

身心障礙學生參與適應體育課程之淺析

林佳怡

銘傳大學教育研究所研究生

一、前言

筆者在教學現場進行觀察，校園中課餘時間，有不少智能障礙學生會透過球類或跑走活動來達到運動及提升人際互動效果。也經常於適應體育課程教學中，觀察到身心障礙學生在適應體育課程的參與度比其他學科方面相對較高。

在體育活動進行時，也有不少身心障礙學生因體型較豐腴、身體知覺不佳或是體適能相較下比同年齡學生不足因素下。造成學生的學習能力、動機意願和注意力也較同年齡中稍顯缺乏許多。根據許力仁（2012）指出，適應體育是以身心障礙學生為對象，考量特殊需求學生能力、興趣及限制，結合體育與特殊教育專業，規畫符合使單一個體且有組織化的體育活動。所以對於個別差異較大之學生而言，若適應體育課程無法依學生之現況能力來規劃課程，容易造成學生常因無法正確依指示完成其相關動作表現，也會對自我較缺乏自信心，進而影響學生對於課程的參與度。又再者以人手一支智慧型手機的現代社會來說，學生長時間使用智慧型手機時，就會習慣坐著不動，或作息不正常的情況下，學生體能逐漸衰退，肥胖比率也較同年齡高。

根據賴秋進指出（2006）指出，鍛鍊特殊需求學生的體力，增強其運動的能力，亦有穩定的情緒，也幫助學生能適應社會、促進安全與健康的生活。而蔡馨儀（2012）指出，身心障礙學生更需要具備適當的體適能，才能執行日常中的活動，並具有獨立性，以避免在與一般人從事相同活動時，需花費更多力氣。若教師可以針對身心障礙學生的現況能力，來能完善規劃適應體育課程，設計適性的教學內容，使學生於適應體育課程充分參與，並從中獲得助益。

二、適應體育教學之現況

根據許銘松（2000）指出，國內在 1979 年教育部公布國民中學體育特別班實施計畫後，即一直使用「特殊體育」的名詞，但在 1999 年 6 月 23 日教育部召開「改進特殊教育教學中程發展計畫」第一次委員會議中，因應國際學術領域名詞的更改，故將「特殊體育」改為「適應體育」。因此在文獻探討上「特殊體育」的字眼，實為現今所稱之「適應體育」。

而教育部體育署於 2013 年 9 月指出在《體育運動政策白皮書》（教育部，2013）中，以「健康國民、卓越競技、活力臺灣」為主軸，進以貫穿匯通「優質運動文化」、「傑出運動表現」與「蓬勃運動產業」之三大核心理念。在六大議題

之學校體育項目中，特別將適應體育提出，並落實適應體育之實施，可從改善校園無障礙設施、師資、教學及活動辦理、促進運動參與的權利，並針對適應體育之實施訂定短、中、長程目標，也提出相關發展策略。

教育部國民及學前教育署優質特教平台於2015年12月提出高級中等以下學校特殊教育課程發展共同原則及課程大綱總綱－高職教育（教育部，2015）中表示，將教學科目與學分數表中提到體育課程可以適應體育替代之，以提供特殊教育學生安全、安心且無障礙的學習環境為首要考量，再依據個別學生之身心狀況與需求，設計符合學生之課程。為因應融合教育的趨勢，多給予身心障礙學生鼓勵及多參與體育活動，亦將發展適應體育為提升學生皆能參與體育活動，並針對身心障礙學生營造良好之學習環境，減少因各別差異而造成學生運動學習之阻礙。避免因課程設計未符合學生現況能力及需求，來影響學生學習及參與意願，造成學生評量結果有所落差。所以在適應體育教學活動中，特教教師扮演相當重要的角色，對於身心障礙學生參與適應體育之意願是具有影響力的。

三、適應體育教學之問題

在教學活動過程中，教師為第一線執行者。根據楊忠和（2004）指出，對身心障礙運動所提供的課程幾乎與一般正常學生一樣，缺乏以學生之個別差異而設計的個別化教學方案，因此，特殊需求者體育教學，長期以來一直無法顯現應有的教學效能。授課教師應思考在面對個別差異較大之身心障礙學生，該如何設計及調整課程以符合學生之能力。需考量其特教教師本身適應體育課程的專業能力及熱忱，是否符合成為適應體育教師之條件。根據翁維鍾（2009）的研究結果也指出編擬體育課 IEP（Individualized Educational Program；IEP）參考依據不足，六成以上教師不認為體育課 IEP 合乎學生起點行為能力、學習目標設定符合學生需要，並且教師認為編擬最大的困難在於「缺乏參考教材」、「缺乏行政資源」、「缺乏適應體育教學知能」。而一般體育課教師最常使用之教學方法為著重於學習動作技能方面，讓學生在課程中重覆練習，技能教學上卻忽略了情意與認知的重要性。

