



發展為智障學生而設的體育課程 及學與教策略(小一至中六)分享會

基礎活動 – 用具觸控
靈實恩光學校
湯錦業老師、江寶如老師

教學背景 及對象

本校為一所嚴重智障學校暨宿舍

- 開設學階一至三體育課
- 學階四開設高中選修及其他學習經歷

試教對象為學階一(主要為本年度新生)

- 於新常態下恆常有
4位具步行能力學生及1位輪椅使用者上學
- 每班最多為8人

課堂編排:

全日面授下可編排下午3連堂 (1小時25分鐘)

→ 半日面授的「放學前40分鐘」

→ 如何有效地運用十分有限的時間完成學習所需的熱身、準備活動及技能發展成為關鍵!

於試教的單元二時段 (11月開始)

- 正逐漸建立課堂常規及流程
- 教師對學生的活動能力、理解能力、興趣已有初步掌握
- 設計教學活動及持續修訂

教學主題 及目標

教學以基礎活動(FM)主題 「踢定點球」為藍本

教學目標:

1. 加強學生肢體協調能力
2. 提升學生日常生活中位置轉移的自主性



踢定點球

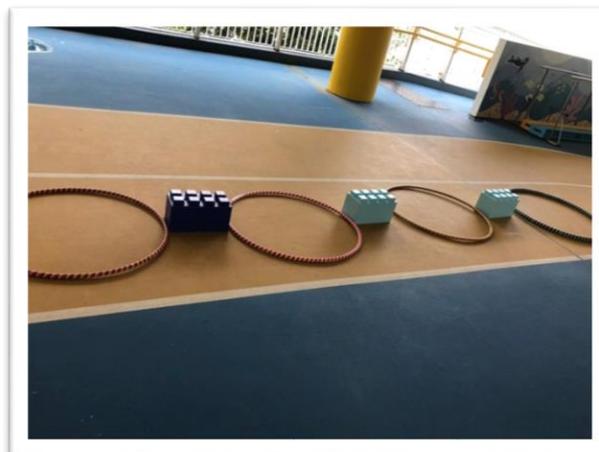
(一) 教前準備

A. 場地設置：於操場不同位置設置器材

→ 配合學生所需進行不同幅度的伸展、提腿、分腿等熱身



Sit and reach



分腿



設置不同高度踢球區域

(一) 教前準備

B. 與協作者溝通：包括家長及家傭

1. 清晰示範及講解

- 協助的位置 (學生進行位置轉移時的保護位置)
- 如何誘發動作

2. 協作者如何給予適當的提示

- 觸體提示 (非協助完成)
- 手勢提示 (提示注視位置/目標/器具)
- 口頭提示

3. 給予學生自主完成的機會

(二) 認清教學難點

教師實踐體育課教學時, 所見

1. 學生經常「唔望」目標物/場地障礙物/施教者
影響參與體育課堂時的學習成效及參與度
在用具觸控這項要求眼和肢體協調的主題上可以點做

難點(一): 如何誘發學生接觸目標球

難點(二): 用具觸控過程中的位置轉移, 學生需作穩定重心轉移

(三) 課堂設計及實踐 - 熱身活動

引入相關前備技能的學習

- 伸展動作 (加入「注視目標球」)
- 在進行主題活動前，增加學生以**視覺注視「球」**的機會。
- 進行**2-3**次的伸展的過程中，可著重提示學生先「**望住**」再作出動作。

過程中運用

- 1.手勢提示
- 2.口語提示

**→ 學生能較自主作出
伸手觸碰所注視的物件**

(三) 課堂設計及實踐 - 熱身活動

熱身活動(加入前備學習元素):

- 配合將球推出**進行伸展** **↑ 注視及觸球的機會**
- 為避免學生把球推走不再注視

活動選用藥球(1-2KG)

↑ 接觸球的時間

- 達到慢慢彎腰前伸
(同時把球推出)

