

- C—2—1 透過電腦網絡共享資訊；  
 C—2—2 能善用網絡資源與他人合作學習；  
 C—2—3 透過互聯網通訊工具表達意見。

## 學習範疇D：道德與責任

- D—1—1 知道保護個人資料的重要性；  
 D—1—2 能遵守電腦教室的使用規範；  
 D—1—3 知道尊重知識產權的重要性；  
 D—1—4 懂得拒絕瀏覽不良的資訊；  
 D—1—5 懂得合理分配使用電腦及互聯網的時間；  
 D—2—1 懂得尊重知識產權；  
 D—2—2 懂得保護個人資料；  
 D—2—3 懂得尊重他人隱私；  
 D—2—4 能遵守資訊科技的合理使用原則；  
 D—2—5 知道需對網絡上自己的言行負責任；  
 D—2—6 懂得拒絕發佈不良的資訊；  
 D—2—7 重視互聯網虛擬訊息產生的影響。

- C—2—1 Partilhar informações através da *Internet*;  
 C—2—2 Colaborar e estudar com os outros através dos recursos da *Internet*;  
 C—2—3 Expressar as opiniões através das ferramentas de comunicação da *Internet*.

## Âmbito de aprendizagem D: Moralidade e responsabilidade

- D—1—1 Saber a importância da protecção das informações pessoais;  
 D—1—2 Observar as normas do uso da sala de computadores;  
 D—1—3 Saber a importância de respeitar a propriedade intelectual;  
 D—1—4 Saber recusar informações incorrectas e imorais;  
 D—1—5 Saber distribuir razoavelmente o tempo de uso do computador e da *Internet*;  
 D—2—1 Saber respeitar a propriedade intelectual;  
 D—2—2 Saber proteger informações pessoais;  
 D—2—3 Saber respeitar a privacidade dos outros;  
 D—2—4 Conhecer e observar o princípio do uso razoável da tecnologia de informação;  
 D—2—5 Saber que tem de ser responsável pelo seu comportamento na *Internet*;  
 D—2—6 Saber recusar a publicação de informações incorrectas e imorais;  
 D—2—7 Prestar atenção às influências de mensagens virtuais na *Internet*.

## 附件十一

## 小學教育階段體育與健康基本學力要求

## 一、基本理念

體育與健康課程為學生提供充分的參與多種體育運動的經驗，學習生活、體育與健康的基礎知識，提升學生不同身體活動的技能，使其形成良好的生活習慣和態度，塑造良好的心理素質和堅毅品格，培育合作以及公平競爭的精神，為促進學生的成長和全人發展奠定健康基礎。為此，小學體育與健康基本學力要求應遵循如下基本理念：

## (一) 建立“健康人生”發展觀，全面促進學生健康發展

體育與健康課程以促進學生健康全面發展為目標，將運動過程中有關的健康知識融入教學中，使其瞭解體育鍛鍊和衛生教育的重要性，提高學生的體適能、健康意識、運動參與及社會

## ANEXO XI

## Exigências das competências académicas básicas de educação física e saúde do ensino primário

## 1. Ideias essenciais

O currículo de educação física e saúde oferece aos alunos experiências diversificadas com a participação em vários desportos, dando-lhes a oportunidade de aprenderem os conhecimentos básicos sobre a vida e educação física e saúde ao mesmo tempo que aumenta as suas competências motoras. Com estas competências os alunos formam hábitos e atitudes saudáveis, boas qualidades psicológicas, carácter persistente, espírito de cooperação e de competência justa lançando, desta forma, bases correctas para estimular o seu crescimento e desenvolvimento integral. Pelo que, as exigências das competências académicas básicas de educação física e saúde devem seguir as seguintes ideias essenciais:

1) Criar uma filosofia de desenvolvimento associada à «vida saudável» e promover de forma plena o desenvolvimento saudável dos alunos

O currículo de educação física e saúde visa promover o desenvolvimento saudável e integral dos alunos, integrando no ensino os conhecimentos de saúde decorrentes da prática desportiva, para que conheçam a importância do exercício físico e do ensino

