



健康科學及體育學院
體育教育學士學位課程
學科單元/科目大綱

學年	2024-2025	學期	1&2
學科單元/科目編號	POTF321		
學科單元/科目名稱	專修運動—田徑		
先修要求	沒有		
授課語言	中文		
學分	8	面授學時	120 課時
教師姓名	林楚祺	電郵	t1773@mpu.edu.mo
辦公室	體育館 P102	辦公室電話	85996828

學科單元/科目概述

本學科單元是為修讀體育教育學士學位課程學生所開設的選修學科單元，共 120 學時，分 1、2 學期。本學科單元的教學內容包括技術、理論及教學實習三個部份。技術：田徑的 6 個重點項目(短跑和接力跑、跨欄跑、跳遠、跳高、推鉛球、擲標槍)和 2 個介紹項目(三級跳遠、擲鐵餅)；理論：田徑的 8 個理論專題(田徑運動概論、短跑和接力跑的理論知識、跨欄跑理論知識、跳遠理論知識、跳高理論知識、推鉛球理論知識、擲標槍理論知識、中長跑理論知識、田徑運動教學)、教學實習安排約 40 課時，通過教學實踐對學生進行教學的培育。本學科單元是使學生系統學習和掌握田徑運動的基本技術和基礎理論，發展他們的身體素質和實際技能，提升他們從事田徑運動教學工作、訓練工作和裁判工作的能力，並予以實踐。

學科單元/科目預期學習成效

完成本學科單元/科目，學生將能達到以下預期學習成效：

M1.	認識和較深入地了解田徑運動的歷史概況和現今發展情況；
M2.	較好的掌握田徑運動各重點項目的基礎理論；
M3.	較好的掌握田徑運動各重點項目的基本技術；
M4.	具備從事田徑運動教學與訓練的基礎能力；
M5.	具備中小學田徑教學和競賽組織的基礎能力。



有關預期學習成效促使學生取得以下課程預期學習成效：

課程預期學習成效	M1	M2	M3	M4	M5
P1. 學術內容：對體育理論的認識與理解	✓	✓			
P2. 學術內容：解決運動中問題和運動管理技巧的相關知識		✓	✓		
P3. 學術內容：對體育產業的批判性理解	✓	✓			
P4. 學科技能：提升各運動項目的技能		✓	✓		
P5. 學科技能：發展服務於體育組織的能力和素質				✓	✓
P6. 學科技能：將理論應用於體育實踐的能力				✓	✓
P7. 特質：具備組織、領導和評估體育項目的能力				✓	✓
P8. 特質：具備體育相關領域的專業知識	✓	✓	✓	✓	✓
P9. 特質：具備體育科研能力		✓			
P10. 特質：具備有效的口頭和書面溝通能力		✓		✓	✓
P11. 特質：擁有全球視野，具備從不同的角度理解問題的能力	✓	✓		✓	
P12. 特質：展現體育精神，鼓勵年輕一代對生活有積極的態度				✓	✓
P13. 特質：鼓勵學生和身邊的人踐行健康的生活方式				✓	✓

教與學日程、內容及學習量

週	涵蓋內容	面授學時
1-5	技術教學-短跑及專項素質	12
3	理論教學-短跑	2
5	理論教學-田徑運動教學理論與方法	2
6-9	技術教學-跳遠	10
7	理論教學-跳遠	2
8-15	教學實習-浸信中學田徑隊及興趣班	20
10-15	技術教學-鉛球	10
14	技術教學-長跑	2
16-17	技術教學-標槍	8



16-24	教學實習-浸信中學田徑隊及興趣班	18
16	理論教學-標槍	2
19	理論教學-跨欄	2
19-22	技術教學-跨欄	10
23-24	理論教學-競賽組織、跳高	4
25-29	技術教學-跳高	8
29	技術教學-三級跳遠	2
30	裁判法	4
30	理論評核	2

