

大學視障生參與體育課程的經驗與需求評析

陳怡婷

國立臺灣師範大學體育學系研究生

程瑞福

國立臺灣師範大學體育學系教授

一、前言

我國自 2014 年起實施 2006 年聯合國身心障礙者權利公約（The Convention on the Rights of Persons with Disabilities）第 24 條教育的權利之中明示要讓不同年齡的身心障礙者可以在普通教育中接受教育，且學校應該要提供無障礙設施、服務和輔具的協助去調整學習的內容。近年在教育部的積極宣導下，各教育階段學校多能認同零拒絕理念，依據特殊教育通報網 108 年度特殊教育統計年報概況顯示，大專院校接受身心障礙教育服務學生人數超過 14,000 人（教育部，2018），身心障礙學生進入大專院校後，由於分散在各系所的狀況下，幾乎均是以融合教育的方式在大學校園中學習（陳美莉、丁雨婷、姜義村，2017）。我國大專院校針對身心障礙學生的體育課程提供兩種參與選擇，一般體育課程或是體育特別班（陳詠儒、關月清，2014）。一般體育課是按照學生興趣選修，而體育特別班則是為身心障礙學生，或經醫師證明不適合參與一般體育課程的學生，所開設的集中式適應體育課程（教育部，2010）。但有特殊需求的學生是否真的能順利參與一般體育課程，還是又被晾在一旁呢？筆者希望藉由一位大專視障男學生阿瑋（化名）參與普通體育課程的案例經驗，從特殊需求者的角度進行探討。

二、視障生參與身體活動的阻礙

影響視覺障礙學生身體活動的因素可分為三大因素，(1)個人因素：視力限制帶來的阻礙、自信心以及與人際摩擦的衝突；(2)家庭因素：父母過度保護及對於身體活動的認知及信念影響參與程度；(3)環境因素：道路及環境上的阻礙、從事活動缺乏無障礙設備（陳佩欣、詹元碩、何金山，2010），視障兒童先天上與明眼兒童原具相同的潛能與身體能力，但失去視力等於失去了動作模仿的能力，僅能以觸覺、聽覺來學習動作，造成視障生身體活動能力較低（Lieberman, Robinson, & Rollheiser, 2006），以靜態及室內活動為主，導致身體肌肉、體能狀況表現不佳，進而影響各項適應能力的發展（李晴茵，2015；陳佩欣、詹元碩、何金山，2010），研究發現對於有特殊需求的人來說，體育課其實是一項很好的安排，透過最基本的身體活動改善他們的健康，教導孩子健康生活方式的重要性，並能減少因缺乏身體活動所衍生的相關問題（Klein & Hollingshead, 2015；潘倩玉，2007），但實際執行情況仍有許多困難待克服。

三、個案經驗分享

此個案的課程參與經驗分享源於筆者與阿瑋（化名）熟識，是一名視障生外也是一名跑者，在全國身心障礙運動會有傑出的表現，因此想藉由他的視角來敘說視覺障礙學生參與體育課真實的感受，以及自己是如何與障礙共處。阿瑋為中度視障學生，青少年時期因不明原因導致「少年型視網膜黃斑部病變」，家中皆無遺傳病史，經鑑定符合中央衛生主管機關所定之中度視障學生，領有中度身障手冊，大二因為興趣選修定向越野的體育課程，從參與一學期的 16 堂定向越野課程後分享參與經驗。

（一）個體內在學習動機

阿瑋過去參與體育課的經驗豐富，瞭解自己身體狀況適合進行的項目，如：體適能、慢跑、重量訓練、籃球，雖然他有視力上的限制，但他認為自己的身體能力是比多數班上同學還要好的，因為體育特別班的內容無法滿足他的身體活動量，才想挑戰過去沒有嘗試過的定向越野，在學習活動上阿瑋提到，班上同學皆能主動的互相幫助，老師亦會盡快走向需要幫助的學生身邊，讓他覺得自己的高動機以及有一個和諧友善的環境可以提升課堂的學習效果。

（二）研究參與者對定向越野課程的感受

定向越野課程達到了他一天所需要的身體活動量，每次上課都能跑動一小時以上，增進了地圖識別、校園環境以及地形變化的知識，教室外分組進行跑點式比賽時，第一次地圖看得很慢，走走停停才完成。但上過數堂以及和組員一起合作之後，較複雜崎嶇的地形皆能互相幫助且跨越，積極與環境進行互動。他表示定向越野課程就像排解課業壓力最好的調劑，每一週最期待的就是定向越野了！

