

# 市立教大附小好「棒」

臺北市立教育大學附設實驗國民小學

楊淑玲、陳怡顏、王家薇、李伊真、張玄宛

## 摘要

臺北市立教大附小特教班於民國 74 年成班，目前有一到六年級共六班，100 學年度學生共有 48 位，學生以中重度障礙學生為主。障礙類別以自閉症和智能障礙學生佔大宗。面對學生的障礙狀況，市立教大附小特教班的老師積極營造特色課程。民國 93 年特教班老師開始在課程中指導學生學習樂樂棒球，為了幫學生創造一個表現的舞台，民國 95 開始和三國小進行校際交流，之間也曾和景美國小切磋球技。為了瞭解市立教大附小特教班學生的實力如何，民國 100 年 5 月參加「建國 100 年白花油盃樂樂棒球比賽」，獲得分組冠軍；同年獲邀參加 100 年全國樂樂棒球錦標賽，後來以 1 分敗給雙園國小，獲得特教組亞軍。在整個進行樂樂棒球課程和比賽訓練過程中，老師們透過經驗傳承，對樂樂棒球比賽更有概念；而學生們在混齡的訓練經驗中，學弟妹們從學長姐身上學習樂樂棒球的技巧和實戰觀摩，達到薪火相傳的功效。目前樂樂棒球訓練仍持續中，期望在下一場比賽中再嚐勝利果實。

-----  
關鍵詞：樂樂棒球、特教班

## 壹、緣起

### 一、臺北市立教大附小特教班

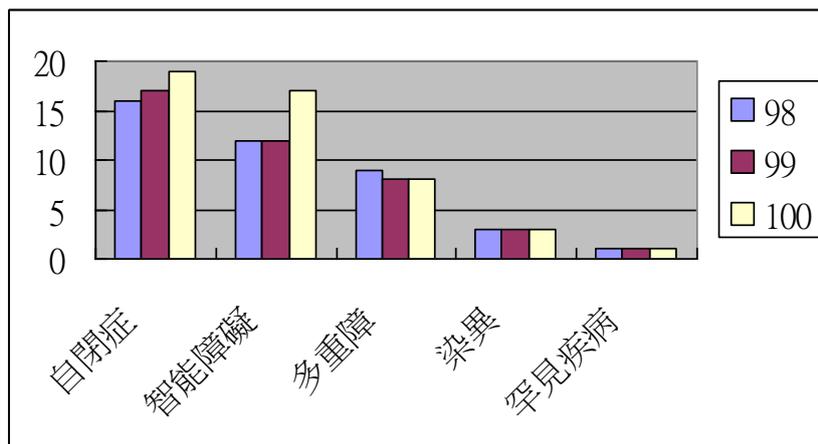
臺北市立教大附小的特教班於民國 74 年成班，當時一班是特教班，一班是當時唯一的情障班。由於時代不斷演進，特教法的施行，以及對於身心障礙學生教育安置看法的改變，後來便將兩類的班級全部改成不分類的集中式特教班。目前臺北市立教大附小特教班共有六班，依學生年紀編成一到六個年級。由於融合教育觀念盛行，以及家長對於子弟期許提高，因此家長較偏向將身心障礙的孩子安置於普通班就讀，所以會到特教班就讀的學生，他們在認知學習以及生活適應上都有比較特殊的需求，因此無法全時制就讀普通班。

市立教大附小特教班的學生，障礙類別約分成五種，障礙程度多半都是中重度以上的學生，學生障礙的程度也意味著教師教學挑戰性的難易，以下將近三年就讀市立教大附小特教班學生的障礙類別人數整理如下表：

98、99 暨 100 學年特教班學生障礙類別人數統計表

類別	98 學年	99 學年	100 學年
智能障礙	12	12	17
自閉症	16	17	19
多重障	9	8	8
染異	3	3	3
罕見疾病	1	1	1
總人數	41	41	48

轉換成統計圖表更能看出教大附小特教班學生障礙類別的特色：



由圖表可知市立教大附小特教班的學生類別以自閉症和智能障礙為大宗。近三年就讀市立教大附小特教班學生的障礙程度人數如下表：

98、99 暨 100 學年特教班學生障礙程度人數統計表

	98 學年	99 學年	100 學年
輕度	4	3	6
中度	13	14	22
重度	19	19	14
極重度	5	5	6
總人數	41	41	48

透過統計表可以瞭解，在 98、99 學年度重度及重度以上的學生占總人數的一半，到 100 學年因為新生人數較多，而且多為中度的學生，所以在 100 學年度頭一次重度及重度以上的學生沒有占總人數一半。

由以上的統計表可以瞭解到，市立教大附小特教班學生的障礙類別中，以自閉症和智能障礙兩類為大宗；而且學生的程度以重度及重度以上的學生為多。智能障礙的學生除了在智能學習上較緩慢外，整個身體的動作協調性也不佳，例如走路、跳躍等大肌肉動作活動有質的缺損。自閉症學生在社會互動和溝通上有質的障礙，而且在行為、興趣、及活動的模式有侷限的、重複的、刻板的形式。

## 二、特教班教學的困境

由於市立教大附小特教班學生的障礙類別，以自閉症和智能障礙兩類為大

宗；而且學生的程度以重度及重度以上的學生為多，加上學生數是額滿的狀況，特教班教師的負擔非常大。雖然面對學生與一般兒童不同狀況的特性，例如認知學習能力較弱、溝通有障礙、興趣較侷限以及動作協調不佳，市立教大附小特教班的教師團隊仍然積極設計適合學生學習及發揮潛能的課程。目前除了依照領域設計課程外，也積極發展各種特色課程，例如主題課程、打擊樂、愛心犬活動和樂樂棒球。

