

學校適應體育的推動計畫與成果

闕月清 | 國立臺灣師範大學體育學系教授

前言

身心障礙者因為生理及心理上的障礙，使其缺少肢體自由活動的能力，也因為缺乏身體活動進而導致健康狀況不佳，身體機能衰退，增加疾病發生的風險。聯合國教育科學文化組織（United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization，簡稱UNESCO）在〈國際體育與運動憲章〉中指出，體育是所有人類的權利，對於身心障礙者而言，體育更是促進其健全人格的教育方式（UNESCO, 1978）。促使身心障礙者擁有良好的人格發展與身體活動，是實現受教平等理念與重視個別差異的具體作法，而適應體育就是利用各種特殊設計的身體活動為教育手段，藉此提升身心障礙學生的全人健康與生活品質（闕月清、游添燈，1998）。

近年來國內特殊教育的回歸主流理念受到重視，鼓勵特殊學生走入普通班級進行融合課程，體育課程提供特殊學生與一般學生彼此交流與學習的機會，藉由適應體育活動不但能提供身心障礙學生學習動作技能與表現動作能力的機

會，同時亦能培養日常生活中所需的功能性能力及正確休閒活動的習慣與態度。透過適應體育活動，身心障礙學生不但可以擁有健康的身體、良好的體適能，也能在師生互動中改善人際關係，為身心障礙學生將來融入社會謀生或自力更生鋪路（闕月清，2004）。適應體育課程對於身心障礙學生深具影響力，如能妥善設計規劃體育課程，針對身心障礙學生的個別需求，給予適性的課程與教學，將能使這些學生在參與課程活動的過程中，獲得益處。

各級學校實施現況

根據教育部98年學校體育統計年報（教育部，2009）指出，國小至高中職學校在對安置於普通班的特殊學生實施適應體育課程時，國小有91%、國中有86%、高中職則有89%的比率是在原班進行體育課程。學校在安排特殊學生的體育課程時，首先考量的因素是「學生的特殊需求」，國小有76%、國中有79%、高中職有79%，學校會將焦點著重在滿足特殊學生的特殊需求，使其能享受體育課。教學內容的規畫，

各級學校則是「依普通學校課程綱要，部分修改編制」、「依學校學期體育教學計畫進度編制」及「依據學生IEP內容編制體育教學計畫」而來進行規畫。學校在編制特殊學生的教材內容時，主要參考的教材資源以「適應體育相關研習資料、參考手冊」為多數，利用這些教材來輔以課程教學。

教育部推行適應體育計畫多年，除了舉辦研習、發行參考手冊之外，亦開辦種子教師研習，積極推動適應體育師資人材庫的建立。但看第一線教學現場的眼中，仍是無法有效化解學校現場對於適應體育師資人材需求的困境，各級學校表示在推動適應體育教學時最大的困境即是師資人力的不足，無法有效提升適應體育的教學效能；而其主因之一就是學校較缺乏適應體育專業知能培訓活動，比例高達70%以上。這表示相關單位辦理的研習活動仍無法有效滿足各級學校對於提升適應體育教學效能的需求，因此除了積極續辦相關研習活動之外，還需思考如何將推廣適應體育的面擴大，培訓更多的種子教師投入教學講習的工作，使第一線的教師得以提升教學效能。

結語

適應體育的理念是「不分類」、「不拒斥」、「反標記」及「反隔離」，我國適應體育

發展雖歷經三個階段，十八餘年的積極推動，過往努力的辛勞已見成效。但展望未來，仍需不斷的持續關心及推動身心障礙學生的教育和身體活動，因為一個國家的進步與否，端看其適應體育發展及推動便可知一二。透過檢討改進來補強過往之不足與當時未能完成的事項，配合世界潮流與國內現況來發展適應體育計畫與教學，為身心障礙或失能學生安排適合其特殊需求的課程內容，使其在適當的學習環境中可以獲得身體活動及從事運動的機會，除能提升自身體適能及身體活動能力之外，亦可增進日常生活的行動能力及社會互動。

參考文獻

- 闕月清、游添燈（1998）。適應體育理論與基礎。載於國立臺灣師範大學學校體育研究與發展中心（主編），適應體育導論（頁3-51）。臺北市：教育部。
- 闕月清（2004）。臺灣適應體育的發展。TAPAS雜誌，12（2），18-19。
- UNESCO. (1978). *International charter of physical education and sport*. Paris: International Fund for the development of Physical Education and Sport.



看誰套得快！



大家一起來做七彩布丁



水中也能開火車



搖動沙球舞起來



要瞄準一點：得3分！



看我呼拉呼拉真好玩