

高雄市立楠梓特殊學校

107學年度特殊教育教師專業成長社群

國中部健康與體育領域

成果報告

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

蔡宛伶



簽呈計畫

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

蔡宛伶

高雄市立楠梓特殊學校學校107學年度特殊教育教師專業成長社群- 十二國教新課綱之校訂特需課程規劃及健康與體育領域

教材教法精進實施計畫

壹、緣起：適應體育的概念為每一個人具有平等的運動權，並依據每一個人的需求調整運動的規則、項目等，特教教師平日進行健康與體育領域教學時即以此概念進行課程的設計，然而，仍需增進適應體育的增能研習。同時，本社群教師的教學對象為國中生，班內學生具有障礙多元的差異性，譬如可以獨立運動的學生、上肢可以獨立運動的輪椅生、全身無法獨立活動的輪椅生等。

貳、依據：高雄市政府教育局107年7月26日高市教特字第10734791200號函。

參、目的：

- 一、強化教師專業對話，提升教師適應體育教學能力。
- 二、運用適應體育的概念，將適應體育的概念融入健康與體育領域的教學，提升每一位學生平等的運動權。
- 三、經由系統化主題研討、定期的討論，共同設計教案、教材或教具等，並提出修正與回饋意見。

肆、主辦單位：高雄市政府教育局。

伍、承辦單位：高雄市立楠梓特殊學校。

陸、協辦單位：高雄市特殊教育資源中心。

柒、參加對象：本市特殊教育班(集中式特教班、資源班、巡迴輔導班)教師，有意願者皆可報名。

捌、報名方式：特殊教育通報網登錄報名(<http://www.set.edu.tw>)

玖、實施期程：107年9月至108年6月止，週三13:00-16:00

拾、參加人數：參與研討社群以 4-12人為主，外聘講師為求經費最大效益則擴大增加參與教師(以報名先後順序為主)。

拾壹、教師專業成長社群運作之整體規劃說明：

一、運作規劃：

(一)訂定年度運作目標，檢核執行歷程：

擬定各階段運作目標，教師自主性規劃，隨時修正執行目標及策略。

(二)依計畫內容及期程落實執行：

預計從107年9月起實施，每月一至二次研討，利用每週三13:00-16:00。

(三)聘請專家諮詢及有經驗教師實務分享：

邀請學者蒞校指導，與提供諮詢，並遴聘有經驗教師分享實務，以作為推動過程中，社群教師檢核修正運作內涵。

(四)辦理成果發表會：

配合召開成果發表會，向特教教師分享社群運作的寶貴經驗，為日後蘊育他校專業社群做儲能準備。

二、社群名冊

次	姓名	職稱	服務學校	備註
1	顏芝盈	特教教師兼任教學組長 (國中部)	高雄市立楠梓特殊學校	擔任社群召集人
2	陳琇楓	特教教師兼任導師 (國中部)	高雄市立楠梓特殊學校	
3	蔡宛玲	特教教師兼任訓育組長 (國中部)	高雄市立楠梓特殊學校	
4	林漢瓊	特教教師兼任導師 (國中部)	高雄市立楠梓特殊學校	

三、運作策略：

(一) 方式：本社群以「健康與體育」領域作為課程設計開始，將適應體育的概念融入健康與體育領域的教學，設計多層次參與及分組教學的課程，提升每一位學生平等的運動權。

1. 強化教師專業對話，提升教師適應體育教學能力。
2. 運用適應體育的概念，將適應體育的概念融入健康與體育領域的教學，提升每一位學生平等的運動權。
3. 經由系統化主題研討、定期的討論，共同設計教案、教材或教具等，並提出修正與回饋意見。

(二)課程規劃：

1. 聘請專家指導：遴聘教授辦理相關課程主題講座、諮詢會議等。
2. 教師社群主題研討：領域教材簡化、特殊需求課程設計…等實務探討、問題與解決。
3. IEP 課程設計與教學。
4. 實施進度：

次	時間	實施內容	實施方式	主講或指導者	地點或場地	人數
1	2018.09	1. 分析學生需求 2. 確認本學年度發展的主軸與進程	主題探討	夥伴	啟智類休閒教室	4
2	2018.10	研擬教案、教材與教具	協同備課 教學媒材研發	夥伴	啟智類休閒教室	4
3	2018.11	設計學生的評量標	協同備課	夥伴	啟智類休閒	4

(附件一)

高雄市立楠梓特殊學校學校107學年度特殊教育教師專業成長社群-
十二國教新課綱之校訂特需課程規劃及健康與體育領域

教材教法精進實施計畫經費概算表

項次	內容	數量	單位	單價	總價	備註
1	講師鐘點費(外聘)	5	時	2,000	10,000	外聘講師
2	講師鐘點費(內聘)	6	時	1,000	6,000	高雄市所屬學校教師
3	交通費	2	式	758	1,516	外聘講師交通費
4	教學媒材費	1	式	4,000	4,000	購置與計畫直接有關之教學媒材，核實報支
5	成果製作	1	式	2,100	2,100	成果冊印刷製作
6	雜支	1	式	1,384	1,384	
合計	25,000元整					得依實際支出相互勾支。
總計：新台幣貳萬伍仟元整						

