



健康管理與社會關懷科

隨著醫療科技進步，人口發展的趨勢及現代人對健康的重視，正展現了本科在個人、社區、社會層面也絕對有長遠的需要和發展。

以「信、望、愛」體現本科精神

若能以「信、望、愛」的原則去理解本科，透過課堂教與學、實地學習、反思日誌等過程，無論是對學生的個人成長、人生體驗、對家庭和社會的責任、將來升學就業也是有著重要的契機。

「信」，人生的重要信念：「全人健康」、「生命中不同事件的正面回應」、「危害健康的風險行為」、「精神健康的重要」、「人際關係」、「生態平衡」、「醫護、社福界的專業」、「社會保障」等主題均能鞏固我們對自身、家人、社會建立正面的信念。

「望」，當理解及學習到課程內的「醫療護理制度」、「健康城市」、「專業轉介」、「健康與幸福」、「減壓策略」等內容後，個人對自己的期望、對家人對社區及對社會也會充滿希望和盼望。

「愛」，透過本科的議題：「家暴」、「成癮」、「歧視」、「人口老化」、「貧窮」問題的探討，如身歷其中者必有增加自身的能力，如身在福中者更必深入認識社會關愛的重要及公民的責任。



體育科

文憑試中的體育科旨在使學生能夠掌握體育運動相關的知識與技能，並培養積極態度，能自我調控地實踐活躍及健康的生活。本科幫助學生在科學、人文及社會科學打下良好基礎，為升讀專上教育課程做好準備；無論是精英運動員還是只對體育運動有興趣的學生都適合修讀。

課程結構

理論學習分屬三個主題，有九個課題部分：

- 強身健體：人體、體適能和營養、運動創傷
- 提升自我：動作分析、運動與訓練、心理技能
- 關心社群：歷史和發展、社會影響、運動和康樂活動管理

三項實習活動包括個人、球類及體適能測試：

- 項目一：從籃球、足球、排球、羽毛球、乒乓球及手球（新增第二年）選出一項，每項均要進行路線演示及小組對賽
- 項目二：從田徑、游泳及體操選出一項，每項再細選一田一徑 / 兩種泳式 / 兩項體操項目
- 項目三：必考坐地體前伸、一分鐘仰臥起坐、引體上升（男） / 曲臂懸垂（女）及1,609米跑

王頌華老師（廠商會中學）

課程結構

本科的特色主要正是與科目名稱「健康管理」與「社會關懷」這兩方面為大主題，主要的課程結構有以下五項：

- 人生不同階段的個人發展、社會關懷及健康
- 本地與全球的健康與社會關懷情境
- 回應護理、推廣及保護等與社會關懷以範疇的需要
- 推廣及維持社區內的健康與關懷
- 身體力行
- 健康推廣、保健與社會關懷

升學就業出路

「健康管理」和「社會關懷」是離不開每個人生命，有不少相關的行業及升學途徑。無論經濟環境好與壞，社會亦需要從事健康和促進社會福利有關的工作及職位：社福界、醫護界、教育界、健康推廣等範疇均提供不少升學就業的機會。

老師個人感言：「健康無價、關懷無限、社會福樂無窮。」



- 2019年文憑試校本評核：佔全科成績20%。

李啟昭老師（仁濟醫院王華湘中學）

文憑試評核安排

卷別	評核形式	比重
卷一	多項選擇題（約36題）和短答題（約20題）	42%
卷二	長答題。從三個主題問題中選答其中兩題	18%
卷三	實習考試。兩項體育活動的表現及成績和四項體適能評核成績	40%

註：根據2019年香港中學文憑考試評核大綱

從實踐中學習

從真實情境中運用和檢視在課堂中學到的理論，能加深了解和記憶，回答問題時更有真實經驗和例子。所以，參與不同的比賽、協助老師籌辦校內體育活動及參加不同的考察活動是非常重要的，活動後的反思能將所學理論建構聯繫，鞏固所學。

出路選擇

升學方面，除獲部分本地大學的體育及運動科學或運動管理課程列作優先考慮的科目外，本科因包涵科學、人文及社會科學的基礎知識，亦可作考慮入讀本地大學不同學系的科目之一，再加上不同大專院校亦相繼開辦不同程度的與這科有關的課程。近年香港大力推動體育運動，在2014年的施政報告中亦承諾改善及興建體育設施，這提升了本科學生投身體育運動產業的機遇。