



福建中學

FUKIEN SECONDARY SCHOOL

中六畢業試 (2020-2021)

體育科(卷二)

(一小時十五分鐘)

日期：二零二一年一月二十日

姓名：\_\_\_\_\_

時間：上午十一時十五分至下午十二時三十分

班別：\_\_\_\_\_ 班號：\_\_\_\_\_

|     |    |  |
|-----|----|--|
| 題號： | 得分 |  |
| 題號： | 得分 |  |
|     | 總分 |  |

考生須知：

(一) 本卷共有三題，每題佔 18 分。回答任何兩題。

(二) 答案寫在答題簿上，每題(非指分題)必須另起新頁作答。

1. 細閱以下資料。

東京奧運延期一年

為了籌辦東京奧運，相關基建已經花費了至少約 118 億美元....

我們已與東京奧委會簽約，原訂賽期所提供的房間數目已透過奧運網站銷售一空...

位於東京晴海（Harumi）的奧運村原訂在奧運會後改建為公寓出售，約 4100 戶，很多已售出，交房時間訂於 2020 年 3 月...

我們滿懷熱情迎接東京夏季奧運會，宣布東京奧運會延後舉辦，對我們信心打擊是非常沉重的。

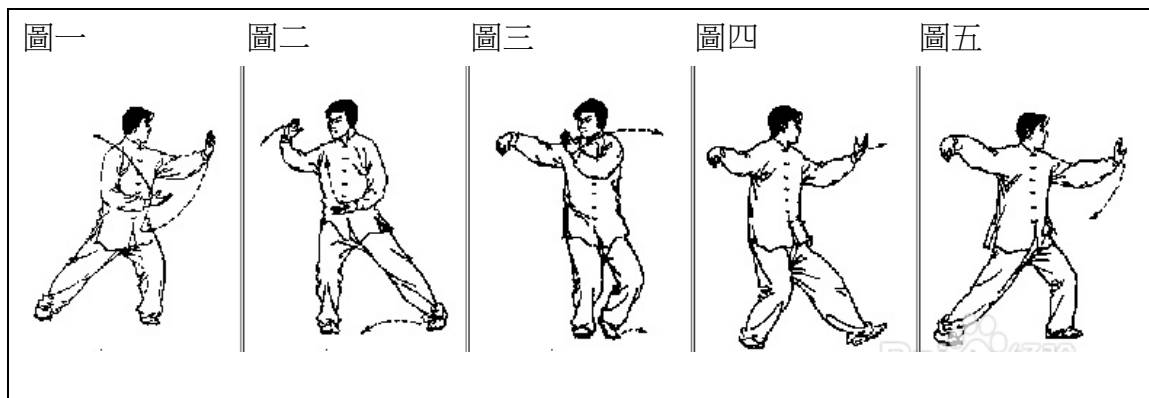
我們為了保持本國市場的競爭力，付出一億美元才能獲得「金牌贊助商」這一榮譽...如今奧運未能如期舉行...

- (a) 描述國際奧林匹克委員會的**兩項**主要工作。 (2 分)
- (b) 從社會、經濟和體育發展三方面分析東京奧運延期一年對該國的影響。 (3 分)
- (c) 籌辦大型運動會需要大量人手處理事前準備工作，試舉例說明哪一種管理架構較合適。 (2 分)
- (d) 日本政府表示，如疫情持續，或會採取嚴格檢測和限制入場人數等措施，絕不希望東京奧運取消。你是否同意此方法？試加以討論。 (3 分)

東京奧運的賽事亦將焦點落在年青及地道化的角度，連同早前新加的運動攀登及滑板外，籃球新增的三人籃球最具觸目，小輪車花式項目亦是新增的重點一環。

- (e) 分析奧運賽事新增項目趨向年青化及地道化的原因。 (3 分)
- (f) 每一屆奧運會都會大量招募義工參與工作，試討論參與奧運會義工如何促進社會化。 (3 分)
- (g) 舉例說明如何在學校推廣奧運精神。 (2 分)

2. 以下是太極拳的部份式子。



- (a) 以力學角度比較圖一和圖五動作的穩定性。 (3 分)
- (b) 指出圖三的動作中，左肩關節和左腕關節的動作類別。 (2 分)
- (c) 指出圖五的動作中，左臂的動作在身體哪一個面和軸完成。 (2 分)
- (d) 分析太極所要求的三種運動體適能。 (3 分)
- (e) 討論「太極拳是老年人運動」。 (3 分)
- (f) 對於初接觸太極運動人士來說，解釋哪一種練習模式較合適。 (2 分)
- (g) 分析太極拳和拳擊運動員喚醒水平的分別。 (3 分)

## 3. 細閱以下資料。

## 資料一

## 疫情下帶口罩做運動

疫情之下，做運動保持身體健康，與防疫同樣重要。惟帶上口罩除增加運動時的不適，汗水沾濕也令口罩失去防疫保護，兼且阻礙呼吸。數月前出現學生戴口罩運動時猝死，引發廣泛關注和對可能因過度使用口罩帶來的健康風險的擔憂。

## 資料二

## 疫情期間長時間留家兒童多吃多睡

美國紐約州立大學水牛城分校最近發表研究，在疫情期間兒童比平時日均多吃了一餐、多睡了半小時、屏幕時間增加 5 小時，但是運動量減少，專家擔心小朋友在疫情過後，體重會大大提升。

## 資料三 明星減肥餐單

## 早餐：

半罐乳酪及 1/4 顆火龍果

## 午餐：

2 片肉 + 2 碗焗青菜也不吃飯

## 晚餐：

不吃

- (a) 解釋佩帶口罩做運動時倍感吃力的原因。 (3 分)
- (b) 因疫情導致停課，大部份香港學童已有半年沒有參與體育活動。
- (i) 陳老師計劃在復課後安排一次體能測試給同學。試為陳老師修訂以下的測試方法，以符合學生的體適能水平，並加以解釋。 (3 分)
- |       |      |         |
|-------|------|---------|
| 心肺耐力  | 肌力   | 肌耐力     |
| 9 分鐘跑 | 引體上升 | 1 分鐘掌上壓 |
- (ii) 如長期缺乏運動，對青少年有發育有何影響？試加以說明。 (3 分)
- (c) 疫情期間兒童被迫在家抗疫。試為家長提出可行建議，說明防止兒童因長時間在家而導致體重大增的兩個方法。 (2 分)
- (d) 試從營養角度討論資料三的減肥餐單。 (3 分)
- (e) 說明戶外跑步時佩帶口罩，會較容易出現哪些運動創傷。 (2 分)
- (f) 如無可避免要佩帶口罩進行運動，有什麼注意事項？試加以說明。 (2 分)

試 卷 完