對於身心障礙學生而言，體育課程的目標多半是增強學生的肌肉強度和耐力，或是學會某種動作的技能，例如丟接球、跑步或是肌力耐力增強等，比較缺乏一個體育活動的完整映像。民國93年特教班老師們在課程討論中，覺得學生應該要學會一項體育活動，以建立將來在生活中可以從事的體育活動。當時樂樂棒球在普通班的健康與體育課程中開始盛行，它最大的特色是將球固定在站立式的球座上，讓每位打擊者皆能擊到球，除了享受擊球的樂趣外，另有傳接球的防禦活動，讓每一位學童皆有其角色，樂樂棒球讓學生有高比例的身體活動時間，是一種樂趣化的體育課程（鄭麗媛、黃松元、陳政友、鍾榮祥，2008）。相對於會騰空的棒球而言，樂樂棒球的模式對於身心障礙學生是友善的，所以特教班老師決定在高年級學生的休閒領域體育課程中，開始指導學生打樂樂棒球，於是樂樂棒球成為市立教大附小特教班體育課程之一。

## 貳、面對困境

在進行樂樂棒球課程中，市立教大附小特教班學生和老師因著面對困難著手解決，也因此而更加成長，以下為市立教大附小面對困境的流程圖：



## 一、校際交流

樂樂棒球成為市立教大附小特教班體育課程以後，高年級的學生固定於每週一下午學習樂樂棒球，低年級的學生固定於每週二下午學習樂樂棒球。特教班老師們為了準備課程，除了觀看樂樂棒球的影片和書籍外，也請教學校的體育老師，以瞭解樂樂棒球的規則和主要技能。當學生們透過學習學會跑壘、丟接球和打擊的技能後，老師們發現學生對於樂樂棒球賽的全貌並不清楚，而且學生能力個別差異很大，例如腦性麻痺重度的學生，他可能知道要用球棒把球打出去，但

是他無法握住球棒，需要老師完全肢體協助他才能完成打擊動作；而智能障礙中度的學生，聽到老師哨聲後，就能自己完成打擊和上壘的動作。面對這樣的問題，老師們討論後決定要找一個學校做交流，於是聯絡一樣有六個特教班的三民國小，也得到對方的善意回應，於是展開兩校的校際交流。後來因為校長的更迭以及景美國小也想和我們交流，校際交流的學校共有兩所，到99學年度校際交流活動共舉辦了5次。統計表如下：

校際交流統計表

學年度	95	96	97	98	99
主辦學校	市立教大附小	三民國小	市立教大附小	市立教大附小	三民國小
參與學校	三民國小	市立教大附小	景美國小	景美國小	市立教大附小
結果	市立教大附小獲勝	市立教大附小獲勝	市立教大附小獲勝	市立教大附小獲勝	平手

校際交流的活動內容考慮到學生個別差異，設計的比賽是依學生最大潛能去發揮，共分成四種比賽，比賽名稱如下：

名稱	內容
跑壘王	跑壘傳接球
金投手	將球投中分數圈
打擊王	將球打擊出去，越遠越好
樂樂棒球團體競賽	共打三局，每局分成兩半場，每半場打擊者 10 人

透過校際交流活動，我們對於自己的實力信心大增，剛好在和三民國小校際交流後，教育局和百花油公司合作，於民國 100 年 5 月舉辦「建國 100 年百花油盃樂樂棒球比賽」，市立教大附小當仁不讓立刻報名。

## 二、百花油盃樂樂棒球比賽

百花油盃樂樂棒球的比賽規則和我們校際交流制定的比賽規則不同，它只有團體競賽，而且只要打擊出去，跑到一壘前沒有被接殺就能得一分。因為規則不同，所以必須跟學生重新解釋比賽的方法，整個特色課程的設計也必須改變。

白花油盃的比賽分成普通班及特教班組。我們這組的對手學校有文林國小和雙蓮國小，市立教大附小展現實力，和兩所學校比賽都以懸殊的分數獲勝，在該組獲得冠軍，部分選手也因為優異表現獲得裁判的青睞。

### 三、全國樂樂棒球錦標賽

同一年全國樂樂棒球錦標賽增加特教組，邀請在白花油盃中分組獲得冠軍的學校一同參加。由於市立教大附小在白花油盃分組賽程中獲得冠軍，所以也受到邀請。面對這樣的挑戰，特教團隊的教師著實討論了好久，因為隔了一個學年，部分選手學生畢業，而且有一部分的老師也調動了，未來的狀況我們是否還能保持優勢？最後教師團隊們決定接受這個挑戰，因為機會來了要好好把握，我們也可以藉此機會知道本身在菁英中的實力。