承辦人：

教師兼
教學組長 顏芝盈

單位主管：

教師兼
教務主任 蔡蕙如

會計：

會計室 林益全

會計室 高惠峯

校長 聶惠如



聖誕跑跑PA

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

蔡宛伶



A關：折返跑跑跑

1. 關主將3顆球丟出後，大喊一聲**GO**~。
2. **高組同學出發**、**撿球**、**放回呼拉圈**。
3. **老師+中組同學出發**、**撿球**、**放回呼拉圈**。
4. **高組+輪椅同學出發**、**撿球**、**放回呼拉圈**。
5. 撿完3顆球，全組過關。



B關：防守步伐要深蹲

1. 關主負責計時，大喊一聲**GO**~
2. **高組同學**，**深蹲30秒**。
3. **老師+中組同學**，**深蹲10秒**。
4. **高組+輪椅同學**，**深蹲10秒**。
5. 深蹲完成，全組過關。







闖關卡

MERRY
CHRISTMAS
HAPPY NEW YEAR

闖關卡

B關：
防守步伐要深蹲



A關：
折返跑跑跑



C關：
聖誕禮物找一找



MERRY
CHRISTMAS
HAPPY NEW YEAR

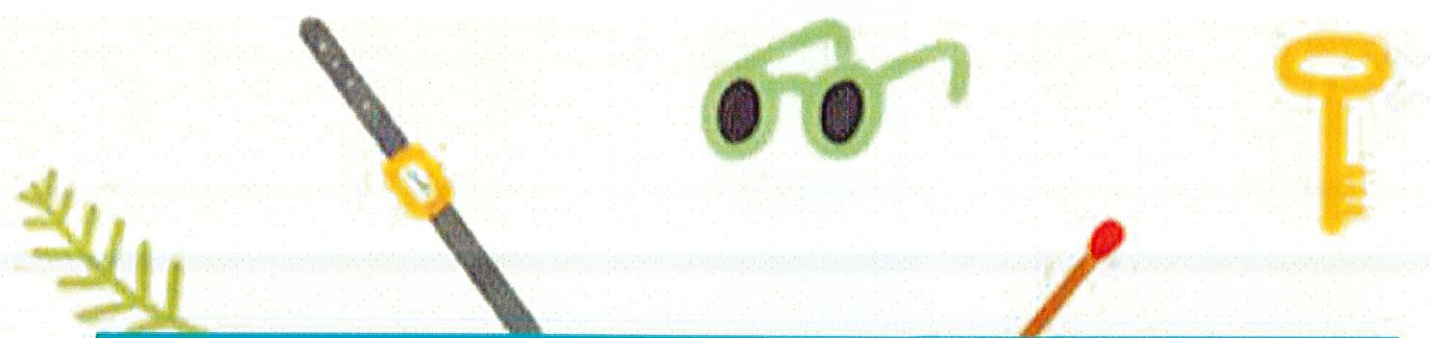
餅

乾



MERRY
CHRISTMAS
HAPPY NEW YEAR

飲 料



增能研習(一) 適應體育講座

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

蔡宛伶

肢體障礙與腦性麻痺學生的 身體活動



高雄市立楠梓特殊教育學校
講師：高桂足博士
台灣特殊體育學會 理事長
2019年3月

內容綱要

- 結論
 - 有關肢體障礙
 - 腦性麻痺的流行病學
- 動作特徵與功能評量
- 目前相關的科學實證研究
- 身體活動教學原則、策略與建議
- 案例探討



肢體障礙概說



定義

- 係指上下肢或軀幹之機能有部份或全部障礙，致影響參與學習活動者。(教育部《身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法》第七條)

人口統計

- 台灣身心障礙人口總計有1,141,677人(2014年12月)
- 肢體障礙人數為378,448，佔33.2%，是人數最多的身心障礙族群
- 中小學肢體障礙學生佔特殊生的4.5%，大專生佔特殊生的23.9%
- 肢體障礙會因意外傷害等因素，隨年齡增多

依其疾病與異常分類

1. 肌肉張力異常(如僵性麻痺)
2. 部分肢體與軀幹麻痺(如脊髓小兒麻痺等)
3. 部分肢體麻痺與畸形(如截肢/成骨不全等)
4. 肢體控制協調困難(如肌張障礙症等)

肢體障礙者面臨的隱憂...

- 變形
- 挛縮
- 僵硬
- 增生
- 鈣化
- 疼痛
- 退化
- 失能
- 二度失能

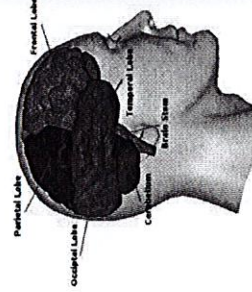


腦性麻痺 (cerebral palsy)



- 定義：
 - 腦傷發生於兒童早期腦部發展尚未成熟時，非進行性、非暫時性、非單純智能不足合併的動作發展障礙與遲緩
- 盛行率：
 - 千分之2-3
 - 男女比率為1.3-1.4:1
 - 約18個月可發現異常
 - 確診最小年齡為5歲
- 成因
 - 出生前
 - 懷孕時母體感染細菌/放射線過度照射/藥物中毒/胎盤功能不佳/先天性異常/母血血型不合
 - 出生時
 - 早產/出生缺氧/產傷/產鉗、真空吸取/多胞胎等
 - 出生後
 - 腦部/發熱/感染/肺炎/中風/嚴重黃疸

