

農工
嘉義縣 CHIAI COUNTY
科技大縣

有愛無礙

22 期

嘉義縣特教資訊

Special Education Information of Chiayi County



地址 嘉義縣民雄鄉興中村30號 Tel 05-2217484 Fax 2206208 網址 <http://spcedu.cyc.edu.tw/>
發行人 翁章梁 總策劃 李美華 執行策劃 李育珊 主編 黃彥鈞、蔡至旻 出版日期 114.1



嘉義縣 113 年度資賦優異學生獨立研究成果發表會

113 年度資優學生獨立研究發表會活動報導

東石國中
特師 陳奕宗

113 年資優學生獨立研究發表會

113 年度的獨立研究發表會於 6 月 1 日(六)辦理，商借永慶高中做為發表場地，本次活動參與師生共有 160 人。各校報到時間從 8 點半開始，這次製作了各校校名手拿板以便在拍照時可以認出各校位置，也感謝特教資源中心協助製作可愛的手拿板。

開幕式邀請了祥和國小及東石國中學生進行音樂演出，為活動增添了美好氣息。本次開幕式很榮幸有嘉義縣翁縣長蒞臨，縣長非常重視學生的各項活動與競賽，並在開幕式鼓勵所有學生努力探索這世界。在開幕式後本校學生有機會向縣長報告他們的研究內容，學生雖然有點緊張但仍用心向縣長分享他們的研究心路歷程，縣長也提出問題與指導，讓在場學生收穫良多。也感謝嘉義縣政府教育處顏廷育副處長、學特科李育珊科長，以及特教資源中心主任與老師們的指導，讓活動能順利進行。

本次發表會分為國小組與國中組，報名非常踴躍，國小有 17 校參與(梅北國小、義竹國小、福樂國小、安東國小、梅山國小、新港國小、柴林國小、興中國小、朴子國小、光榮

國小、竹崎國小、大崎國小、南新國小、水上國小、祥和國小、民雄國小及三興國小)，國中有 7 校參與(東石國中、朴子國中、大林國中、新港國中、竹崎高中、民雄國中及永慶高中)。

發表方式有現場口頭發表或事先錄好影片並在現場播影片發表，有些發表學生無法現場報告，但事先錄好的影片是很有品質及經過設計的，看到每個人無不使出渾身解數地分享研究的內容，真是活力四射。更有發表學生帶來親手做的研究成果到現場供大家觀賞或品嚐，使研究成果與生活更加貼近，更加引發觀眾的回響。

本次發表會邀請嘉義大學林樹聲教授、居仁國中游曉琦老師及成功高中洪世皇主任擔任發表會評審，評審老師們必須在簡短的時間內看完學生的書面資料以及專心聽學生的報告，並在最後給予回饋，需要極大的工夫才能做到，學生們





發表後所接受到的回饋具有實質的幫助，也讓學生對於未來的研究方向有更多的探索興致與信心。

活動尾聲進行各場地的投票，每個場地的投票獎項有評審獎與人氣獎，得獎與否都不影響學生在探院所獲得所展現的熱誠與成果。

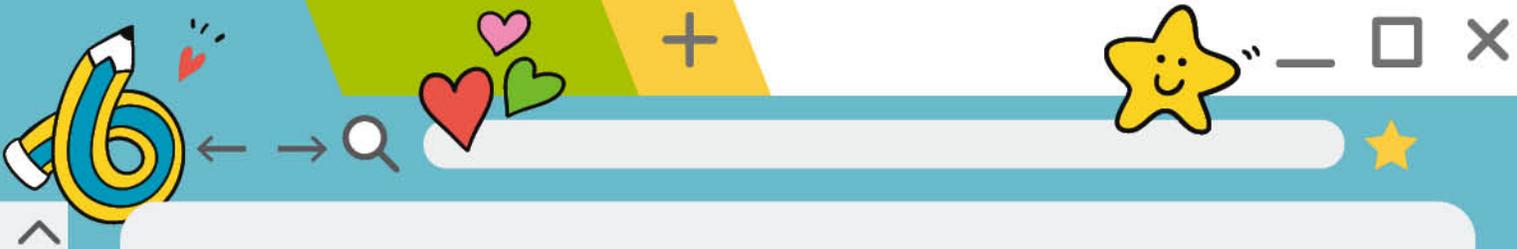
本次發表類型有分為自然與生活科技類、數學類與人文社會類，讓學生有機會聽到不同類型的研究發表內容，不僅開闊學生的眼界，也讓學生有彼此切磋的機會，並知道世界上還有很多可以去研究探索的事物。

