

# 融合教育之自閉症學童 適應體育教學實例分享

劉順正

(臺北市雨聲國小 教師)

## 壹、前言

近年來普通班特殊學生人數由於融合教育的推行而日漸增加，普通班的導師和體育課教師，經常反應特殊學生因本身能力不足，而無法參與體育活動課程，甚至干擾上課秩序，增加教師授課時之困擾。造成體育老師希望資源班老師將特殊學生抽離，讓體育老師可以順利進行教學活動。如此情形普遍存在於現今實施融合教育的教育體制中；因此，如何能以學生的學習立場為出發點，融入同儕之間的學習，並讓體育教師擁有融合教育的理念、適應體育的觀念，進而學習調整教學方法，順利將體育知識授予每個孩子，是現今教師們所要學習的重要課題。

## 貳、融合式適應體育的概說

### 一、歷史演進

1970 年代所風行的「回歸主流」

(mainstreaming) 指的是將特殊與普通兒童混合安置以接受教育，不過仍對就讀普通班的特殊兒童提供必要的協助，使特殊兒童盡可能與普通兒童交相互動的機會 (Kirk and Gallagher, 1983)，接著在 1980 年代以後盛行「融合教育」(inclusion education) 意指融入所有開始受教育的特殊學生於社區學校及普通班級的過程，同時提供適當支持的教育 (Burstein, Sears, Wilcoxon, Cabello, & Spagna, 2004; Larry & Debra, 1997)。

### 二、定義

「融合教育」是一種價值理念，徹底的人權運動——肯定每個實體生存的尊嚴、自我的價值，珍視每個生命獨特的展姿、多樣的面貌，其目標強調教導學生勇於讓別人看到差異，不會嘲笑與自己不一樣的人，讓大家互相分享並懂得尊重別人的限制與獨特能力 (Block, 1994)。

「適應體育」(Adaped Physical

Education) 則是特殊教育終極重要的一環，其教學的目的則是透過精心設計的體育課程，依據學生特殊的學習需要，幫助特殊學生在生理上、心理上、情緒上和社會溝通等方面良好發展 (Combs & Snag, 1989)。利用體育活動過程中，增加互動的機會與經驗，而奠定未來步入社會的基礎 (Lazarus, 1998)。

因此融合式適應體育強調的是讓特殊需求學生與普通學生共同進行體育課程的學習，且每一位學生皆是課程中學習的必要成員，其目的是要讓所有學生在體育課中，透過適當設計過的融合式教學活動，享有相同的受教權與身體活動權 (鄭麗媛，2000)。成功融合體育教學的主力為教師身負教師重責大任，給予全體學生正確體育課程的態度及觀點，並尋求促進學生學習和成功經驗的方法 (Lienert, 2003)。

透過融合式適應體育，提供特殊需求的學生身體伸展活動的機會，和增加學習成功的經驗，增加同學之間相互彼此學習相處之道，也讓普通學生尊重同學彼此的學習環境。

### 三、目的：

學校適應體育目的，是透過各種經由特殊設計的身體活動為教育手段，藉以提高身心障礙類學生的全人健康與生活

品質。(闕月清，2003)。學校適應體育的任務包括：(一)提高身心功能；(二)培養社會人際關係；(三)發展體適能以提高生活品質；(四)培養職業能力與社會獨立活動能力。可見，提高身心障礙類學生的體適能是學校適應體育主要任務之一 (Sherrill, 1993)。適應體育不僅是要特殊需求的學生學會動作技能，更要在生活當中可以展現活動力，增加生活的意義和樂趣。

### 參、自閉症學童簡介

依據美國精神醫學會 (American Psychiatric Association，簡稱 APA) 所主編的精神疾病診斷及統計手冊第四版 (Diagnostic and Statistical Manual of mental Disorders，簡稱 DSM-IV，1994) 對自閉症之定義為廣泛性發展疾患 (Pervasive Developmental Disorders)，其特徵是在互相社會性互動技巧及溝通技巧上，有刻板的行為、興趣及活動等多種發展領域的水準或心智年齡明顯偏離正常，有嚴重而廣泛的發展障礙。

根據民國 88 年教育部所公布的「身心障礙及資賦優異學生鑑定原則鑑定基準」中規定：自閉症係指因神經心理功能異常而顯現出溝通、社會互動、行為及興趣表現上有嚴重問題，造

成在學習及生活適應上有顯著困難者。其鑑定基準如下：

1. 顯著口語、非口語之溝通困難者。
2. 顯著社會互動困難者。
3. 表現固定而有限之行為模式及興趣者。

美國全國自閉症兒童協會（National Society for Autistic Children）認為自閉症有嚴重溝通上的障礙，似乎在很早期即有認知及知覺功能的損傷而致使他在理解能力、溝通學習，及社會關係的參與上的限制（Fallen & McGovern, 1978）。

