

113年適應體育策略 發展行動藍圖 體育教學增能研習 手冊



113年適應體育策略發展行動藍圖 體育教學增能研習會課程表 (第1場)



TAIWAN TECH

6月20日 (星期四) 上午

時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
08 : 20 08 : 50	人員報到	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
08 : 50 09 : 00	開幕式	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
09 : 00 10 : 00	適應體育羽球	鄭元龍教授	教學研究組 黃丞薇 講師	體育館一樓 S101教室
10 : 50 12 : 30	適應體育羽球	鄭元龍教授	教學研究組 黃丞薇 講師	體育館二樓
12 : 30 12 : 40	綜合座談 交流	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室

113年適應體育策略發展行動藍圖 體育教學增能研習會課程表 (第2場)



TAIWAN TECH

6月20日 (星期四) 下午

時間	課程內容	授課講師	主持人	地點	
12 : 40 	午餐時間	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室	
13 : 20 	13 : 30 	視覺障礙 運動介紹	章金德老師	教學研究組長 蔡尚明 副教授	體育館一樓 S101教室
15 : 20 	15 : 20 	茶敘時間			
15 : 30 	15 : 30 	適應體育 門球及足球	章金德老師	教學研究組長 蔡尚明 副教授	韻律教室
17 : 20 	17 : 20 	綜合座談 交流及歸賦	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
17 : 30					

113年適應體育策略發展行動藍圖 體育教學增能研習會課程表 (第3場)



TAIWAN TECH

6月21日 (星期五) 上午

時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
08 : 20 	人員報到	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
08 : 50 	適應體育桌球	蔡貴蘭教練	教學研究組 黃丞薇 講師	體育館一樓 S101教室
10 : 40 	適應體育桌球	蔡貴蘭教練	教學研究組 黃丞薇 講師	研陽大樓地下 一樓桌球教室
12 : 30 	綜合座談 交流	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	研陽大樓地下 一樓桌球教室
12 : 40				

113年適應體育策略發展行動藍圖 體育教學增能研習會課程表 (第4場)



6月21日 (星期五) 下午

時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
12 : 40 	午餐時間	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
13 : 20 	兩性平等	致理科技大學 資源教室 曾漢津老師	教學研究組長 蔡尚明 副教授	體育館一樓 S101教室
15 : 20 	茶敘時間			
15 : 30 	適應體育 滾動生命球啟人 生	洪家興教練	教學研究組長 陳忠誠 助理教授	韻律教室
17 : 20 	地板滾球改變特 殊生的學習歷程	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
17 : 20 	綜合座談 交流及歸賦	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101教室
17 : 30				



TAIWAN TECH

112 學年度體育教學增能研習會實施辦法（第 1.2 場）

一、依據：教育部體育署 112 學年度大專院校適應體育策略發展行動藍圖實施計畫辦理。

二、目的：普及適應體育、特殊教育知能，提升體育課程調整能力及具備適應體育教學知識。

二、指導單位：教育部體育署、國立臺灣師範大學特殊教育中心。

三、主辦單位：國立臺灣科技大學體育室。

四、研習日期：113 年 6 月 20 日（星期四）上午 08:300 至 17:30。

五、研習地點：國立臺灣科技大學體育館一樓 S101 教室。

六、參加資格：大學專兼任教師、教練、選手及相關從業人員

（本校教師、教練及選手優先參加）。

七、參加人數：50 名為限，報名完成將以 E-mail 通知報名成功。

八、報名日期：即日起至 113 年 6 月 14 日（星期五）中午 17 時止，

逾時不予受理。

九、報名辦法：採 google 表單填寫，網址如下

<https://docs.google.com/forms/d/1eVXanD14b->

[UIUpV_RBHb8oYAPvM-O1eY9DGOjuvIKIM/edit](https://docs.google.com/forms/d/1eVXanD14b-UIUpV_RBHb8oYAPvM-O1eY9DGOjuvIKIM/edit)

敬請詳細填寫報名表資料，額滿為止。

若有疑問請來電 02-27376282 陳忠誠老師洽詢。

十、研習活動公告：國立臺灣科技大學體育室網 <https://www.sport.ntust.edu.tw/>

十一、講師：邀請適應體育及專家擔任。

十二、研習內容：適應體育培力增能、提升相關知能。

十三、注意事項：本校體育室專兼任教師及教練，應參與本室主辦研習會至少 8

小時以上，參與者核發研習證書，作為教師續聘評估條件之一，

敬請遵守相關規定。

十四、本研習會免報名費用，參與者附餐點。

十五、研習會期間由主辦單位為參加人員、講師及工作人員投保活動場地意外傷害險。

十六、參加人員公差假，差旅費請向原服務單位申請報支。

十七、本計畫經教育部體育署 112 年 11 月 2 日臺教體署學(二)字第 1120044754 號函備查。

(第 1 場) 體育教學增能研習會課程表

6 月 20 日 (星期四) 上午				
時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
08:20 08:50	人員報到	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室
08:50 09:00	開幕式	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室
09:00 10:00	適應體育羽球	鄭元龍教授	教學研究組 黃丞薇 講師	體育館一樓 S101 教室
10:50 12:30	適應體育羽球	鄭元龍教授	教學研究組 黃丞薇 講師	體育館二樓

12:30 12:40	綜合座談 交流	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室
---------------------	----------------	--------------------	------------------	----------------------

(第2場) 體育教學增能研習會課程表

6月20日(星期四)下午				
時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
12:40 13:20	午餐時間	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室
13:30 15:20	視覺障礙運動 介紹	章金德老師	教學研究組長 蔡尚明 副教授	體育館一樓 S101 教室
15:20 15:30	茶敘時間			
15:30 17:20	適應體育 門球及足球	章金德老師	教學研究組長 蔡尚明 副教授	韻律教室
17:20 17:30	綜合座談 交流及歸賦	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室

112 學年度體育教學增能研習會實施辦法（第 3.4 場）

一、依據：教育部體育署 112 學年度大專院校適應體育策略發展行動藍圖實施計畫辦理。

二、目的：普及適應體育、特殊教育知能，提升體育課程調整能力及具備適應體育教學知識。

二、指導單位：教育部體育署、國立臺灣師範大學特殊教育中心。

三、主辦單位：國立臺灣科技大學體育室。

四、研習日期：113 年 6 月 21 日（星期五）上午 08:00 至 17:30。

五、研習地點：國立臺灣科技大學體育館一樓 S101 教室。

六、參加資格：大學專兼任教師、教練、選手及相關從業人員
（本校教師、教練及選手優先參加）。

七、參加人數：50 名為限，報名完成將以 E-mail 通知報名成功。

八、報名日期：即日起至 113 年 6 月 14 日（星期五）下午 17 時止，
逾時不予受理。

九、報名辦法：採 google 表單填寫，網址如下

https://docs.google.com/forms/d/1eVXanD14b-UIUpV_RBHb8oYAPvM-O1eY9DGOjuvIKIM/edit

敬請詳細填寫報名表資料，額滿為止。

若有疑問請來電 02-27376282 陳忠誠老師洽詢。

十、研習活動公告：國立臺灣科技大學體育室網 <https://www.sport.ntust.edu.tw/>

十一、講師：邀請適應體育及專家擔任。

十二、研習內容：適應體育培力增能、提升適應體育相關知能。

十三、注意事項：本校體育室專兼任教師及教練，應參與本室主辦研習會至少 8 小時以上，參與者核發研習證書，作為教師續聘評估條件之一，敬請遵守相關規定。

十四、本研習會免報名費用，參與者附餐點。

十五、研習會期間由主辦單位為參加人員、講師及工作人員投保活動場地意外傷害險。

十六、參加人員公差假，差旅費請向原服務單位申請報支。

十七、本計畫經教育部體育署 112 年 11 月 2 日臺教體署學(二)字第 1120044754 號函備查。

(第 3 場) 體育教學增能研習會課程表

6 月 21 日 (星期五) 上午				
時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
08:20 08:50	人員報到	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室
08:50 10:40	適應體育桌球	蔡貴蘭教練	教學研究組 黃丞薇 講師	體育館一樓 S101 教室
10:50 12:30	適應體育桌球	蔡貴蘭教練	教學研究組 黃丞薇 講師	研陽大樓地下 一樓桌球教室
12:30 12:40	綜合座談 交流	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	研陽大樓地下 一樓桌球教室

(第4場) 體育教學增能研習會課程表

6月21日(星期五)下午				
時間	課程內容	授課講師	主持人	地點
12:40 13:20	午餐時間	體育室 教學研究組	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室
13:30 15:20	兩性平等	致理科技大學 資源教室 曾漢津老師	教學研究組長 蔡尚明 副教授	體育館一樓 S101 教室
15:20 15:30	茶敘時間			
15:30 17:20	適應體育 滾動生命球啟人生 地板滾球改變特殊 生的學習歷程	洪家興教練	教學研究組長 陳忠誠 助理教授	韻律教室
17:20 17:30	綜合座談 交流及歸賦	體育室主任 簡桂彬教授	體育室 教學研究組	體育館一樓 S101 教室

適應體育羽球教學

鄭元龍

113.6.20

個人學經歷

- 2001年國立體育大學教練研究所
- 2013年台師大體育學系退休
- 2002年殘障釜山遠南運動會羽球教練
- 2006年殘障吉隆坡遠南運動會羽球教練
- 2006-07年台師大羽球隊教練
- 2010年殘障廣州亞洲帕拉運動會羽球教練
- 2014年殘障仁川亞洲帕拉運動會羽球教練
- 2018年殘障雅加達亞洲帕拉運動會羽球教練。

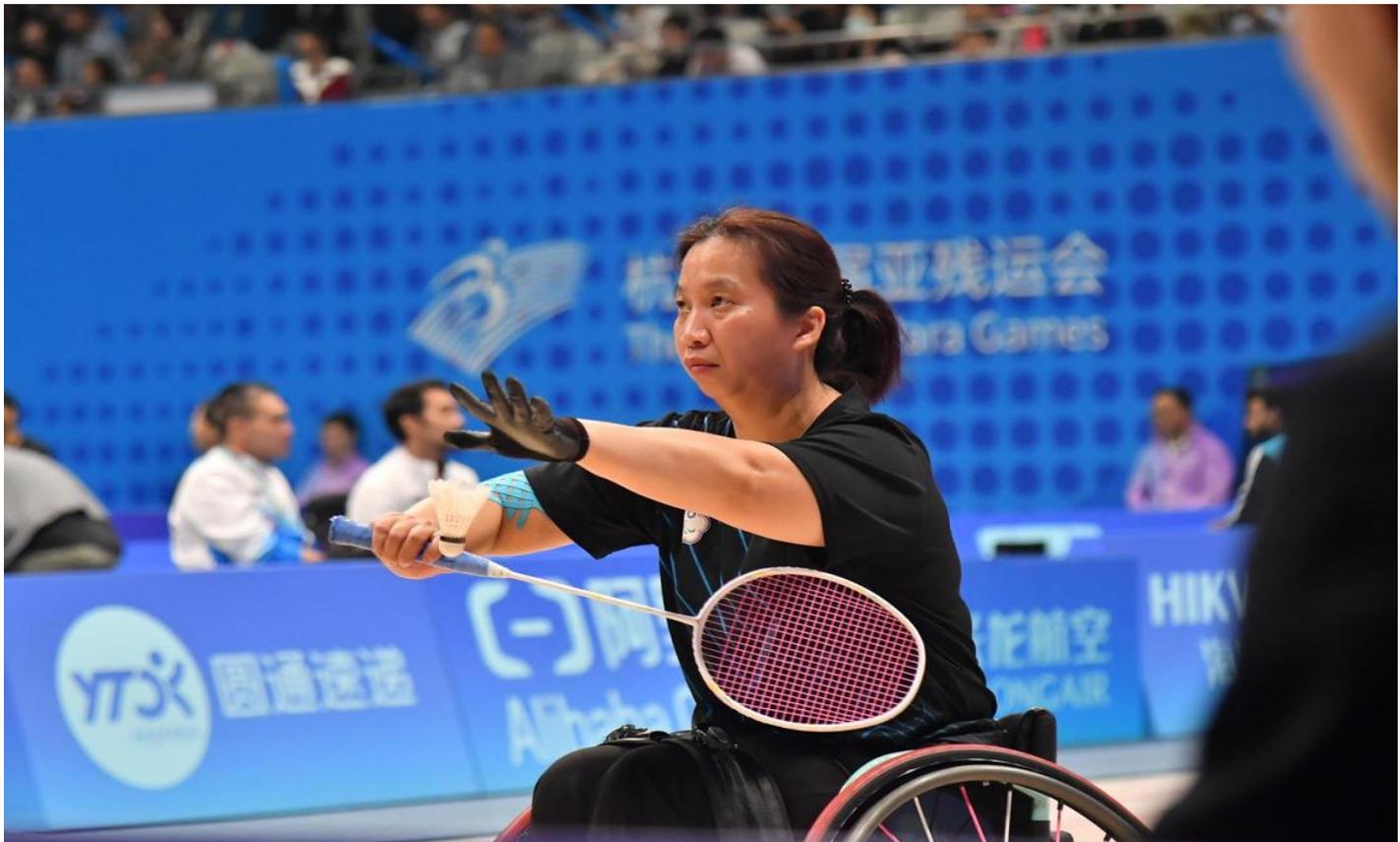
羽球選手分級

- WH1



羽球選手分級

- WH1



羽球選手分級

- WH2



羽球選手分級

- SL3



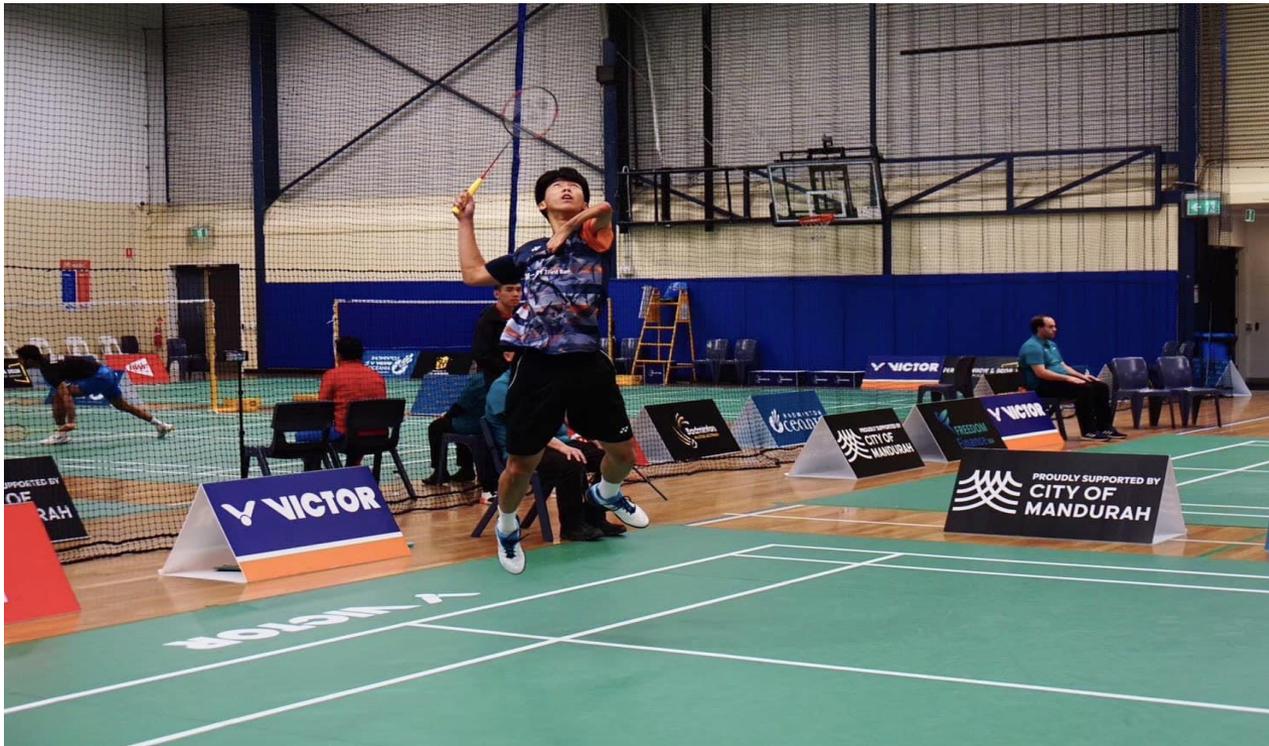
羽球選手分級

- SL4



羽球選手分級

- SU5



羽球選手分級

- SU5



羽球選手分級

- SH6



羽球選手分級

- SH6



輪椅羽球場地

- 單打



輪椅羽球場地

- 雙打



2020東京殘奧項目

- 男單：WH1. WH2. SL3. SL4. SU5. SH6。
- 女單：WH1. WH2. SL4. SU5。
- 男雙：WH1+WH2。
- 女雙：WH1+WH2，SL3-SU5
- 站立組混雙：SL3+SU5或SL4+SL4。
- 總共14項