這場發表會是個浩大的活動，事前的準備也是忙得焦頭爛額。慶幸，這次活動有每個人的熱情參與而成功辦理完畢，還有一群樂意幫忙的校內同事們，嘉義縣資優學生獨立研究發表會，成功！



資賦優異學生獨立研究成果發表





國中小適應體育課程發展方向

國中小適應體育課程發展方向

嘉義縣體育會身心障礙運動推動委會
學者專家 周柏宏

112 年特殊教育法修法，第 38 條支持性服務增列適應體育，然而國內雖多年推廣 CRPD 與運動平權的觀念，但仍未落實在每位教育工作者的 DNA 裡。再者，教育部推廣適應體育以融合為其主要方向，但卻因此忽略了學習障礙族群、集中式特教班與肢體障礙族群的特殊需求，筆者身為二十多年的特奧與帕運教練與特殊教育物理治療師，看到許多矛盾之處，希望分享個人心得與特教先進互相腦力激盪。

	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
嘉義縣	372	5	37	19	21	18	16	124	952	16	192	381	7	2160

資料來源：特教通報網統計 https://www.set.edu.tw/Stastic_Spc/sta2/doc/stuA_city_spckind_ABCE/stuA_city_spckind_ABCE_20240528.asp

依特教通報網資料 113 年嘉義縣高國中小特教生共 2160 人，包含集中式特教班 102 人、不分類資源班（學障為主）1287 人、不分類巡迴輔導班（學障為主）690 人、普通班接受特教服務（肢體障礙為主）81 人。根據體育署的帕拉林匹克運動分級中心資料，符合帕運參賽標準的障礙類別，依據視力障礙、智能障礙、8 種肢體障礙（高張力、共濟失調、徐動症、被動關節活動度受限、肌力喪失、長短腳、矮小症）分級。

嘉義縣特教生領有肢體障礙手冊者有 36 人（肢障 21 加上腦性麻痺 18 人）可以參與帕運肢障項目、領有視障障礙手冊者視覺障礙 5 人可以參加帕運視障項目、領有智能障礙手冊者須參加全國身心障礙運動會體位分級之智力測驗後確認為智能障礙組選手，上述特殊教育學生若依教育部所提之融合體育課程，不僅造成體育老師與特教老師執行角色混亂，更使學生無法從小參與帕運運動體驗與養成運動習慣，以致無法使學生在適當年齡後，可以進入身心障礙運動最高的領域 - 帕運殿堂。

針對這三類國小階段之特殊教育學生，應以適應體育巡迴輔導團方式進行帕運項目體驗與運動養成課程，在足 12 歲參與體位分級取得帕運身份，開始參與每年舉辦的帕總中等學校會長盃（亞青帕選手權）。為了提升各縣市身心障礙運動族群，應增加每兩年舉辦的全國身心障礙運動會選手（15 歲後可以參與）人數，並鼓勵學生也可開始參與每年舉辦的帕總會長盃（亞帕選手權），若取得全國身心障礙運動會、會長盃或國際帕運優秀成績，除各縣市與教育部有提供體育獎金外，還能夠利用選才機制進入理想的大學，創造更多的機會給這些特殊教育學生。