腦部功能分區圖



常見的腦性麻痺特徵

- 肌張力過高，強直
- 動作僵直、抽搐、顫抖
- 肌張力過低，癱軟
- 關節活動困難
- 原始反射型感保留過久
- 身體姿勢異常，協調性差
- 動作組型異常，平衡不佳
- 身體主動控制能力受限
- 出現不隨意動作
- 移位及轉換姿勢困難



腦性麻痺分類

依神經肌肉運動分:

- 痙攣型
- 徐動型
- 運動失調型
- 協調不良型
- 肌無力型
- 混合型



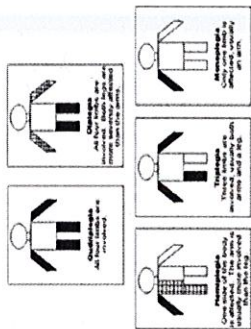
依肌張力程度分:

- 高肌張力
- 低肌張力
- 高低張力混合
- 無肌張力

依肢體障礙部位分:

- 單肢麻痺
- 半身/單側麻痺
- 雙邊麻痺(下肢嚴重)
- 三肢麻痺
- 四肢麻痺(包括臉部)

腦性麻痺類型圖解



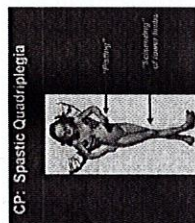
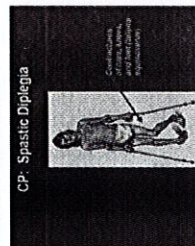
半身與四肢痙攣型腦性麻痺特徵

下肢(半身):

患肢腿、膝、腳內旋

四肢:

握拳，下肢剪刀腳



國內外各類腦性麻痺盛行率比較(%)

類型	國外	台灣
• 所有痙攣型	76-87	80
• 半身麻痺	27-37	11
• 雙側麻痺	18-45	29
• 四肢麻痺	8-32	40
• 協調性不良	5-7	1
• 運動困難型	4-10	5
• 混合型	11-12	12



腦性麻痺類型與特徵(一)

痙攣型(spasticity)

- 肌張力高於正常
- 肢體僵硬背弓、肌肉緊繃
- 上肢常呈現彎曲
- 下肢內收、內旋、剪刀腳
- 大腿肌腱過緊、屈膝
- 小腿肌腱過緊、墊腳尖
- 動作發展遲緩
- 動作緩慢、執行困難
- 平衡反應遲鈍、不靈活

手足徐動型(athetosis)

- 過度的高、低肌張力變動
- 頭頸、四肢與軀幹肌肉控制困難
- 全身不隨意抽動(jerk), 緊張時動作更為異常, 臉部表情更加扭曲
- 無法做出自主性動作
- 頭頸控制力差
- 伴隨語言障礙
- 平衡能力差



腦性麻痺類型與特徵(二)

協調不良型(ataxia)

- 肌張力低於正常
- 無法保持同一姿勢
- 刻意顫抖現象
- 動作不對稱、不協調
- 無法做離地向上動作
- 為支撐身體，走路時雙腿撐開



運動失調型(dyskinetic)

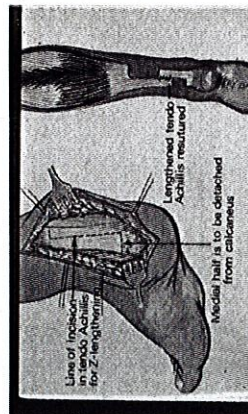
- 小腦損傷造成
- 肌張力過低
- 平衡、位移困難
- 走路不穩，跑跳困難
- 眼球不自主顫動造成跌倒

腦性麻痺粗大動作功能分類(GMFCS)

- 行走功能不受限，但粗大動作受限
- 行走不須輔具，但戶外或社區行走受限
- 行走移動須輔具，且戶外社區行走受限
- 自我移動受限，使用高科技輔具仍受限
- 自我移動極度受限，使用高科技輔具仍受限



手術：拉長肌腱



腦性麻痺者一般教育考量

- 改善身體功能才有生活品質可言，持續留意功能變化及可能的併發症，不排除身體活動、服藥或手術，不可放任不管
- 腦性麻痺應優先考慮保守治療：傳統活動練習、矯正與復健、藥物控制肌張力、手術(如拉長肌腱、減緩高張力)
- 打破身體不活動與失能之間的惡性循環
- 長期使用支架與矯正設備，預防永久性變態
- 盡量由患者自行操作，較能提升動作的自主性(身心健康)
- 個別差異很大，挑選合適的身體活動
- 提供的活動具有挑戰性，反而引起興趣