適應能力，將體育運動與“健康人生”的發展觀密切結合，以促進學生健康全面發展。

### (二) 實施有效體育教學，引導學生成功體驗學習經驗

體育與健康課程是透過有效體育教學的實施，促進學生學習的發展，根據學生個體差異和興趣，激發學生的體適能、運動技能和心理的潛能，營造和諧一致、適應學生發展的教學氛圍，讓學生獲得有效學習的機會並體驗學習的成功。

### (三) 激發學生體育運動興趣，培養終身體育運動習慣

體育與健康課程的目標，是透過有效體育教學的內容、方法和手段，以激發學生對體育運動的興趣，學習欣賞並享受體育運動的樂趣，主動積極參與課內外體育運動，將體育運動落實在日常生活中，為終身運動打下基礎。

### (四) 重視學生個體發展，促進學生全人發展

體育與健康課程應重視學生參與運動的身體條件、運動能力及興趣，根據個體差異和需求，訂定合適的學習目標，透過活潑有趣的教學內容，鼓勵學生積極參與體育運動，發揮體育運動對學生全人發展中的功效。

## 二、課程目標

(一) 掌握體育運動與健康的基礎知識、基本技術和方法，瞭解“健康人生”發展觀；

(二) 瞭解體育運動對健康發展的重要性，培養健康的生活態度與良好的行為；

(三) 運用漸進學習的方式，掌握各類基礎的競技運動技能；

(四) 積極增強個體的體適能，以促進健康水平的提升；

(五) 樂於參與體育運動，培養體育運動的習慣；

(六) 表現適宜的人際關係、合作精神與社會適應之能力，培養良好的心理素質。

para a saúde. A educação física e saúde aumenta a aptidão física dos alunos, a sua consciência para a saúde e para a necessidade de prática desportiva, bem como a sua capacidade de adaptação à sociedade, relacionando o desporto com a filosofia de desenvolvimento associada à «vida saudável», promovendo o desenvolvimento saudável e integral dos alunos.

2) Realizar um ensino eficaz da educação física e orientar os alunos para uma experiência de aprendizagem com sucesso

O currículo da educação física e saúde promove o desenvolvimento da aprendizagem dos alunos através da aplicação eficaz do ensino do desporto. De acordo com as diferenças individuais e interesses dos alunos, pretende-se estimular as suas aptidões físicas, competências desportivas e psicológicas criando um ambiente pedagógico harmonioso adaptado ao seu desenvolvimento para que usufruam de oportunidades de aprendizagem eficazes e experimentem o sucesso.

3) Estimular o interesse dos alunos pelo desporto e formar hábitos desportivos ao longo da vida

O objectivo do currículo de educação física e saúde é estimular o interesse dos alunos pelo desporto através de conteúdos, métodos e meios eficientes de ensino nesta área, para que aprendam a apreciar e a usufruir do desporto, participem activamente em acções desportivas nas aulas ou fora delas, integrando o desporto na sua vida quotidiana de forma a criar hábitos de prática desportiva ao longo da vida.

4) Dar importância ao desenvolvimento individual dos alunos e promover o seu desenvolvimento integral

O currículo da educação física e saúde deve dar importância às condições físicas, às capacidades desportivas e aos interesses dos alunos que praticam desporto. De acordo com as diferenças e necessidades individuais, deve também definir os objectivos adequados da aprendizagem e, através de um conteúdo de ensino dinâmico e interessante, incentivar os alunos a participarem activamente no desporto que desempenha um papel importante no desenvolvimento integral dos alunos.

## 2. Objectivos curriculares

1) Dominar as técnicas e os conhecimentos básicos, as formas de desporto e saúde, e compreender a filosofia de desenvolvimento associada à «vida saudável»;

2) Compreender a importância do desporto no desenvolvimento da saúde, formando comportamentos e atitudes saudáveis de vida;

3) Utilizar um modo progressivo de aprendizagem para dominar as competências básicas dos desportos competitivos;

4) Melhorar activamente a aptidão física individual para promover o aumento de saúde;

5) Gostar de participar em actividades desportivas, criando o hábito de praticar desporto;

6) Demonstrar boa relação interpessoal, espírito de cooperação e capacidade de adaptação social, bem como formar boas qualidades psicológicas.