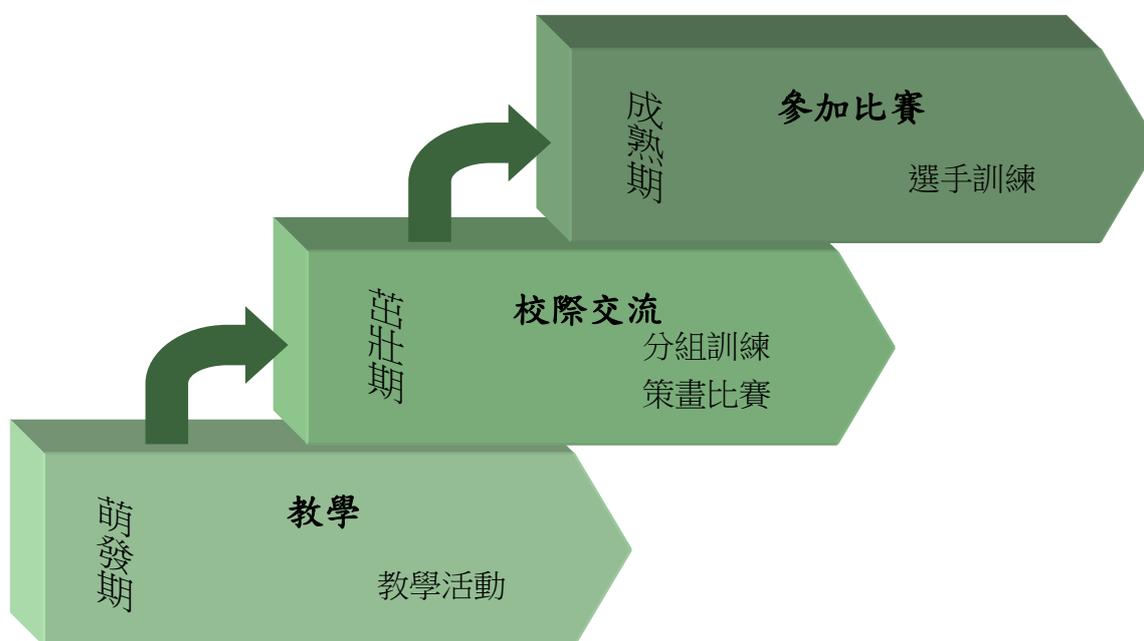
比賽於 100 年 11 月舉行，本次參賽的學校有六所，分成兩組比賽，兩組中獲勝的學校再進行冠亞軍賽。我們那一組的學校有西園國小和萬大國小，都是非常可敬的對手，讓我們瞭解到分組冠軍學校的實力果然不容小覷。最後我們以些微的差距贏了西園國小，所以進入了冠亞軍賽。冠亞軍賽對手學校是雙園國小，實力果然非常堅強，我們打到平手，最後在延長賽中以 1 分飲恨。老師們難掩失望，有輸贏感覺的學生也表現出難過的樣子，不過裁判對本校的選手都豎起大拇指稱讚。

### 四、再次接受挑戰

經過一個學期的沉澱，老師們繼續在例行課程中進行樂樂棒球的課程，但是沒有做選手訓練，當老師們獲知下學期一樣會再舉辦白花油盃樂樂棒球比賽，又開始討論選手的選擇，以及分組教學內容的設計。目前市立教大附小特教班樂樂棒球選手們又開始每週一次的選手訓練，為了冠軍的夢想，不管烈日還是下雨，都持續練習，沒有停下來休息。

## 參、勇往直前

瞭解了市立教大附小面對困境的歷程後，其實甜美的果實是建立在辛苦的耕耘下，以下介紹市立教大附小課程、校際交流和選手訓練的過程。架構圖如下：



### 一、萌發期

不管是否有比賽，樂樂棒球的課程在高年級和低年級的休閒教育課程中都持續進行，以下為教學課程的內容：

技能	活動內容	學習目標	備註
跑壘	1.一人獨自從本壘跑向一壘，然後依序從一壘、二壘到三壘然後回到本壘。 2.四位學生分別站在四個壘包，聽到哨音後，依序跑向下一個壘包。	1.能自己跑向正確的壘包	無法獨自完成學習技能的學生，由老師或教師助理員給予口頭提示或肢體協助
丟接球	1.接住或撿起老師丟給的樂樂棒球。 2.單手將球丟給目標人物。	1.知道要接球並且積極接住球 2.能單手將球丟出有一公尺遠	丟球遠近依學生能力不同而做調整。腦性麻痺學生使用小皮球練習
打擊	1.用球棒將球座上的球打出去 2.打擊後跑向一壘壘包	1.能用球棒將球打擊出去達一公尺遠 2.打擊出去後會自己跑向一壘壘包	無法獨自完成學習技能的學生，由老師或教師助理員給予口頭提示或肢體協助

由於學生能力有很大的個別差異，在課程進行中老師會調整教學內容以及學習目標，以利讓每位學生都能參與課程活動。其實在整個教學活動中，隨著萌發期、茁壯期到成熟期，教學內容也會隨著做修改，以期透過實際經驗將教學修正到最好的狀態。

## 二、茁壯期

### (一)、比賽規則與練習

茁壯時期是在進行校際交流，校際交流的比賽有四種，目的是讓學生能依其強項的技能進行比賽，在比賽中得到自我的肯定。比賽的名稱及比賽規則如下表：

名稱	比賽規則	照片
跑壘王	<p>1.比賽方式：將附有粘巴球板貼在小朋友胸前球衣上，粘巴球板上有一顆貼有魔鬼氈棒球，當作接力賽的棒子，跑到壘包時，小朋友將自己身上貼有魔鬼氈的棒球傳給下一個小朋友(貼在下一個小朋友球衣上的粘巴球板上)，跑壘順序為本壘&gt;一壘&gt;二壘&gt;三壘&gt;本壘。或用傳帽子替代。</p> <p>2.使用技能：跑步、抓握、取下。及黏貼貼有魔鬼氈的棒球/戴帽子。</p> <p>3.計分方式：4個小朋友一隊，每場比賽兩隊同時進行，計時時間最短的隊伍即獲勝(分組競賽取優勝)，每一個壘包間的距離為11公尺(跟樂樂棒球比賽場地壘距相同)</p> <p>4.注意事項：跑壘王輪椅者可有人協助推，但請速度放慢。</p>	 
金投手	<p>1.比賽方式：各派出10位小朋友，進行投球比賽，每位小朋友可投3球，板子與投球區距離2公尺，分兩組同時進行。</p> <p>2.使用技能：將附有魔鬼氈的塑膠球丟向正前方的由天鵝絨製作而成的板子。</p> <p>3.計分方式：投擲小白板，黏上板子才計分，球丟出去後黏在板子上，白板上共有四個框框，由外而內分數分別為1分、2分、3分、5分，球沒黏在板子上也沒丟超過板子得0分。</p>	