腦性麻痺身體活動的難題



- ✓ 痙攣型者運動反而引發痙攣
- ✓ 大腿後肌痙攣張力大，造成膝關節屈曲
- ✓ 小腿痙攣張力大，造成墊腳尖步態
- ✓ 張力過高，關節關節內旋，剪刀腳行走困難
- ✓ 痙攣型內旋張力過大，可能併發症如髖脫臼，無法行走造成退步
- ✓ 手足徐攣型者緊張或興奮時手脚或臉部反而更抖動扭曲
- ✓ 因身體活動困難，有挫折感，運動意願不高
- ✓ 行動困難加上協調不良使得進步緩慢，容易氣餒放棄
- ✓ 2-7歲為身體功能改善關鍵，約7-8歲可預知成年功能，年齡越大者，效果小

身體活動目標

- 頭與軀幹(身體中線)的控制，找到身體重心
- 減少不必要肢體抽動/痙攣
- 增強肌力
- 練習身體迅速適當擺位，找到平衡點
 - 坐、站、移位(靜態與動態平衡)
- 引導發展正確動作模式(日常所需功能為主)
 - 端正下肢走路，放平腳板，打直膝蓋，上肢活動範圍
 - 及早養成持續規律活動避免功能衰退，減少軟組織變硬
- 活動三階段原則
 - 放鬆與伸展(肌張力高者)
 - 單一關節與肌肉運動(局部功能改善)
 - 多處關節肌肉整合改善



腦性麻痺階段性體育教學原則

- **第一階段**
靜態平衡：增進動作穩定能力，擺位，減輕擊抽搐
- **第二階段**
移位平衡：具有穩定性的動作能力，重心轉換能力，上肢肌力，雙手操作能力
- **第三階段**
動態平衡：改善協調技巧，行走上下階梯跑跳等動作能力，整體體適能
- **第四階段**
整體動作多元變化與協調



肌張力異常適應體育教學原則

高肌張力

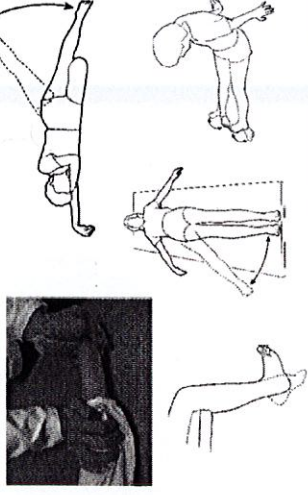
- 以按摩關節與肌肉開啟熱身
- 學習運動中情緒與肌肉放鬆
- 練習控制高肌張力問題
- 注意體力與疲勞問題



低肌張力

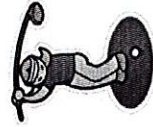
- 以按摩關節與肌肉開啟熱身
- 化被動式運動為主性
- 開發與練習發展里程碑的動作
- 隨個案步調進行活動，鼓勵但不強求
- 動作費力極需鼓勵，注意多休息

關節肌肉按摩熱身舉例



居家/補強配合活動

- **放鬆訓練**
— 仰臥，雙腿前彎至腹部，左右緩和擺動骨盆(10下x3次)
- **被動關節運動**
— 輕，慢，不引發痙攣(10下x3次)
— 膝關節伸直，轉動踝關節
— 下腿前彎到腹部，雙腳伸直外張45度
- **肌力訓練**
— 仰臥屈/伸雙腿，仰臥舉腿，仰臥起坐
— 練習維持正確坐/站姿勢



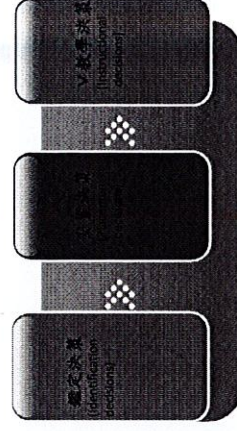
運動介入前的個別評量

- 感覺統合的程度：
 - 觸覺(包括溫、壓覺)/視聽覺/前庭/本體覺
- 體適能
- 關節構造/活動度
- 姿勢/行動位移能力/速度/品質
- 進階動作(踢/跳/擲球/交換步等)
- 是否使用輔具
- 認知程度/溝通能力/語言障礙
- 輔以動作能力發展量表



評估決策 Assessment decisions

評估是動態的過程：過去，現在，未來。



身體活動能力評估

- 體育單元教學目標評估
 - 認知
 - 技能
 - 情意
- 體適能評估
 - 心肺耐力
 - 肌力，肌耐力
 - 柔軟度(柔軟)
 - 瞬爆力
 - 身體組成
- 體適能評估通用嗎？還
- 心理層面改變了嗎？還有其他改變...