## 三、各學習範疇基本學力要求的具體內容

## 編號說明：

(1) 大寫英文字母代表不同學習範疇的基本學力要求，A — “運動知識”，B — “運動技能”，C — “運動與身心健康”，D — “運動與體適能”，E — “運動參與”，F — “運動與社會適應”；

(2) 字母後第一個數字代表不同參照年級，1 — 一至三年級，2 — 四至六年級；

(3) 字母後第二個數字代表該學習範疇內的基本學力要求的項目序號。

## 學習範疇A：運動知識

- A — 1 — 1 瞭解進行運動時應注意的事項；
- A — 1 — 2 瞭解運動時輕微損傷處理的方法；
- A — 1 — 3 知道使用不同途徑，關注運動訊息；
- A — 2 — 1 認識常見的運動項目和比賽；
- A — 2 — 2 認識參與運動項目的規則；
- A — 2 — 3 瞭解常見的運動情境中傷害的預防與處理；
- A — 2 — 4 懂得使用不同途徑，獲得常見的運動訊息。

## 學習範疇B：運動技能

- B — 1 — 1 能做出簡單的靜態與動態平衡動作；
- B — 1 — 2 能在移動時保持身體平衡；
- B — 1 — 3 能合理地做出走跑動作；
- B — 1 — 4 能做出簡單的跳躍動作；
- B — 1 — 5 能合理地傳接、操控、擊打及踢物件；
- B — 1 — 6 能合理地投擲物件；
- B — 2 — 1 能用身體不同部位短時間支撐及保持平衡；
- B — 2 — 2 能在移動時進行簡單的跳躍動作；
- B — 2 — 3 能在移動時傳接、操控、擊打及踢物件；
- B — 2 — 4 能在投擲時控制力量及準確性；
- B — 2 — 5 能完成簡單的組合動作；
- B — 2 — 6 能初步掌握多項運動技術且能表現於活動中。

3. Conteúdos específicos das exigências das competências académicas básicas dos diversos âmbitos de aprendizagem

## Descrição dos códigos:

1) A letra do alfabeto, em maiúscula, indica as exigências das competências académicas básicas dos diferentes âmbitos de aprendizagem, a saber: A - Conhecimentos desportivos; B - Competências desportivas; C - Desporto e saúde física e mental; D - Desporto e aptidão física; E - Participação no desporto; F - Desporto e adaptação social;

2) O primeiro número após a letra maiúscula representa os diversos anos de escolaridade que servem como referência: 1 - do 1.º ao 3.º ano, 2 - do 4.º ao 6.º ano;

3) O segundo número representa o número de ordem das exigências das competências académicas básicas do respectivo âmbito de aprendizagem.

## Âmbito de aprendizagem A: Conhecimentos desportivos

- A—1—1 Compreender as orientações essenciais quando se pratica desporto;
- A—1—2 Compreender os métodos de tratamento de lesões leves no desporto;
- A—1—3 Saber usar diferentes meios da sociedade para acompanhar as informações desportivas;
- A—2—1 Conhecer as modalidades e competições desportivas mais comuns;
- A—2—2 Conhecer as regras das modalidades desportivas em que participa;
- A—2—3 Compreender a prevenção e o tratamento de lesões mais comuns decorrentes da prática desportiva;
- A—2—4 Saber usar diferentes meios para obter informações desportivas gerais.

## Âmbito de aprendizagem B: Competências desportivas

- B—1—1 Efectuar movimentos simples de equilíbrio estático e dinâmico;
- B—1—2 Manter o equilíbrio do corpo enquanto se move;
- B—1—3 Andar e correr de forma razoável;
- B—1—4 Realizar saltos simples;
- B—1—5 Ser capaz de, satisfatoriamente, passar, controlar, bater e pontapear um objecto;
- B—1—6 Arremessar, satisfatoriamente, um objecto;
- B—2—1 Suportar-se e equilibrar-se, durante pouco tempo, com diferentes partes do corpo;
- B—2—2 Realizar saltos simples quando se move;
- B—2—3 Passar, controlar, bater e pontapear um objecto quando se move;
- B—2—4 Controlar a força e a precisão em movimento de arremesso;
- B—2—5 Concluir combinações simples de movimentos;
- B—2—6 Dominar minimamente as técnicas de vários desportos e demonstrá-las nas actividades.