動作協調障礙症候群 (Developmental Coordination Disorder · DCD) 普遍存在學習障礙、ADHD、自閉症族群學生，但卻很少被關注於體育課程中，他們通常會在體育課程的角落，如何去幫助這些特殊生是重大的課題。藉由適應體育巡迴輔導團評估動作並分析，依據動作學習理論分解其動作，運用一對一帶領或團體練習方式來改善其參與一般體育課程的能力。



▲ 侏儒症 (身高未滿 140 公分) 可參與帕運羽球



▲ 腦麻帕運項目擲桿 (club throw)

針對智能障礙學生，可以鼓勵其從小體驗特殊奧運項目，並培養運動習慣，而聽覺障礙學生則可以發展聽奧項目。讓每位學生可以發展其適性體育才是適材適所，個人希望將嘉義縣適應體育輔導團當作示範模式並推廣到其他縣市，來幫助身心障礙學生可以得到正確的適應體育課程。



▲ 運動輔具與適應體育的浪潮 (FrameRunning 框架跑步)



▲ 腦麻族群在帕運田徑外，還有其他項目

運動輔具在教學上的運用研習





特教專文

適應體育：讓體育課堂中沒有學生是客人

東石國中
特師 荷葉邊

適應體育：讓體育課堂中沒有學生是客人

在巴黎奧運結束後，緊接著迎來另一場盛大賽事，即是於 8 月 28 日至 9 月 8 日舉行的 2024 帕運—身心障礙運動員的最高殿堂。帕運，全名為「帕拉林匹克運動會」(Paralympic Games)，台灣原將帕運稱之為「殘障奧運」，於 2004 年時修改為較中立的音譯「帕拉林匹克運動會」，以展現對身心障礙者的尊重。

適應體育的起源

適應體育的理念並非近代才有，最早的適應體育課程源自於對殘障人士的康復需求。歷經了兩次世界大戰後，全球各地出現許多身障軍民，為了減少肢體傷殘所帶來的影響，復健治療逐漸備受重視。Dr. Ludwig Guttmann 在二戰結束後，為了協助大量脊髓受傷的軍人復健及重拾信心，進而創立了運動比賽。「帕拉林匹克運動會」(Paralympic Games)，據說是由 Paraplegia (因脊髓損傷等導致下半身不遂者) 和 Olympic (奧林匹克) 所組成。最初 Para，是取自於 Paraplegia，而如今 Para 一詞轉為 Parallel (平行) 之義，象徵和奧林匹克運動會擁有相等地位。

適應體育的核心概念：調整與包容

許多早期的適應體育課程著重於生理康復和基礎運動技能的訓練。在 1975 年美國通過《教育所有殘障兒童法》(Education for All Handicapped Children Act)，要求所有學校提供免費且適當的公共教育，這也包含了體育教育。從那時起，適應體育逐漸成為特殊教育的一個重要部分。我國體育署也大力推動校園內的適應體育課程調整，希望能透過為不同能力的學生而調整的體育課內容，如降低活動強度、調整設備及空間配置.....等，能提升特殊需求學生的體育課參與度。事實上，如果以更寬廣的眼光來看待適應體育，每個人都可能是需要適應體育的候選人。適應體育不僅僅適用於學生，也適用於任何需要身心運動調整的族群，例如老年人或有特定健康問題的人士。這使得適應體育成為一個跨越年齡層和功能狀況的體育類型，具有高度的靈活性和包容性。

曾經有位體育老師跟我分享過他在普通班上排球課的經驗。他提及排球運動雖然好玩，但在國中小較少看到孩子主動進行排球遊戲，場地固然是個問題，更由於排球的傳接球及發球動作，容易造成手部的紅腫及疼痛感；再加上排球的基本動作技巧、跑位與比賽規則較為複雜，所以排球在校園運動中並不普遍，甚為