體適能(Physical Fitness)

- 個人除了足以勝任日常生活之外，還
 - 有餘力享受休閒，應付壓力與突如其來變化的身體適應能力
 - 身體活動時適應外界環境的能力
- FIT 適切，正好
F: Frequency 從事的頻率/次數
I: Intensity 從事的強度
T: Time 從事的時間

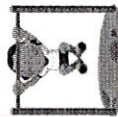
體適能類別-特殊學生評估甚麼？

- 健康體適能要素
 - 目的：健康身體優質生活
 - 心肺耐力
 - 肌力與肌耐力
 - 柔軟度
 - 瞬爆力
 - 身體組成
- 競技體適能要素
 - 目的：競技比賽中獲勝
 - 心肺耐力
 - 肌力與肌耐力
 - 柔軟度
 - 身體組成
 - 瞬爆力
 - 靈敏性/速度/協調性/平衡性



特殊學生身體活動面臨的問題

- 身體動作發展里程碑缺漏
 - 身體適應落差
 - 基本動作不全
 - 動態平衡落後
 - 動作協調能力不佳
 - 生活適應不足
- 缺乏身體活動學習與練習的機會
- 認知缺失與運動技能不佳交互影響學習
- 忽視身體活動帶來的正面影響與價值



特殊學生體適能評估重點

- 日常生活有關的功能：
 - 發展里程碑應有的動作能力(包括感覺統合)
 - 身體平衡感
 - 靈敏與四肢的協調性
 - 肌力(尤其是下肢肌力)
 - 雙手操作能力
 - 柔軟度
- 相對次要的能力：
 - 肌耐力
 - 爆發力
 - 動作精準度
 - 手指操作精細度
 - 運動強度



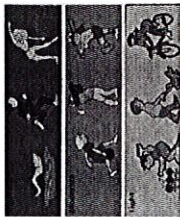
適應體育評量舉例

- 測量因子一：跑速與敏捷度
- 測量因子二：平衡力
- 測量因子三：身體兩邊對稱協調能力
- 測量因子四：肌力
- 測量因子五：上下肢協調能力
- 測量因子六：手眼協調反應速度
- 測量因子七：視覺-動作控制能力
- 測量因子八：上下肢協調反應速度與靈巧度



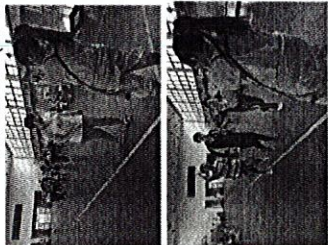
標準化的動作能力檢測工具

- BOT-2 (Bruininks-Oseretsky動作精熟測驗第二版)
- MABC (Movement assessment battery for children)
- BPFT (Brockport體適能測驗; Brockport Physical Fitness Test)



www.thermquality.com

心肺適能(心肺耐力)檢測



- 跑步機/腳踏車測最大攝氧量
- 9或12分鐘跑走
- 1英里跑走
- BOT-2的9.15米折返跑
- 登階測驗
- Brockport步行折返

肌力/肌耐力檢測項目



- 等速肌力測力儀(實驗室用)
- 手持式測力儀(測1RM:一次最大重複肌力)
- 不同重量/阻力的握推/握舉
- 引體向上
- 仰臥起坐
- 伏地挺身(跪姿)
- 曲臂懸垂
- 雙槓撐體
- 30秒從座椅站起次數

瞬爆力檢測

下肢: 立定跳遠/腳跳/垂直跳高2.67x體重x跳高高度(米)
上肢: 推鉛球/擲鉛球

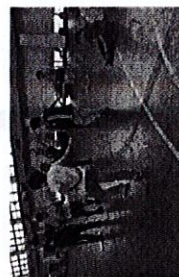
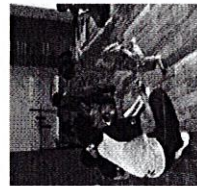
- 定義:
單位時間內肌肉所增加力量的比例
- 涉及power & explosive
- 單位時間內, 肌肉增力多瞬爆力越佳
- 肌力與速度決定瞬爆力
- 肌力與速度各為其最大值的30-40%, 瞬爆力最大

簡單訓練法
從10cm平台往下跳後, 隨即垂直上跳



平衡檢測舉例

單腳站立(秒) 開眼/閉眼



上下肢協調性檢測
手腳轉圈(同手同腳/非同手同腳)



手眼/上下肢協調檢測

鏡子上3x100公分框: 走動並在鏡內畫線



結語--
身體活動: 一生所需
適應性身體活動: 一些理論+許多創意

感謝聆聽!



特殊學生與特殊輔具



研究證實有效的活動



適應體育與輔具創作



購置復康與體育共用器材

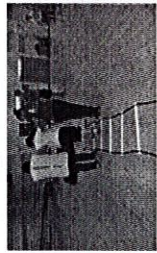


適應體育與復康共用器材



玩具便宜又好用-手眼協調訓練

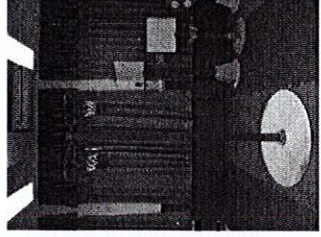
器材購置也可自製 - 腦麻行走訓練



適應體育器材購置... 類似球類器材可以如何自製?