教師就學生現況能力差異考量其特殊性，教師並於課程設計及教學方法上進行調整與改變，以符合身心障礙學生之需求，在適應體育課程中讓身心障礙學生有高度參與感及提升同儕互動學習的機會。對於身心障礙學生而言，教師如未先了解學生現況能力，個別差異較大的學生無法理解老師教導之動作表現，讓學生無法學習，進而對於體育課程缺少了學習意願與動機。然而適應體育就是要依學生現況能力去設計出課程，並透過教學活動，讓身心障礙學生在日常生活中也可藉由運動來提升身體活動，進而促進身心方面的健康。

四、適應體育對身心障礙學生之解決策略

根據吳泰億（2005）的研究適應體育依據學生身心狀態的評估與診斷，透過特殊教學設計的體育課程，以適合身心障礙學生的樂趣、能力和限制的發展體能活動、遊戲、運動、韻律等多樣性的身體活動設計，使學生能達成個體適應社會、情感與心智等方面的發展與自我實現，並建立積極、主動的健康生活。適應體育教學應針對各類型身心障礙學生之障礙類別及程度差異，於教學過程中以學生能力與特殊需求來進行評估，進而選擇較適當之教學策略，這才能對身心障礙學生學習有效教學。教師於教學過程中，針對學生現況能力及特殊需求，在教學方法、教學環境及運動器材中加以調整，而教學評量階段，假設有遇到不適當時，可立即將其問題加以修正或替代。

針對上述問題，提出建議如下：

（一）了解身心障礙學生個別差異

在課程進行前，教師應先於得知學生基本資料及與個案管理教師進行討論，了解學生過去參與之相關體育活動表現，以及學生之優弱勢能力，並依個別差異設計適性課程。

（二）融合式同儕學習

融合教育需要不同層面的支持與協助，教師可以讓一般學生了解身心障礙學生的身心特質及現況能力，擔任小天使的角色，適度地給予協助及增強，讓身心障礙學生能提升其動作技能，達到合作學習並提升人際互動關係。

（三）教師充實特教知能，建立專業能力

教師應積極充實新知專業知能，參與相關研習。無論是一般教師或是特教教師都需要學習吸收，彼此之間應相互分享交流分享，了解學生之個別差異及特殊性，創造出更彈性多元、創新豐富及適性之課程，以達到良好學習。

五、結語

新課綱不僅牽動著未來課程規劃之方向，也影響著教育環境，教師需接受學習及適應。調整腳步來面對所改變的教育制度。當特殊教育教師及體育教師為身心障礙學生進行體育課程時，教師不理解智能障礙學生於認知理解及身體現況能力，大多採以傳統式教學來授課，對個別差異較大的身心障礙學生在傳統教學

方法下，除包含學生學習歷程與教學環境外，也應隨著學生之個別差異進行學習目標之訂定，在學習進度與個別需求中來調整評量結果，才是適應體育課程的意義。

無論是特殊教育老師或是一般體育教師，都皆有義務了解法律相關規定，避免身心障礙學生因障礙類別與個別需求，而限制了參與體育活動之權利，身心障礙學生之學習不應被忽略，老師們更應該依身心障礙學生之特性，提供適性體育教學方式，讓每位身心障礙學生均能參與體育學習，重視每一位身心障礙學生平等參與各項體育活動之權利，給予適性的體育活動課程，減少身心障礙學生在運動學習上之阻礙，讓身心障礙學生與普通班學生互動更為頻繁及融洽，營造出友善之學習環境，培養身心障礙學生建立正確的運動習慣，達到教育均等的機會。

參考文獻

- 吳泰億（2004）。高雄市國民中小學適應體育教學實施現況與需求調查（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 翁維鍾（2009）。新竹縣市國民中小學特教班實施體育課個別化教育計畫之研究（未出版之碩士論文）。國立體育大學，桃園市。
- 許力仁（2012）。高雄市國中小視覺障礙學生適應體育實施現況及其需求之研究（未出版之碩士論文）。國立臺南大學，臺南市。
- 許銘松（2000）。國小啟智班體育教學現況調查研究。（未出版之碩士論文）。國立體育學院，桃園市。
- 教育部（2013）。體育運動政策白皮書。取自 <https://www.sa.gov.tw/Resource/Other/f1519884683203.pdf>
- 教育部優質特教發展網絡系統暨教學支援平台（2015）。高級中等以下學校特殊教育課程發展共同原則及課程大綱總綱-高職教育。取自 http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/GetDBfilePDF.php?KeyID=2205039645671095296ec9-f01
- 楊忠和（2004）。真誠關懷身心障礙之健康休閒運動。國民體育季刊，33
- 蔡馨儀（2012）。適應體育教學專家教師之實務知識研究—以重度障礙學生為例（未出版之碩士論文）。國立臺南大學，臺南市。

- 賴秋進（2006）。適應體育教學對智能障礙學生健康體適能影響之研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

