

適應體育教師增能 的分流與需求

吳亭芳 國立臺灣師範大學復健諮商研究所副教授

羅慧珊 臺北市聽障教育資源中心職能治療師

前言

適當的運動不僅可以讓個體擁有健康的體魄，還有助於降低憂鬱，提昇生活品質（賴正全，2015）。然而，身心障礙者可能因為先天生理或認知的影響，從事身體活動的機會較少，造成身體活動量較低（潘倩玉，2007）。適應體育則是針對身心障礙者的個別差異，設計具有教育或矯正功能的休閒或競技運動之個別化體育教育方案（蘇瑞陽，2013）。其目的除可促進身心障礙者的體力及運動能力，尚可避免因為長期不運動所造成的肥胖、高血壓及心血管疾病之危

險（劉闊傑、周禾程、將筱華，2014）。本文之目的在於說明目前適應體育師資之現況，並提出適應體育教師應具備之能力以及未來增能的趨勢。

適應體育目前師資的現況

由於融合教育在臺灣推行多年，目前身心障礙學生就讀普通學校之比例高達94.2%（特殊教育通報網，2016）。這些學生在國中小階段，有高達八成以上是和普通學生一起上體育課（教育部體育署，2015）。但是各級學校在進行適應體育教學時，最大的困境就是師資或人力的不

足。大部分國中小普通班身心障礙體育教學由體育專長的老師擔任，或以其他非體育專長的級任導師、科任老師以及特殊教育教師擔任（教育部體育署，2015）。

這些教導身心障礙學生體育科目的老師，易有其專業上的侷限：體育科專長教師缺乏特殊教育相關知能以及對身心障礙特質的了解；非體育專長的特殊教育教師或級任導師，則缺乏對動作機能與動作學習的概念。擔任身心障礙學生體育教學的教師，在缺乏相關知能的情形下進行教學活動，實為一大壓力。回顧過去國內特殊教育與體育專業教師培育過程，並無提供充足適應體育相關教育訓練，大部分體育或特教師資培育僅將適應體育列為選修（蔡欣蓓，2011），國內目前也僅有國立體育大學設有適應體育系培育相關人才，適應體育

相關人力的確相當欠缺。

除了師資的不足，各級學校在進行適應體育教學時遇到的另一個困境是缺乏相關課程教材。體育教師在課程內容的安排上多以依據現行課程標準及原排定課程進度為主，或以適應體育相關研習資料和參考手冊作為教材資源，較無法針對身心障礙學生的個別需求設計或調整課程（程淑麗，2007）。在教學評量部分，則較多依照身心障礙學生努力程度、進步情形及整體表現作為評量依據（程淑麗，2007）。根據過去研究，在如何提升教師教學知能的需求中以期望舉辦相關研習的需求最高，而教師尤其對於教學設計與調整以及目標擬定與教學評量的需求較高（黃潔茹、謝旻凱，2013；陳麗如、黃靄雯、陳清溪、康琳茹，2014；王東翔，2015）。因此辦理適應體育相關研習，來補

足教師專業知能之不足，實為當務之急（黃潔茹、謝旻凱，2013；陳麗如等，2014）。

適應體育教師應具備的能力

美國於1995年完成適應體育國家標準，其中對於適應體育專業的要求包含了15項，包括：了解有關人類發展的知能、運動行為的知能、了解運動科學、了解有關測驗與評量、了解適應體育的歷史與哲學、了解學習者的特質、課程理論與發展、評估、教學設計與規畫、教學、諮詢與人員開發、教學計畫評量、後續教育、專業倫理以及溝通（高桂足、林鎮坤，2007）。以臺灣目前師資培育的現況來看，體育老師未必具備上述人類發展相關知能以及特殊教育基本理念，因此可能無法針對特殊學生的需求給予最適切的教學；相同地，特殊教育老師也未必具備體育專長，

缺乏上述的動作相關知能，即使了解特殊學生的需求，但也無法為學生進行妥當的體育教學（黃潔茹、謝旻凱，2013）。

過去所辦理的培訓課程並未能依不同專業背景的教師設計合適的課程，因此未來辦理適應體育相關研習，必須透過分流來增能，針對不同專業背景的教師訓練所欠缺的能力，提供分流課程，才能有效改善目前適應體育師資素質，增進教師適應體育教學知能，以因應目前特殊學生回歸主流教育現場的挑戰。

未來適應體育教師增能作法

由於體育教師與特殊教育及一般教師養成背景的不同，因此對於適應體育相關知能的需求亦不同。未來辦理適應體育相關研習時，可以兩階段培訓方式來進行。第一階段透過分流，將不同背景的教師分開進行研習，針

