

(一) 目的

通過體育評核，教育可了解學生學習發展情況，從而得知如何適應學生，改善教學方法，改良課程進度，並可讓學生了解自己的學習效果，強化學習動機，以提昇自身學習興趣。

(二) 方法

1. 客觀的評核—部份體育活動成績，可根據客觀的速度、時間、距離、高度、次數、重量等因素評核。教師可利用統計學方法，製定評分表。
2. 主觀的評核—教師利用本身已有知識、經驗，觀察學生學習的成果，以進行評核。學生動作表現之準確、優美、流暢，並考核時之態度，均成為評分準則之考慮因素。

(三) 分數分配

技能評核—40 分

體育評核—30 分

平時上課表現—20 分

體育科學習歷程檔案評核—10 分

技能方面，每學期須考核學生兩個運動項目技能，每個項目佔 20 分，項目內容於學期由老師訂定，並通知學生。

體能方面，每學期須作兩次體能測試，每次測試佔 15 分，內容包括 12 分鐘耐力跑、1 分鐘仰臥起坐、及坐地體前伸。由於本校參與「學校體適能獎勵計劃」，故同學會於下學期的第一次體能測試，改為參與「學校體適能獎勵計劃」之有關項目，然後將學生所得之有關分數(20 分滿分)，轉換為一次以 15 分滿分之體能分數。

平時分方面，20 分為滿分。遇有上學缺席、缺課、上課遲到等，視情況而扣 2 分；若體育服裝不整，扣 3 分；無故缺課又未有事先知會老師、不遵守秩序、無故早退或離隊，扣 5 分；曠課扣 10 分。損毀器材、作弊、學習精神不良、不聽從師長教導者、經常缺課而無合理解釋、長期欠體育服裝者，再表輕重而扣分，並按需要交學校學生生活輔導委員會處理跟進。

體育科學習歷程檔案評核方面，本科不設功課，學生每學期均須繳交體育科學習歷程檔案，用以紀錄學生於體能考核、技能評核之自我評估，並紀錄學生之個人目標、BMI 等，共佔 10 分。老師會視乎學生的文件夾之整潔度，並是否用心完成，給予分數。