自閉症兒童在學習上常表現出的特質：（黃志成，王麗美，高嘉慧，2004）

1. 缺乏主動學習特質。
2. 類化困難。
3. 抗拒改變。
4. 挫折感。
5. 分心。
6. 視覺學習優於聽覺學習。

## 肆、教學實例－教學策略及步驟

上體育課時，九歲的輕度自閉症同學強強，因為在拍球練習當中，由於本身的障礙因素、運動能力不佳和肢體動作不協調，生氣的追著滾動中的籃球，對於自己所喜愛的運動，再加上看見同學之間可以順暢的拍球上課，自己卻無法達成的情況之下，也無法融入同

儕之中，開始以追趕同學或獨自生氣的方式，造成體育課時所衍生出和同學的衝突事件，使得體育老師開始尋求特教協助支援。

### 一、瞭解個案的障礙程度

強強是經由台北市鑑定安置輔導委員會，所安置進入本校之輕度自閉症學生，筆者在瞭解自閉症學生人際互動、注意力方面和口語表達方面的障礙後，又發現強強有身體協調和平衡方面的障礙，促使筆者進一步擬定教學步驟和改變教材教具，以符合強強的學習條件之需求。

### 二、瞭解個案學習動機

體育課通常是強強和同學融合上課的最佳時機，卻又常常因為自己本身的障礙，讓學習過程充滿著挫折；不當的行為表現和不佳的表達方式，在肢體上常和同學之間的互動產生著衝突。藉由在強強反覆性的語言中，得知他喜愛湖人隊的球星，及對於球類運動表現出濃厚的興趣，又想和同學擁有一樣的拍球的能力，利用強強的學習動機來設計教學活動。

### 三、觀察個案的先備能力及優勢能力

教學前直接給強強一顆球，筆者帶著強強一起拍球，觀察強強目前所具備之

拍球能力，在於只具備拍球姿勢的認知能力，因為強強放球之後，做出了拍球的動作，卻無法掌握球的彈跳時間，因此常會出現球滾走的情形。再者強強具備自閉症學生視覺模仿學習的優勢能力，經由階段性的動作示範和演練練習，很快就可以達到教學目標。

#### 四、改變器材及環境

強強本身無法精確掌控球的彈跳時間及拍打的時間，常會拍打不到球或是追著球跑，因此改變器材和環境，更

改至鋪設軟墊的體能教室，拍打彈跳較緩慢的大龍球，讓強強增加拍打的機會。

#### 五、利用工作分析法 (task analysis)

將拍球教學活動分成許多教學單位，教師對每一項教學活動進行教導演練和示範，每次的教學活動有其教學目標和評量方式，最後將所有的教學活動整合，達到拍球運動的教學活動目標。

教學名稱	器材	教學內容	教學目標	評量方式
滾球	躲避球、籃球。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、教師與學生面對面坐在地上，教師和學生雙腳接觸並打開約 45°，讓球得以在師生雙腳之間滾動，開始滾球時，教師以口頭提醒學生說「開始」或「數數 1、2、3...」。</li> <li>2、師生之間距離慢慢變遠，滾球速度慢慢加速。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、增加學生的注意力。</li> <li>2、讓學生適應球體接近的時間。</li> </ol>	每次的距離和速度，可以連續接住 5 球以上。
拍開或拍回彈地球	排球、大龍球、躲避球	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、教師和學生面對面相距 3 公尺，教師將球丟向地上彈跳一下，學生直接利用雙手拍開彈地球，教師並以口頭提醒學生說「開始」或「數數 1、2、3...」。</li> <li>2、教師左右給球，學生利用左右單手拍開彈地球。</li> <li>3、學生單手或雙手直接拍回彈地球給教師。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、增加學生的注意力。</li> <li>2、增加學生空間感。</li> <li>3、增加學生注意力及穩定性。</li> </ol>	學生可以連續拍開、拍回 5 球以上。