可惜！當他在普通班進行到排球課時，發現到普通班孩子對排球運動興趣缺缺，故決定改變規則，先降低學生的排斥感，然後引發出學生的興趣之後，再慢慢調整成正規的技巧與規則。他發現將規則調整後，學生的參與度變高了，他也了解到：「調整」不是只有在特殊需求學生身上需要用到，而是適用在所有需要的人身上。後來，學生升上了國三，體能、技巧等各方面都提升了，老師上課也開始以原來排球規則形式進行了。教導孩子不就是如此嗎，如果沒辦法一次到位，就先提供孩子鷹架來幫助他們，有了各項支持之後，隨著時間推移，孩子的能力提升了，有許多事情就自然而然成就了呀！我想，他所做的就是適應體育的精神了：透過合理地調整運動規則、進行方式和環境，讓每個人都能有機會享受運動。

適應體育可能的調整作法

適應體育的課程設計不僅限於體能活動，它還涵蓋了多元的教學策略，以滿足學生的個別需求。課程可以根據學生的能力調整，透過不同的工具與設備幫助學生克服運動中的障礙。茲與正為特殊需求孩子進行適應體育活動的夥伴們，分享一般體育課中一些可能的調整作法。

【以上資料引用自：Southeast

調整項目	調整方向建議
一般體育課調整方向	
器材	<ul style="list-style-type: none"> 大/小一點的擊球物 大/小/低一點的目標（球框、目標區） 在場地上做位置標記（站的位置） 用器材來增加接到球的機率（如：用桶子、籃子等來接棒球） 改變球的大小、重量、顏色、質地

調整項目	調整方向建議
動作	<ul style="list-style-type: none"> 修改動作（簡化與減量） 簡化抓、握等動作技巧 簡化身體姿勢 減少動作步驟 利用不同的身體部位達成要求
時間	<ul style="list-style-type: none"> 改變節奏 放慢進行速度 加長/縮短進行時間 增加休息的次數
界線與場地	<ul style="list-style-type: none"> 縮短距離 定義清楚的界線 簡化場地的界線、型態 大/小一點的場地範圍、移除障礙物
規則調整及提示	<ul style="list-style-type: none"> 口頭提示 播放示範影片 讓班上的同學互相協助 取消時間限制 取消界線限制 讓球可以在靜止的狀況下被打擊 讓打擊者可以坐在椅子上 讓身心障礙的孩子站在比較靠近老師的位置

area cooperative guide to adaptive physical education. Rev.8/30/2014】

而在臺北市立大學特殊教育中心出版的《適應體育：體育課程調整參考指引》一書中提到，對於身心障礙學生使用到的設備或器材調整，可以考量到尺寸（Size）、聲音（Sound）、表面（Surface）、速度（Speed）、支持（Support）及按鍵（Switches），即6S架構（Healy & Wong, 2012）。

依照上述所提到的一些調整原則，教學者可根據學生需求及實際上課情況，組合出許多調整的可能性，茲舉例如下：

運動項目	可能調整方式
籃球	<ul style="list-style-type: none"> 改變球的大小、重量、顏色、質地 允許走步（雙手持球走動） 允許雙手運球 取消禁區三秒 放大籃框 調整球框高度