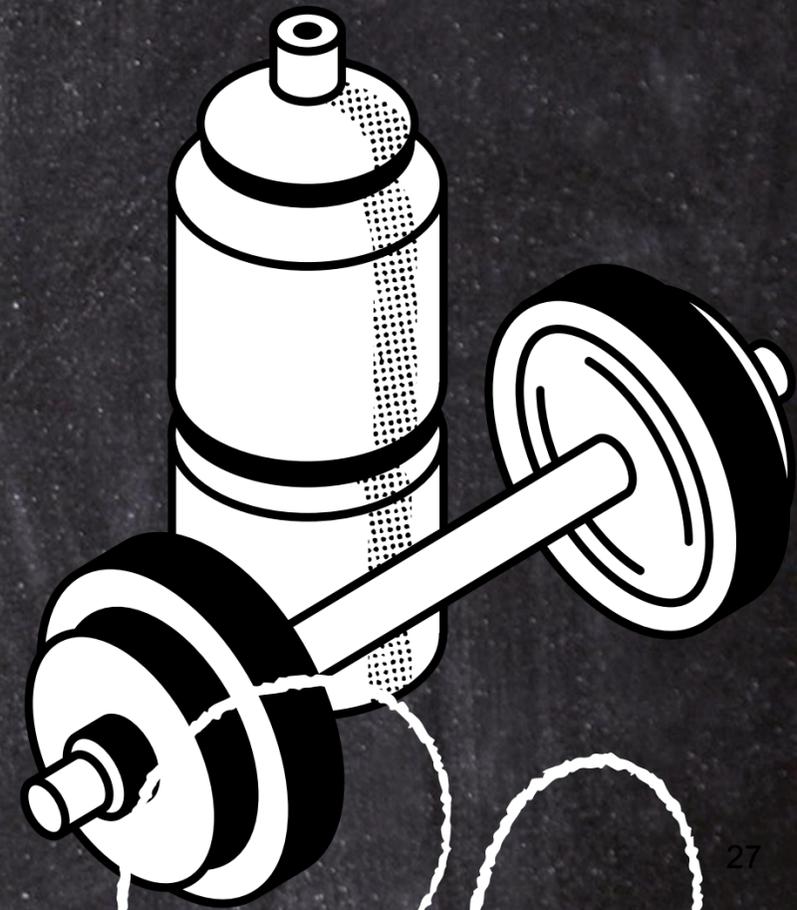
2024巴黎殘奧項目

- 2024年巴黎帕奧羽球項目
- 男單：WH1. WH2. SL3. SL4. SU5. SH6。
- 女單：WH1. WH2. SL3. SL4. SU5. SH6。
- 男雙：WH1+WH2。
- 女雙：WH1+WH2。
- 站立組混雙：SL3+SU5，SL4+SL4，SH6。
- 總共16項

就「適」愛運動

從調整體育課看見運動學習的美好

臺北市立啟明學校 章金德



學經歷介紹

國立臺灣體育運動大學 運動管理學系 畢業
臺北市立大學 休閒運動管理研究所 畢業
國立臺灣師範大學 工業教育暨技職教育行政研究所 (結業)
臺北市立大學 教育博士班特教組博士候選人
教育部 高級中等學校體育科合格教師
教育部 特殊教育學校中等學校身心障礙組合格教師

2012、2013年世界盃盲人棒球錦標賽總教練(世界杯冠軍)
教育部體育運動大辭典 盲人門球運動項目 撰寫委員
2021-2024教育部國教署第一課程中心 健康與體育教材編輯委員
2020東京帕奧、2022杭州亞帕賽會賽評
教育部體育署身心障礙運動指導者暨相關專業人員增能課程(感官障礙者運動指導課程講師)

曾任訓育組長、教務主任、總務主任、校長秘書
現職 臺北市立啟明學校 教師兼體育衛生組長



有多少身心障礙的學生在我們的教學現場

112學年度 一般學校 各縣市 特教類別 學生數 統計 (身障)

教育階段：所有教育階段

製表日期：2023/10/20

	智能障礙	視覺障礙	聽覺障礙	語言障礙	肢體障礙	腦性麻痺	身體病弱	情緒行為障礙	學習障礙	多重障礙	自閉症	發展遲緩	其他障礙	小計
新北市	2174	71	524	779	164	494	211	1778	6170	294	4391	3721	144	20915
臺北市	517	78	360	97	97	296	125	1428	3589	108	4629	1815	285	13424
桃園市	1588	54	299	48	135	273	152	737	5377	172	1791	2185	87	12898
臺中市	2132	67	426	82	123	301	87	1720	3719	180	1925	3005	7	13774
臺南市	1448	55	175	9	63	122	45	222	1147	108	1383	2132	235	7144
高雄市	1862	62	287	221	106	179	238	683	3814	128	1904	2515	387	12386
宜蘭縣	232	13	56	28	15	60	13	149	481	27	324	372	17	1787
新竹縣	521	9	98	31	15	52	30	320	1114	19	292	567	19	3087
苗栗縣	564	8	43	4	30	42	18	23	1255	47	240	497	0	2771
彰化縣	899	33	134	29	27	77	22	248	1959	54	203	847	5	4537
南投縣	399	6	42	9	22	24	6	107	1011	17	117	271	2	2033
雲林縣	425	8	71	12	16	43	10	200	1497	11	329	673	171	3466
嘉義縣	356	4	32	33	20	18	13	101	780	13	172	282	6	1830
屏東縣	717	12	57	5	25	50	36	90	1895	41	343	557	142	3970
臺東縣	235	2	17	8	11	26	14	48	518	13	91	408	3	1394
花蓮縣	200	7	38	32	16	32	38	57	648	28	226	568	8	1898
澎湖縣	56	2	4	7	1	5	3	16	137	6	52	39	2	330
基隆市	158	9	27	52	16	38	25	295	394	38	394	530	89	2065
新竹市	246	8	80	2	15	46	27	161	1434	55	406	632	8	3120
嘉義市	168	9	39	18	19	20	24	91	595	17	202	268	5	1475
金門縣	49	3	11	12	3	11	5	12	111	12	29	147	13	418
連江縣	1	0	1	3	0	1	0	3	27	1	5	12	0	54
總計	14947	520	2821	1521	939	2210	1142	8489	37672	1389	19448	22043	1635	114776

大家想像中的適應體育？

兒童？

侏儒症？

孕婦？

嬰幼兒？

學習障礙？

白化症？

年長者？

糖尿病的學生？



實際上的適應體育

適應體育一詞因時代更迭，及當時主要目的之不同而有不同之稱謂。適應體育（adapted physical education）一詞，在西元 1970 至 1980 年代間是以特殊體育（special physical education）稱之，其目的在為身心障礙者設計適應性（adaptive）的身體活動教育（李偉清，2006）。為避免特殊需求學生被標籤化而造成身心上的傷害，教育部於 1999 年 6 月 25 日所召開之「特殊體育教學中程發展計畫」會議中正式進行修正（林昭璿、才頌潔，2006；劉文琇、洪榮照，2013）。

而教育部（2013）於 2013 年提出的十年期《體育運動政策白皮書》，願景為「健康國民、卓越競技、活力臺灣」（頁 ii），其中六項主軸分別為「學校體育」、「全民運動」、「競技運動」、「國際及兩岸運動」、「運動產業」、「運動設施」（頁 iv-vii），並依其主軸制定發展策略和核心指標。在學校體育部分，更提及落實適應體育的實施是為活絡校園體育增進學生活力的發展策略之一。



實際上的適應體育

因應每一個人都有運動的權利，教育部體育署為保障身心障礙學生運動權益，依據《體育運動政策白皮書》之政策指引，2017年起透過「推展學校適應體育計畫」，為身心障礙學生設計專屬的體育課程，讓他們能接受與一般學生相同品質的體育活動。且該計畫並訂有「適應體育數位平台暨倡議計畫」、「適應體育標竿學校建置計畫」、「適應體育教師增能研習計畫」三項子計畫



★ 教學輔導

個別化教育計畫
IEP

個別輔導計畫IGP

課程教學

★ 特教影音

★ 諮詢系統

★ 研習報名

★ FAQ

[🏠](#) > [教學輔導](#) > [學前至高中職](#) > [課程教學](#) > [適應體育](#)

| 適應體育

公告日期：2017-09-19 類別：適應體育 公告單位：教育部

分享至：



發文日期： 2017-09-19

內容： 適應體育是一種具變化性，且能發展體能的活動、遊戲、運動、韻律計畫；是一種體育教學的態度與方法；適合失能者(指無法安全及成功地參與一般體育活動中毫無限制之劇烈活動者)的興趣、能力和限制；是治療及復健身心障礙者的有效方式。

在強調身體活動方面，是重視問題的發現、評估和處理的教育體系；其不僅促使身心障礙者能在情緒上安定，更是促進其身體健康、提高功能性活動之功能、娛樂放鬆、拓展與培養社會人際關係、建立友誼、自我實現等，進而發展體適能以提高生活品質，適應社會和擁有健康生活的體育教育。

適應體育的內容包含發展活動、訓練、遊戲、韻律與運動，且須適合身心障礙學生之體育需要。身心障礙學生可藉由適應體育課程中享受較高品質的運動或身體活動，進而促進身心方面的全人健康。

有關適應體育之相關資訊，詳見以下網站。

相關連結:

1. [全國特教學校適應體育運動會\(另開連結\)](#)

「WeThe15」是聯合國推動10年運動平權及消除歧視重要政策，其代表全球身心障礙者佔了總人口15%近12億的人口數「WeThe15」與國內近年倡議的適應體育 (Adapted Physical Education) 是同樣的觀念。適應體育新觀念就是為任何想要運動的人，調整出適合他們的體育課，讓「每位孩子皆有享受運動的權利」、「老師能客製化的指導運動」及「每個不同的人都享有被尊重及獲得成就感」為達到目標而努力。

認識相關運動賽會

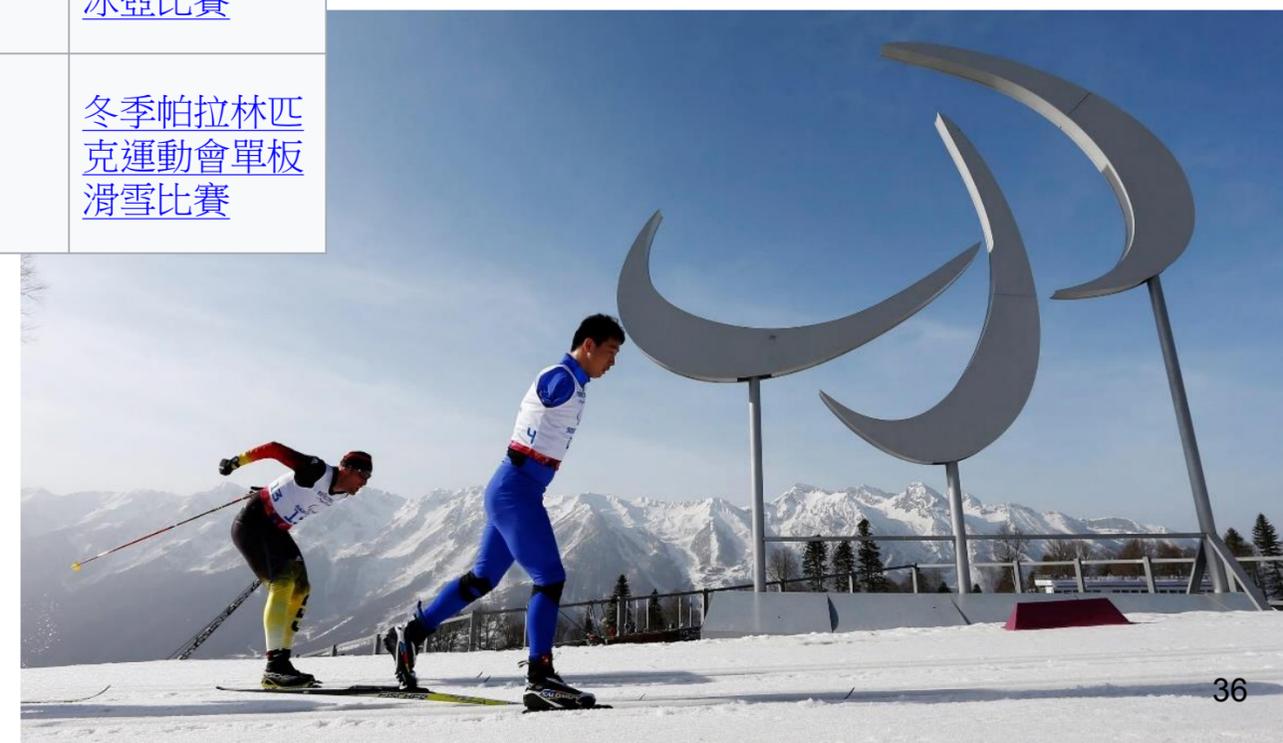
- 帕拉林奧林匹克運動會（英語：Paralympic Games），又譯為帕拉林匹克運動會、傷帕運林匹克運動會，簡稱帕運會、帕運、帕奧，是一項為身心障礙者而舉辦的綜合型國際體育賽事，參賽者包括移動障礙、截肢、失明、腦性麻痺等帶有身心障礙的運動員。1960年起開始舉辦夏季帕運（羅馬），而日本則聲稱1964年東京夏季帕運係首次正式夏季帕運）、1976年開始舉辦冬季帕運，兩者的舉辦時程分別於1988年及1992年起與奧林匹克運動會同步，包括在同一個主辦城市、以及在奧林匹克運動會閉幕後的「一個月」內舉行。



運動	符合條件的損傷			成為正式項目年份
	身障	視障	智障	
<u>射箭</u>	是			1960
<u>田徑</u>	是	是	是	1960
<u>硬地滾球</u>	是			1984
<u>自行車</u>	賽道	是	是	1988
	公路	是	是	1984
<u>馬術</u>	是	是		1996
<u>五人制足球</u>		是		2004
<u>門球</u>		是		1980
<u>柔道</u>		是		1988
<u>羽球</u>	是	是	是	2020
<u>輕艇</u>	是			2016
<u>鐵人三項</u>	是	是		2016
<u>健力舉重</u>	是			1964
<u>划船</u>	是	是		2008
<u>射擊</u>	是			1976
<u>殘障游泳</u>	是	是	是	1960
<u>殘障桌球</u>	是		是	1960
<u>坐式排球</u>	是			1976
<u>輪椅籃球</u>	是			1960
<u>輪椅擊劍</u>	是			1960
<u>輪椅橄欖球</u>	是			2000
<u>輪椅網球</u>	是			1992



運動		符合條件的損傷			主導機關	成為正式項目年份	賽事
		身障	視障	智障			
高山滑雪		是	是	是	國際帕拉林匹克委員會	1976	冬季帕拉林匹克運動會高山滑雪比賽
雪橇曲棍球		是			國際帕拉林匹克委員會	1994	冬季帕拉林匹克運動會雪橇曲棍球比賽
北歐式滑雪	冬季兩項	是	是		國際帕拉林匹克委員會	1988	冬季帕拉林匹克運動會冬季兩項比賽
	越野滑雪	是	是		國際帕拉林匹克委員會	1976	冬季帕拉林匹克運動會越野滑雪比賽
輪椅冰壺		是			世界冰壺聯合會	2006	冬季帕拉林匹克運動會輪椅冰壺比賽
單板滑雪		是			國際帕拉林匹克委員會	2014	冬季帕拉林匹克運動會單板滑雪比賽

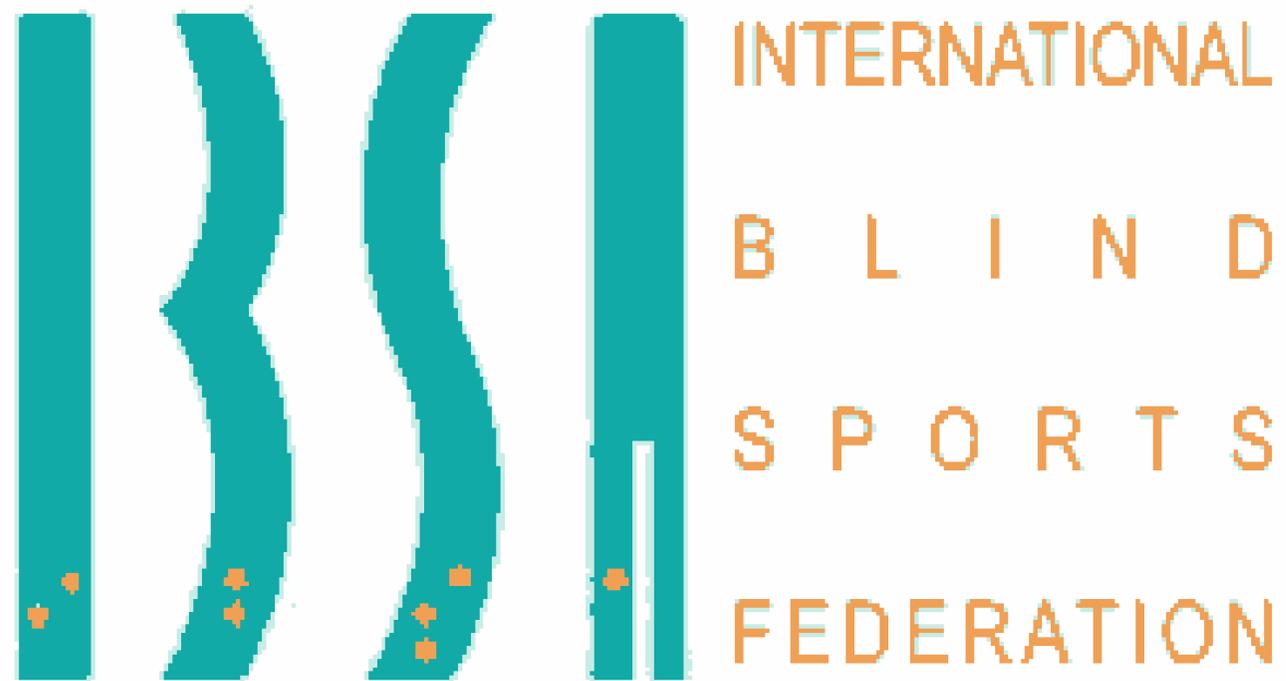


世界盲人運動會 (英語 : International Blind Sports Federation)