（三）研究參與者在定向越野課程學習上所遇到的困境與解決策略

阿瑋表示一開始任課的教師未察覺自己是視覺障礙學生，上課的簡報無法立即辨識學習，教師的口述速度正常但會讓他來不及做筆記，投影呈現可以應用放大鏡或放大字體以及提高背景色彩對比度，以利識讀，阿瑋也提到往後課堂，教師透過明確的肢體語言併用口語表達來上課，方便讓視障生透過錄音及錄影方式回家複習，室外課程他認為就像日常在各種場域移動，是可以克服的。

四、綜合討論

經驗分享中可以發現，大專體育教師對於選課學生有特殊需求這方面的資訊

不足，這與陳美莉、丁雨婷、姜義村（2018）訪談大專院校體育教師面對身心障礙學生的教學歷程中的結果相似，教師與學校之間替代性經驗的管道並不暢通，學校與他們的交流僅限轉知班上有特殊學生要特別注意，但沒有教學經驗和技巧的交流，造成他們在面對特殊需求學生時覺得有挑戰，針對此個案的經驗分享，提出下列問題。

1. 大專院校中視障學生的輔導資料，是否有在學期開始前確實的轉知給任課教師？
2. 大專院校教師如何尋求視障學生上課時所需資源？
3. 由於大專院校中有特殊需求的學生能自己選擇普通體育課或是體育特別班，是否在課程大綱中提供學生在選課上的建議？

五、結語

融合式教育回歸主流，教師的每個班級都有不同障別學生，個案也鼓勵視覺障礙的學生可以依過去體育課學習的運動項目中，選擇自己喜歡且能力所及的項目勇敢嘗試，他笑著說，其實比較難克服的是像桌球、羽球這種比較小的球類，看不到飛行軌跡，但若是透過固定式、改良式的教具來上課，能幫助他們擊到球，也會更有信心去練習。

針對上述問題，提出建議如下：

1. 身心障礙學生在大學中得到的支持與服務不足，教師在課程進行前，須取得學生的基本資料以及過往的輔導相關資訊，依照個別之特殊需求設計符合學生的學習活動。
2. 更新校園中運動場館的無障礙設備，消弭運動參與的歧視現象。
3. 師生之間保持開放的溝通，教師固定的研究室晤談時段，提供學生面對面的談話時間，有助教師瞭解每一位學生的學習狀況，並提供即時的幫助。
4. 透過分組的合作學習，鼓勵同儕互動、互相學習，教師本身亦可以藉由教材的調整，為視障生營造友善的上課環境。

對視障者而言，心理與環境上的壓力往往會限制他們的行動，因此需要進行定向能力的訓練，阿瑋個案表示參與定向越野是一項好安排！透過環境線索與心理地圖，使視覺障礙者得以達到安全、有效率的獨立行動能力。希冀視障學生能不為自己設限，與教師主動溝通並相信自己的能力，把握每一次實作的機會，相信視覺障礙、視覺功能缺損的學生皆能超越障礙，挑戰自己，逐漸培養規律運動習慣，提升生活品質。

參考文獻

- 教育部特殊教育通報網（2020年5月）。大專院校身心障礙類學生人數概況統計。取自 https://www.set.edu.tw/Stastic_WEB/sta2/default.asp
- 陳詠儒、闕月清（2014）。大專院校適應體育課程實施情形。《中華體育季刊》，28(4)，263-268。doi:10.6223/qcpe.2804.201412.1001
- 陳美莉、丁雨婷、姜義村（2017）。[我有辦法教他們嗎?] 以自我效能理論解構大專院校體育教師面對身心障礙學生之教學歷程初探。《臺大體育學報》，83-94。
- 教育部體育司（2010）。學校適應體育的推動理念與作法。《學校體育》，120，2-4。
- 陳佩欣、詹元碩、何金山（2010）。休閒運動對視覺障礙者健康之促進。《大專體育》，108，87-92。
- 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。
- 黃玉娟、戴旭志、陳秀玲（2006）。大學生體育課程之外運動習慣與自我健康評估之探討。《大專體育學刊》，8(1)，249-257。doi:10.5297/ser.200603_8(1).0020
- 梁焜珉、陳武雄、徐振德（2018）。融合教育下身心障礙學生體育課之現況反思。《臺灣運動教育學報》，13(1)，31-50。
- Klein, E., & Hollingshead, A. (2015). Collaboration between special and physical education: The benefits of a healthy lifestyle for all students. *Teaching Exceptional Children*, 47(3), 163-171.
- Longmuir, P. E., & Bar-Or, O. (2000). Factors influencing the physical activity levels of youths with physical and sensory disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17, 40-53.
- Stuart, M. E., Lieberman, L., & Hand, K. E. (2006). Beliefs about physical activity among children who are visually impaired and their parents. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 100(4), 223-234.