運動項目	可能調整方式
籃球	<ul style="list-style-type: none"> • 如果班上有視障的同學，使用有聲音的球 • 簡化規則，允許更多次的傳球和較少的跑動，以減少競技壓力
排球	<ul style="list-style-type: none"> • 使用大一點、輕一點、軟一點、亮色系的球 • 讓學生接住球，而非托球 • 讓學生自己拋接 • 降低網子的高度 • 縮小場地 • 縮短發球距離 • 讓球可以彈到地上，再打下一球 • 由一人拿著球，再由另一個人擊球 • 站位調整，根據學生的能力進行合理的站位安排，減少運動範圍
棒球	<ul style="list-style-type: none"> • 選用較軟的球和輕質的球棒 • 使用擊球架，讓學生固定擊球，提高命中率 • 縮短跑壘距離，並允許學生以慢跑或步行的方式完成跑壘
桌球	<ul style="list-style-type: none"> • 使用大號或加重的球拍，增加擊球的控制感 • 選用輕質的桌球，使球速較慢，增加接球時間 • 降低球桌高度或使用矮桌，使輪椅使用者也能參與
羽球	<ul style="list-style-type: none"> • 選用較大且較慢的羽球，減少反應壓力 • 將球網高度調低，便於擊球 • 允許多次擊球和較少的移動
足球	<ul style="list-style-type: none"> • 以走路替代跑步 • 定義明確的邊界 • 縮小場地 • 減少隊伍人數 • 如果有使用輪椅的同學，讓他們能夠在使用輪椅移動時將球放在腿上 • 使用沒有充飽的球、軟一點、有聲音的、亮色系的球
網球	<ul style="list-style-type: none"> • 使用大一點、輕一點的球 • 使用較短、拍面較大的球拍 • 降低球速 • 降低網子的高度，或不要使用網子 • 使用亮色系的球 • 使用網球球梯發球、擊球 • 允許低手發球 • 縮短發球距離 • 安排分組搭檔
跑步	<ul style="list-style-type: none"> • 根據學生的體能狀況，調整跑步距離 • 將長距離跑步分成多個短段，讓學生逐步達成目標 • 允許學生在跑步過程中適當休息，減少體力負擔 • 使用計時器，鼓勵學生挑戰自己的最佳時間，而非與他人競爭

運動項目	可能調整方式
接力賽	<ul style="list-style-type: none"> • 使用輕質或特製的接力棒，便於抓握和傳遞，或簡化傳接棒的方式 • 允許在更長的傳遞區域內傳棒，減少失誤 • 根據學生的能力混合編隊，讓每個隊伍都有公平的競爭機會 • 允許用步行、慢跑或輪椅推動來替代跑步 • 縮短棒次跑步的距離 • 增加鼓勵，在賽道旁設置加油站或啦啦隊，為參賽學生提供鼓勵和支持

適應體育的資源與挑戰

由臺北市政府教育局出版的「臺北市發展各校身心障礙學生適應體育多元課程手冊」、臺北市立大學特殊教育中心出版的「適應體育：體育課程調整參考指引」、新北市政府教育局研發「高中職暨國中小適應體育教材方案」，都提供許多可資參考運用的資源，可以協助老師考慮特殊需求學生的個別差異，彈性以調整可能影響體育活動進行的各項元素，使特殊需求學生能順利參與體育課程，進而保障他們的運動權。

儘管適應體育的重要性日益受到重視，但目前在實施過程中仍然面臨諸多挑戰，如：設備和器材不足、課程整合困難、社會認知不足……等，這些都仍是要繼續努力的部分。

未來展望

如同 2024 巴黎奧運會的口號「Games Wide Open」（帕運更開放），巴黎奧組委主席埃斯坦蓋（Tony Estanguet）認為：我們應該停止將差異視為障礙，所有運動員用勇氣踏上夢想殿堂，都值得我們大聲讚揚。期待未來，大家能用更開放的眼光來看待特殊需求者的運動需求，為其創造更包容、更公平的運動環境，並能享受運動的樂趣。



【參考資料】

- 1、Southeast area cooperative guide to adaptive physical education. rev.8/30/2014。檢自：<https://southeastareacoop.org/wp-content/uploads/2014/09/Adapted-Physical-Education-Guide.pdf>。
- 2、臺北市政府教育局 (2018)。臺北市發展各校身心障礙學生適應體育多元課程手冊。
- 3、臺北市立大學特殊教育中心 (2023)。適應體育：體育課程調整參考指引。
- 4、新北市政府教育局研發「高中職暨國中小適應體育教材方案」。檢自：<https://sec.ntpc.edu.tw/p/406-1004-6200,r46.php>。
- 5、台灣「帕運」正名 20 年。檢自：<https://anntw.com/articles/20240908-BmT7>。