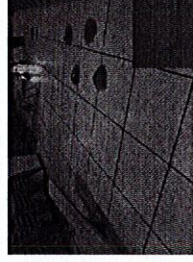
訂製調整式的器材



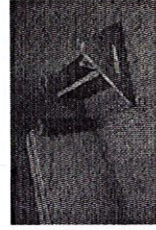
訂製器材 - 上肢與手眼協調訓練 四組同時使用



訂製器材 - 下肢肌力訓練 底座必須防滑



訂製器材-下肢肌力與身體平衡訓練



訂製器材-前庭覺與平衡訓練

改變設備或原器材用途

改變原器材用途



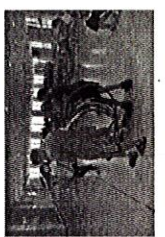
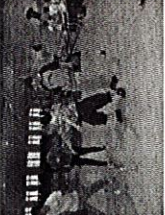
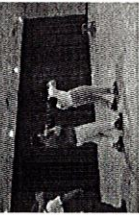
改變原器材用途-行走訓練



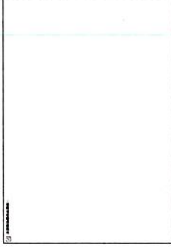
行走變化練習(融合)



互動式下肢肌力訓練



器材混搭使用



器材混搭(跳脫原用途) — 粗大動作訓練



現成品加工/改造

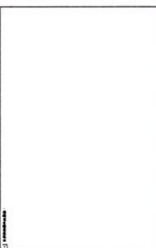


現成器材加工/改造

利用衣架長短高低差異，多人同時使用



加工自製的塑膠管高架 - 上下肢肌力及協調訓練



現成器材加工/改造

適應體育與復健共用器材

--	--

教學實例-高肌張力伴隨智能障礙
利用反射動作訓練抬起上半身與頸部肌力

--	--

輔具也可以很經濟

--	--

善用環境中的現有物 - 輔具不花錢
離開助行器的練習

--	--

來自日常用品的靈感...

--	--

從生活用品變成創意輔具

資源回收物加工/改造

創意保齡球

--	--

www.themegallery.com

自製教具—資源回收/廢物利用

--	--

學生適應實習與輔具製作

--	--

學生適應實習與輔具製作

--	--



增能研習(二) 木工研習

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

蔡宛伶

高雄市立楠梓特殊學校 107 學年度特殊教育教師專業成長社群-

十二國教新課綱之校訂特需課程規劃及健康與體育領域

社群會議暨研習簽到表

時間：2019 年 04 月 03 日（星期三）14 時 00 分~

地點：職能治療教室

參加人員：

講師		
服務單位職稱	姓名	簽名
高雄市立楠梓特殊學校 職能治療師	郭俊宏	郭俊宏
教師		
服務單位職稱	姓名	簽名
教師兼教學組長	顏芝盈	顏芝盈
高雄市立楠梓特殊學校 教師兼訓育組長	蔡宛玲	蔡宛玲
高雄市立楠梓特殊學校 國中部導師	林漢瓊	林漢瓊
高雄市立楠梓特殊學校 國中部導師	陳琇楓	陳琇楓