從 1998 年在西班牙馬德里開始，IBSA 世界運動會已成為世界上最大的視覺障礙運動員體育賽事。

多年來以各種名稱命名，包括“世界盲人運動錦標賽”和“IBSA 世界錦標賽和運動會”，每四年舉辦一次多項運動比賽。

世界運動會為新老運動員提供了一個機會，讓他們在殘奧會和非殘奧會運動中與強大的同齡人一較高下。許多參加比賽的運動員繼續在殘奧會上贏得獎牌，或者在其他地方達到最高的成功高度。



Ninepin Bowling

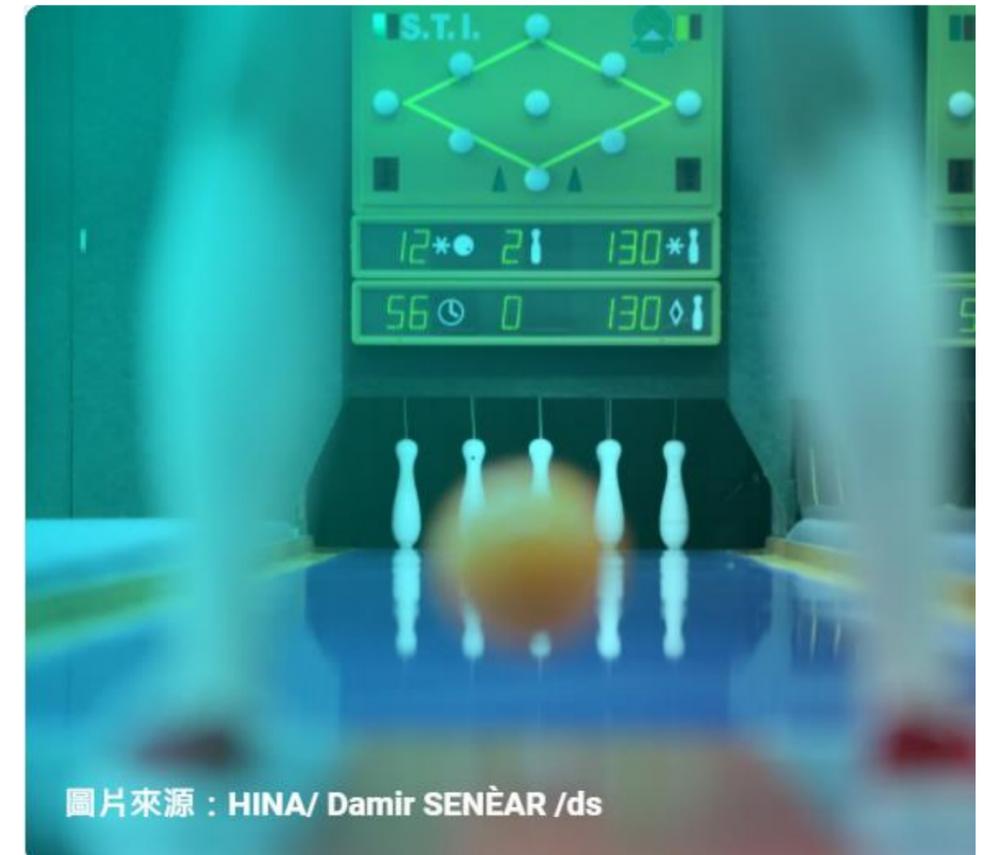
在一場比賽中，每個球員在四個球道上投擲 30 個球，總共 120 個球。

玩家分為 B1、B2 或 B3。B1 和 B2 球員必須有助理傳球並提供建議。B3 球員也可以有助理，但球員必須自己帶球。

在男子團體項目中，B1、B2 和 B3 類別各有兩名選手，女子團體比賽中各類別一名選手。

所有團隊球員的結果都包括在內，獲勝者是擁有最多引腳數的團隊。團隊選手的成績也用於按類別參加個人決賽的資格。

男子組每個類別（B1、B2 和 B3）中最好的八名選手和每個類別中最好的四名女子選手參加決賽。資格賽（120 次投擲）和決賽（120 次投擲）的結果相加，擊倒瓶數最多的玩家獲勝。



圖片來源：HINA/ Damir SENĀAR /ds



Powerlifting

這項運動將增加和發展運動員的體力和技能，即使他們將其作為另一種鍛鍊形式。

與舉重不同，力量舉由三種舉重組成：蹲舉、臥舉和挺舉。舉重比賽可能由一項、兩項或全部三項舉重項目組成。

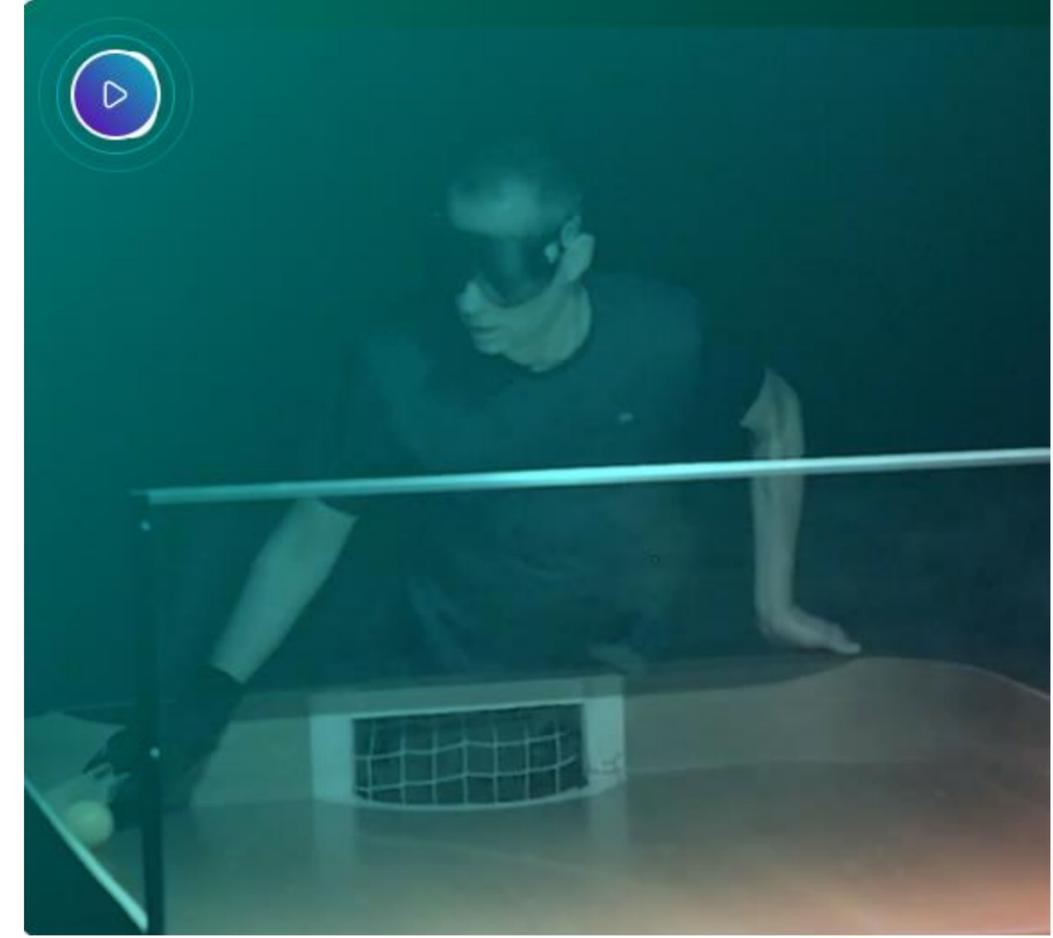
運動員按性別、年齡和體重分類。每位參賽者可以在每次舉重中嘗試 3 次，將每個項目中最好的舉重加總到他們的總成績中。在各自年齡和體重級別中總分最高的運動員將成為獲勝者。如果兩個或兩個以上的舉重者達到相同的總數，體重最輕的人獲勝。



Showdown 是一項快速發展的運動，最初是為有視力障礙的人設計的，但任何人都可以玩！

比賽由兩名來自對方的球員使用扁平的槳式球棒在專門設計的桌子上進行。比賽的目的是將球擊出側壁，沿著桌子，在中央屏幕下方，並進入對手的球門。第一個達到 11 分並領先 2 分或更多分的玩家為獲勝者。每個球員連續發球兩次。當對手將球擊入屏幕、將球擊出桌面或用除球棒或擊球手以外的任何東西觸球時，球員得分兩分。

蜜蜂在球內滾動所產生的聲音表明了比賽期間球的位置。這項運動的啟動成本很低，需要最少的維護，並且可以在教室或會議室大小的房間裡進行。



Tenpin Bowling



球員可以在任何保齡球館打保齡球，但大多數完全失明的保齡球手需要有視力的指導或使用導軌來幫助他們投球。

當使用有視力的指導時，有視力的助手會幫助盲人投球手對准進場。投球手通常會在他們希望執行投球的地點對齊。這樣的參考點可能是某個板子上的進場。

通常需要有視力的助手告訴投球手哪些球瓶被擊倒或剩餘球瓶是如何漏掉的。這些助手通過調用銷釘的編號位置來識別被擊倒或留下的銷釘。該信息告訴投球手在哪裡滾動下一個球或如何修改下一次投球時的投球方式。

使用的導軌由木質或輕質管狀獎牌製成，可以非常輕鬆地組裝、拆卸和存放。它們通過保齡球的重量固定在保齡球道上，可以在任何保齡球中心使用，而不會損壞球道或以任何方式乾擾自動保齡球設備的操作。

欄杆放置在保齡球道旁邊，並從罰球線向後延伸。需要導軌幫助的投球手通常用一隻手沿著其光滑的表面滑動，同時用另一隻手投球。應仔細注意投球手相對於導軌的起始位置。

投球手可以確定球是在球道中央還是在一個邊緣附近被釋放。導軌定位成沿著車道寬度外的第一塊板筆直延伸。當然，投球手可以自由使用他們喜歡的保齡球技術。

Torbball 是一項快速發展的團隊運動，適合所有年齡段的視力障礙人士。

Torbball 在 16x7m 的長方形球場上進行。球場上有來自兩支球隊的六名球員—每支球隊三名球員。球門位於球場的兩端。比賽用一個鐘形球進行，必須將其扔在穿過球場的三根繩索下方。比賽的目的是讓每支球隊將球扔過對方的球門線，而另一支球隊則試圖進行撲救。然後防守球隊開始進攻，前進攻球員輪流防守他們的球門。

遊戲的一個特別之處是球，它的重量只有 500 克，並且充滿了空氣。它的品質使運動員能夠打出非常棘手和快速的擊球。

Torbball 需要玩家集中注意力和快速反應。

Torbball 是一款快速且充滿活力的遊戲。它非常受歡迎，尤其是在中歐和拉丁美洲的國家。它也在亞洲、非洲和大洋洲的其他大陸上播放。



世界盲人運動會保齡球金牌-邱文昇



柔道是世界上最受視覺障礙運動員歡迎的武術。它基於與視力正常的運動相同的技能、動作、戰術和尊重，運動員真正依靠自己的感官和本能來戰勝對手。

在世界和地區錦標賽、大獎賽和殘奧會上，參賽者被分為體重類別——女子六名，男子七名。女子組從 48 公斤到 70 公斤以上，而男子組則從 60 公斤到 100 公斤以上。

所有IBSA柔道比賽都設有男子、女子和團體項目，而殘奧會只提供個人獎牌。

柔道還被劃分為三個視覺類別之一——B1、B2 和 B3——並相互競爭。B1 的視力受損程度最為嚴重。

對有盲人的柔道的主要修改是柔道開始或重新開始比賽的方式。他們必須從抓住對手柔道開始。

柔道也可以選擇在比賽前是否由裁判引導到墊子上。

此外，B1級運動員的袖子上縫有一個紅色圓圈，以便裁判知道他們是盲人。當盲人運動員意外離開墊子時，他們可能需要幫助才能回到中心。除非是故意的，否則盲人柔道不會因離開而受到處罰。當競爭對手接近邊緣時，裁判會在墊子中間喊聲，讓他們聽到他們應該在哪裡。

教練也可以在比賽期間給他們的運動員一些建議，比如還剩多少時間。



不是柔道裡有人生，
是人生裡有柔道

柔道 李凱琳

視覺障礙

TOKYO 2020
Paralympic
Games

don1don

FOOTBALL

人們常常對盲人足球的速度、身體和技術的速度感到驚訝。這就是使它成為如此受歡迎的運動的原因。

比賽在 40m x 20m 寬的球場上，在堅固、光滑、平坦且無磨損的表面上進行。理想情況下，球場必須在室外，以確保聲學對球員來說是正確的。每個球場都被“踢板”包圍——這是一個指示比賽區域邊界的物理屏障。

球門寬3.66m，高2.14m。

每支球隊有五名球員，包括一名守門員。外場球員必須佩戴眼罩和眼罩，通常稱為眼罩或眼罩。守門員可以有視力或部分視力，分為B2和B3，不能離開該區域。

足球必須包含鈴鐺或其他系統，以確保球在球場上或空中移動時發出聲音。

允許四名球員作為替補球員和一名守門員。每半場最多可以換人六次。

盲人足球沒有越位規則或擲界外球，但有角球。

每半場持續 20 分鐘，球隊可以要求每半場暫停一分鐘。



Goalball 是一項完全獨特的、充滿活力的團隊運動，適合男子和女子團隊的技巧、速度和準確性。

為有視力障礙的人設計的遊戲，球員試圖通過快速準確地在球場上擲出一個 1.25 公斤的球並用整個身體防守對方球隊的射門，並以正確的位置撲倒在地板上來得分。

在殘奧會上，球離開球員手的速度超過每小時 60 公里（37 英里/小時）。

運動員戴上眼罩是為了確保一個公平的競爭環境，讓完全失明的運動員與那些視力不太嚴重但仍然很嚴重的運動員競爭。球包含幾個鈴鐺，以便玩家可以找到它的位置。此外，球門球場上標有凸起的線條，讓球員可以隨時感覺到自己的位置。

為了確保玩家能夠聽到正在發生的一切並適當地感受到比賽強度，觀眾在比賽過程中必須完全保持沉默。

每支球隊有三名球員，在一場比賽中最多換人三名。比賽分為兩個 12 分鐘的半場，在 18m x 9m 寬的球場上進行。目標跨越球場的寬度，每個團隊成員必須留在他們的半場。



(c)RvolCHIKAWA/JapanGoalBallAssociation



聽障奧林匹克運動會（英語：Deaflympics），簡稱聽障奧運會、聽奧會，又稱聽障林匹克運動會、聽障運動會、達福林匹克運動會，原名世界聾人運動會，是國際聽障運動總會（International Committee of Sports for the Deaf；ICSD）專為聽障人士舉辦、包含多種體育運動項目的國際性運動會，每四年舉行一次。國際聽障運動總會與國際帕拉林匹克委員會、特殊奧林匹克委員會同為國際奧林匹克委員會認可之身心障礙運動協會。



聽障奧林匹克運動會
Deaflympics

聽障達福林匹克運動會簡介

1. 聽障達福林匹克運動會(Deaflympic)於1924年首創於法國巴黎，為全球最早出現的身心障礙類國際性綜合運動賽會，僅較出現於1896年的奧林匹克運動會(Olympic)晚28年。
2. 主管聽障達福林匹克運動會之國際組織為國際聽障運動總會(Internayional Committee of Sports for the Deaf，ICSD)，與首屆聽障達福林匹克運動會同時成立。
3. 聽障達福林匹克運動會區分為夏季及冬季兩種，每四年交錯舉辦一次。
4. 聽障達福林匹克運動會的宣言為「Equal Through Sports」（以體育爭取平權）。
5. ICSD於1955年獲得國際奧林匹克委員會(IOC)承認。
6. ICSD擁有108個會員國(2013年)。
7. 參加聽障達福林匹克運動會之選手資格限制為優耳聽力損失55dB以上者。
8. 我國於1991年以中華臺北名義成為ICSD會員國。