(三) 課堂設計及實踐 - 熱身活動

在完成伸展準備進入主題活動之前

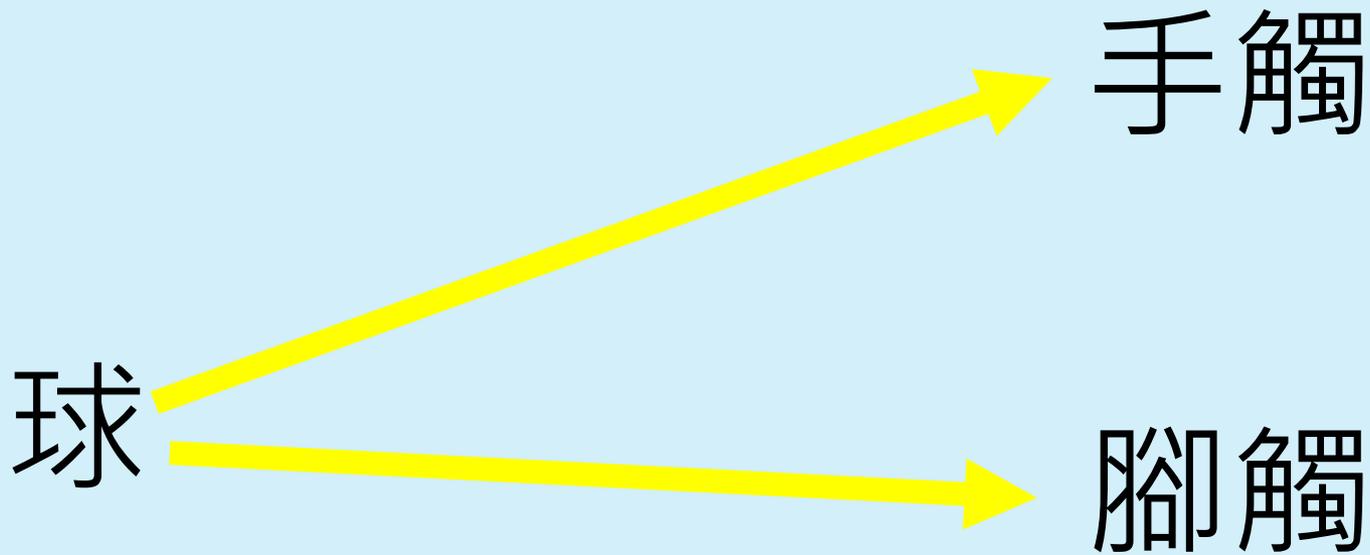
加插坐轉站的**重心轉移**訓練

側坐 → 四點跪 → 直跪

→ 半跪 → 四點支撐 → 站立

(三) 課堂設計及實踐 - 主題活動

- 輪椅學生 → 提供機會同步參與課堂
- 姿勢、頭控、注視的關係
- 轉移到大圓柱，建立以坐姿為主的學習模式



(三) 課堂設計及實踐 - 主題活動

(A) 注視目標球→接觸目標球

- 選材運用→以視覺提示吸引學生察覺彩球的位置

eg. 藥球(黑色vs紅/黃色)、合適大小的球

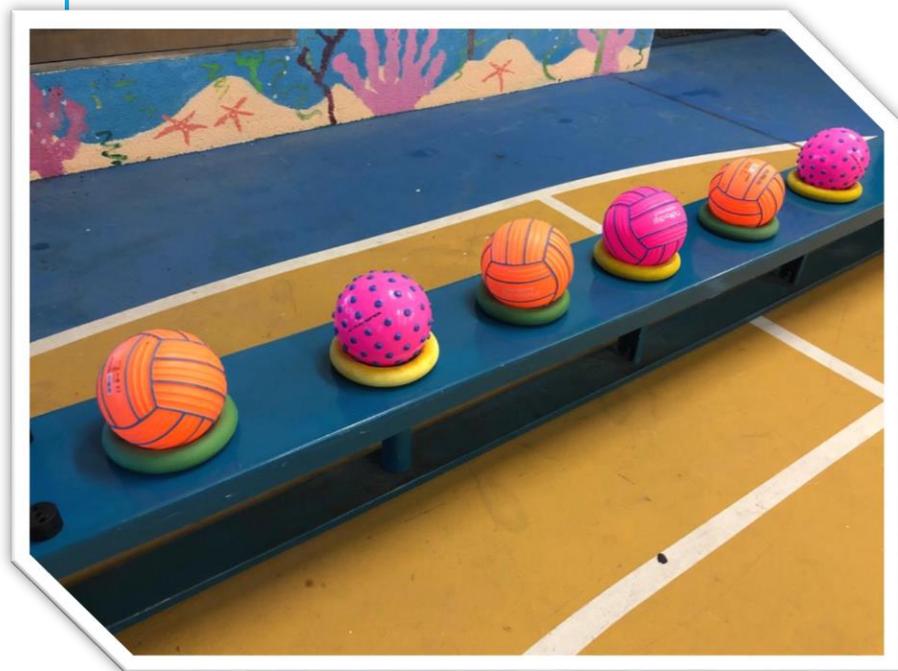
- 刻意將「球」的擺放不同位置，為了誘發學生去發現及注視，並以下肢進行不同幅度及水平高度的用具觸控。