接彈地球	排球、躲避球	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、教師和學生面對面相距 3 公尺，教師將球丟向地上彈跳一下，學生直接利用雙手接住彈地球，教師並以口頭提醒學生說「開始」或「數數 1、2、3...」。</li> <li>2、學生需以雙手接住球之兩側位置。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、增加學生的注意力。</li> <li>2、增加學生動作確實、注意力及空間感。</li> </ol>	學生動作確實連續接住 3 球以上。
雙手拍接球	排球、籃球	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、教師和學生各拿一顆球，教師動作示範，將球拿於球之兩側，輕輕丟向地上，彈地一下之後，以雙手接住球之兩側位置，學生跟著練習。</li> <li>2、依學生能力彈地一下之後，以雙手拍球彈地第二下，再接住球；慢慢增加拍球彈地次數。</li> <li>3、無法接到球時，教師必須以手持球方式，讓學生感受彈地球之感覺。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、增加學生的注意力及動作確實。</li> <li>2、增加接球次數，精熟學習。</li> <li>3、讓學生確實感受拍球的感覺。</li> </ol>	彈地一下、拍球彈地二下再接球，漸進式的練習拍球、接球動作。
單手拍接球	排球、籃球	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、教師和學生各拿一顆球，教師動作示範，將球拿於球之兩側，輕輕丟向地上，彈地一下之後，以單手直接拍球一下，再以雙手接住球之兩側位置，學生跟著練習。</li> <li>2、依學生能力慢慢增加單手拍球彈地接球次數。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、增加學生的注意力及動作確實。</li> <li>2、增加接球次數，精熟學習。</li> </ol>	單手拍球彈地二下再接球，漸進式的練習拍球、接球動作。

## 六、利用同儕協同教學

融合式適應體育是教導強強擁有運動技巧之外，最重要的是要增加強強和同學互動的機會，也要讓其他同學瞭解強強的障礙和學習能力，先利用一位會主動幫助強強的同學，在老師示範動作時，和強強一起學習，並演練動作並給予掌聲和鼓勵，慢慢的再增加同學人數，大家一起比賽，讓課程活動趣味

化，運用同儕的力量，進行小團體輔導教學，增加和同學之間良性的互動，同學和強強彼此學習如何相處，減少衝突，友誼長存。

## 七、善用獎勵和回饋

在教學過程中教師的蓋章獎勵，以及同學的掌聲和鼓勵回饋中，除了增強了強強正確的學習行為及和同儕互動行為模式外，適應體育的教學過程回饋

中，要求強強每一項的動作的基本要求，依照學生能力做適時的調整，消弭強強的挫折感，增加自信心，並願意繼續學習。

## 伍、結語

適應體育教師愈瞭解身心障礙學生，愈易教導他們 (Sherrill, 1997)。而要將完全融合的理念則是將特殊兒童完全融入普通班級之中，不分彼此的將一切特教服務完全移至普通班級之中，以迎合特殊學生的需求。這是一個非常崇高的理想，要達到此目的必須先解決一些技術上的問題 (闕月清，2000)。因此，在開放而多元的第一線教師，有越來越多的自閉症學生融合於普通班之中，教師必須面對更多的挑戰及展現專業能力；因此普通教師們除了需具備有特教知能外，深入的瞭解自閉症學生的學習特徵，瞭解他們的起始能力，經由動態的活動和練習，循序漸進的鼓勵和支持，運用不同的教學方式提示他們，增加學習樂趣，修正調整教材教法、活用教具和教學環境，並透過特教團隊的協助，改善教學專業品質，讓自閉症學生具有自我休閒運動的能力和機會，並學會和同儕的互動方式、溝通行為，進而提生自閉症學生之自信心和健康體能。

## 參考文獻

- 教育部 (1999)。身心障礙及資賦優異學生鑑定原則鑑定基準。臺北市：教育部。
- 鄭麗媛 (2000)。特殊學生需求與體適能。《學校體育》，59，9-14。
- 闕月清 (2000)。融合式適應體育教學。《學校體育》，5，2-4。
- 闕月清 (2003)。身心障礙類學生之體適能提升。《學校體育》，5，36-41。
- 黃志成，王麗美，高嘉慧 (2004)。《特殊教育 (二版)》。台北：揚智文化。
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder* (4<sup>th</sup> ed.). Washington, DC: Author.
- Block, M. E. (1994). *Teacher Guide to Including Students with Disabilities in Regular Physical Education*. Baltimore, Maryland: Paul H. Brooks Publishing Co.
- Burstein, N., Sears, S., Wilcoxon, A., Cabello, B., & Spagna, M. (2004). Moving toward inclusive practices. *Remedial & Special Education*, 25(2), 104.
- Combs, A., & Snag, D. (1989). *Individual Behavior: A Perceptual Approach to Behavior*. New York: Happer & Brothers.
- Fallen, N. H. & McGovern, J. E. (1978). *Young Children with special needs*. Ohio: A Bell &

Howell Company.

Kirk, S. A., & Gallagher, J.J. (1983). *Educating exceptional children*. Boston: Houghton Mifflin.

Larry, G.. D., & Debra, A. K. (1997). Impact of inclusion education on academic achievement, student behavior and self-esteem. *Journal of educational research*, 91(2), 67.

Lazarus, R. S. (1998). *Pattern of Adjustment*. New York: Mcgraw Hill.

Sherrill, C. (1993). *Adapted physical activity, recreation and sport: Cross disciplinary and lifespan (4th ed)*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown.