

# 愛Believe愛Can Fly

## > 文山特教校本體育課程

曾智泓 臺北市立文山特殊教育學校教師  
柯嘉銘 臺北市立文山特殊教育學校教師

### 前言

特殊教育學校設立以招收重度、極重度身心障礙、病弱與多重障礙學生為主；臺北市立文山特殊教育學校（以下簡稱本校）高職部擁有體育專長背景的七位特教教師，共同備課設計課程進行主題教學，成立健康與體育領域社群（特愛動），討論設計符合高職重度與多重障礙學生需求之健康與體育領域課程，以協同教學方式進行教學，課程除游泳以外有籃球、足球、羽毛球、體適能、樂樂棒球、桌球及地板滾球等計八大運動主題，每項主題為期2個月（計8週）。

本校在創設初期極為重視與學生生理健康發展息息相關的健康與適應體育課程，但教師間相關適應體育教學的討論中常出現教師反映「不會打球，不知怎麼上體育課」、「不會游泳，不會教游泳」及「學生的障礙特殊狀況適合運動嗎？」等等，在教學現場遇到的問題，教師們在這期間積極參與相關適應體育研習，並就教學現場問題彼此討論交流與經驗分享。在多年討論交流的過程中本校多位具有體育專業背景的特教教師一直分享許多的適應體育相關知能，並協助設計相關教學活動，討論、教學、修正這樣的教學循環一直持續著，無



圖1 特愛動團隊

形中匯集團隊精神成立一個「特愛動教師專業社群」。

創新教學之理念與作法：一、透過更多的動作參與，使其障礙之肢體動作能力能維持或提升；二、透過活動參與加強人際互動溝通表達，增加團隊合作的學習經驗；三、以需求出發，符合學生能力現況，設計個別化教學活動，真正落實特教新課綱之精神；四、延伸課程，參與比賽肯定自我能力；五、建立本校高職健康與體育領域課程

教學模式，落實學生適應體育IEP目標，提升學生每堂課程學習（運動）時間約15%至30%成效。

### 校園體育硬體設施說明

本校佔地小，主體建築扣除後，室外空間不足，無法設置室外操場，體能較佳的學生，較難做戶外相關體能訓練與課程；全校同時做體能活動時，需運用班群教室前寬敞的走道及大型室內空間。



圖2 本校參與標竿學校徵選獲獎合影

室內空間設置有體育館、水療池、溫水游泳池、教師圖書館、學生圖書館、玩具圖書館、大型及小型研討室。本校有完備的無障礙設施，如：無障礙坡道、8座電梯、無障礙廁所、防撞板、防撞護角及扶手、游泳池設置有可升降高度的水底平臺、燈號顯示器、聲控導盲系統……等。

為了讓所有學生都有合宜深度的泳池，此游泳池設計有可升降高度之水底平臺，它能依循著使用者之身高而調整成不同的深度，並以號誌顯示水深隨時提醒現場師生掌握水域教學安全。

基於保障學生安全，學校主體部分全面採鋼骨結構，且環境規劃以完全無障礙為其設計目標，因此全校皆是平坦的無障礙通路。

## 愛Believe 愛Can Fly：課程特色介紹

### 一、設計理念與願景

本校適應體育討論的主題不再單單只是課程活動的設計，更延伸為課程規劃、學生專長適性學習等等。社群中主要討論的目的有下列幾項：（一）以學生學習需求為導向，並與新課綱共同發展，活化健康與體育領域課程，以多層次課

程設計提升高職部學生體適能。

（二）建立健康與體育領域師資社群，並落實校內師資專才專用系統，促進學生獲得更佳的學習成效。（三）教師以合作教學方式進行適應體育教學共同探究、解決教學問題與專業成長。