## 學習範疇C: 運動與身心健康

- C—1—1 瞭解運動對身體健康發展的益處;
- C—1—2 瞭解運動不足對身體健康的影響;
- C—1—3 認識身體各部位在運動中的基本功能;
- C—1—4 在遊戲中與同伴相互合作, 享受遊戲中的樂趣;
- C—1—5 參與遊戲時, 應尊重他人合理的意見;
- C—1—6 體驗成功或失敗的運動經驗, 並能表達情緒感受;
- C—2—1 認識體育鍛鍊有助於身體機能的改善及形態的發展;
- C—2—2 知道適量的體育運動是預防疾病的有效方法;
- C—2—3 知道進行體育運動時, 應配合均衡飲食以補充適宜的營養;
- C—2—4 能表現出勝不驕、敗不餒的態度;
- C—2—5 覺察自己與他人的運動水平, 並能接受彼此的差異;
- C—2—6 能克服一定的困難, 堅持進行體育運動。

## 學習範疇D: 運動與體適能

- D—1—1 認識體適能的概念與類型;
- D—1—2 認識體育運動對體適能的影響;
- D—1—3 瞭解養成規律運動習慣有助保持良好的體適能;
- D—1—4 透過體育運動來達到本地兒童相應年齡的健康體適能常模標準;
- D—2—1 知道健康體適能與運動體適能的差異與訓練應注意事項;
- D—2—2 瞭解體適能的益處, 積極參與有助提升體適能的體育運動;
- D—2—3 透過體育運動來達到本地少年兒童相應年齡的健康體適能常模標準;
- D—2—4 能掌握健康體適能的測量方法。

## Âmbito de aprendizagem C: Desporto e saúde física e mental

- C—1—1 Compreender os benefícios do desporto para o desenvolvimento da saúde;
- C—1—2 Compreender as consequências para a saúde causadas pela prática insuficiente de desporto;
- C—1—3 Conhecer as funções básicas das diferentes partes do corpo no desporto;
- C—1—4 Colaborar com os colegas nos jogos, desfrutando do prazer dos mesmos;
- C—1—5 Respeitar as opiniões dos outros quando participar nos jogos;
- C—1—6 Experimentar o sucesso e o fracasso no desporto, expressando as respectivas emoções e sentimentos;
- C—2—1 Saber que o exercício físico ajuda a melhorar as funções corporais e a desenvolver a forma física;
- C—2—2 Saber que o desporto moderado é uma forma eficaz de prevenir doenças;
- C—2—3 Saber que deve seguir uma alimentação equilibrada quando se pratica desporto, como complemento de uma nutrição adequada;
- C—2—4 Mostrar humildade nas vitórias e não desanimar nas derrotas desportivas;
- C—2—5 Conhecer o nível desportivo pessoal e observar o dos outros, aceitando as diferenças;
- C—2—6 Ser capaz de vencer determinadas dificuldades e insistir na prática desportiva.

## Âmbito de aprendizagem D: Desporto e aptidão física

- D—1—1 Conhecer o conceito e as diferentes formas de aptidão física;
- D—1—2 Conhecer a importância do desporto na aptidão física;
- D—1—3 Compreender que o cultivo do hábito da prática desportiva regular ajuda a manter uma boa aptidão física;
- D—1—4 Conseguir com o desporto, os padrões normais de aptidão física relacionada com a saúde correspondentes às idades das crianças locais;
- D—2—1 Saber as diferenças entre a aptidão física relacionada com a saúde e a aptidão física relacionada com o desporto, bem como as observações que deve ter em conta quando efectuar treino desportivo;
- D—2—2 Compreender os benefícios da aptidão física e participar activamente na prática desportiva que aumenta a aptidão física;
- D—2—3 Atingir, através do desporto, os padrões normais de aptidão física relacionada com a saúde correspondentes às idades das crianças e adolescentes locais;
- D—2—4 Dominar os métodos de medição de aptidão física relacionada com a saúde.