特教學生作品

鳴人 - 我是 TOP 1

中埔國中 特教班 203/ 魏貫寶

我跟鳴人一樣的心情，希望可以世界和平。



波斑很不一般

中埔國中 特教班 203/ 魏貫寶

斑為了實現夢想，就算所有族人都不同意跟著他，他也是堅持走下去，我很喜歡他的勇氣。



斗方年畫 - 喜氣洋洋自畫像

竹崎國小 特教班 501/ 蘇芊瑜

喜氣洋洋過春節，但一想到大掃除我就不開心。



將藝

東石國中 特教班 806/ 林峻弘

家將身穿傳統服飾、戴帽冠、穿草鞋，畫著駭人的鬼臉，手持枷鎖，表情怒視著遠方，用傲人的姿態來展現抓鬼的氣勢，再配上金色塗料的噴畫點綴，更讓整體畫面氣勢銳不可當！





追動漫帶給我的成長

新港國中 特教班 304/ 李沛忻

在生命的路途中，偶像就像是一道光，能夠引領著我們走向其他的道路，甚至能夠引導我們從灰暗狹窄的小巷裡走向光明、開朗的道路。偶像有可能是在舞台上閃閃發光的明星，也可能是在球場上肆意揮灑汗水的球員，甚至可能是偉大的歷史人物，但是，我的偶像卻是在二次元裡的動漫人物，而他們也同樣帶領著我往更好的方向前進。

小時候，因為講話總是太過直接，我常常和別人發生爭吵，而在爭吵的過程中，我會不惜用難聽的字眼去攻擊別人的弱點，甚至是造成他人心靈創傷，於是在爭吵完後，我常常就會失去一個曾經很要好的朋友，但我卻不以為然，內心只覺得他們的心靈太過脆弱。直到有一次，我再度與別人發生爭吵，對方也跟我一樣用難聽的字眼攻擊我，那時，我的心像是被利刃狠狠刺傷，正在源源不絕的流出鮮血，回到家後，我依舊很難過，猛一抬頭發現電視正在播放名偵探柯南的電影，我立刻忘記剛剛和朋友爭吵的難過，書包一丟，便跑到電視前目不轉睛的看著，裡面有一段劇情播著兩個人正在爭吵，互相用了不好聽的言語去攻擊對方，甚至差點打了起來，眼看他們之間的氣氛劍拔弩張，柯南立刻制止他們，並說了一段話：「人講的話就像刀刃，要是用錯了就會變成棘手的凶器，甚至還有人因為口角誤會，失去一生的好朋友，一但錯過的話，就很

有可能再也見不到面了。」語畢，在爭吵的兩人便意識到自己的錯誤，紛紛向對方道歉並和好。此時，我才意識到自己以前所犯的錯，心裡很後悔當初為什麼要如此說話，隔天，我便鄭重的向同學道歉，幸好他願意接受並也向我道歉。從那時起，我和別人爭吵時，不再隨意與人惡言相向，在話說出口前，我會先思考這句話是否會對別人造成傷害，如果我的言語仍使對方受傷，我也會主動去向對方道歉。

在成長的過程中，我總是想只靠自己的力量去到達每個階段的頂點，因此每當有人對我伸出援手時，我總會逞強並堅持憑一己之力完成所有事情，漸漸的，我開始力不從心，甚至自我懷疑「我真的有能力獨自完成嗎？」「我是否根本不適合這項工作？」，最後產生放棄的念頭。正當我因力不從心而心煩意亂時，我翻閱手機裡的動漫，準備讓自己的腦袋放鬆一下，我看了一部讓我有所省思的動漫，裡面有個主角，名為梅宮一，是學校裡的老大，但他卻沒有對夥伴們擺出老大的架子，而是以平等的方式和大家一同相處、一同茁壯、一同保護他們的家鄉，有一次，他們和其他地區的人比完賽後，一同坐在天台上吃著點心，有人向他問起「為什麼當你站上頂點後，還能保持如初的快樂？」他親切的回答：「因為我想和大家一起快樂的吃飯，我並沒有將站上頂點視為目標，而是站上頂點後有了想做的事。」