<p>打擊王</p>	<p>1.比賽方式：各派出 10 位小朋友，進行打擊比賽，每位小朋友可打 3 球，棒球球座高度可自由調整分兩組同時進行。</p> <p>2.使用技能：手握樂樂棒球球棒，揮擊在樂樂棒球球座上的球。</p> <p>3.計分方式：打擊王打到球座但球落在分數區亦算分,若球未落在分數區零分，揮空棒不算一球,可重揮棒，球打出去後在 <u>1 公尺內落地得 1 分、1 公尺~2 公尺之間落地得 2 分、2 公尺~3 公尺之間落地得 3 分，3 公尺線外落地得 4 分。</u></p>	
<p>樂樂棒球團體競賽</p>	<p>(一) 規則</p> <p>1.每隊球員至少 10 名，至多 16 名（含候補球員），每局 10 人上場比賽。</p> <p>2.比賽 3 局，分第一局、第二局，第三局每局兩半場，每局分上下局，每場不管得分皆須打完全部局數。</p> <p>3.出局數：每局打擊者 10 人， 10 名打者打擊完一輪即換邊攻擊。</p> <p>(二) 攻擊</p> <p>1.每人揮棒 3 次（含空棒、界外球），若 3 次皆未正確擊球則以出局論。</p> <p>2.球擊出後，不管距離只要在界內皆算成功揮擊，如界外則計揮棒 1 次。</p> <p>3.上壘者不可盜壘、滑壘，打擊者將球擊出後才可起跑，每次僅能跑一個壘包。</p> <p>4.跑壘進行中,若球比跑壘者快到達壘包,則該名跑壘者以出局論。</p> <p>5.跑壘員踩在黃色壘板上。</p> <p>(三) 防守</p> <p>1.共 10 個防守位置，每局防守者 10 名(本壘、一壘、二壘、三壘、二三壘間游擊手、一二壘間游擊手、投手板、中外野手、左外野手、右外野手)。</p> <p>2.投手不必投球,直接站在投手板上防守接球（投手也須下場打擊）。</p> <p>3.不可觸殺,守備員一律以踩壘封殺出局。</p> <p>4.高飛球若遭守備員接殺,判打擊者出局,所有跑壘員退回原來壘包上。</p> <p>5.防守員站在白色壘板上。</p>	 

	<p>(四) 勝負</p> <p>1.打完 3 局、得分多的隊伍為獲勝。</p> <p>2.獲勝隊伍頒發優勝獎盃一座(大)及團體獎品一份、另一隊則頒發表現亞軍獎盃一座(小)及團體獎品一份。</p>	
--	--	--

經過 5 次的校際交流，其實在規則上沒有做大幅的修正，一切以學生的能力表現為最大導向。因為是分組比賽，所以除了固定教學的時間外，接近比賽前兩個月的週五早上一、二節課，會再做分組的練習，根據比賽規則，訓練學生達到分組比賽規則的目標。

## (二)、策畫比賽

在校際交流中，老師們除了在課堂中訓練學生以外，更要規劃整個比賽以及進行比賽，例如比賽規則的訂定、場地的規劃使用、人員的調度、比賽的流程、餐點飲水的訂購、錦旗獎狀的製作以及和參與學校的聯繫，都要由特教團隊的老師們在非課堂時間中開會討論並且互相幫忙完成。由於比賽進行中需要大量人力支援，所以邀請臺北市立教育大學特教系的學生們幫忙，學校家長會也熱心提供愛心媽媽服務現場，人員調度及工作分配，請參考附件一。以下整理與三民國小和景美國小比賽的活動剪影

### 99 學年度與三民國小交流



方校長與三民校長以球會友



市立教大附小和三民國小都是第一名



打擊王揮棒成功



金投手投中目標



跑壘王奮力邁開腳步往前走



打擊出去趕快衝刺

### 98 學年度與景美國小交流



方校長與景美校長以球會友



市立教大附小和景美國小都好棒



打擊王揮棒出去



金投手對準目標丟出去



跑壘王向前衝



緊張時刻打擊出去

每次的校際交流都花費很多的人力、時間與金錢，為什麼市立教大附小特教班的教師們還是堅持要舉辦呢？那是因為老師們想給學生一個表現的舞台，如果老師沒有積極幫特教班學生營造一個表現舞台，其實他們完全沒有展現自我的機會。所以即使練習、籌畫和進行比賽的過程非常辛苦，但是看到學生們賣力的表現，老師們也都覺得很值得。

### 三、成熟期

#### (一)、白花油盃樂樂棒球賽

民國 100 年 5 月台北市教育局和白花油公司合辦「建國 100 年白花油盃樂樂棒球賽」，分成普通班組和特教班組。為了瞭解本身實力以及擴展學生表現的舞台，市立教大附小當仁不讓立刻報名。

白花油盃樂樂棒球比賽只有團體競賽，而且比賽規則與校際交流的團體競賽

不同，所以接下來教學和選手訓練的內容就會做修正。修正如下

	校際交流團體競賽	白花油盃樂樂棒球賽
規則	上壘者，必須跑完一、二、三壘，回到本壘才算得 1 分。	打擊出去，跑到一壘沒有被接殺就算得 1 分。
教學	打擊出去後先跑向一壘，接下來看下位打者的狀況，再奔向下一壘。	打擊出去後只要跑到一壘。
訓練	1. 打擊出去後先跑向一壘，接下來看下位打者的狀況，再奔向下一壘。 2. 原則上都先接殺上一壘的打者，但是對方要得分時，則先傳回本壘阻止得分。	1. 打擊出去要努力跑向一壘。 2. 所有接到球的人都要先傳向一壘，接殺以阻止對手得分。

