肌力和肌耐力有提升。

(2分)

13. 根據「大、小肌肉運用」的分類方法，指出英式桌球的技能類別，並描述該類別的特點。

技能類別： 精细动作技能。

特點： 利用小肌肉来提升动作的准确性。

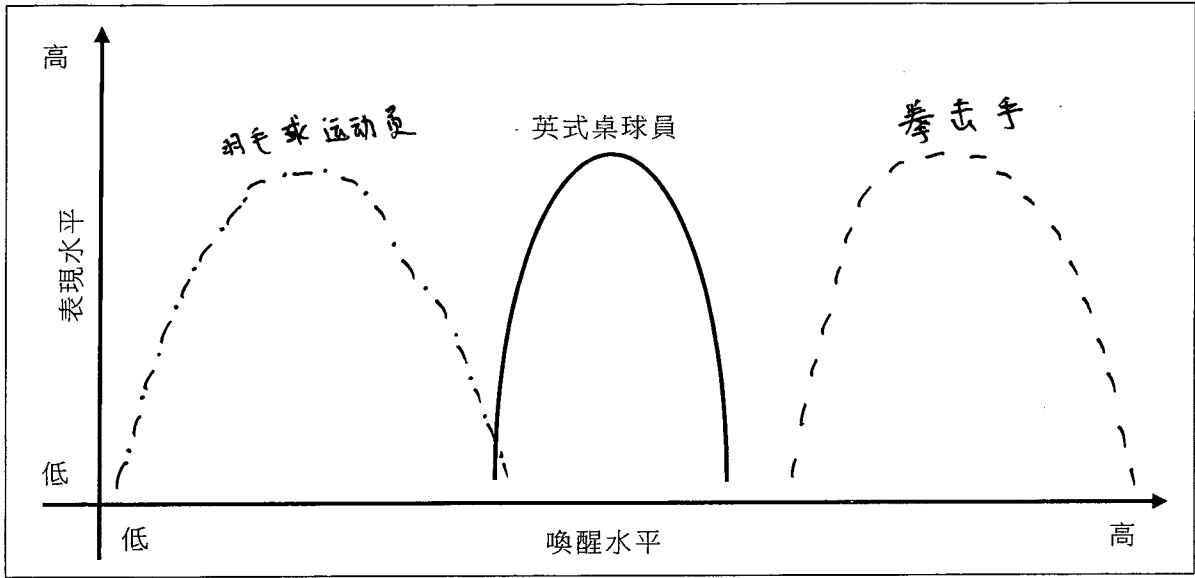
(2分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

14. 根據下圖資料，運用倒U理論，分別畫出拳擊手及羽毛球運動員喚醒水平與表現水平的關係。



(2分)

15. 描述運動員在比賽中使用自我提示的三個目的。

一自我提示能使運動員的專注力增加，以应付眼前的比賽。

一能够穩定情绪的起伏，使運動員能保持平常心進行比賽。

一能够減輕因比賽帶來的压力，使運動員能放鬆，有助提升表現。

(3分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

16. (a) 除骶椎外，指出人體脊柱的**兩個**部分。

- 胸椎。

- 腰椎。

(2分)

(b) 根據結構，人體關節分為三類，指出其中**兩類**。

- 微動關節。

- 不動關節。

(2分)

17. 描述影響基礎代謝率的**三個**因素。

- 年齡，基礎代謝會因應年齡增長而減少。

- 性別，男性與女性因身體成份有所不同，也會影響基礎代謝率。

(3分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

18. 描述進行一次極限次數(1RM)測量時的**兩個**安全要點。

- 需在有专业的教练下测量。

- 確保器材是否没有问题。

(2分)

19. 除冠心病及高血壓外，指出恆常的體能活動可預防的**兩類**慢性疾病。

- 糖尿病。

- 乙型肝炎。

(2分)

20. 指出對運動員視力有幫助的一種維生素，以及人體缺乏該種維生素所引致的**兩個**徵狀。

維生素：维他命A

徵狀：夜盲症、青光眼。

(3分)

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

21. 指出中暑的**兩個**徵狀。

- 身体发热但不出汗。

- 脸色苍白。

(2分)

22. 描述可預防過勞性運動創傷的**兩類**方法。

- 避免长时间进行同样的动作。

- 在进行运动前进行足够的热身运动。

(2分)

試 卷 完

本試卷所引資料的來源，將於香港考試及評核局稍後出版的《香港中學文憑考試試題專輯》內列明。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