### 二、推動策略與作法

本校各項主題運動項目於高職部全年段進行教學，並融入相關宣



圖3 運用大型輔具進行趣味游泳教學



圖4 本校適應體育運動會

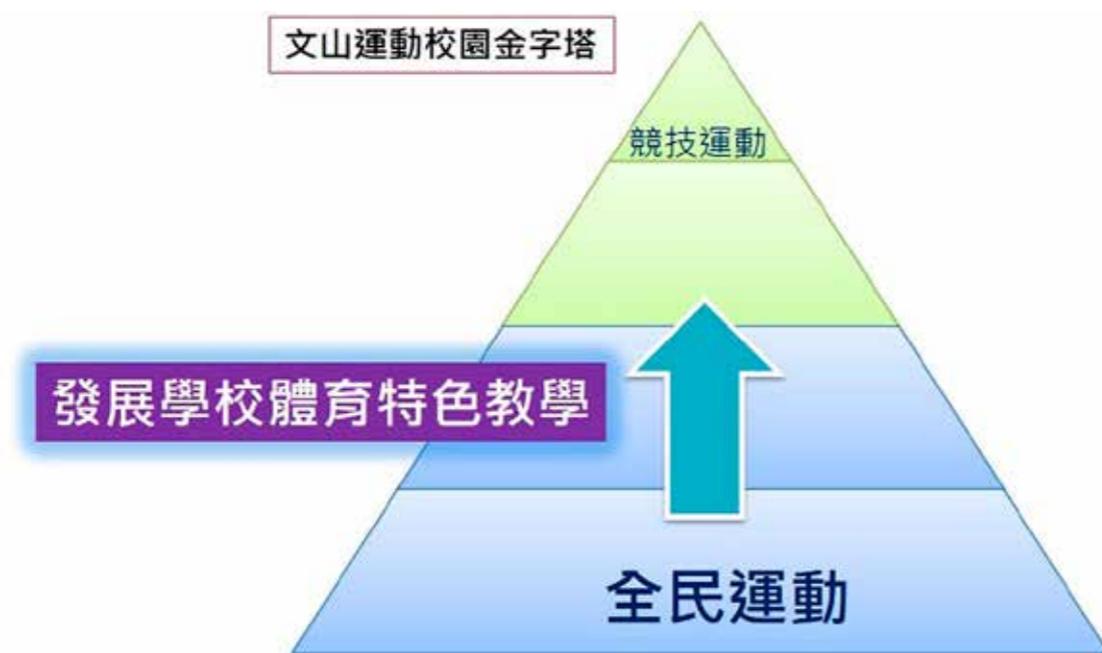


圖5 學校適應體育課程

導議題，教材編選五大原則：

- (一) 樂趣原則：教材的編選宜力求淺顯生動，並兼顧學生興趣的考慮，以促進教學之成效。
- (二) 彈性原則：教材的編選應有彈性，並顧及學生個別差異，逐步引導學生學習，使能成功學習。
- (三) 社區化原則：以適應體育為核心，配合學生的生活能力、體能、生活經驗等現況條件。
- (四) 功能性原則：教材應把握學生的學習能力及生活功能需求，顧及社區當前及未來休閒運動的需求，編選在日常生活中能實際應用的題材，以引導學生學有所用。
- (五) 重要活動原則：就學生適應個人生活、家庭生活、社區生活及休閒生活等所需發展

的能力，及學生個別的身心發展特質，重要活動是統整性的以及具體性的，它應統整結合多項學習內容及教學目標。

學校體育是校務發展整體工程的一部分，近年來健康促進校園政策更是現階段的熱門議題，加上臺北市政府教育局依據臺北市身心障礙教育白皮書自102學年起也積極推動「臺北市推動身心障礙學生適應體育發展四年計畫」，目的是改善並提升臺北市身心障礙學生身心健康發展，落實推動適應體育理念，強化教師專業知能，設計各類身心障礙學生適應體育學習活動，以增進學生活動參與，享受運動樂趣，提高生活品質。若能由學校及社區著手，讓身心障礙者從學齡階段即養成運動或從事休閒活動的習慣，才是化被動為主動的最佳辦法（黃詩斐、周俊良、姜筱華，

2015)。因此本團隊以特殊學校高職學生的適應體育課程為例，除了身心障礙學生的身體活動量之外，同時也探討教師的協同教學策略成效，期許成果可作為未來特殊學校推展適應體育之參考。

藉由各體育專長背景之特教老師進行健康與體育領域課程設計、執行教學及教學研討，建立高職部健康與體育領域課程教學模式，落實學生IEP提升高職部學生體適能。



圖6 適應體育課程八大運動主題

### 三、實施情形與成果

成立健康與體育領域社群，101學年下學期確定課程計畫通過後，為落實計畫及達成預訂教學目標效益，提請學務處及教務處進行教師人力協調，除了以核心教師為主體，徵求相同意願的教師加入本社群；師資陣容除了原有的七位設計課程教師以外，102學年共計19位教師17位教師助理；103學年共計18位教師18位教師助理，感謝有這群生力軍加入，讓課程進行更順利，社群更健全。

課程融入學校體育相關活動，在校內部分依校務發展辦理體育競賽，例如地板滾球賽及校慶體育活動等。校外部分積極組隊參加校外體育競賽，例如臺北市政府體育局（身心障礙市民運動會）、中華民國智障者體育運動協會（特奧會選拔賽）、中華民國身心障礙者服務推廣協會（亞特盃）、中華民國殘

障體育運動總會（會長盃），以及中華民國腦性麻痺協會（全國Boccia滾球賽）等等，依比賽時程結合課程進行教學及訓練，並於每年校慶以適應體育活動展現學習成果。

### 結語

適應體育教學依據個別化適性調整下，應是朝向「強化學生現有能力及學習體育專項技能，進而邁向社區融合」的概念發展（黃詩斐、周俊良、姜筱華，2015）。在特殊學校裡很難能可貴找到有完整的適應體育師資，本校期許能集結擁有體育專長背景的特教老師，共同設計在符合學生需求上提供專業的適應體育教學，藉此讓學生落實體適能IEP目標，亦能在此社群平臺讓教師在適應體育專業領域上精進，相互扶持，共創學校特色課程及邁向社區融合願景。

## 一、實施成效

每個月定期召開一次教學研究會，共同討論教學進行現況及學生學習評量，當月主題依學生需求調整課程內容以集思廣益共同討論，並將修訂後的課程作為下次執行的依據；每堂於課後進行當學年段教師群共同省思，並立即給予主教者教學回饋，成為教學上重要的精進動力來源。