Athletics



Badminton



Basketball



Beach Volleyball



Bowling



Cycling Road



Golf



Handball



Judo



Karate



Mountain Bike



Orienteering



Shooting



Swimming



Table Tennis



Taekwondo



Tennis



Volleyball



Wrestling Freestyle



Wrestling Greco-Roman



Alpine Skiing



Chess



Cross Country Skiing



Curling



Football



Futsal



Ice Hockey



Snowboard

台灣第一屆全國身心障礙運動會
起始於83年在高雄市舉辦，113年
5/25-5/28在南投所舉辦的是第16
屆全國身心障礙運動會。

競賽種類：

一、國際帕拉林匹克運動會 (Paralympic Games) 及亞洲帕拉運動會
(Asia Para Games) 所屬競賽種類：

(一)肢障：01.田徑 02.游泳 03.羽球 04.桌球 05.輪椅網球 06.健
力 07.射擊 08.輪椅籃球 09.保齡球 10.射箭 11.地板滾球

(二)視障：01.田徑 02.游泳 03.保齡球

(三)智障：01.田徑 02.游泳 03.桌球

二、達福林匹克運動會 (Deaflympic Games) 所屬競賽種類：01.田徑
02.游泳 03.羽球 04.桌球 05.射擊 06.籃球 07.保齡球

三、聯誼性活動：

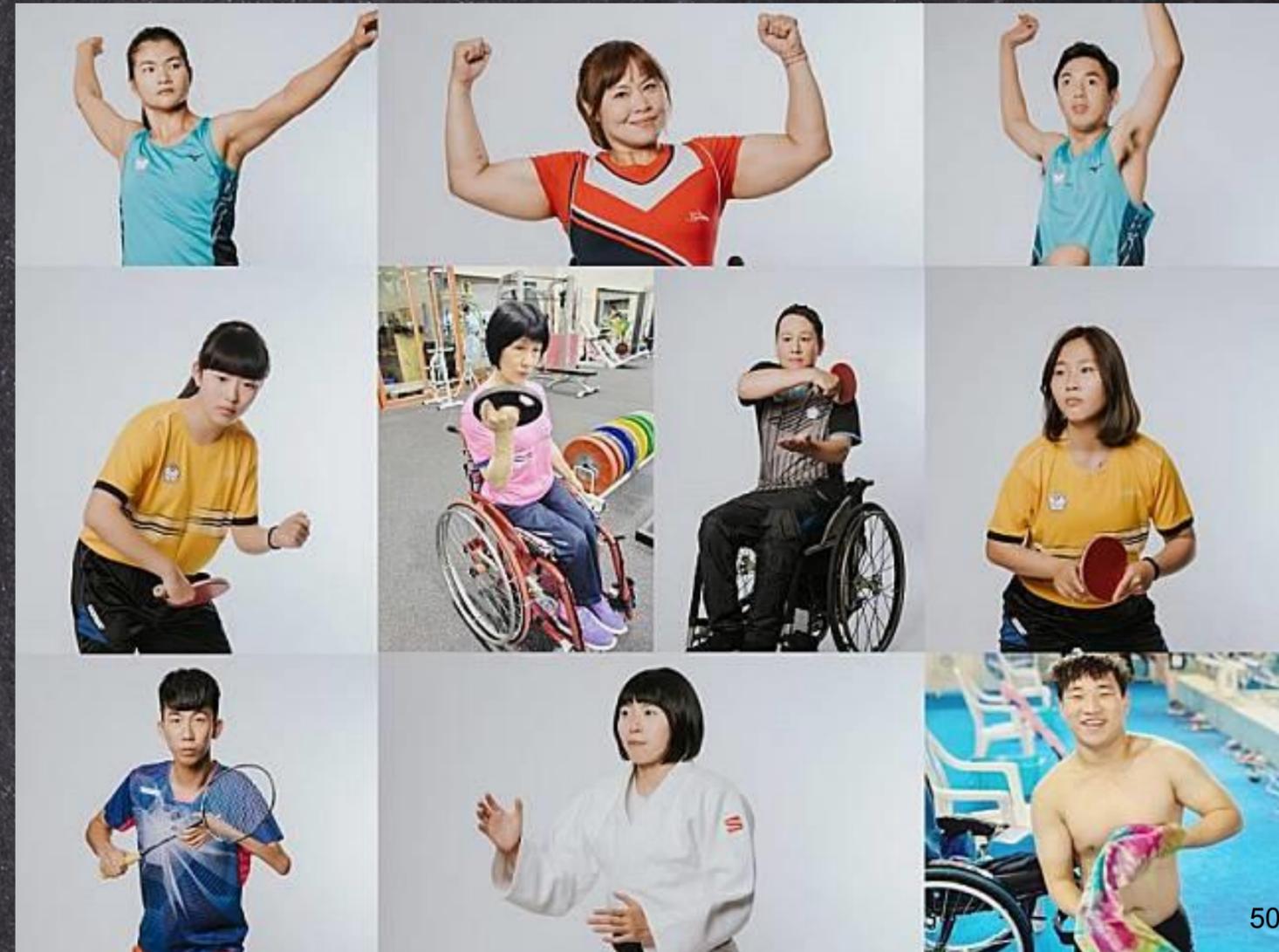
特殊奧林匹克運動會 (Special Olympics Games) 所屬運動種類：

01.特奧羽球 02.特奧保齡球 03.特奧滾球 04.特奧輪鞋競速

全國身心障礙運動會

運動是基本人權

「運動與體育是基本人權」 任何人參與運動與體育活動的機會均應獲得保障，世界衛生組織提出各國應「將運動習慣與體能活動深入每個人的生活中」，且國內外相關研究都顯示，運動是促進人類健康的有效途徑，不僅與個人健康與體能的發展有關，也與生活形態、生活品質及人際互動有非常密切關連。



- 最新消息
- 12年國教課程綱要 (108年推行)
- 特殊教育輔導團中央分團
- 特殊教育輔導團特校分團
- 特殊教育輔導團高中分團
- 特教評鑑暨追蹤輔導
- 藝術才能資優班評鑑
- 線上課程
- 特教教材資料庫
- 中文學習補救教學
- 教育部教材比賽
- 服務群課程推動工作圈及課程中心
- 評量工具
- 資賦優異

健康與體育 12學分

一般科目-體育(試行版、送審中)

- 課綱內容 課程手冊教學建議 學期規劃表 單元設計

第 1 到 10 共 18 項

• 高一上單元1 跑跑跑，向前跑(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高一上單元2 籃球基礎(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高一上單元3 自我體能大躍進(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高一下單元1 排球養成計畫(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高一下單元2 特奧滾球(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高一下單元3 基礎游泳安全認識(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	學生教材(WORD)	學生教材(WORD)	全部下載
• 高二上單元1 樂樂棒球概論(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高二上單元2 羽球面面觀(試行版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高二上單元3 追趕跑跳碰(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		
• 高二下單元一 羽球最前線(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載		

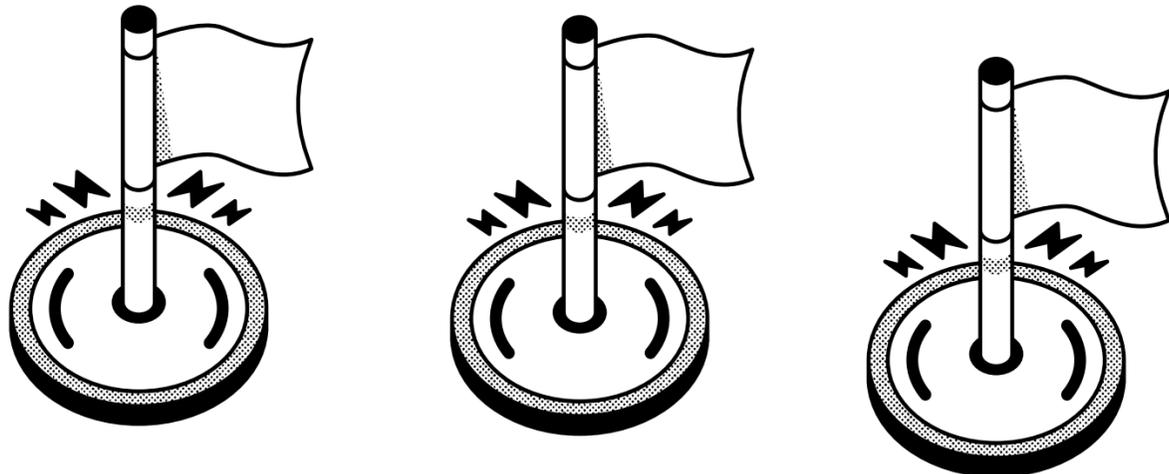
健康與體育 12學分

一般科目-體育(試行版、送審中)

- 課綱內容 課程手冊教學建議 學期規劃表 單元設計

第 11 到 18 共 18 項

• 高二下單元2 地板滾球(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	
• 高二下單元3 游你一起(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	
• 高三上單元1 身體健康動起來(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	
• 高三上單元2 籃球進階(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	延伸學習	全部下載
• 高三上單元3 「戶」有所長(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	
• 高三下單元1 足上功夫(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	
• 高三下單元2 「戶」別苗頭(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	
• 高三下單元3 走出臺灣放眼國際(草案版)	單元設計表	學生教材(PDF)	學生教材(WORD)	全部下載	



歡迎上網搜尋教育部國民及學前教育數優質特教平台
[首頁](#) > [服務群課程推動工作圈及課程中心](#) > [服務群課程推動工作圈及課程中心](#)

The background is a dark, textured surface, possibly black or dark grey, with various white chalk-like scribbles and lines scattered across it. These include curved lines, straight lines, and some circular shapes, giving it a hand-drawn or artistic feel.

**THANK
YOU VERY
MUCH!**



認識視覺障礙者 分享者：

臺北市立啟明學校

章金德

學經歷介紹

國立臺灣體育運動大學 運動管理學系 畢業
臺北市立大學 休閒運動管理研究所 畢業
國立臺灣師範大學 工業教育暨技職教育行政研究所 (結業)
臺北市立大學 教育博士班特教組博士候選人

教育部 高級中等學校體育科合格教師
教育部 特殊教育學校中等學校身心障礙組合格教師

2012、2013年世界盃盲人棒球錦標賽總教練(世界杯冠軍)
教育部體育運動大辭典 盲人門球運動項目 撰寫委員
2021-2024教育部國教署第一課程中心 健康與體育教材編輯委員
2020東京帕奧、2022杭州亞帕運賽評
教育部體育署身心障礙運動指導者暨相關專業人員增能課程(感官障礙者運動指導課程講師)

曾任訓育組長、教務主任、總務主任、校長秘書
現職 臺北市立啟明學校 教師兼體育衛生組長



目錄

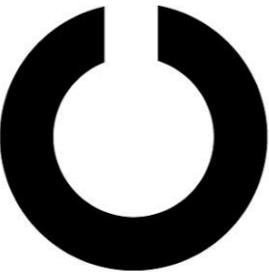
- 01
- 02
- 03
- 04

視覺障礙介紹

如何協助視障者及認識視障者的需求

對視障者常見的錯誤想法

啟明學校體育課程分享

0.1			
0.2			
0.3			
0.4			
0.5			
0.6			
0.7			
0.8			
0.9			
1.0			
1.2			
1.5			
2.0			



視覺障礙介紹

- 一、何謂視覺障礙
- 二、視覺障礙的發生與障礙類型
- 三、視障者特質

✓ 何謂視覺障礙

輕度

矯正後兩眼視力均看不到0.3，或矯正後優眼視力為0.3，另眼視力小於0.1(不含)時，或矯正後優眼視力0.4，另眼視力小於0.05(不含)者。

兩眼視野各為20度以內者。(114年8月起

優眼自動視野計中心30度程式檢查，平均缺損大於10dB(不含)者。

中度

矯正後兩眼視力均看不到0.1時，或矯正後優眼視力為0.1，另眼視力小於0.05(不含)者。

優眼自動視野計中心30度程式檢查，平均缺損大於15dB(不含)者。

重度

矯正後兩眼視力均看不到0.1時，或矯正後優眼視力為0.1，另眼視力小於0.05(不含)者。

眼自動視野計中心30度程式檢查，平均缺損大於20dB(不含)者。



發布單位：學生事務及特殊教育司 聯絡人：鄭浩宇 電話：(02)7736-7890 電子信箱：
hao_yu0117@mail.moe.gov.tw

為配合112年特殊教育法修正，教育部於113年4月29日修正發布特殊教育學生及幼兒鑑定辦法，修正重點包括：「鑑定對象納入幼兒」、「放寬視覺障礙鑑定基準」、「聽覺障礙納入單側聽損」、「重新評估以跨教育階段為原則」及「加強雙殊學生之鑑定」，並自114年8月1日施行。

本次係參考國際定義及國內外相關文獻修正鑑定基準，盤點檢討現行規定，修正重點如下：

一、鑑定對象納入幼兒：配合特殊教育法修正後納入幼兒，期能及早提供學前特殊教育，並將身心障礙與資賦優異學生併稱為特殊教育學生。

二、放寬視覺障礙鑑定基準：視覺障礙鑑定基準自優眼視力值未達0.3，修正為未達0.4，以服務更多視覺障礙學生。

三、聽覺障礙納入單側聽損：由於單側聽力損失學生，在學校學習確有語音聽取上的困難，導致參與學習效果受影響，故修正納入單側聽損為聽覺障礙，以確保單側聽損學童獲得特教支持服務。單側聽損學生雖為首次納入，但教育部國民及學前教育署自109年起已提供各直轄市、縣（市）政府有關單側聽損學生教育輔具之專案補助。此類學生於本辦法施行後即可依聽覺障礙鑑定基準提報鑑定，若未達鑑定基準但仍有輔具借用需求者，仍可持續向就讀學校之主管機關申請借用。

四、重新評估以跨教育階段為原則：為符合學生及幼兒轉換學習環境後之需求改變而增訂。所定重新評估係指對於學生障礙類別鑑定的重新評估，有效穩定特殊教育服務，並減少頻繁鑑定的負擔。若遇障礙情形改變、優弱勢能力改變、適應不良或其他特殊需求時，仍可主動提出重新評估。

五、加強雙殊學生之鑑定：為加強身心障礙及處於離島、偏遠地區，或因經濟、文化或族群致需要協助之資賦優異學生之鑑定，明定得依據學生的身心特質及需求，調整鑑定程序、工具及項目，以利發掘具雙重殊異學生，提供個別化教育及輔導計畫。

另，有關學習障礙鑑定基準部分，因各地方政府及學者專家尚未有共識，故本次暫不修正，後續由教育部持續邀集各地方政府、民間團體與學者專家共同研商。

本辦法定於114年8月1日施行。於本辦法施行前，教育部將持續辦理各級主管機關鑑定人員之教育訓練及學者專家研討會，確保相關單位及人員充分理解本次修法意旨與內涵，並持續保障特殊教育學生及幼兒之權益。

視覺障礙的產生？

先天

1. 先天白內障
2. 孕婦原因：淋病梅毒、德國麻疹亂服藥或喝酒過量等
3. 遺傳性疾病所引起

後天

1. 屈光不正：屈光是當光線從一個透光體通過其他的透光體時，光線所形成的曲折現象。
近視/遠視即是屈光不正的類型
2. 構造損傷：
 - ◆白內障：水晶體出現混濁的狀態阻礙到光的通過
 - ◆青光眼：眼睛循環液體的阻滯或失序，所導致眼內壓的異常，會造成中心視野或周邊視野的損傷或喪失
 - ◆眼球震顫/斜視：控制眼睛轉動的眼外肌出現功能障礙
3. 皮質性視覺障礙
傳遞訊息的大腦出現機能不全或損傷，所造成的視力減退或是盲的狀態

✓ 視覺障礙者的特質

一、認知與語言

1. 視覺感官知覺可提供孩童組織大量不同經驗的連結能力，雖然並無證據顯示學習這些視覺化概念所帶來的挑戰，是否會限制視覺障礙學生的潛能。
2. 感覺補償：並非其他感官能力會增強。

二、動作發展與行動

盲或重度視覺障礙的發生經常導致動作發展上的遲緩或不足：

1. 視力正常的嬰幼兒移動身體去抓取是主要動機
 2. 缺乏清晰視力可能在過去有環境接觸的痛苦經驗另外盲童也會出現一些固著行為(例如：搖晃身體、戳擠身體)，影響學習與社會接納度。
- 低視力孩童的動作發展也比明眼孩童差特別是平衡感方面。

三、社會適應與互動

1. 視障發生率低，無法從視障大人或同儕獲得幫助。
2. 視障者對於對方的視覺化訊息無法掌握也無法回應。
3. 盲童習癖(blindisms)出現反覆性的肢體動作或其他行為。
4. 多從事靜態的活動



Families of some children with visual impairments may find that their children repeatedly behave or act in ways that can be confusing to sighted observers. Several terms used to describe these behaviors include stereotypical behaviors, mannerisms, self-stimulatory behaviors, and “blindisms.” Regardless of what the behavior is called, it’s important to understand why it’s happening and what you can do about it.