在比賽前二個月開始訓練選手，除了一般課程時間外，選手們在每週五早上一、二節還要再做團體訓練。

訓練項目如下：

項目	內容	照片
跑操場	跑操場兩圈，走一圈	
做操	暖身、肌耐力和柔軟度	
扭身拍打	兩人一組扭身往後拍	

丟接球	兩人一組，練習丟球和接球的技巧	
基本打擊	練習揮棒打擊兼撿球	

接近比賽前一個月開始做競賽訓練，除了平常的做操、扭身拍打外，訓練項目改為跑壘、打擊和防守。因為比賽場地的台北田徑場是草地，教練團隊老師們還特別把隊伍帶到市立教育大學的操場上練習，希望學生能早點適應在草地上跑步的感覺。訓練狀況如下：

項目	內容	照片
跑壘	聽到哨音努力往一壘跑	
打擊	打擊後跑向一壘	
防守	撿球、踩壘、丟出去	

五月的天氣已經非常炎熱了，師生們在藍天綠地以及烈日下揮汗練習，常常

引來教育大學學生的觀看。努力總算是有收穫的，我們在 100 年白花油盃樂樂棒球賽榮獲分組冠軍。以下為市立教大附小參加白花油盃樂樂棒球的剪影。

### 100 年白花油盃樂樂棒球比賽



熱鬧的比賽現場



拉筋做操，適應環境



整隊集合，精神講話



聚精會神，參與比賽



以球會友，握手致意



讓人垂涎的獎盃



拿到冠軍好開心

## (二)、全國樂樂棒球錦標賽

同一年全國樂樂棒球錦標賽增加特教組，邀請在白花油盃中分組獲得冠軍的學校一同參加。由於市立教大附小在白花油盃分組賽程中獲得冠軍，所以也受到邀請。因為比賽隔了一個學年，部分選手學生畢業，而且有一部分的老師也調動了，所以必須再從一二年級的學生中選出選手，而且教練團老師和啦啦隊老師也有變動。當老師們接受挑戰後，選手們的訓練又開始展開。因為選手中有一年級的學生，而他們根本沒有接觸過樂樂棒球，所以不管是從認知或是技能方面來看，他們都必須從最基本技能開始學習。所有的訓練過程和項目都和參加白花油盃樂樂棒球一樣，只是一年級的小選手常常會搞不清狀況，例如打擊出去就愣住了，不知道要跑向一壘，不過為了將來仍能持續參加比賽，提早訓練小選手是必須的。

比賽於 100 年 11 月舉行，選手們的家長和行政都很支持，河濱公園的草地也比台北田徑場的場地顯得柔和，大家的心情在緊張中帶點郊遊的氣氛。本次參賽的學校有六所，分成兩組比賽，兩組中獲勝的學校再進行冠亞軍賽。白花油盃分組冠軍學校的實力果然不容小覷，都是非常可敬的對手，最後我們以些微的差距贏了西園國小，順利進入了冠亞軍賽。冠亞軍賽對手學校是雙園國小，實力果然非常堅強，我們打到平手，最後在延長賽中以 1 分飲恨。雖然老師們覺得很遺憾，有輸贏感覺的學生也表現出沮喪，但是我們真的表現可圈可點，裁判都為我

們的小選手稱讚不已。以下為市立教大附小參加全國樂樂棒球錦標賽的剪影。

### 100 年全國盃樂樂棒球錦標賽



聲勢浩大的選手群與教師



方校長精神講話



拉筋做操，提振精神



跑壘練習，進入情境



奮力打擊出去



奔馳踩壘得分



雖敗猶榮，歡喜收割



市立教大附小好棒

## 肆、歡喜收穫

### 一、榮耀的獎盃

從 95 學年度開始校際交流，市立教大附小就一路得獎，得獎統計如下表：

95 學年	96 學年	97 學年	98 學年	99 學年	99 學年	100 學年
校際交流	校際交流	校際交流	校際交流	校際交流	白花油盃 樂樂棒球	全過樂樂 棒球錦標
冠軍	冠軍	冠軍	冠軍	冠軍	冠軍	亞軍

雖然拿獎不是學習的最終目標，但卻是鼓勵學生最好的成果。

### 二、學生學習成果

參加白花油盃比賽以後，市立教大附小的學生在準備比賽的兩個月中，在週五的綜合活動課時，會將學生依能力分成選手組和啦啦隊組分開練習。選手的學生們是要參加比賽的，所以必須要有聽懂指令自己完成動作的能力。需要較多協助的學生們，在啦啦隊教師群分工合作中也一步一步學習樂樂棒球的基本技巧。100 學年度選手組的學生共有 21 位，成員的障礙類別就是市立教大附小特教班的全部類別，所以不管學生是甚麼樣的障礙，只要他有能力，我們就讓他盡情展現潛力。以下的學習狀況檢核表，呈現 21 位選手學生學習成果的百分比

選手組 樂樂棒球學習成果檢核表

	學習目標	優良	普通	須協助
認知	1.認識樂樂棒球的用具名稱	100%	0	
	2.認識樂樂棒球打擊規則	90%	10%	
	3.認識樂樂棒球跑壘規則	86%	14%	
	4.知道即將參加比賽	61%	19%	

技能	1.能用球棒將球打擊出去達 2 公尺遠	95%	5%	
	2.打擊出去後會自己快步跑向一壘壘包	81%	19%	
	3.知道要接球並且積極接住球	62%	33%	5%
	4.能單手將球丟出有 3 公尺遠	71%	29%	
情意	1.練習時表現出有興趣	76%	24%	
	2.練習時展現出積極性	62%	38%	
	3.練習時表現出參與度	62%	38%	
	4.觀賽時會積極幫隊員加油	71%	29%	

### 三、學生的想法

市立教大附小從事樂樂棒球比賽已有六年，所以六年級的學生是從一進教大附小就開始學習樂樂棒球，經過六次的比賽，他們也分別從觀賽球員、次要守備到目前主要球員的位置，新生們也從觀賽中慢慢認識樂樂棒球比賽，球員彼此之間感情較深，新生在校園中遇到高年級的學長姐，都能叫得出名字。以下是訪談幾位有口語表達的學生，說出他們對樂樂棒球的看法。