透過科技網路強化社群能量，藉由臉書（Facebook）及LINE成立討論社群，隨時有任何教學資訊及構想，就可立即分享及討論，也可因此縮短定期會議之討論時間，更可藉此凝聚團隊精神的向心力，亦成為重要的教學分享網絡。

協同教學設計不僅促進教師省思及分享創意，而且增進學生得學習動機及發展潛能（王敏秀、闕月清，2004）。面對教學現場身心障礙學生不同障礙導致在生理上出現

不同的能力限制，教師須設計符合多數身心障礙學生不同障礙的課程內容，的確顯得相當不容易，而在人力資源有限的情況下，班群協同教學在特殊學校已成風氣，教師們集思廣益，分工合作，匯集學校現有資源，設計屬於學生專屬的適應體育課程，亦可藉此達到師生共同成長的目標。

以往本校有得天獨厚的升降游泳池設施，因此每個學部在一週2堂的健康與體育課程，就是以游泳課或無法下水時的體育館課程為主，但在101學年度，體衛組整合相關體育老師的專長，做了一番變革，健康與體育課程有了變化！每2個月會有新的單元，文山的孩子除了游泳課以外，開始接受籃球、羽球、足球、桌球、樂樂棒球、體適能等的專業課程。

以足球課程為例，設計者與主帶者發現孩子們開始因設計而有

了更多元的學習，因多元的因材施教，我們最初衷的想法，讓每個孩子動起來，現在實現了！教學就像練體能一樣，花多少心力，獲得多少能力。孩子們正在反饋我們的努力，文山的健康與體育課程正因我們的努力開始萌芽茁壯。

協同教學可以幫助教師藉此了解其他教師對相同課程的認知與教材教法，彼此對於所實施之課程單元的教學設計中，可以充分展現個人所學專長，亦可在討論過程達到專業知能的促進、經驗的分享及情感的培養等（林睿琳，2008）。本研究將102及103學年記錄學生學習時間的教學影片與101學年的教學影片紀錄比較分析，了解協同教學在特殊學校的適應體育教學上的成效，在學生身體活動學習上有明顯的增加，每堂適應體育課學習時間增加為約15%至30%（6至13分鐘），改善學生因為課前的分組及

準備消耗的時間，進而提升學生學習成效，達到學生個別需求及學習目標。

## 二、課程省思

同時本團隊也發現課程實行後有和其他課程連結上產生加乘的綜合效益，譬如說重度、極重度的學生，除了一些復健相關課程（動作機能課），在本課程中增進了這一群學生的活動多樣性，讓課程的功能性與意義性更為加倍。

而對能力較好的學生來說，本課程直接提升了這一群學生的體適能、運動適能、運動技能、養成運動習慣外，同時也與職業課程產生高度的關聯性，例如學生在工作時的體力、耐力增加了，這也就是說課程也提升了學生的職業適能，這些是直接又實際的綜合效益。

最後，在執行課程的這幾個學年期間，也面臨到一些問題，可以提出來討論與反思。學校難免因

為政府教育政策及學校方針而在教學上有所調整，本團隊面臨到的就是當這些教育政策與方針有所變動時，教學與研究成員難免也跟著變動，產生計畫的延續性與執行上的問題，本團隊認為若是各校在一項課程中，已有長遠規劃與理想，可以透過各項會議（如課程發展委員會、特推會等），將它列為學校的重點發展之一。因此在計畫中，計畫者（教學者、執行者）的組成成員，就不會因學校方針、政府教育政策的變動而變動太大，讓計畫與教學的延續性與執行，都能順利進行，讓學生、老師、學校都受惠，形成三贏的局面。

### 參考文獻

王敏秀、闕月清（2004）。健康與體育學習領域教師實施協同教學之研究。《體育學報》，37，241-252。

林睿琳（2008）。教師協同教學對設計系學生學習成效之影響。《臺北市立教育大學學報》，39，1-38。

黃詩斐、周俊良、姜筱華（2015）。國中集中式特教班適應體育課程實施現況：以生態評量觀點為中心。《臺灣體育學術研究》，58，29-48。

陳益民、陳怜佑（2009）。運動介入對智能障礙者之助益。《桃竹區特殊教育》，14，1-7。

陳張榮、周俊良（2012）。身心障礙者之體適能訓練。《特殊教育季刊》，123，1-8。

葉雪鳳（2010）。身心障礙族群參與體育活動初探。《嘉大體育健康休閒期刊》，9（1），214-224。

闕月清（2004）。臺灣適應體育的發展。《臺灣適應體育運動與健康學會（TAPAS）雜誌》，1（2），18-19。



圖7 本校學生參加2013 NBA熱身賽關懷行動特奧籃球訓練營活動

# 特奧。



圖8 向NBA明星林書豪學投籃



圖9 林書豪個別指導學生投籃動作

林書豪



## 生命鬥士

圖10 沒有四肢的生命鬥士——力克·胡哲游泳見面會