教與學活動

修讀本學科單元/科目，學生將透過以下教與學活動取得預期學習成效：

教與學活動	M1	M2	M3	M4	M5
T1. 理論教學	✓	✓		✓	✓
T2. 技術教學		✓	✓	✓	✓
T3. 教學實習			✓	✓	✓

考勤要求

考勤要求按澳門理工大學《學士學位課程教務規章》規定執行，未能達至要求者，本學科單元/科目成績將被評為不合格（“F”）。

考評標準

修讀本學科單元/科目，學生需完成以下考評活動：

考評活動	佔比 (%)	所評核之 預期學習成效
A1. 技術評核	40%	M3
A2. 作業	10%	M2, M4, M5
A3. 理論評核	30%	M1,
A4. 實習表現評核	20%	M3, M4, M5



有關考評標準按大學的學生考評與評分準則指引進行（詳見 www.mpu.edu.mo/teaching_learning/zh/assessment_strategy.php）。學生成績合格表示其達到本學科單元/科目的預期學習成效，因而取得相應學分。

評分準則

採用 100 分制評分：100 分為滿分、50 分為合格。

1. 平時分	技評和達標	40%
2. 平時分	作業	10%
3. 平時分	實習表現	20%
4. 考試分	田徑 8 個理論專題的期末理論考試	30%
總百分比		100%

書單

課本

張貴敏主編，全國體育學院教材委員會審定，2008 年，《體育院校通用教材-田徑運動教程》，中國版本圖書館 CIP 數據核字(2007)第 147707 號，北京:人民體育出版社，ISBN 9787500932895

參考文獻

中國田徑協會審定，2008 年，《田徑競賽規則(2008)》，中國版本圖書館 CIP 數據核字(2008)第 091202 號，北京:人民體育出版社，ISBN 978-7-5009-3481-3

中國田徑協會著，1999 年，《中國田徑-教學訓練大綱》，成都科技大學出版社，ISBN 7-5616-3568-0

中國國家體育總局，1999 年，《中國體育教練員崗位培訓教材-田徑》，中國版本圖書館 CIP 數據核字(98)第 28867 號，北京:人民體育出版社，ISBN 7-5009-1672-8

宗華敬, 楊善德 / 主編，2000 年，《中國優秀-田徑運動員-技術圖片選輯》，中國版本圖書館 CIP 數據核字(2000)第 46452 號，北京:人民體育出版社，ISBN 7-5009-2030-X

莫雷主編，2002 年，《教育心理學》，中國版本圖書館 CIP 數據核字(2002)第 031200 號，廣州:廣東高等教育出版社，ISBN 7-5361-2677-8



文超主編，1996年，《田徑熱點論》，中國版本圖書館CIP數據核字(96)第03260號，北京:人民體育出版社，ISBN 7-5009-1304-4

袁作生, 南仲喜 / 主編，1997年，《現代田徑運動科學訓練法》，中國版本圖書館CIP數據核字(97)第05652號，北京:人民體育出版社，ISBN 7-5009-1434-2

全國體育學院教材委員會審定，1991年，《體育學院普修通用教材-田徑》，人民體育出版社，ISBN 7-5009-0634-X/G

主要期刊

中國體育報業總社，中國田徑協會主辦，《田徑》月刊，ISSN1000-3509

北京市教育委員會主管，首都體育學院主辦，《體育教學》月刊，ISSN1005-2410

網站

www.aamc.org.mo

www.hkaaa.com

www.athletics.org.cn

www.worldathletics.org

學生反饋

學期結束時，學生將被邀請以問卷方式對學科單元/科目及有關教學安排作出反饋。你的寶貴意見有助教師優化學科單元/科目的內容及教授方式。教師及課程主任將對所有反饋予以考量，並在年度課程檢討時正式回應採取之行動方案。

學術誠信

澳門理工大學要求學生從事研究及學術活動時必須恪守學術誠信。違反學術誠信的形式包括但不限於抄襲、串通舞弊、捏造或篡改、作業重覆使用及考試作弊，均被視作嚴重的學術違規行為，或會引致紀律處分。學生應閱讀學生手冊所載之相關規章及指引，有關學生手冊已於入學時派發，電子檔載於 www.mpu.edu.mo/student_handbook/。