問題 1：你喜歡樂樂棒球嗎？

問題 2：為什麼喜歡樂樂棒球？

問題 3：比賽時你希望得？

六年級楊生：我不是很喜歡打樂棒，我比較喜歡打籃球，可是和大家一起比賽的時候很有趣，我也希望能得冠軍。

五年級俞生：我喜歡樂樂棒球，我很會打，也很會接球，我希望得第一名。

五年級吳生：我喜歡打樂樂棒球，因為我很會打樂樂棒球，我得要第一名。

四年級陳生：我喜歡樂樂棒球，我很會打樂樂棒球，我希望拿第一名。

三年級楊生：我喜歡樂樂棒球，我很會跑步，也很會打球，我希望得分。

一年級胡生：我喜歡打樂樂棒球，因為我很會打，很厲害，所以我喜歡樂樂棒球。

學生的想法很天真，他們覺得自己很強，而且也會自我期許。雖然不是很會用口語表達更多的想法，但是一致都表示想拿第一名，表示經過多次的比賽，榮譽感已經深植在他們心中了。

## 伍、省思與展望

### 一、省思

從校際交流到現在參加白花油盃比賽及全國盃錦標賽之間，其實特教班教師不斷在更動，到 100 學年度時，新任教師占了一半，而且教大附小特教班的老師都是女生。要維持打樂樂棒球賽的傳統，如果不是資深教師的堅持，讓新任教師也一起在做中學習樂樂棒球賽，這個傳統其實很難維持下去。經由這一年訓練學生的經驗，老師們有很深的感觸。

#### 教練團老師：

陳怡顏老師：選手們經過一學期的練習，對於比賽的概念和技巧都有進步，但是練習的時間不夠多，所以在丟接球方面不是很穩定，但是在打擊方面確實進步很多。學弟妹們經由這次的練習對於比賽比較有概念，但是和學長姐比較起來，在經驗和技巧上還是需要磨練。很想把練習的時間增加，所以需要在中年級課程中成立固定的課程。

楊淑玲老師：選手們經過一整個學年的練習，對於樂樂棒球比賽比較有概念，知道把球打出去後就要丟棒開始跑向一壘，不像之前球打出去了還不知道要跑。練習的過程很辛苦，大太陽底下要練習跑壘、防守和打擊，我們在一旁指導都覺得累，何況是身體都不太強壯的學生們。但是學生們知道要比賽都覺得必須努力學習，比起剛開始練習時，光跑一圈操場就氣喘吁吁相比，進步非常多。因為高年級的學生要畢業了，所以我們要積極培養接班的選手。

陳盈如老師：這個活動可以消耗學生精力，而且高年級學生和普通班融合班級會有共同話題，學生因為已經練習很多年，所以對比賽規則更加清楚，而且學生練習到最後都會有反射性的動作，知道球落點在哪裡是自己要負責接住的球，真的進步很多。老師們也可以趁機鍛鍊自己的體力。

#### 啦啦隊組老師

蘇品后老師：因為目標是放在練習低目標的樂樂棒，學生們從跑壘、丟接球及打

擊一步一步練習，他們在技能上有進步，只是不能自己完成連續動作，需要較多提示和協助，目前大部分學生對於樂樂棒球是有概念的。因為啦啦隊組學生需要較多協助，所以需要較大量的人力支援。而且本組小朋友比較不會去看同伴打擊的狀況，大部分的學生沒有口語能力，所以在加油的時候，大部分的學生都沒有辦法大聲喊加油。

王家薇老師：以往啦啦隊學生都是練習加油口號，但是本組學生大部分都沒有口語，所以練音樂活動很是困難。今年採分工合作的方式讓老師們指導學生練習樂樂棒球，學生每樣技能都練得到。剛開始時學生都沒有反應，光是聽指令都需要協助，直到練習打擊後，學生開始有好的表現，可能打擊比較有回饋，開始進行團體賽後，學生們的協助也減少了。本組學生在技巧上還是需要較多協助，而且部分學生情緒較不穩，而且少數腦性麻痺學生肢體動作需要完全協助，所以這些小朋友在目標上會放在參與上，能力較好的學生老師會減少協助讓他們能更獨立完成活動。所以我覺得在樂樂棒球練習上還是需要分組，這些啦啦隊組的學生透過慢慢的練習，也展現出樂樂棒球的技能，讓家長不會覺得自己的子弟沒有受到重視或是減少學習的機會。

從老師們的想法中可以瞭解，教師們對樂樂棒球的訓練都有正面的評價，不管障礙類別和嚴重程度，身心障礙的學生都能從樂樂棒球中學到運動的技巧，對於將樂樂棒球活動成為正式課程之一，教師們也有同樣的共識。

## 二、展望

### （一）、永續經營

在校際交流期間，老師們為了製造一個讓學生表現的舞台，除了教學和訓練學生外，還要負擔策畫和執行，壓力非常大。感謝教育局和百花油公司舉辦百花油盃樂樂棒球賽，也感謝樂樂棒球協會在舉辦全國錦標賽時，有注意到特教班學生的需求，提供了特教班學生在樂樂棒球舞台上一個展現自我的機會。而且老師們也可以回到單純教學和訓練的活動中，不用再承擔過多的工作壓力，所以希望百花油盃樂樂棒球比賽及全國樂樂棒球錦標賽特教組的活動能永續經營。

## （二）、經驗傳承

樂樂棒球的技能主要分成打擊、跑壘和傳接球，如何能把課程教好以及如何帶好一個球隊，確實有很多值得學習的經驗傳承。本次市立教大附小選手團的教練就是特教班最資深的陳老師，團隊中也有剛任教一二年的新任教師，透過團體教學和訓練，新任教師可以觀摩資深教師如何規劃課程，也能學習到資深教師熱情用心的態度，希望這樣的經驗傳承，能讓特教班的教師們不管資深或新任，都對樂樂棒球課程有共同的凝聚力。