評語

考生對體育課程所涵蓋的概念有基礎的認識和理解，能描述課程內三個主題所涉及的理論和原理。在第 2、4、10、11 及 21 題中，考生展示對啟德體育園的貢獻、運動競賽規則的原則、最大攝氧量的測試、增加訓練負荷的方法及中暑有基礎的認識和理解。整體而言，這分答案可達香港中學文憑考試第二級的評級。

| 試題編號 Question No. | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | ≥25 | | |

每題另起新頁作答。
Start each question on a new page.

a) - 加強市民對社區的歸屬感。

- 增強政治上的實力。

b) 不同意。

- 全民運動日的日子過少，由於該活動是每年一次，每年只有一次免費使用體育設施的誘因不大，難以推動市民參與運動。

- 設施不足，全民運動日當日由於免費使用體育設施，但香港的體育設施短缺，經常出現滿額的情況，大大減低市民對做運動的慾望，亦難以推動市民參與運動。

- 欠缺代表性，政府經常拍廣告宣傳鼓勵市民多做運動，亦來自賽場參與運動，但由於欠缺代表性，讓市民感到只是一場戲，同時減低市民做運動的慾望。

c) 同意。

- 南北韓有很長時間一直處於對立狀態中，經常出現軍事上的問題。透過運動可以緩解雙方因軍事上的問題，促進雙方友好的發展。

- 聯隊參賽除了可以化解政治上的問題，也促進雙方文化上交流的機會，雙方運動員可以在參賽期間互相認識對方的文化，同時也能推動各國的文化。

- 聯隊參賽有助雙方的運動員增強水平，從而提升運動實力，有助兩國建立良好關係。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。
Answers written in the margins will not be marked.

試題編號 Question No.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

| | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 ≥25

每題另起新頁作答。

Start each question on a new page.

d) - 给学生观看有关古代奥林匹克的片段，让学生对奥林匹克主义的价值观有基础的认知。

- 让学生模拟一些比赛场景，透过过程去学习并了解奥林匹克主义的价值观。

e) - 为各国的参赛者安排适当的比赛流程。

- 安排足够的工作人员确保比赛顺利进行和应付突发事件。

f) - 单淘汰制意味着每队只有一次机会，赢了便可以继续，反之输了即被淘汰。

- 单循环制需进行多场比赛，对队员的体力消耗很大，令比赛的时间更长。

g) - 确保场地和器材都没有损坏和危险。

- 安排足够的急救员在场，让运动员可以即时治疗。

- 在球场四周放置气垫，避免运动员因跳出场外而受伤。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

試題編號 Question No.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 ≥25

每題另起新頁作答。

Start each question on a new page.

a) 同意。

- 肌肉型的肌力和肌耐力較瘦長型為好，有足夠的肌力和肌耐力才能發揮更好的表現。
- 肌肉型的體能往往較瘦長型好，能應付短時間高強度的運動。

b) - 能提供一瞬間的爆發力，讓參賽者能快速攀爬。

- 持續時間較短，容易疲累。
- 不會產生乳酸。

c) - 關節活動範圍較大，在攀爬過程中，有機會因為動作過大導致關節受傷。

- 關節較為軟，容易因受到外力的碰撞而令關節受傷。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

試題編號 Question No.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 ≥25

每題另起新頁作答。

Start each question on a new page.

d) 同意。

- 手握力测试能够在同一时间测试较多的人数。
- 手握力测试简单而快捷，不需花太多时间便能完成。
- 手握力测试能测出每位考生的力度，有助筛选考生的时间和精力。

e) - 每星期不得减少超过 1 kg。

- 不要随意改变饮食习惯。
- 定时做运动以维持身体健康。

f) 先用清水清洗伤口，然后用纱布按压伤口，减少出血的速度。如果仍流血，再加上新的纱布继续按压，直至成功止血。止血后为伤者处于伤口，防止受到感染。然后让伤者卧在地上，把左脚抬高，减轻伤口肿胀的情况。如有需要可使用冰袋以减轻痛楚和肿胀。

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

寫於邊界以外的答案，將不予評閱。

Answers written in the margins will not be marked.

評語

考生對體育課程所涵蓋的概念有基礎的認識和理解，能描述課程內兩個相關主題所涉及的理論和原理。在第 1(e)、1(g)、3(a)及 3(f)題中，考生展示對亞洲籃球總會的職責、避免運動員受傷的措施、體型對運動表現的影響及急救步驟有基礎的認識和理解。整體而言，這分答案可達香港中學文憑考試第二級的評級。