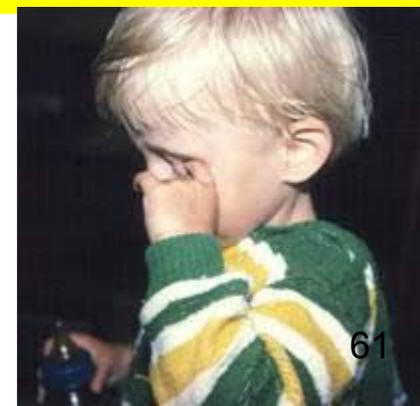
These behaviors, which can differ among children, include:

- **Eye poking or pressing** — some visually impaired children repeatedly poke or press their hands or fingers on or in their eyes. Before trying to change that behavior, make sure it’s not happening because your child’s eyes hurt. Find out from your eye care specialist if there’s a possible medical explanation.
- **Hand flapping** — some children flap their hands when they’re excited and stop after a little while as they calm down. This can happen repeatedly for no apparent reason.
- **Rocking** — a child may rock back and forth or from side to side either while sitting or standing. For some children, the behavior increases as they become more excited.
- **Light gazing** — light is very stimulating for some children. They may enjoy staring at a lamp or a sunny window and may also flick or wave their fingers in front of their eyes to cause the light to make patterns.
- **Head shaking** — a child may shake his head from side to side repeatedly even though he’s not saying “no.” Some babies are especially prone to do this when lying in their crib or on their back on the floor.

一些視力障礙兒童的家庭可能會發現，他們的孩子反復以可能使有視力的觀察者感到困惑的行為或行為方式。用於描述這些行為的幾個術語包括刻板行為、舉止、自我刺激行為和“習癖”。不管這種行為叫什麼，重要的是要了解它發生的原因以及你能做些什麼。

這些行為可能因兒童而異，包括：

- **戳眼睛或按眼睛**——一些視障兒童反覆戳或按他們的手或手指在他們的眼睛上或眼睛裡。在嘗試改變這種行為之前，請確保它不會因為您孩子的眼睛受傷而發生。如果有可能的醫學解釋，請諮詢您的眼科專家。
- **拍手**——有些孩子在興奮時拍手，然後在平靜下來後停止。這可能會無緣無故地反復發生。
- **搖擺**——孩子坐著或站著時可能來回或左右搖擺。對於一些孩子來說，隨著他們變得更加興奮，他們的行為也會增加。
- **光凝視**——光對一些孩子來說是非常刺激的。他們可能喜歡盯著一盞燈或陽光明媚的窗戶，也可能在他們眼前輕彈或揮動手指，使光線形成圖案。
- **搖頭**——孩子可能會反覆搖頭，即使他沒有說“不”。有些嬰兒躺在嬰兒床或仰臥在地板上時，特別容易出現這種情況。



視覺障礙類型-白內障

- 白內障是因**水晶體混濁**，導致視力障礙的一種疾病，通常可分為先天性與後天性兩種，又以後天性的老年性白內障為最常見。
- 症狀：主要症狀為無痛無癢的進行性視力減退，會覺得有一層毛玻璃擋在眼前。



視覺障礙類型-青光眼

- 因**眼壓過高**造成視神經萎縮，導致視野缺損甚至最終失明的眼科疾病



正常視覺



青光眼患者視覺

視覺障礙類型-眼球震顫

- 所謂「眼球震顫」是個體**眼球**不由自主地震顫。
- 在閱讀時，無法具有清晰的視力。



視覺障礙類型-黃斑部病變



視覺障礙類型-視野缺損

- 視野係指當眼睛不移動，注視前方某一定點時，所看得見的空間範圍而言。



正常視野



中期青光眼視野缺損



末期青光眼視野缺損

視覺障礙類型-斜視

每隻眼睛都有六塊外部肌肉（稱為眼外肌）來控制眼睛的位置和運動。對於正常的雙眼視覺，必須完美協調雙眼這些肌肉的位置、神經控制和功能。當存在神經或解剖學問題干擾眼外肌的控制和功能時，就會出現斜視。問題可能出在肌肉本身，或是控制雙眼視覺的大腦神經或視覺中心。



內斜視



外斜視

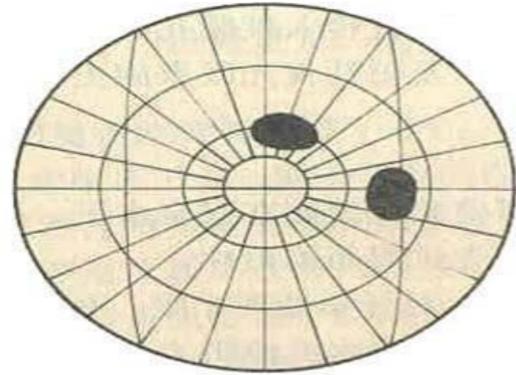


上斜視

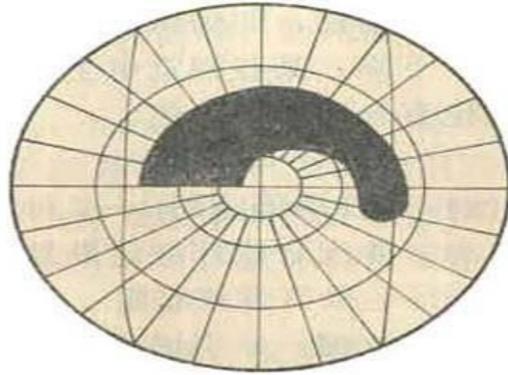


下斜視

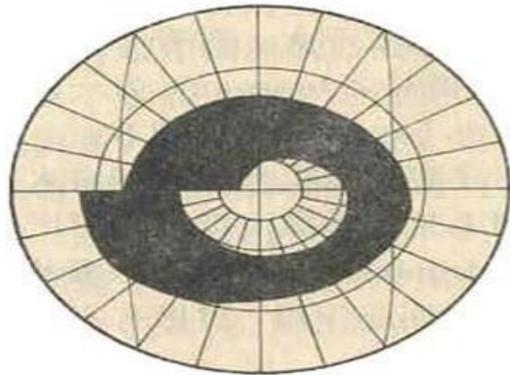
視覺障礙類型-視野缺損



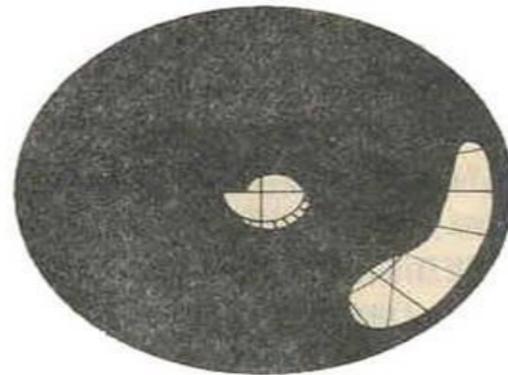
①



②



③



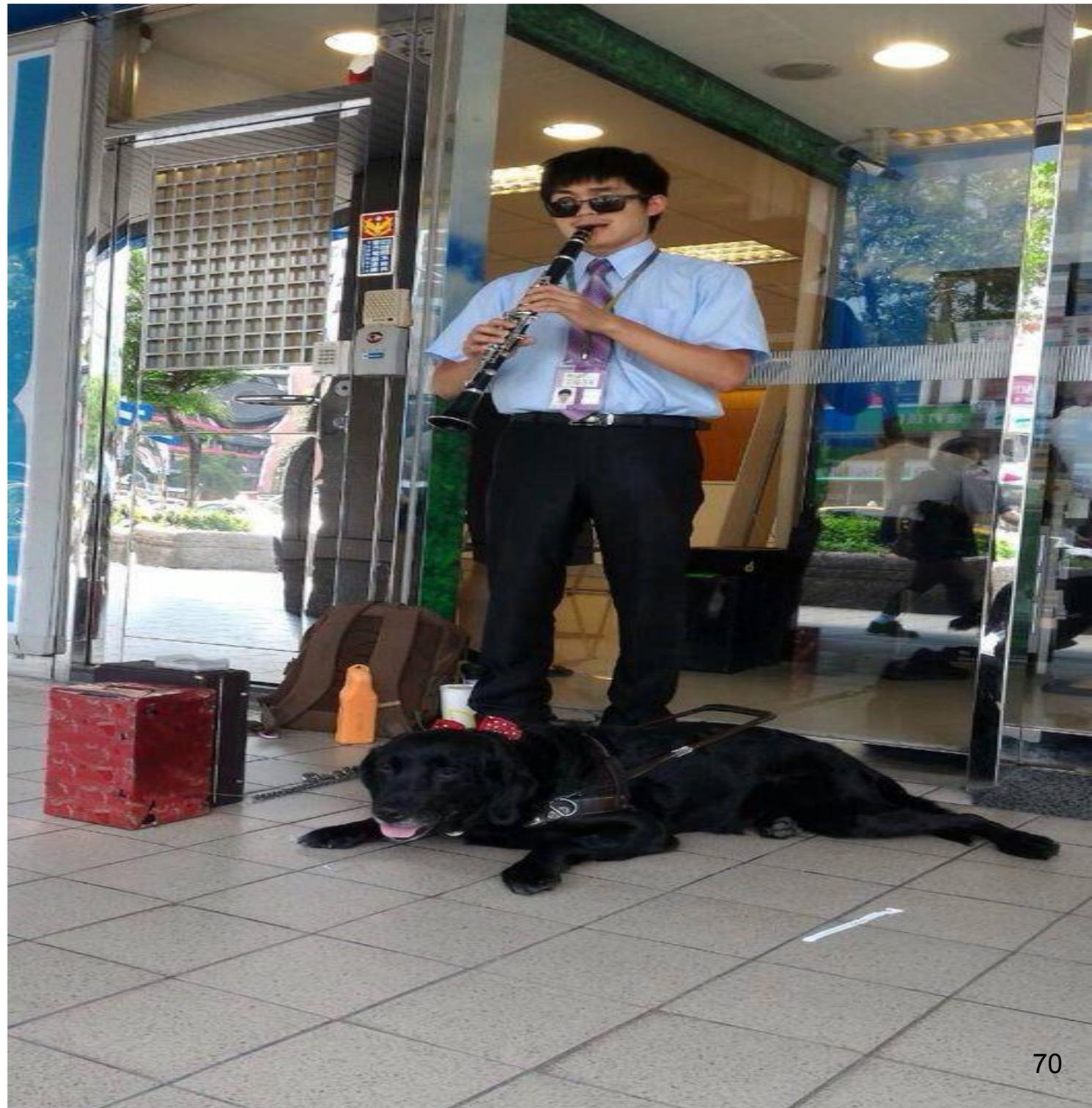
④

視覺障礙類型-中心視野模糊



02

如何協助視障者
及認識視障者的
需求



如何協助視障者-1

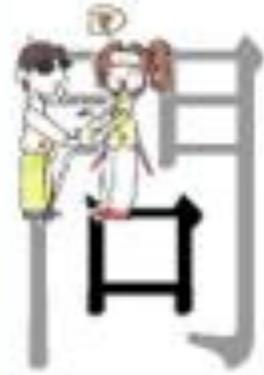
1. 活動中，要多用口頭的陳述及說明，以幫助學生對訊息的吸收。
2. 對有整體性之知識，要注意知識之連貫性，以便於知識的統整及學習。
3. 要多用具體之實物教學。
4. 要使視障者多利用其殘餘視力，此不但可增進學習效果，同時也可提高其視覺效能。
5. 示範、解說過程中，要允許視障者可以依其需要，走向前來，看清楚圖片、展示物。

如何協助視障者-2

6. 帶領盲生，應隨時告訴他環境中可以幫助他定向的各種線索和訊息。
7. 不要推他、拖他、拉他，只要將你的手肘固定不動，讓他能穩握你的手肘便可。
8. 帶領盲生上、下樓梯，要直上直下，以免左右兩腳跨距不同而跌倒。
9. 帶領盲生行走，在轉彎時，宜以近乎直角的度數轉彎，使他容易辨別方向的改變。
10. 如何指導視障朋友方位概念(時鐘的位置)

如何協助視障者-3

※引導視障朋友的小技巧



詢問協助



輕拍手背



引導行進



報導路況

主動詢問視障者是否需要協助，以手背輕觸視障者手背，其將把手輕扣在您的手肘接受引導。引導視障朋友時，請略在前保持半步至一步距離，並隨時告知視障者路況變化。

視覺障礙者的需求

■ 提供聲音訊息

■ 視覺輔具

■ 放大字體

■ 觸覺

■ 盲用電腦

■ 溝通使用某些詞彙：方位（時間）、口述外在環境、避免抽象描述

■ 定向與行動：路徑無障礙物、生活環境中不任意搬動物件

■ 導盲犬

■ 視力協助員



各式輔具



視障者
常用輔具

善用手機APP

✓開啟旁白

✓幫忙看見APP



對視障者常見的錯誤想法

03





眼睛看不到，但你應該有學音樂吧？



眼睛看不到，那你一定不能游泳(運動)？



眼睛看不到，但你聽力應該很好？



眼睛看不到，那你一定會摸點字？

眼睛看不到，那要怎麼領錢啊？



眼睛看不到，但你要帶導盲犬阿？



眼睛看不到，那你的工作是按摩師嗎？



啟明學校體育 課程分享

04



啟明學校體育課程-飛輪



啟明學校體育課程-體適能



啟明學校體育課程-舞蹈



啟明學校體育課程-球類運動



啟明學校體育課程-游泳、田徑、飛盤



雖然視力受限但沒有不可能



A photograph on the left side of the slide shows a person wearing a red shirt and black shorts, standing on a blue athletic track. They are holding a white rope with both hands, and another person's hand is visible at the bottom left, also holding the rope. The track has white lane markings.

結論

- 視障發生原因很多種，如有感覺不適請務必就要就醫，並定期接受視力檢查。
- 視覺障礙者的學習方式大多都是透過聽覺及觸覺進行學習。
- 失明非失能，不要覺得視障者什麼事情不能做
- 看見優勢能力，加強並善用。

參考資料

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment>

世界衛生組織

<https://familyconnect.org/browse-by-age/infants-and-toddlers/social-life-and-recreation-iandt/repetitive-behaviors/>

特殊教育導論 張世慧 五南圖書出版股份有限公司

視覺障礙 杞昭安、何世芸等15位 華騰文化



感謝大家的聆聽，請惠予指教



適應體育-身障桌球種類認識



高雄醫學大學：蔡貴蘭 副教授



現職

高雄醫學大學體育教學中心 副教授
高雄醫學大學桌球隊教練
高雄市身心障礙桌球代表隊教練
高雄市脊髓損傷者協會教練
高雄市政府運動發展局專家學者顧問

專長

桌球



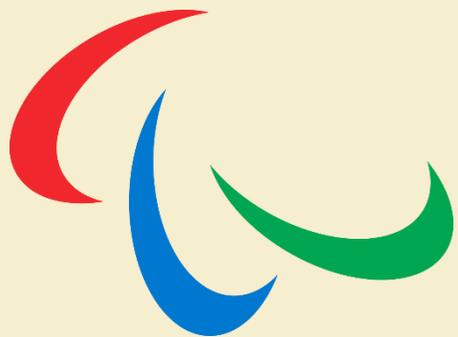
身障桌球



經歷

- 2023年聽障世界盃桌球錦標賽
- 2021年東京帕拉林匹克運動會
- 2020年埃及帕拉桌球公開賽
- 2019年台中亞洲帕拉桌球錦標賽
- 2018年雅加達亞洲帕拉運動會
- 2016年里約帕拉林匹克運動會
- 2015年俄羅斯世界輪椅運動會
- 2011年斯洛伐克公開賽身障
- 2010年廣州亞洲運動會
- 2009年光州世界盃桌球錦標賽
- 2008年北京帕拉林匹克運動會
- 1999年遠東暨南太平洋桌球錦標賽





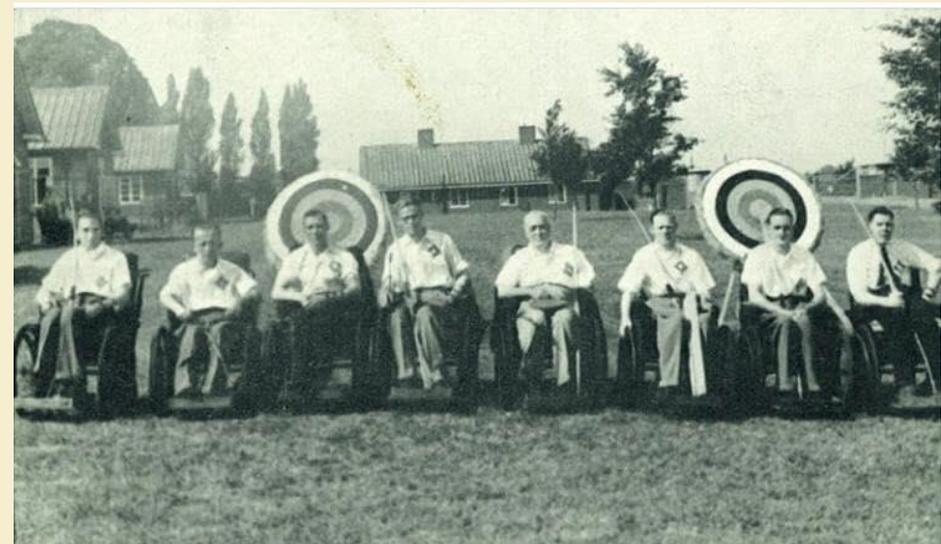
帕運



- 帕拉林匹克運動會（Paralympic Games，簡稱帕運），是一項為身心障礙者舉辦的國際型綜合體育賽事。它是由希臘語介詞的Para（意指旁邊或並行），與Olympic的lympic組成，意旨與奧林匹克運動會平行地位的運動會。