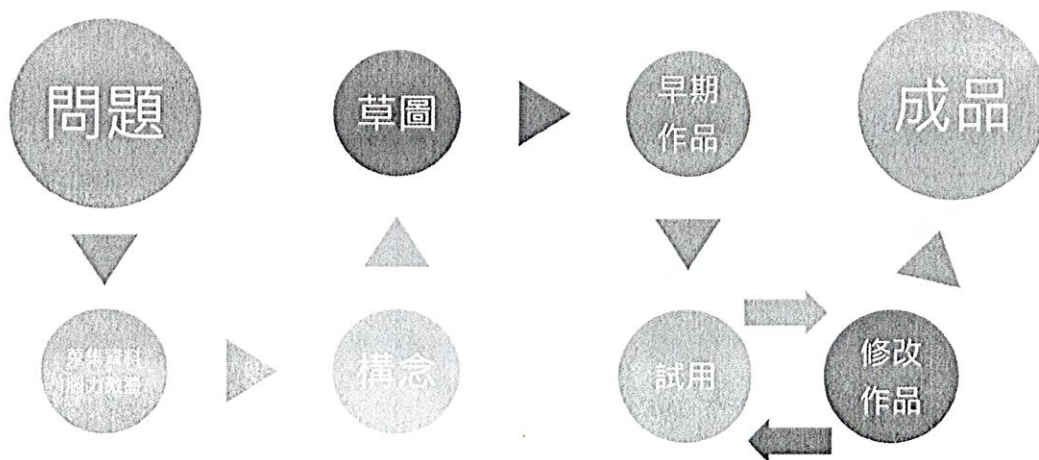
簡易木工技能應用於特殊生的生活需求與教育訓練

楠梓特殊學校 職能治療師 郭俊宏

ot@mail.nzsmr.kh.edu.tw

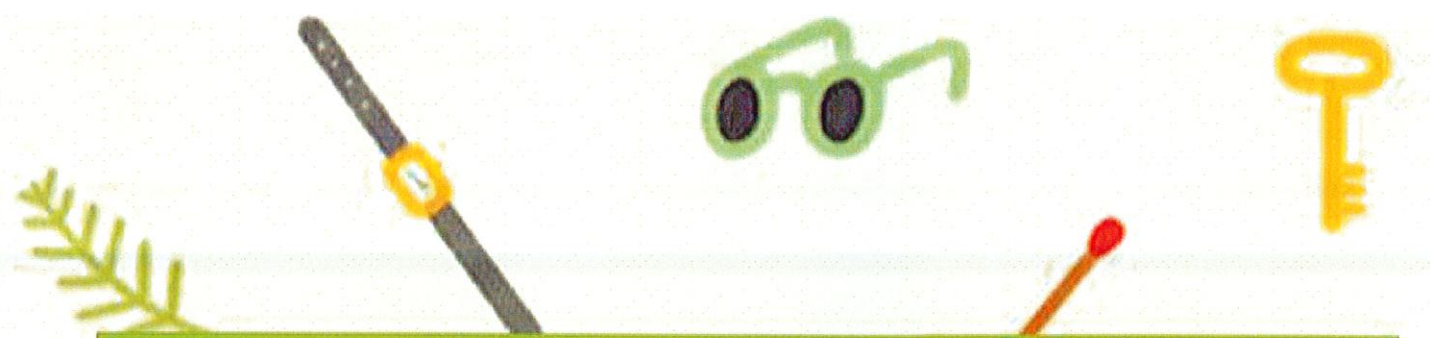
3642007轉453

一、設計製作流程：



二、簡易木工作業技能訓練：

1. 決定作品(指定、模仿、自創均可)。
2. 繪製(精確、簡略)草圖(鉛筆、紙、橡皮擦)。
3. 製作：
 - a. 選料(夾板 一分、兩分、三分、四分、五分、六分料)。
 - b. 做標記(鉛筆、橡皮擦、捲尺、直角尺、長尺)
 - c. 鋸切鑽(桌鋸、手線鋸、鑽孔機)。
 - d. 組合(上白膠、釘槍、手鑽孔機、榔頭、固定器)。
 - e. 修飾(手修邊機、手拋光機、桌拋光機)。
 - f. 上漆(一度漆、磨、二度漆)。
4. 試用。
5. 修改/重做。
6. 交貨。



公開觀課

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

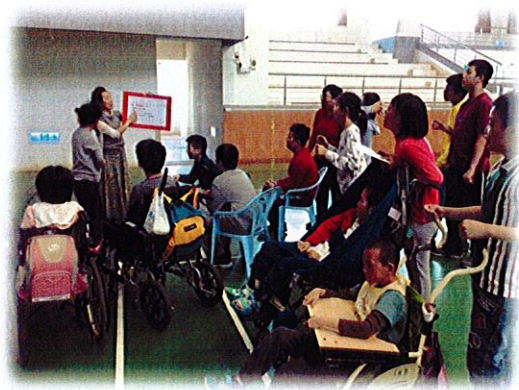
蔡宛伶

高雄市立楠梓特殊學校學校107學年度特殊教育教師國中部健康與體育領域專業成長社群
適應體育觀課

親愛的楠特老師：

國中部健康與體育社群於106學年度成立至今，教學對象具有障礙多元的差異性，期盼透過社群運用適應體育的概念，將適應體育的概念融入健康與體育領域的教學。

106學年度社群的課程主題聚焦「我傳你接」(傳接球)、「投進你心，勢不可擋」(投籃、進攻擋人)；107學年度延續課程和新增課程主題「老鷹抓小雞」(防守)。班級學生分成四組：A組學生為可以完全/部分參與課程；B組學生為部分參與及調整課程；C組學生為調整課程；D組學生為替代課程。



本次社群於2019/05/21(二) 14:00~15:30 in 體育館，安排一場適應體育觀課，課程活動流程如下：

14:00-14:30 準備活動、暖身活動

14:30-15:10 團體/分組教學

15:10-15:20 鬥牛賽(歡迎觀課教師與學生切磋)

社群成員希望可以精進適應體育教學，誠摯地邀請各位楠特老師當日至體育館看台觀課，藉由公開觀課紀錄表給予指教，報名方式請至全國教師在職進修網(課程代碼：2639260)。

【歡迎大家一起來唷~】

社群成員誠摯地邀請
林漢瓊、陳琇楓、蔡宛伶、顏芝盈2019.05.15

公開觀課紀錄表

觀課領域	健康與體育	觀課班級	國中部甲乙丙	觀課日期	2019/05/21
授課教師	陳琇楓、蔡宛伶、顏芝盈			觀課者	林美淑
授課內容	老鷹抓小雞(防守)				

課堂紀錄

教師學習引導	學生學習行為	備註
熱身 運球 圓圈傳球後作蹲動作投球 高功能運球是球 輪椅生 輪椅生投球組，老師鼓勵	熟練 熟練，助理各別需要協助者，井然有序。 非常有趣又守序 一組（3人）練習。 等候區還有幾位學生及多位學生。 如等為何不分成二組進行？ 靜室（動搖少） 隨個別狀況投球	4 奕均被固定輪

議課

(建議與心得；關注學習主具體學習事時表現)

1. 人力充足，有職能治療師實習生力入真！
(教師 3 + 助理 3 + 職能 1 + 實習生 5)

2. 分組佳，依各能力狀況，建議高功組進行活動時再分組
2 組，高 A 高 B，B 組活動另設計或 A 組活動再減化，減少
高 A 活動時高 B 空白等待。(實習生在等待中可習)