## （三）、薪火相傳

身心障礙學生雖然在認知、溝通、情緒、肢體協調上與普通的學生有差別，但是透過密集的練習和適性的修改遊戲規則，他們還是可以學會一項體育運動。市立教大附小特教班依年紀分成一到六年級。高年級的學生們在樂樂棒球上經驗豐富，但是轉眼就要畢業升學，所以在選手組中要不斷加入新人，讓低年級的學生早一點觀摩到學長姐比賽的實況，能增加新人們對比賽的概念，而且和學長姐一起練習，能讓低年級學生有模仿崇拜的偶像。透過低中高年級學生一起混齡練習，可以達到薪火相傳的功效。

## （四）、人力支援

校際交流的活動需要用到非常多的人力，其實比賽的訓練過程和出門參加比賽也是需要相當多的人力支援。市立教大附小特教班甚幸有市立教育大學特教系集中實習的學生以及義工的學生幫助，加上特教班家長會也成立愛心媽媽團，入班協助老師進行課程，所以在進行大型活動時有較多的人力可以運用，否則只靠12位老師和三位教師助理員，根本無法完成大型比賽的活動。希望這樣的人力支援能持續下去，讓教大附小特教班樂樂棒球的訓練能維持精緻的學習品質。

## 陸、結語

101年白花油盃樂樂棒球比賽即將展開，市立教大附小選手組的師生們目前每週進行兩次特訓，不管烈日下雨都持續練習，一切只為了在比賽日子到來之

時，能頭戴桂冠擁抱勝利的甜美果實。

## 參考資料

侯堂盛、任秀林、侯均穎（2009）。球類運動對智障者動作能力之研究。嘉大體育健康。休閒期刊，8（1），177-188。

鄭麗媛、邱文信、王譯慶（2011）。身體活動教學增進智能障礙學生運動能力之研究－以樂樂棒球為例。體育學報，44（2），261-274。

鄭麗媛、黃松元、陳政友、鍾榮祥（2008）。健康與體育融合式教學對智能障礙同儕態度之效果分析－以新竹市某國小為例。學校衛生，52，71-88。

## 附錄

### 附件一

#### 一、校際交流人員分配

##### (一) 工作分配：

時間	活動流程	工作內容	工作及負責人	其他
08:30   08:45	有朋自遠方來	1. 附小各班依序進入會場 (112 至 612) 2. 接待員迎賓-景美國小(戴花環)。 3. 大會操預備 4. 音控預備。 5. 攝影組預備。	1. 迎賓組： a. 川堂-毓馨、莉蓉 b. 4F---端儀、宜君 2. 主持人：慧雅 3. 大會操預備： 慧雅、逸之、思豪 4. 樓梯間引導、電梯協助：育頻、盈綦 5. 音控：與廷(全程負責) 6. 照相、攝影機架設： 倩婷(全程負責)	1. 特教組長率領迎賓隊伍列隊歡迎嘉賓。 2. 迎賓組借用對講機。 3. 掛迎賓花環 45 個。 4. 鐵椅 20 張、童軍椅、壓克力板 3 個。 5. 景美班級指示牌 4 支。
08:45   09:00	開幕式	1. 開幕、介紹嘉賓(長官致詞)。 2. 交換兩校錦旗及禮物。 3. 感謝贊助。 4. 大會操。	1. 開幕主持: 慧雅 2. 大會操：慧雅、逸之 3. 大會操旁白：思豪	1. 主持人開幕。 2. 介紹嘉賓及長官致詞。 3. 迎賓節目預備。

09:00   09:20	迎賓 節目表演	1.104 班表演迎賓節目。 2.來賓移駕至貴賓席。 3.兩校回休息區欣賞節目。 4.競賽金投手預備。	1.主持人：逸之(至跑壘王競賽) 2.迎賓節目：特教組暨葉綠薇老師率領 104 班全體同學表演 3.競賽預備 a.催場、檢錄：慧雅、毓馨 b.場佈(關主)：盈蓁、育頻 c.計分：莉蓉、宜君 4.競賽(一)領隊率選手至選手預備區。 <b>※附小金投手領隊：</b> 1.陳怡顏老師 2.王家薇老師 <b>※景美金投手領隊</b> 1.林明慧老師	1.節目結束，全體運動員退場，回休息 (助理員收花圈) 2.檢錄人員：點名、帶隊至選手休息區坐下。 3.關主：競賽器材場佈。 4.記分員:紀錄成績並繳交計分表到紀錄台。
09：20   09：25	休息時間 5 分鐘(茶水、如廁、競賽器材場佈、選手檢錄)			
09:25   09:45	競賽(一)金投手	1. 金投手競賽開始。 2. 打擊王競賽預備。	1.金投手競賽開始 a.關主：盈蓁、育頻 b.計分：莉蓉、宜君 2.打擊王預備 a.催場、檢錄：莉蓉、宜君 b.場佈(關主)：端儀、毓馨 3.競賽(二)領隊率選手至選手預備區。 <b>※ 附小打擊王領隊：</b> 1.劉雅鳳老師 2.張玄宛老師 <b>※景美打擊王領隊</b> 1.鄭雅容老師	1.啦啦隊長：王家薇老師(小鼓、加油棒) 2.所有競賽成績紀錄台登錄及獎狀、英雄榜撰寫：葉春香老師 3.球、天鵝絨板、音樂、圓地墊*4。
09：45   09：50	休息時間 5 分鐘(茶水、如廁、競賽器材場佈、選手檢錄)			
09:50   10:10	競賽(二)打擊王	1.打擊王競賽開始。 2.跑壘王競賽預備。	1.打擊王競賽開始 a.關主：端儀、毓馨 b.計分：盈蓁、育頻 2.跑壘王預備 a.催場、檢錄：盈蓁、育頻 b.場佈(關主)：宜君、莉蓉	1.球棒、球座、球、音樂、圓地墊*6。