在帕運比賽中，各項運動賽事都與奧運一樣，但各種賽事的分級制度有所不同，依造身心障礙運動員的身體損傷功能類別與狀況不一來做分級，符合不同障礙運動項目的最低障礙標準，才能獲得運動級別參與比賽。



身障桌球

https://www.youtube.com/watch?v=DYxB7-i_e74



何謂身心障礙者

身心障礙者，因先天性或後天造成身體系統構造或功能有損傷或不全，以致於生活與參與社會活動受到限制或無法發揮。



身心障礙桌球類別

現行四種分類分別為先天性與後天性的：

(1)智能障礙 - 心智功能低下。

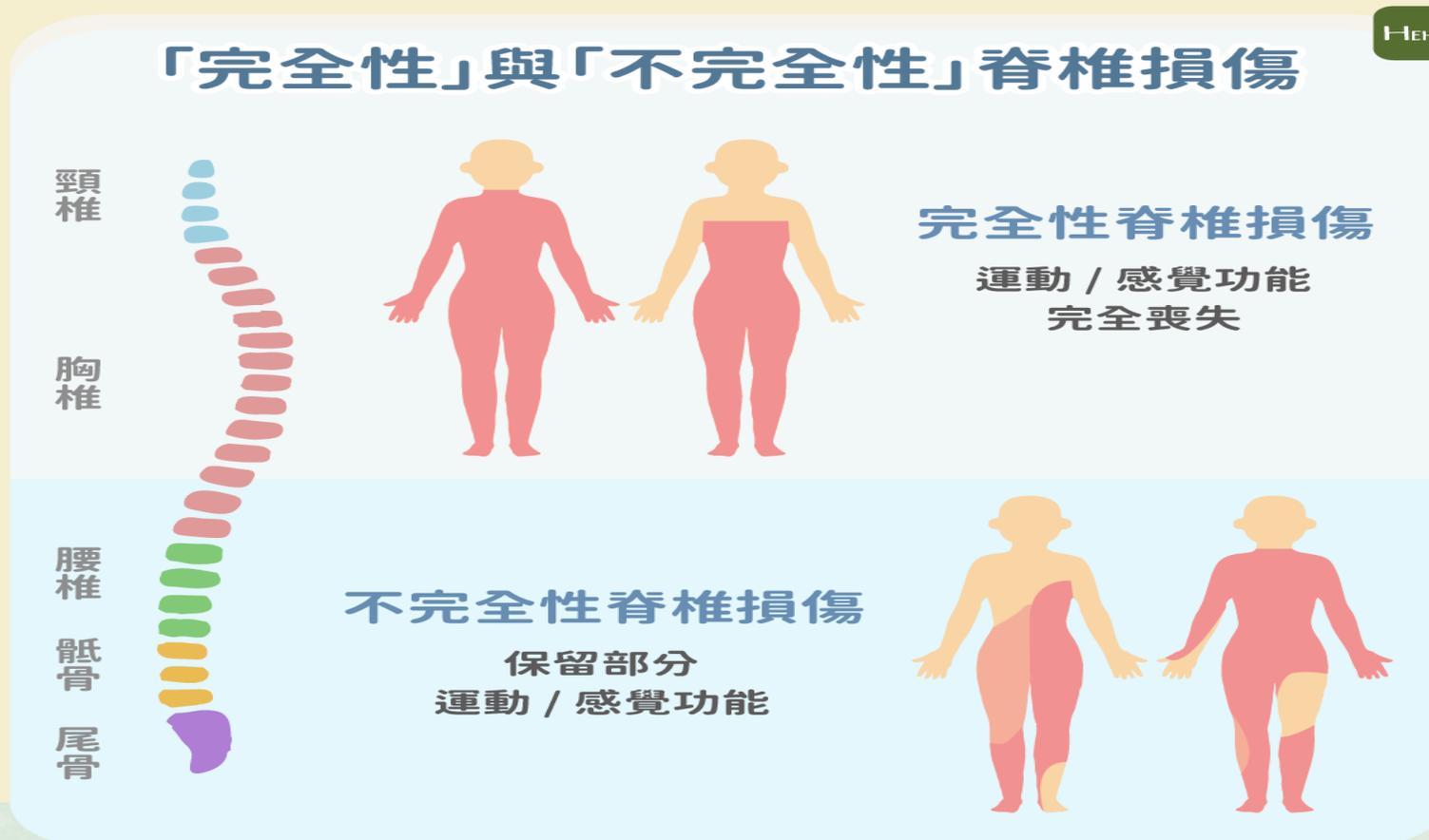
(2)視覺障礙 - 矯正後，優眼視力未達0.4。

(3)聽覺障礙 - 優耳聽力損失55分貝以上。

(4)肢體障礙 - 其中肢障類並細分為截肢、腦性麻痺和脊髓損傷三種。

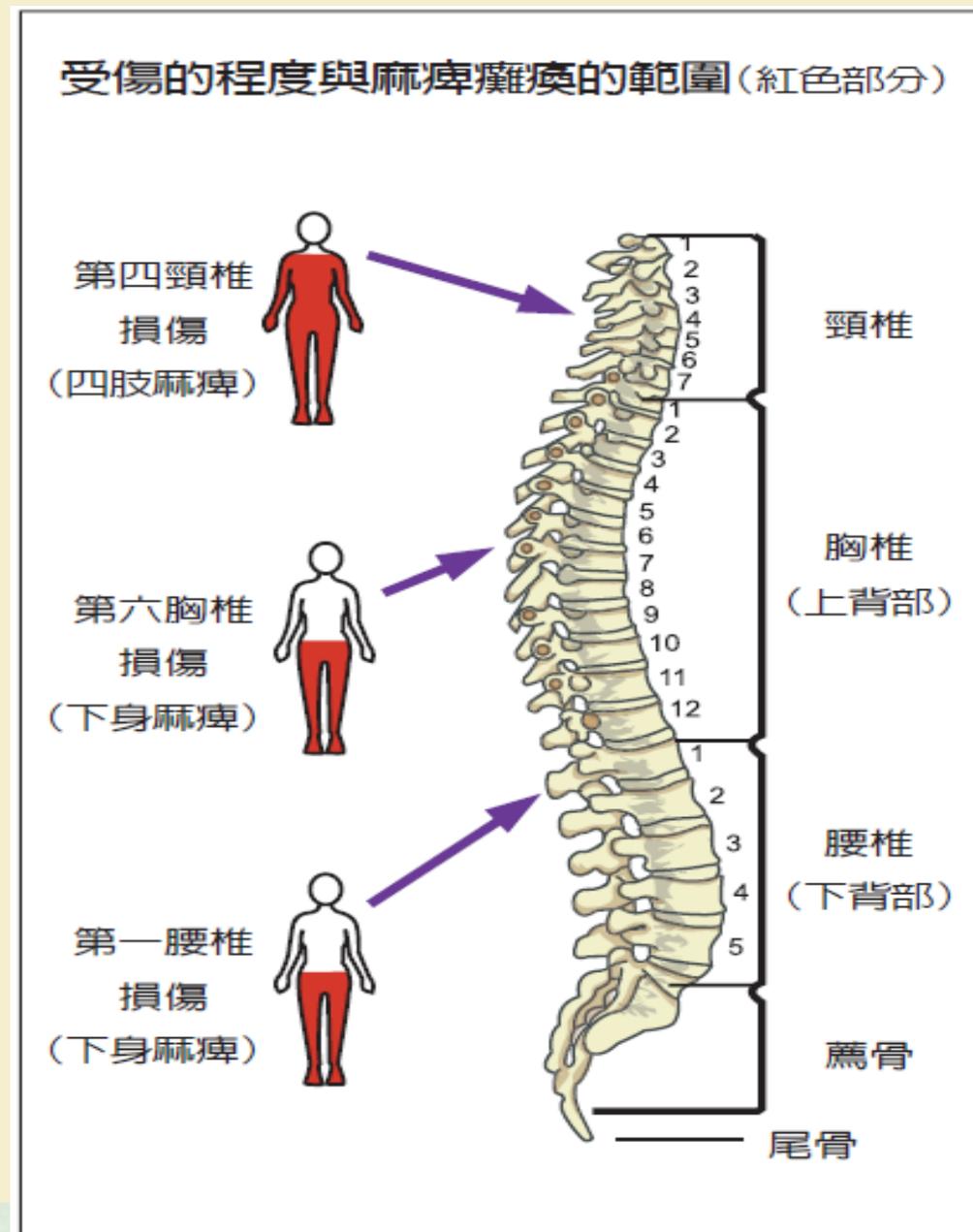
脊髓損傷

是指急性外傷性傷害侵及脊髓與神經，造成運動、感覺及大小便功能失常。這通常是由於巨大的外力，如意外、車禍、墜落、重物壓傷、運動傷害等。



脊髓損傷

頸髓受傷會造成四肢癱瘓，約佔所有脊髓損傷患者的半數；若傷及胸髓、腰髓或薦髓，則會造成下半身癱瘓。除了運動與感覺機能障礙外，脊髓損傷還會造成排尿、排便困難及性功能障礙，而呼吸問題、自主神經機能異常也常見。



身心障礙運動項目

項目\殘障類別	截肢／其他	視障	腦性麻痺	脊髓損傷
1	田徑	○	○	○
2	游泳	○	○	○
3	射箭	○	○	○
4	射擊	○	○	○
5	足球		○	
6	排球	○		
7	羽球	○		
8	撞球			○
9	桌球	○	○	○
10	擊劍	○	○	○
11	舉重	○		○
12	健力		○	
13	自由車	○	○	○
14	輪椅籃球	○		○
15	輪椅網球	○		○
16	地板滾球		○	
17	盲人手球		○	
18	盲人柔道		○	

身障桌球總類

- 肢體障礙(帕拉林匹克運動會)
- 聽覺障礙(達福林匹克運動會)
- 智能障礙(特殊奧林匹克運動會)
- 視覺障礙



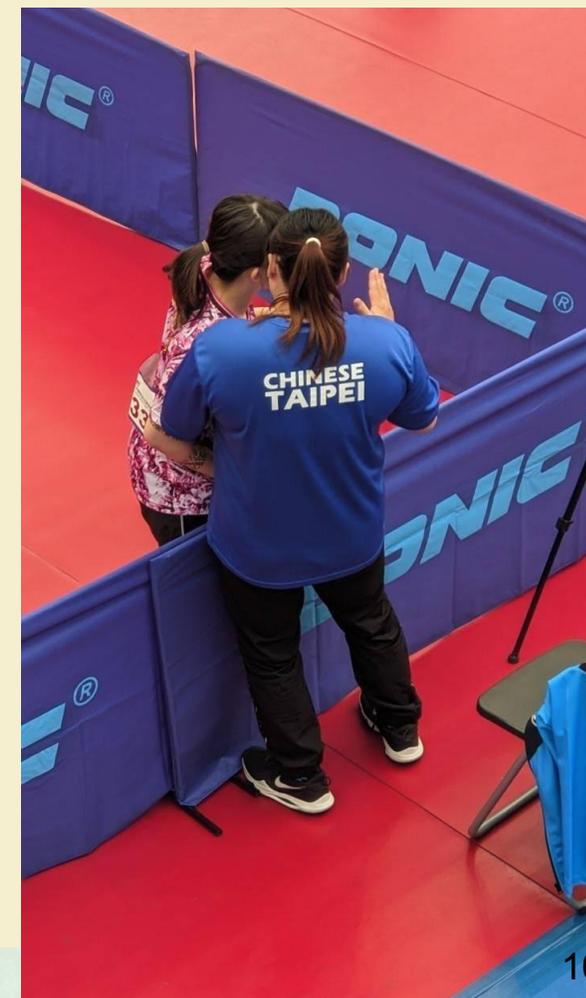
肢體障礙(帕拉林匹克運動會)

輪椅組 1-5級
站立組 6-10級
心智組 11級



聽覺障礙(達福林匹克運動會)

賽制與一般桌球規則相同，但比賽過程中禁止使用助聽器，選手的優耳聽力損失需55分貝以上。



智能障礙(特殊奧林匹克運動會)

不同於奧運與帕奧般的競技賽事，選手專注於同一項目，以追求最極致的突破，為運動員帶來成就感，並使他們為社會所接受與尊敬。

https://www.google.com/search?q=%E7%89%B9%E5%A5%A7%E6%A1%8C%E7%90%83&sca_esv=dad2937f84c7a69c&sca_upv=1&tbm=vid&ei=dvZvZp-FCrOPvr0PwoGaqA8&start=20&sa=N&ved=2ahUKewifmNLTnuKGAXWzh68BHcKABvU4ChDy0wN6BAGTEAc&biw=1575&bih=733&dpr=1.22#fpstate=ive&vld=cid:796185cd,vid:UKRpcqzztZo,st:0

視覺障礙

- 球是依據國際桌球規則所規定的「硬式球」，球裡放進三個鉛球，重量為0.6~0.8公克。
- 球拍的材質、形狀、大小、重量等，沒有硬性的規定，只要是木質即可。
- 參賽者必須配戴主辦單位所準備的眼罩。
- 一局比賽的勝負，以先取得11分者獲勝，但雙方得分都為10分以及10分之後如同分的狀況下，任何一方連續得到2分時，則獲勝。一場比賽中，以三戰兩勝者獲勝。
- 場地及發球權，或是接球的選擇，為每場比賽之前猜拳決定。
- 發球者首先發球，在碰到底端之前，發球者和接球者互相地反擊，且打球時，都是在桌面上滾動。
- 發球時，使球在自領域的右半領域的稍靠中央的位置靜止下來，手放開之後把球擊出。發球者喊出「開始了」，等待對方的回答，必須在五秒之內將球打出去。並且，使球不碰到網子而打到對方的右半領域裡。
- 即使所發的球進入了對方的左半領域裡，接球者正式地反擊時，此發球即為有效，比賽可繼續進行。

<https://www.facebook.com/watch/?v=424342479124850>



身障桌球Paralympic Table Tennis

- <https://www.youtube.com/watch?v=ZlrqkGD1UAW>
- <https://www.youtube.com/watch?v=PKX8JIlpkM0>



身障桌球的訓練



輪椅桌球訓練

- 輪椅桌球 <https://www.youtube.com/watch?v=eN-AV4pLIYg>
- 單球訓練 <https://www.youtube.com/watch?v=J9zXHyp7V3k>
- 多球訓練 <https://www.youtube.com/watch?v=VFIPp9KpLrQ>
- 模擬比賽訓練體能訓練

<https://www.facebook.com/xtabletennis/videos/vb.176556715793848/813816705401176/?type=2&theater>



請大家支持
身障運動

謝謝大家
Thank you

專長

性別教育
(幼兒)性教育
身心障礙 X 性教育

聯絡方式

0911-095323
meichin.tseng@gmail.com

專業背景

- 教育部性別平等教師師資人才庫專家學者
- 兒童與智能障礙者性侵害案件司法訪談員
- 教育部講師證書(講字第 145415 號)
- 勵馨基金會-熟人性侵害防治之《蝴蝶朵朵》受訓講師
- 彰化市性別人才資料庫專家學者
- 台中市性別人才資料庫專家學者

學經歷

最高學歷

高雄師範大學性別教育碩士

經歷

現職：致理科技大學資源教室輔導人員
中州科技大學資源教室輔導人員、通識中心兼任教師
彰化縣性騷擾防治委員會委員
彰化縣家庭暴力及性侵害防治委員會委員
連江縣婦女權益促進委員會委員

著作

- 以「雙」之名：一個雙性戀社群的興起與運作。國立高雄師範大學性別教育所碩士論文。(2009)
 - 愛漂亮的男孩 力力。性別繪本。(2020)
- 請參閱：<https://ppt.cc/fTb0Gx>

簡介



年紀有了還是堅持時尚，喜歡說性別的各種故事，
我是時尚大嗎曾漢津。

演講超過百場，老師、學生、家長、小孩都是聽眾，
性別教育資歷 16 年，大專特教資歷 10 年，三寶媽資歷 8 年。

用性別視角看世界，再把我看到遇到的這些，織成一個一個故事，我認為從日常的活生生的故事來講性別、講性教育，更容易讓人理解性別原來就在日常，那些理所當然好像沒那麼理所當然。就像，女生才能愛漂亮嗎？當然不是啊，這什麼年代了！但是，你知道嗎？等一下我要講的故事就發生在我的小孩身上，血淋淋的。

愛漂亮的男孩穿著粉紅色衣服和蓬蓬裙，在家人面前也許很安心，但在公園、在學校可能被誤以為女生「欸，你不是男生嗎？難道變成女生了嗎？不然你為什麼穿裙子？」、「你到底是男生還是女生？我看你去男生廁所，可是你怎麼穿粉紅色？」...如果孩子平時學到的男生女生只能像男生像女生的樣子，他們當然想像不到生理男生也可以有漂亮的權利；所以說出口那些疑問，他們覺得理所當然，但對於被問的孩子，卻是各種質疑與譴責。有一次，這個愛漂亮的男孩跟我說：「馬麻，剛剛那個店裡的阿姨沒有笑我（穿裙子）耶！」當媽的馬上在心裏哭的一蹋糊塗，一個 5 歲的孩子只是想穿他喜歡的衣服，但為什麼他得要承受這麼大的壓力才能做這樣再平常不過的事情！