3. 高功組活動量可再增加。如果無法增加時類練習，可以增加起

4. 輪椅生主動操作輔具動機低，能否主動，不知，可以如何
再加強？有無可以主動安排地不致致致致致？

5. 部份學生無法參與或參與少如奕均，~~開學~~ (慢地忘記了)。
可以關注如何減少活動

6. 大家真不容易，建議都是如中求如，其實，已經 100% 了 😊。

公開觀課紀錄表

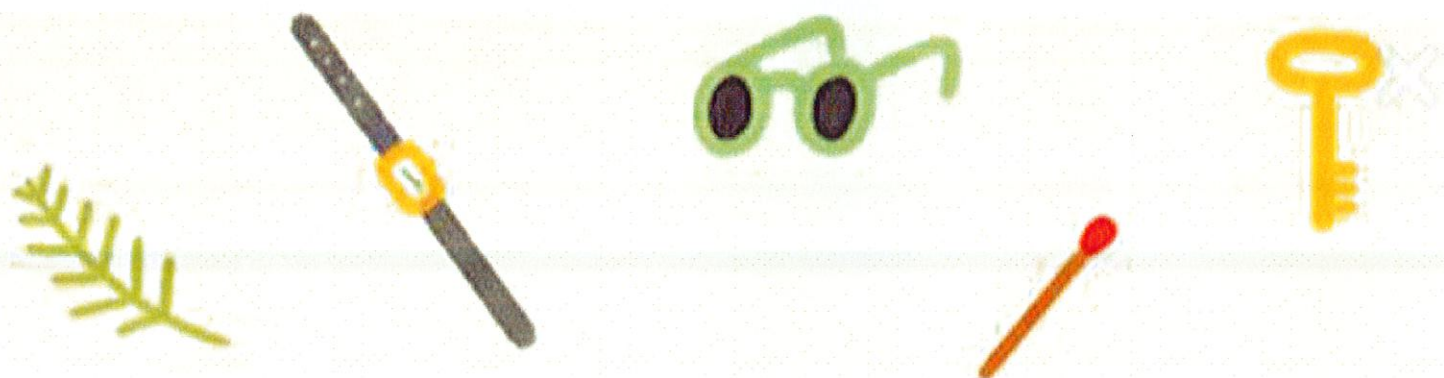
觀課領域	健康與體育	觀課班級	國中部甲乙丙	觀課日期	2019/05/21
授課教師	陳琇楓、蔡宛伶、顏芝盈			觀課者	蔡芝如
授課內容	老鷹抓小雞(防守)				
課堂紀錄					
教師學習引導		學生學習行為		備註	
學生分低中高組，依程度不同，教師引導適合其活動之項目。低組的支持與協助大，高組由老師陪伴及共同活動。		學生對學習項目產生高度的興趣，及專注。			
議課	(建議與心得；關注學習主具體學習事時表現) 1. 高組老鷹抓小雞活動，讓學生参与其中。 2. 中低組的學習教具輔具設計適合學生學習及操作，讓輪椅生、重度學生也能透過教具學習。玩球、及活動。				

公開觀課紀錄表

觀課領域	健康與體育	觀課班級	國中部甲乙丙	觀課日期	2019/05/21
授課教師	陳琇楓、蔡宛伶、顏芝盈			觀課者	林妍文
授課內容	老鷹抓小雞(防守)				
課堂紀錄					
教師學習引導		學生學習行為		備註	
針對高組、可跑可抓、的學生進行籃球防守動作指導。 將學生分成了5組，針對學生能力來做區分，老師給予適當的協助，例如口頭提示、示範、少量肢體協助，大量肢體協助。		根據老師的指令設計及學習防守。 確實都可以具體回應學習目標，例如防守、投籃、拍球、接球等。			
議課		(建議與心得；關注學習主具體學習事時表現) 1. 運用人力，提供學生充分的學習輔助。 2. 依據學生能力，分組教學，並且設計符合學生能力之體育活動，具體在美感教育活動， 3. 從做中學，跑動、進入課程中，教師流程順暢，學生對於接下來該做什麼也可自動自發，這在國中部課程中很不容易。			

公開觀課紀錄表

觀課領域	健康與體育	觀課班級	國中部甲乙丙	觀課日期	2019/05/21
授課教師	陳琇楓、蔡宛伶、顏芝盈			觀課者	黃家好
授課內容	老鷹抓小雞(防守)				
課堂紀錄					
教師學習引導		學生學習行為		備註	
一. 牽引學生練習步行. 二. 學生易有弓腰動作. 老師用呼啦圈引導學生步行的姿態		一. 練習走路的姿勢. 平衡能力還不是很好. 二. 主動願意配合程度增高了.			
議課		(建議與心得; 關注學習主具體學習事時表現) 一. 覺得很棒. 要活動前. 會先讓學生們做柔軟運動. 二. 有治療師帶領學生一起協助. 感覺每位孩子都有運動刺激到了. 真的很不錯! 三. 老師運用呼啦圈的方式帶領學生步行. 覺得這了桌子還不錯. 學生走路弓腰的機率變少了. 四. 分組教學活動還不錯! 讓每位同學都做到個別化需求設計活動了.			



To Be Continued...

進擊的球新球變玩體育 



顏芝盈

林漢瓊

陳琇楓

蔡宛伶