當他被人誇讚時，他總是不居功的說著：「爬上頂點並非憑我一己之力，之所以我能爬上頂點，是因為有大家的陪伴，大家認同我想做的事並願意支持我。」聽完這段話，我才恍然大悟，原來要爬上頂點，並不是單靠一個人的努力就夠了，而是必須依賴夥伴的協助才能成功。從那一刻起，我不再拒絕別人對我伸出援手，而是學會去依賴他人，與他人一起分工合作的完成事情，我也才能發現，原來大家一起做事，不只能夠減輕許多負擔，還能更有效率的達成目標。

我是一個沒有耐心的人，我很討厭花時間等待，例如在超市結帳時漫長的排隊時間，在網上購物時漫長的出貨時間，在與人相約時因對方遲到的漫長等待，都會讓我感到煩躁。還記得有一次，我在某一集漫畫的結局裡，看到有個女生向女主角抱怨自己常常無法和男友見面，女主角回答：「希望你不要討厭等待，

因為等的時間久，重逢時會感到更幸福的呀！」我才頓悟，原來等待不是一件壞事，雖然過程中會使人感到疲憊、厭煩，不過等待就和農夫種植各種蔬果一樣，因為有農夫的耐心等候，稻米才能長得結實纍纍，水果才能長得飽滿多汁，花朵才能開得五彩繽紛，從那之後，我便不再對等待的過程感到厭煩，而是在等待的過程中想著美好的結果，每當我這樣想的時候，等待這件事情似乎也不那麼枯燥乏味了。

在一成不變的生活中，動漫是我的精神寄託，每當我觀賞任何一集動畫，或是翻閱任何一本漫畫書，我的疲勞與負面情緒，就會被吸進黑洞裡，使我重振精神。也許對某些人來說，動漫是沒有任何吸引力的，但對我來說，動漫是我的精神糧食，是黑暗中的一盞燈，它能夠引領著我，從錯誤的方向改道，走上正確且光明璀璨的康莊大道，讓我成為一個更好、更正向的人。

特殊教育多元學習活動





一次改變我的旅行

新港國中 特教班 309/ 張軒毓

我住在充滿清新空氣和綠油油稻田的鄉村，在田間小路上漫步，耳邊總能聽見昆蟲鳴唱和鳥兒們悠揚的歌聲；躲在樹蔭下乘涼時，樹木隨風舞動著枝桠，陽光如燈光，地面宛如布幕，上演著一場場精彩絕倫的皮影戲。鄉村生活一切都恬靜美好，無憂無慮，而我也一直以為，生活就是如此，直到那一次的旅行，我的想法才有所改變。

那年暑假，我和家人搭乘高鐵北上，來到全台灣最繁華的都市——台北。不料，一下車就遇到了麻煩，在高鐵驗票口，望著眼前發著紅光的感應機器，我一時不知所措，背後的人潮不斷湧動，衝擊著我的緊張情緒。我滿頭大汗、笨手笨腳的嘗試刷票，終於在一位好心大叔的幫忙下順利通過。

到了台北，映入眼簾的是櫛比鱗次的高樓大廈，以及從未接觸過的新奇事物，讓我慌了手腳。上廁所時，我四處尋找沖水的踏板，卻始終找不到，轉頭才驚覺它是感應式的，於是我將手伸了過去，霎時間，那嘩啦啦的水聲巨響，把我震懾得心驚膽顫。台北人拿著手機走遍天下，輕輕一按，線上購物、買票、結帳，樣樣都能搞定，而對那些高科技產物一竅不通的我，在那裡真是手足無措，不是急得對著自助式繳費機搔頭，就是對眼前的線上點餐傷透了腦筋，這一連串的困惑和慌亂，就像土裡土氣的泥巴人闖進金碧輝煌的高級宅第，在那裡我清清楚楚的看見繁華都市與小鄉村的差距，頓時覺得自己真是個土包子。