性別意識沒有我們以為的那麼普遍，
我們得再努力一點，性別教育要繼續推繼續推繼續推！

專業課程授課

專題演講

個案服務(性侵害司法訪談)

理解與看見，會變成友善與支持。歡迎演講邀約
行動接案演講逾百場，僅列近 2 年常獲邀主題

性別教育

看見多元性別
日常生活的性別觀察
親愛的爸媽，我和別人不一樣：談多元性別和家庭教育
給幼保人員的性別課 / 性別融入教學的實踐與策略
生一個性別教案
看見雙性戀
CEDAW 與性別主流化
想談戀愛，你準備好了嗎?-給高中生的情感教育
如何好好表達愛



性騷擾防治

職場性騷擾防治課程
一不小心就變成性騷擾加害者？：談身體界線與性騷擾迷思
學生社團活動與性騷擾防治課程



性教育

幼保人員培訓課程：性別教育與性教育融入幼教
好好談性-幼兒性教育繪本培訓工作坊
蝴蝶朵朵-成為孩子的守衛者
從性侵案件談認知通譯
爸媽不驚慌-幼兒性教育輕鬆談
預防未預期懷孕-給高中生的性教育

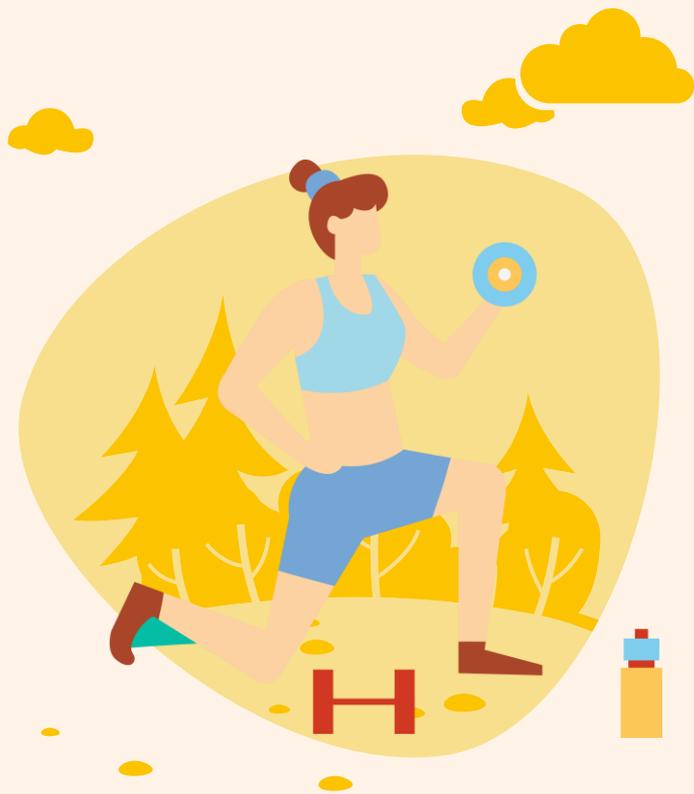


特教 X 性別

賽可斯性教育桌遊
給特教生的情感教育與性教育工作坊
性教育怎麼教？：談智能障礙者的性教育、性教育怎麼教？
給身心障礙者的性騷擾防治課程、身心障礙者在職場上的性騷擾
愛的練習曲-我要成為好人緣

看見運動中的性別

曾漢津 性別教育專業講師



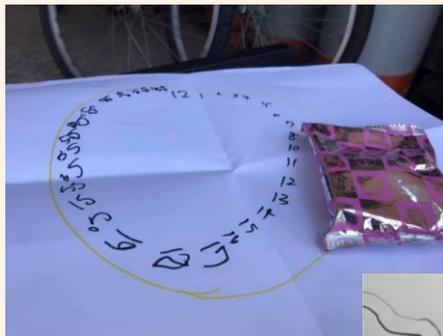
關於。曾漢津



- 高雄師範大學性別教育碩士
- 衛福部兒童與智能障礙者性侵害案件司法訪談員
- 教育部性別平等教育師資人才資料庫
- 彰化縣性騷擾防治委員會委員
- 彰化縣家庭暴力及性侵害防治委員會委員
- 連江縣婦女權益促進委員會委員
- 現職：致理科技大學 資源教室輔導人員

性侵害案件司法訪談員

陪伴孩子或智能障礙者，面對司法訊問，
幫他們聽懂問題，翻譯解釋說明，
讓他們在安心的狀態下，好好陳述發生了什麼事。



contents

01

為什麼要看見性別？ 運動中的性別刻板印象

02

03

看見運動中的性別

04

Q&A



01

為什麼要上這堂課？





好像一切都很理所當然...

阿嬤那個年代的人，遇到家暴怎麼辦？



有時候，你會看不到一些東西...

你有想過嗎？（英國百事可樂廣告）

這不是理所當然， 這些都是用生命換來的

1997年



性侵害犯罪防治法

1996年
彭婉如命案

1999年



家庭暴力防治法

1993年
鄧如雯殺夫案

2004年



性別平等教育法

2000年
葉永誌事件

2021年



跟蹤騷擾法

2021年4月
屏東通訊行

2002年

性別平等工作法

1987年 國父紀念館-單身條例

2004年

性別平等教育法

2000年 葉永誌事件

2005年

性騷擾防治法

性平三法



#Me Too帶來的醒思

- 如果不喜歡/不舒服，你為什麼當下不說？
- 不知道可以說不
- 說不出口

不知道可以說不

2010.9.25白玫瑰運動



- 2010年2月6日上午，林姓被告在高雄縣一處圖書館附近，見6歲女童獨自玩耍，將她抱坐在左大腿上，右手伸入內褲，以手指性侵得逞一次，被鄰居看到，大聲制止並報警查獲。
- 高雄地方法院一審判決，案發當時
- (1)被告未使用暴力
- (2)女童無掙扎、反抗或哭泣等動作
- 認定林犯行「未違反其意願」，改依刑法227條第1項：對於未滿14歲之男女為性交者，處3年以上、10年以下徒刑；又審酌被告曾自白、女童處女膜外緣黏膜擦傷等情節，判刑3年2月

為什麼說不出口？

- 為什麼說不出口？ * 最佳利益-職場性騷擾
- 體壇的Me Too
- 女性棒球裁判、台灣運動好事協會執行長*劉柏君的經歷

在台灣受害人必須是完美的受害人
不用其他人質疑證據，我自己就在悔恨為何讓他進門？
或許他不是那個意思？或許我不該開門？很多或許？？

為什麼說不出口？

- 權勢關係、誘導、熟人
- 當事人的反應：驚嚇、腦袋空白、呆住、懷疑自己、難以相信...
- 告知別人得到的反應：「怎麼可能？他應該不會這樣吧！」
- 說出來會怎麼樣？：難以承受的效應

#Me Too帶來的醒思

- 從個人到結構
- 「摸一下沒什麼」的例子：重新看待性騷擾
- 小男生躲在女廁的例子：
從「發生了怎麼辦的防治概念」到「不要變成加害者的情感教育」



回到自己的位置，
身為隊友、教練、裁判，
可以做些什麼？



相信自己的感覺，
你的不舒服是真實，
照顧好自己。



覺察性別刻板印象 培養性別敏感度

02

運動中的 性別刻板印象



「像女孩子一樣」



讓我看看什麼叫"像女孩子一樣"跑步

運動中的性別刻板印象



生理性別

生理上的差異
→對男生女生有不同期待



性別刻板印象

女生：運動意願與運動表現
都低於男生



男生：運動能力較高或對於
運動表現出較高的興趣



性別歧視

男生參與運動的表現不佳，可能
會被笑「娘娘腔」，或「不夠像
男人」

這樣的指責，一方面是期待男性
應具備合乎預期的表現，另一方面，
則是對於女性運動能力與表現的
貶抑。

媒體形塑的性別刻板印象



- 女飛魚葉詩文比男選手更快，BBC 主持質疑用禁藥！
- 2012年倫敦奧運，中國選手葉詩文最後50公尺自由式衝刺游出28.93秒，比男子400公尺混合泳金牌得主洛捷迪最後50公尺還要快0.17秒
- 美國記者：「不會吧，什麼鬼事情！」
- 美國記者要求葉詩文解釋為何最後50公尺游得比洛捷迪快
- 美國泳隊教練特羅伊更說：「這真的是游得太快了，不得不注意這件事，你們可以去做調查。」
- 西方各大游泳或體育中心網站，揚言「若世界反禁藥組織（WADA）袖手旁觀，將成為鬧劇！」

媒體形塑的性別刻板印象 → 有沒有可能導向性別歧視？



- 當女性運動員有突破性的表現，為什麼容易立刻遭受質疑？
- 若是男性運動員有這樣的表現，媒體會怎麼報導？

申欣靄（亞洲青少年拳擊錦標賽冠軍）

Asian Boxing Confederation
11月2日下午5:30 · 🌐

Gold 🏆 Shen Sin Ai

Chinese Taipei's Shen Sin Ai was their first finalist in the championships who tried to keep the long distance against Kazakhstan's Sila Bibolsynkyzy from their opener. Shen used her strategy better in the second round than in the first and she had some advantages on the judges' scorecards after two minutes. Chinese Taipei's new pride opened the last round with quick jabs but Bibolsynkyzy replied also to her actions in this exciting light flyweight (48kg) final. Shen Sin Ai was slightly better today and she became Chinese Taipei's first ever winner in the history of the ASBC Asian Junior Boxing Championships.



原始照片 Asian Boxing Confederation 粉絲頁



中華民國拳擊協會
幫每張都除毛了

運動中的性別歧視



- 劉柏君（台灣運動好事協會執行長）
- 台灣第一位獲得中華民國棒球協會認證的職業女性裁判
- 第一個在全國性賽事有執法經驗的女性主審
- 13歲想進學校棒球隊被拒「女生不能打」
- 「不想讓女生進球場」、「會帶來厄運」
- 有人不准她摸球具，因為「女生摸過的球具，男生用了會衰」，更有裁判判錯時指著她罵：「都是因為有妳這個女人在場……」



03

看見運動中的性別



看見生理性別的差異後，
我們如何平等對待？

體適能跑走男女標準不一 明年8月改折返跑施測

林曉慧 沈志明 / 台北報導 發布時間：2023-05-09 12:56 更新時間：2023-05-09 20:46

測驗 市民 體育署 女生 ...



EX.1 以~~性別~~分組的體適能測驗

國小



男800m



女800m

國中~大學



男1600m



女800m

期待？



男

>



女

- 生理性別→性別刻板印象
- 跨性別學生怎麼辦？

以~~性別~~分組的體適能測驗

體適能測驗的目的

1. 測驗學生的心肺耐力
2. 體育課程的目的不在於區分體能高低，而是培養學生的運動習慣、促進身心健康



女子體操服： 緊身、大腿開衩

目的是為了施展高難度且需柔軟度的動作，只有特定宗教背景的運動員，才會穿覆蓋雙腿的體操服





男子體操服

緊身衣革命： 「每個女性都應該 決定自己穿什麼」

2020年東京奧運時，德國女子體操隊穿著長褲型緊身衣上場，而不是傳統的三角高衩、露出整條大腿的緊身衣，成為全場焦點！



帶著性別意識看這則新聞

為什麼藝術體操沒男子項目？



帶著性別意識看這則新聞



- 藝術體操又稱韻律體操
- 是一項徒手或手持器械，以自然性、韻律性動作為基礎的體育運動，均衡發展全身各部肌肉
- 在音樂伴奏下，展現高度的藝術性與美感
- 是一種要求姿勢優雅、協調的項目

帶著性別意識看這則新聞

為什麼藝術體操沒男子項目？



●藝術體操還有一個名字，那就是韻律操，從這兩個名字當中，大家都可以得到一絲關鍵詞，那就是**韻律和藝術**，側面可以看出這個體育項目是十分**具有觀賞性的**，並且只會是由**女子組**來完成這個項目

●其實也不是第一次有人想說把男子組加上去，然而加上後的後果是**不堪入目的**，看了這些男子組比賽，主辦方發現自己還是無法接受，因此最終還是只開設女子組

帶著性別意識看這則新聞



發展出適合男性選手的服裝，
以整體動作的美感取勝

帶著性別意識，然後呢？



1. 察覺自己與對方的權力關係
2. 建立安心友善的環境
3. 覺察與練習身體界線，知道不管是指導或按摩都有不可越界的界線
4. 教學或者互動上，需要有身體碰觸之必要，建議先口頭詢問，並同步確認對方感受
5. 恪守自我專業倫理與人際互動界線

04

Q & A





THANK YOU





地板滾球介紹

臺北市地板滾球協會

【現職】 臺北市、新北市
地板滾球協會秘書長

【證照】 中華帕拉林匹克總會
地板滾球
B級教練 / B級裁判

104~109 擔任地板滾球裁判
110~至今 擔任地板滾球教練

◆ 2023 波蘭·波茲南
世界地板滾球挑戰賽
中華台北代表隊 教練

◆ 全國身心障礙國民運動會
113、111年 台北市地板滾球代表隊 教練
109年 宜蘭縣地板滾球代表隊 教練

◆ 帕拉林匹克總會 (2022~23年度)
基層訓練站 臺北市地板滾球協會 教練



洪家興

國立體育大學
適應體育碩士班

何謂「地板滾球」(BOCCIA)

在一個長**12.5公尺**、寬**6公尺**的硬質場地中，用**13顆球**（**紅球6顆**、**藍球6顆**、**白球1顆**）進行投擲，並以白球為目標球，分紅、藍兩方以先後投擲方式，試圖將紅、藍球投近目標球得分的競賽，就是地板滾球(BOCCIA)最簡單的競賽概念。

國際帕拉林匹克運動會(簡稱帕奧) Paralympics 列為正式比賽項目的球賽，除了提供給腦性麻痺者、重度肢體障礙者享有運動權利外，更可以提昇行動精準度及穩定度，甚至能增強思考、強化策略運用的訓練。

目前正擴大應用到各類障別、兒童、長青等族群。



「地板滾球」(BOCCIA) 的特點

- 義大利人改良16世紀古希臘投擲球的運動而來
- 針對重度動作控制困難的身心障礙者設計的競賽活動
- 結合肢體、智力、團體適應的運動，具備休閒娛樂及多重復健與心理健康的功能
- 1984年 帕奧會列為正式比賽項目之一
(NEW YORK 來自5國 / 19選手)
- 2010(民99·嘉義縣)年 全國身心障礙國民運動會
(每兩年一次) 列為正式比賽項目之一



【影片】

地板滾球運動



BOCCIA 體位分級

- BC1**---腦麻且明顯張力程度強，可以投擲球的選手。
- BC2**---腦麻有張力程度，可以投擲球選手。
- BC3**---因腦麻程度嚴重或因受傷而癱瘓到無法拿球，並將球投過“V”線，必須藉助軌道輔具。
- BC4**---具投擲能力的其他選手：因非腦傷或退化性腦傷所引起四肢障礙，萎縮，無法行走需使用輪椅的選手。

共同點: 皆需仰賴使用輪椅



BC1

- 通常不能推動手動輪椅
- 不能或很困難改變坐姿
- 通常是用軀幹帶動頭部及手臂的移動
- 手部很難做握和放的動作





BC1

腳踢球員





- 可用手或腳推動輪椅
- 有軀幹控制能力，但會牽動上肢
- 可分開大拇指和其他手指，但動作很慢
- 很難單獨做出協調性的肩膀部位移動
- 有可能站立或走動，但非常不穩定



BC3

- 肢體活動功能最弱
- 無法拿球並將球投擲

越過“V”線



BC4



- 非腦傷或退化性腦傷所引起四肢嚴重的運動功能障礙者

地板滾球競賽類別

正式賽事(錦標賽) 標準組

- BC1個人組
- BC2個人組
- BC3個人組
- BC4個人組
- BC1+BC2團體賽
- BC3 雙人賽
- BC4 雙人賽

推廣賽事(運動會)