表1
特殊教育教師及體育教師具備及需加強之適應體育相關知能

教師	已具備的知能	擬加強之適應體育相關知能
特殊教育教師	1.了解各類特殊學生之特質與相關議題。 2.從事特殊教育學生的評量工作。 3.設計特殊教育課程與執行教學。 4.熟悉特殊教育學生所需的各種教學方式與策略。 5.進行特殊教育相關資源整合與專業合作。 6.遵守專業倫理並具有敬業精神與態度。	1.了解各種體育運動專業技能分析能力。 2.了解體育運動專業學科知識。 3.了解學校體育運動課程的規畫與實施。
體育教師	1.具有體育運動專業學科知識能力。 2.具有學校體育運動課程規畫實施能力。 3.具有體育運動專業技能示範及分析能力。 4.具有團隊合作及協調能力。 5.能遵守體育運動專業倫理。	1.了解各類特殊學生之特質。 2.了解特殊教育學生所需的各種教學方式與策略。 3.了解特殊教育學生的評量方式。

對不同專業能力的教師訓練所缺乏的能力；第二階段則將這些不同背景但已接受過初階課程之教師，以不同障礙類別的個案進行個案研討或教案設計，藉此激發更多的教材教案。

表1為目前體育教師與特殊教育教師的養成課程與美國適應體育國家標準比較，提出體育教師與特殊教育教師各自可能需加強的知能。對體育教師而言，他們擁有運動行為以及運動科學的相關知能，但可能缺乏對於身心障礙者特質的了解以及對於身心

障礙者教材設計的相關知能，因此，對於體育教師適應體育增能研習，其課程內容建議以深化身心障礙學生障別認知與教學相關知能為主，除讓體育教師了解不同障別的特質之外，亦能夠依據不同障別的需求設計相關的適應體育課程。對特教教師而言，他們熟知各種障別的特質，也熟悉不同障別所需的教材教法，只是對於運動科學以及運動行為並不了解，因此，對於特教教師的研習則建議以融合式體育教學與體育教材教法為主題，讓特教老師

瞭解體育教學的內涵以及基本體育教材教法，融入本身特殊教育的知識，才能有效進行身心障礙學生適應體育的教學。唯有加強體育專長教師在身心障礙特質的認識，並加強特殊教育教師和一般教師動作機能與學習相關課程，才能因應目前適應體育專長教師缺乏的現況。

在第一階段補足不同背景教師的專業知能之後，第二階段可針對對於已具備初階適應體育相關知能的教師，設計進階的相關課程，讓特殊教育教師及體育專長教師合流，利用其專長共同設計適應體育教案，討論未來相關議題。或可以建立溝通平台，讓特殊教育教師及體育專長教師各自提出教學上所遇到的難題，透過個案討論或經驗分享的方式，增進教師的教學技巧。

結語

由於體育教師與特殊教育及一般教師的養成背景不同，因此對於適應體育相關知能的需求亦需要以不同的方式進行相關研習，也建議未來辦理適應體育相關研習時，可以兩階段教師培訓的方式進行。

參考文獻

- 王東翔（2014）。特殊教育學校教師實施適應體育現況與專業需求之研究（未出版碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 高桂足、林鎮坤（2007）。美國適應體育國家標準的建置與省思。大專體育，93，78-84。
- 教育部特殊教育通報網（2016，3月）。大專校院特殊教育身心障礙類學生人數概況統計。取自<http://gender.set.edu.tw/statistics.asp>。

教育部特殊教育通報網（2016，3月）。高中職特殊教育身心障礙類學生人數概況統計。取自<http://gender.set.edu.tw/statistics.asp>。

教育部特殊教育通報網（2016，3月）。國中小階段身心障礙學生人數概況統計。取自<http://gender.set.edu.tw/statistics.asp>。

教育部體育署（2015，3月）。學校體育統計年報。取自<http://www.sa.gov.tw/wSite/tp?ctNode=248&mp=11>。

黃潔茹、謝旻凱（2013）。一般體育教師對高職綜合職能科學生進行體育教學之困難探討——以伴隨注意力缺陷過動症學生為中心。《屏東教大體育》，16，309-324。

劉闊傑、周禾程、將筱華（2014）。智能障礙學生參與適應體育活動之成效探討，

《休閒觀光與運動健康學報》，4（3），2014。

陳麗如、黃靄雯、陳清溪、康琳茹（2014）。從中小學適應體育課程探究高等教育實施適應體育課程之挑戰與因應。《大專體育》，129，1-8。

程淑麗（2007）。國中適應體育教學實施現況研究（未出版碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

蔡欣蓓（2011）。適應體育教師專業建構之研究（未出版碩士論文）。國立體育大學，桃園市。

賴正全（2015）。運動、血清素與憂鬱症之探討。《交大體育學刊》，9，34-43。

潘倩玉（2007）。特殊學校學生適應體育課程的身體活動。《體育學報》，40（1），105-118。

蘇瑞陽（2013）。適應體育。《學校體育雙月刊》，135，4-6。