(三) 課堂設計及實踐 - 主題活動

(B) 穩定重心轉移 → 位置轉移

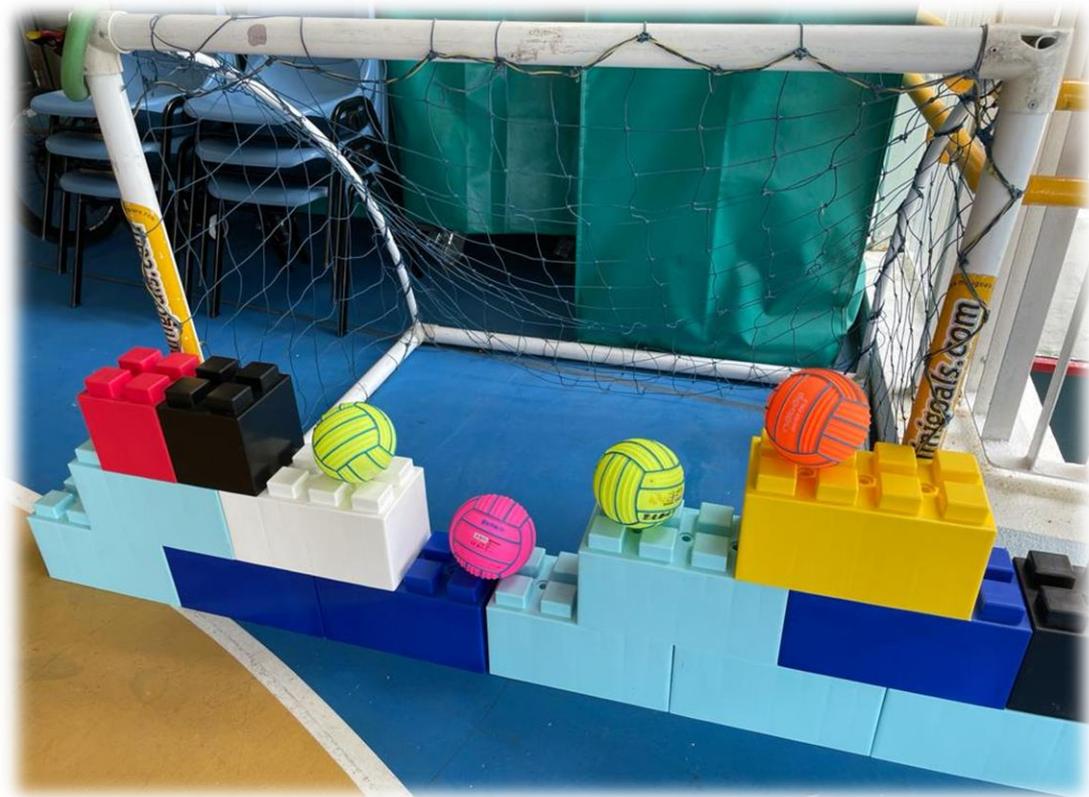
- 透過之前所述熱身活動中
 - 不同方向、幅度的步行、重心轉移
- 發展穩定的位置轉移技能

(三) 課堂設計及實踐 - 主題活動



(B) 配合用具觸控的目標

著重注視→**有球與否**→察覺球的位置後，
再作下肢觸控的動作



(B) 配合用具觸控
的目標

提腿觸碰不同水
平位置的球

(高 中 低)

(三) 課堂設計及實
踐 - 主題活動

過程中

著重注視→觸控

(三) 課堂設計及實踐

完成活動時交由學生負責彎腰拾起及學習妥善放好器具，學生參與活動用品的收拾與管理

→ 培養個人責任感

教師期望教學過程中能善用場地設置，讓學生於場地空間內進行漸進式用具觸控活動，務求讓學生在新常態的半日面授課下，善用縮短至不足40分鐘一節的體育課，有效學習。

→ 長遠建立嚴重智障學生對進行體育活動的興趣
展現自信