- 腦性麻痺組
- 肢體障礙組
- 心智障礙組
- 兒童組
- 長青組
- 其他組
- 阿公阿嬤盃

全國特教學校 適應體育運動會

- 腦性麻痺組
- 肢體障礙組
- 心智障礙組
- 視覺障礙組

推廣不同族群

他，是多重障礙的腦性麻痺者



她，
是身心健康的
九十三歲老奶奶



他，
是特殊教育學校
的心智障礙者

他，是十歲的聽障小朋友



地板滾球推廣集錦



老人安養機構



脊髓損傷者機構



養護中心



地板滾球親子體驗營



夏令營



身障機構



地板滾球推廣集錦



身心障礙機構



地板滾球賽事集錦



場地、球具、輔具

場地：(寬)6公尺 X (長)12.5公尺 硬質地面

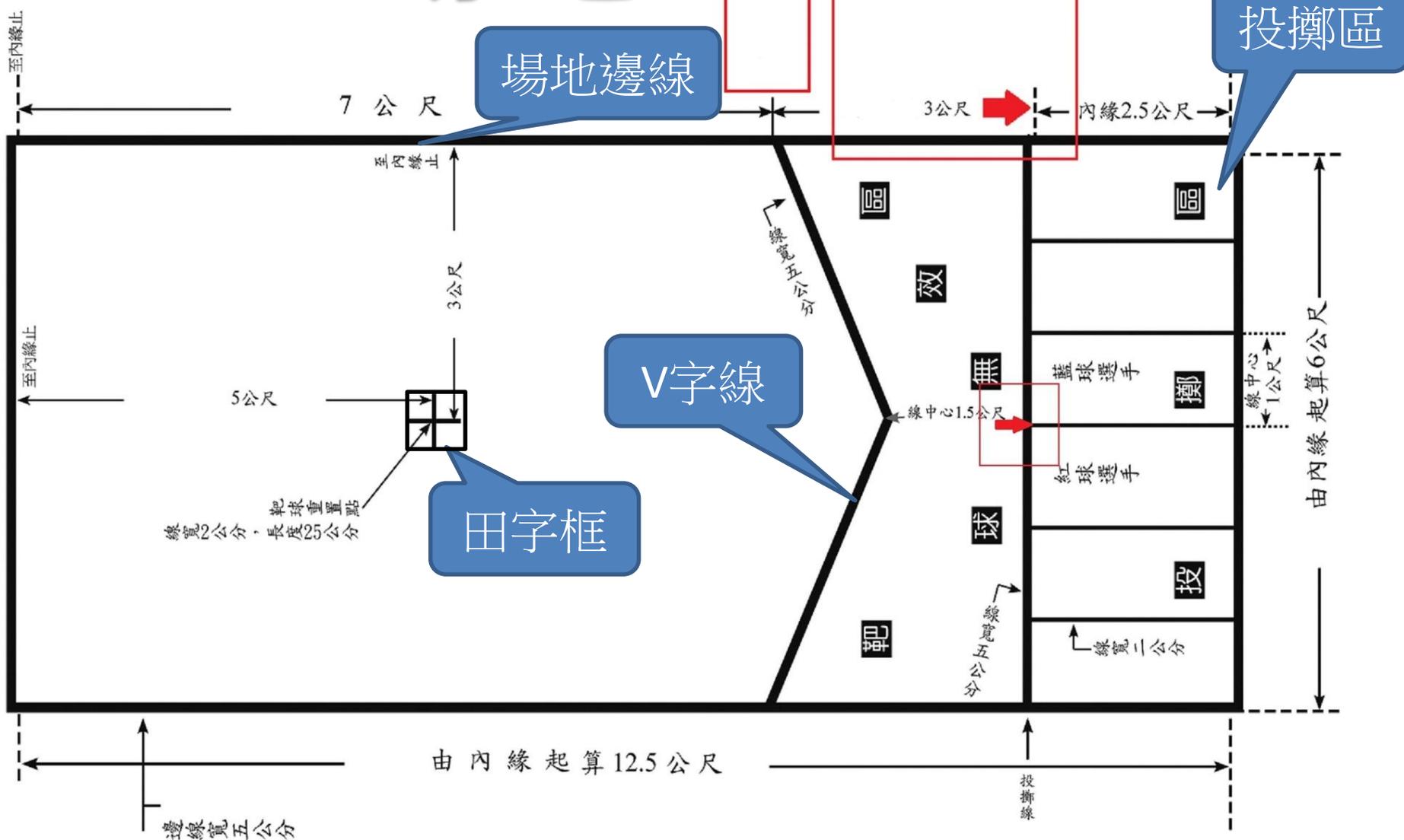
球具：1白色(目標球)、6紅球、6藍球

重量:275g +/-12g 圓周長:270mm +/- 8 mm

輔具：**裁判**紅藍指示板，量具(量尺、捲尺、厚薄規)

選手軌道，頭杖、嘴杖、手杖、置球籃

場地



1個地板滾球球場≐1個羽球場≐1/4籃球場

球具



裁判輔具



裁判輔具



選手輔具 頭杖 / 嘴杖



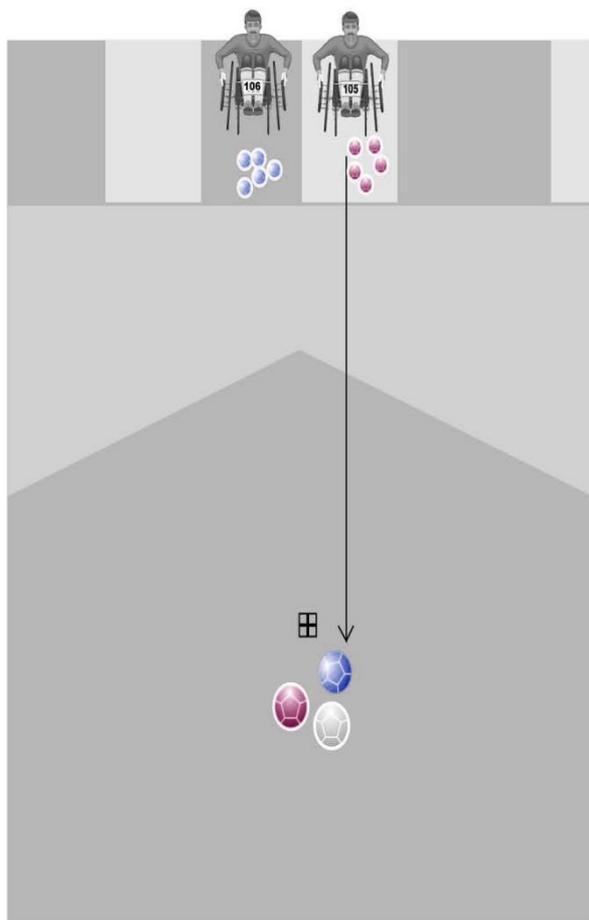
選手輔具 手杖 / 軌道



選手輔具 置球籃



地板滾球怎麼玩？

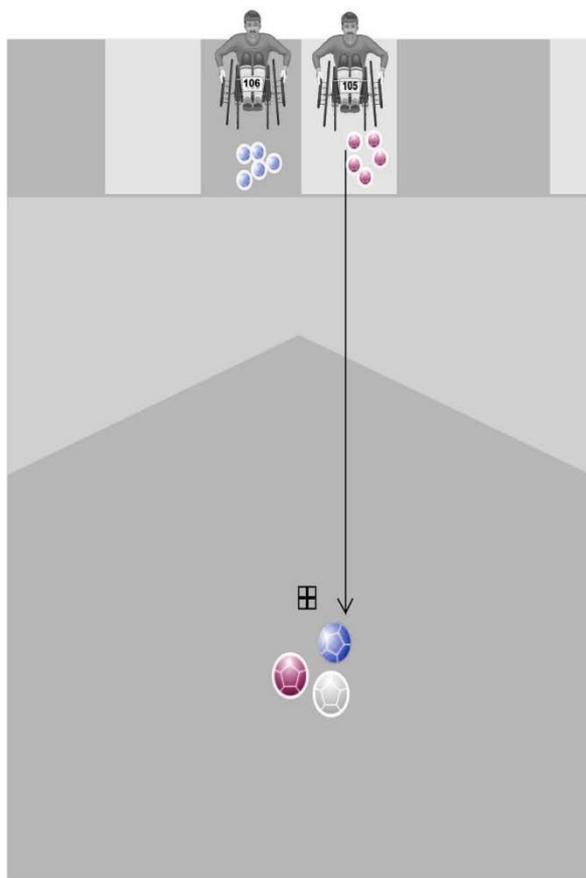


- 1.比賽組別**：區分為紅隊及藍隊，每隊可以是1、2或3位球員，進行個人賽、雙人賽或團體賽。
- 2.紅隊擲球**：由紅隊先投擲白色目標球，並投擲第一顆紅色球。
- 3.藍隊投擲**：由藍隊投擲第一顆藍色球。
- 4.判定遠近**：由距離白色目標球較遠的那一隊繼續投擲。

5. 一局結束：當所有色球投擲完畢

6. 計分：由最接近白色目標球的那一隊獲勝，每一個比對方更接近目標球的色球都算1分(如：紅隊獲勝，則比最接近目標球的藍球近的紅球皆算分)。

7. 總分決勝：一場比賽結束(4局或6局)，每局得分累積起來總分較高的一隊獲勝。



地板滾球如何投擲？

- 球員坐著比賽
- 球員可以用投、滾、踢的方式，把球送入球場



- 如果球員無法用投擲或踢球的方式可以使用軌道



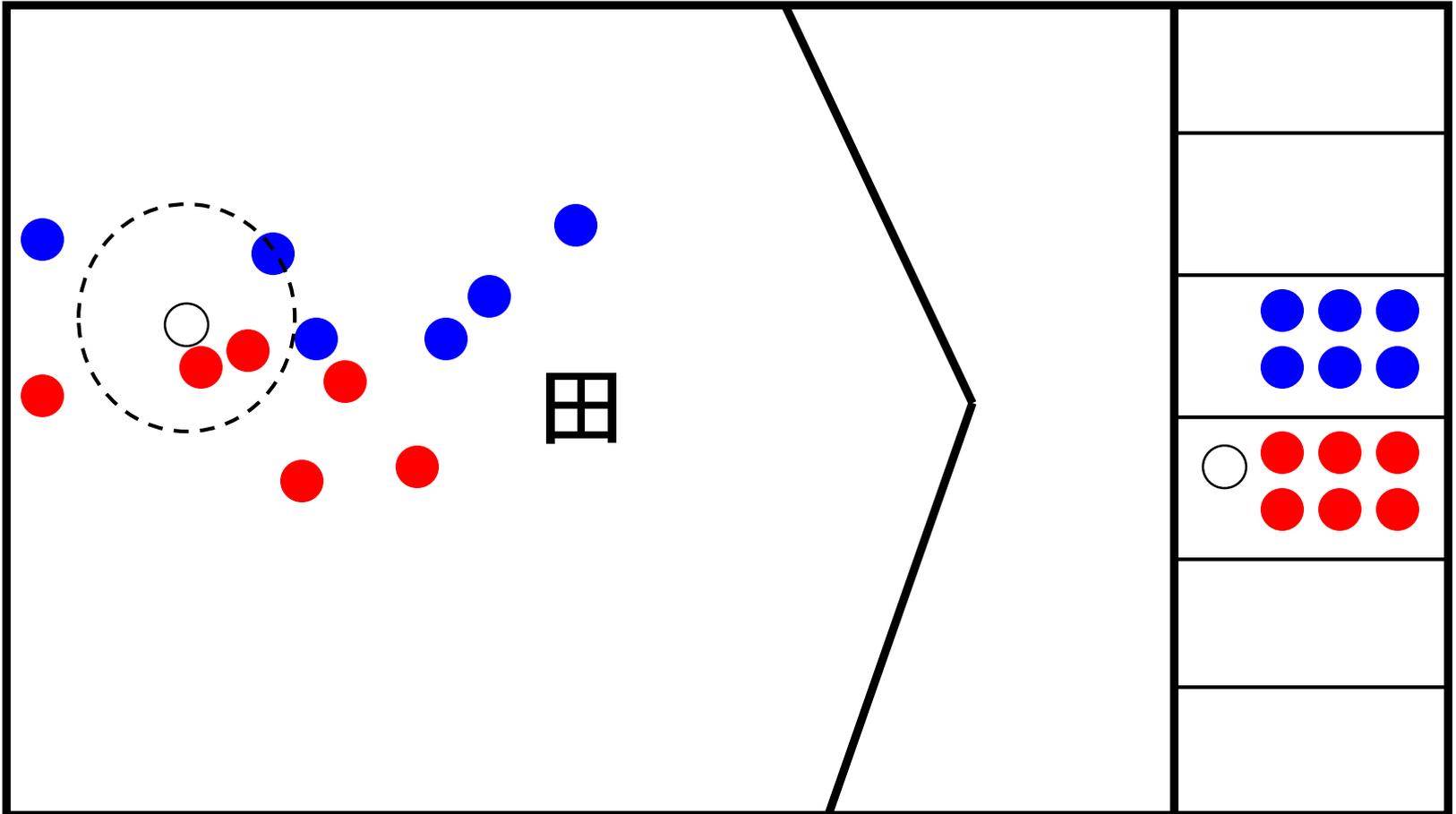
- 如果球員無法用手釋出球，可以使用頭杖、手杖、嘴杖

投擲準備步驟提示

1. 移動椅子與目標球**成一直線**
2. 將椅子保持**在投擲區內**
3. 將兩邊**煞車都鎖上**(輪椅)
4. **再次確認椅子的位置**
5. 將**背挺直**
6. **選擇適當**軟硬度的**球**
7. **將球搓圓**
8. 輕鬆地**將球握在手上**
9. **另一隻手抓握椅子**讓身體更穩定(如果需要的話)
10. 放鬆身體並且專注在順暢地**揮動手臂與放球**的動作上
11. **慢慢來不用急**，將專注力放在你所做的事情上
12. **注視投擲之後的結果**

規則簡介

2 : 0



地板滾球 BOCCIA 比賽計分表

個人賽

組別： _____

日期： 年 月 日

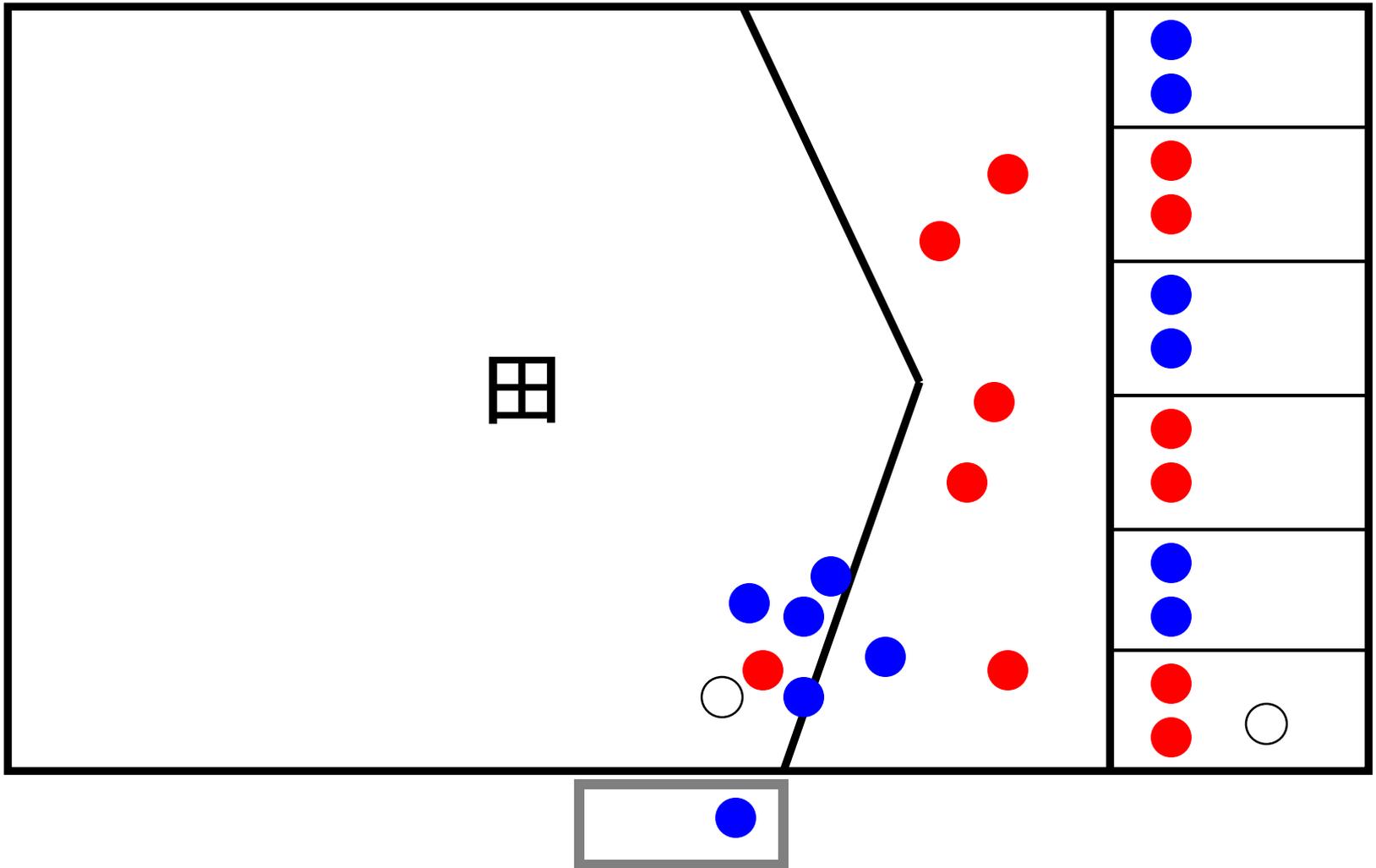
局數 隊別	1	2	3	4	5	6	總分
紅隊	2						
藍隊	0						

比賽結果簽證

紅隊： _____ 藍隊： _____ 裁判： _____

規則簡介

1 : 0



地板滾球 BOCCIA 比賽計分表

組別： **團體賽**

日期： 年 月 日

局數 隊別	1	2	3	4	5	6	總分
紅隊	1	2	0	0	2	1	6
藍隊	0	0	3	1	0	1	5

比賽結果簽證

紅隊： 藍隊： 裁判：

謝謝聆聽!!

因為有您的關心，

地板滾球將會繼續在這裏滾動下去!!

我們一起讓這些希望的球.....

完美落地