			<p>3.競賽(三)領隊率選手至選手預備區</p> <p>※附小跑壘王領隊</p> <p>1.李伊真老師</p> <p>2.楊淑玲老師</p> <p>※景美跑壘王領隊</p> <p>1.洪琳琳老師</p>	
10:10 10:15	<p>休息時間 5 分鐘(茶水、如廁、競賽器材場佈、選手檢錄)</p>			
10:15   10:40	<p>競賽(三)跑壘王</p>	<p>1. 跑壘王競賽開始。</p> <p>2. 團體競賽預備。</p>	<p>1. 跑壘王競賽開始</p> <p>a.關主：莉蓉、宜君</p> <p>b.計分：慧雅、毓馨</p> <p>2. 團體競賽準備</p> <p>a.催場、檢錄：倩婷</p> <p>b.各壘指導員(場佈)：一壘指導(思豪)、二壘指導(育頻)、三壘指導(宜君)</p> <p>3.團體競賽領隊率選手至選手預備區</p> <p>※附小團體競賽領隊</p> <p>1.蔡欣男老師</p> <p>※景美團體競賽領隊</p> <p>1.黃瓊慧老師</p>	<p>1.壘包、球、魔鬼氈板、音樂</p>
10:40 10:50	<p>休息時間 10 分鐘(茶水、如廁、競賽器材場佈、選手檢錄)</p>			
10:50   11:40	<p>樂樂棒球團體競賽</p>	<p>1.團體競賽開始。</p> <p>2.核對競賽結果(準備獎品、獎狀)。</p>	<p>1.主持人：慧雅、逸之(至團體競賽結束)</p> <p>2.開球儀式：邀請雙方校長開球。(附小-投手、景美-打擊)</p> <p>3.兩校選手列隊握手敬禮。</p> <p>4.團體競賽開始(競賽開始音樂-太空戰士)</p> <p>a.計分人員：倩婷</p> <p>b.本壘指導：蔡欣男老師</p> <p>c.一壘指導：思豪</p> <p>d.二壘指導：育頻</p> <p>e.三壘指導：宜君</p> <p>f.主審裁判：高士國老師</p> <p>一壘審：周中揚老師</p> <p>二壘審：莉蓉</p> <p>三壘審：毓馨</p>	<p>1.器材：球棒、球座、球、壘包、音樂。</p>

			5.核對競賽結果競賽結果、頒獎順序：盈蓁	
11:40   12:00	閉幕式--頒獎	閉幕、頒獎、撤離選手預備區座位	1.主持人：逸之(至活動結束) 2.閉幕致詞：校長/主任。 3.頒獎：盈蓁、毓馨(遞獎狀、獎品)	獎狀、獎盃、獎品、音樂、圓地墊、頒獎台
12:00	珍重再見！	1.送客(迎賓組) 2.附小各班導師帶學生回教室教室餐)。 3.分配發送餐盒(景美所有師生)。 4.場地整理	1.迎賓組：毓馨、莉蓉、端儀、宜君 2.發放餐盒：毓馨、莉蓉、端儀、宜君 3.其他所有實習老師負責場地整理、歸還器材。	1.餐盒 42 份 2.主持人提醒所有附小師生鼓掌歡送景美國小學生。

(二) 分組工作及說明(含各組別、工作職責、負責人員、工作進度)

組別	組員分工	工作內容
活動組	1.總負責人：端儀	撰寫秩序冊、活動計劃、負責人員分配、進度規劃、活動計劃蒐集。
	2.主持人：慧雅、逸之	開幕、閉幕、大會操。
	3.音響：與廷	收集整理各項活動音樂。
文書組	1. 指示牌/名牌組：莉蓉、端儀	a.會場方向、廁所、服務台、記錄台、休息區、樓梯間(一層一張)、班級位置、大會操位置 b.選手名牌 3/16 完成。 c.貴賓席姓名(座位)標示。
	2.頒獎組：盈蓁、毓馨	準備頒獎事宜(盈蓁)、頒獎禮童(盈蓁、毓馨)
	3. 邀請卡/獎狀組：盈蓁、倩婷	製作獎狀、邀請卡(3/15 初稿、3/19 完成、3/23 發放)
	4. 海報組：宜君、育頻、逸之、毓馨	迎賓海報、活動流程海報*2(3/23 張貼)、會場場地圖*2、紅布條、團體競賽計分海報*1、英雄榜*1(3/15 完成)
總務組	迎賓組：端儀、宜君(活動中心) 毓馨、莉蓉(校門、川堂)	嘉賓接待、聯絡、發放餐盒、水。
	3.獎品組：毓馨	包裝獎品(3/19 完成)、搬運獎品(3/25) 特教組長：購買獎盃(一大一小)、獎品。
體育組	1.場地組：思豪	a.規劃活動會場之場地圖。 b.借用(活動中心、會議桌*2)事宜。 c.各項競賽位置規劃。
	2.器材組(各關關主) a.金投手：育頻、盈蓁	擺設各項競賽器具、搬運歸還器具。

	b.打擊王：端儀、毓馨 c.跑壘王：莉蓉、宜君 d.團體競賽：思豪、育頻、宜君	
	3.記分員 a.金投手：莉蓉、宜君 b.打擊王：育頻、盈綦 c.跑壘王：慧雅、毓馨 d.團體競賽：倩婷	各組競賽紀錄計分人員規劃。
	4.催場、檢錄人員 a.金投手：慧雅、毓馨 b.打擊王：莉蓉、宜君 c.跑壘王：育頻、盈綦 d.團體競賽：倩婷	催場、檢錄。
攝影組	照相攝影：倩婷	拍照、架設攝影機、照片統籌