## 學習範疇E: 運動參與

- E—1—1 能積極參與遊戲活動;
- E—1—2 能認識並安全合理地使用遊戲器材與場地;
- E—1—3 能表達參與遊戲活動的感覺;
- E—2—1 能樂於參與體育運動;
- E—2—2 能選擇合適運動環境參與體育運動;
- E—2—3 願意與他人分享參與運動的體驗。

## 學習範疇F: 運動與社會適應

- F—1—1 能遵守遊戲規則, 與他人合作完成遊戲活動;
- F—1—2 能在遊戲活動時尊重他人, 與他人友好相處;
- F—1—3 能對能力較弱者給予接受及協助;
- F—1—4 能有秩序地使用運動器材與場地;
- F—2—1 瞭解並遵守運動規則, 服從裁判;
- F—2—2 能在體育運動中接受自己或同伴的失誤;
- F—2—3 能對運動能力較弱者給予關心及幫助;
- F—2—4 能勇於承擔在小組學習的責任, 為小組共同的目標而努力。

## 附件十二

## 小學教育階段藝術基本學力要求

小學教育藝術基本學力要求包括視覺藝術及音樂兩個組成部分, 其具體內容如下:

## I. 視覺藝術

## 一、基本理念

藝術是人類文化和生活的重要組成部分。視覺藝術教育作為一種人文教育, 其基本功能是激發學生的藝術潛能, 培養其創意能力, 陶冶其生活情趣, 促進其人格健全發展, 提升學生的藝術素養。為此, 小學教育視覺藝術基本學力要求應遵循如下基本理念:

## (一) 培養學生對視覺藝術的興趣和熱情

興趣是學習視覺藝術的基本動力。小學視覺藝術教育應配合學生心智成長及美感發展的特點, 引發學生對學習視覺藝術

## Âmbito de aprendizagem E: Participação no desporto

- E—1—1 Participar, activamente, nos jogos;
- E—1—2 Conhecer e usar satisfatoriamente e de forma segura os equipamentos e locais próprios para jogos;
- E—1—3 Ser capaz de expressar os sentimentos resultantes da sua participação nos jogos;
- E—2—1 Desfrutar da participação em actividades desportivas;
- E—2—2 Ser capaz de escolher um ambiente desportivo adequado para praticar desporto;
- E—2—3 Estar disposto a partilhar com os outros as experiências obtidas na prática desportiva.

## Âmbito de aprendizagem F: Desporto e adaptação social

- F—1—1 Cumprir as regras e colaborar com os outros para terminar os jogos;
- F—1—2 Respeitar os outros nos jogos e conviver harmoniosamente;
- F—1—3 Aceitar e ajudar os que têm menos capacidades;
- F—1—4 Usar ordenadamente os equipamentos e locais para a prática de desporto;
- F—2—1 Compreender e cumprir as regras do desporto e aceitar as decisões dos árbitros;
- F—2—2 Aceitar os erros cometidos por si próprio ou pelos outros no desporto;
- F—2—3 Preocupar-se e ajudar os que têm menor capacidade para o desporto;
- F—2—4 Ter coragem em assumir as responsabilidades de aprendizagem em grupo e esforçar-se pelo objectivo comum do mesmo.

## ANEXO XII

## Exigências das competências académicas básicas de artes no ensino primário

As exigências das competências académicas básicas de artes no ensino primário incluem artes visuais e música, com o seguinte conteúdo:

## I. Artes visuais

## 1. Ideias essenciais

As artes são uma componente importante cultural e de vida da humanidade. O ensino das artes visuais, como vector de educação humana, tem como funções fundamentais estimular as potencialidades artísticas dos alunos, alimentar a sua criatividade, formar interesses na vida, promover o desenvolvimento da personalidade e aumentar a sua qualidade artística. Pelo que, as exigências das competências académicas básicas de artes visuais no ensino primário devem seguir as seguintes ideias essenciais:

## 1) Desenvolver nos alunos o interesse e entusiasmo pelas artes visuais

Sendo o interesse o motor básico da aprendizagem das artes visuais, a educação em artes visuais no ensino primário, deve articular-se com as características do desenvolvimento intelectual