那場旅程之後，台北的繁華深深烙印在我的腦海裡，讓我一直為自己的孤陋寡聞感到自卑。最近，我成為一名承受沉重考試壓力的會考生，那種自卑感變得更加

深刻：別人頭腦清晰的寫著讀書計畫表，而我則是茫然的望著如山的複習講義和課本，不知該從何下手；別人轉眼間就進入考試的衝刺狀態，而我還是如陷入五里霧中茫茫然不知所措；別人就像料多鮮嫩的肉包，不停努力充實自己的內餡，而我還是那個土包子，滿肚子的砂礫和泥土，永遠是在成堆的金銀珠寶中的一小塊泥沙。我手中的提燈停滯在黑夜裡，卻無法照亮那模糊無形的目標。

當我感到自卑和迷惘時，老師對我說：「一開始什麼都不懂沒關係，妳可以慢慢努力累積，努力絕不會背叛妳。」因為老師的鼓勵，我比以往更認真努力的學習，漸漸的，我皮上那厚厚的沙土掉了一些，而我還是繼續不斷的努力，讓自己像海綿一樣，吸取每次失敗帶來的醒悟和錯誤後應改進的原因。雖然我是這繁華城市中的一個什麼都不懂的土包子，但這並非永遠的標籤，只要勇敢去突破過去的羅網，生出展翅高飛的羽翼，帶著永不放棄、鍥而不捨的心，一振一揚，努力充實自己，我肚中的內餡一定能越來越厚實飽滿，總有一天，一定可以褪去我過往那身土裡土氣、什麼都不懂的沙土，如毛毛蟲蛻變為蝴蝶一般，成為另一個嶄新的、裝滿多汁餡料、學問淵博的鮮嫩肉包！

知名畫家安迪·沃荷曾說：「走得多慢都無所謂，只要你不停下腳步。」這句話啟發了我，如今我這個土包子，從別人身上一點一滴的學習和吸收，漸漸長出了雄厚的翅膀，飛翔在競爭激烈的高空。慢慢的，我也成為了一個有內涵、有知識的鮮嫩肉包，不再是那個一無所知的土包子。



我的使用說明書

興中國小 特教班 601/ 馬浩翔

我的身高一米四八，體重有點過重，有張愛講話的嘴巴，搭配一雙愛捉弄人的手，我的髮型是黑色短髮，有著單眼皮的眼睛，喜歡欣賞大自然的生態，熱愛籃球、躲避球和釣魚，我最喜歡的收藏品是火車模型和廟會模型。

使用本產品的時候千萬要注意以下事情...首先，當我開心的時候，我會想找朋友去操場打球、聊天和跑步；當我生氣的時候，我會想在教室裡自我冷靜；當我犯錯被老師提醒的時候，我希望我的朋友可以陪我去操場運動抒發情緒。

當我無聊的時候，我希望我的朋友可以跟我玩遊戲，也希望家人可以陪我去釣魚或玩象棋，或是老師可以安排我做適合的事情，例如打掃或幫忙發東西。如果我遇到傷心的事情，我希望我的朋友和家人可以陪在我身邊，安撫我聊聊天，這樣令我傷心的事情就會慢慢消失，使我的心情變好。

最後關於我的保養和維護方法，除了需要吃健康營養的食物外，還要有充足睡眠，加上有大量的運動和遊戲時間，這樣才能讓我常保開心喔！

113 年親師生運動平權融合運動會





113 融合活動徵稿

第一名



我好你也好！

國小中年級組 和興國小 三年禮班 / 黃筱甯
指導老師 / 周靜怡老師

今天，是個特別的一天，我們班組隊參加了嘉義縣融合運動會，過程中，我們體驗了好多有趣的活動，也看到了每個同學認真、可愛又逗趣的一面。

其中讓我印象最深刻，是玩扭扭車的關卡。那時候，和我一起出發的，是班上的運動健將阿勝。一開始，我因為不會操作，一直卡住，車子都沒辦法前進。而阿勝很快就抓到訣竅，做得又快又好。當時，我看到他臉上自信的笑容，我也替他好開心！

活動結束後，我告訴阿勝：他今天的表現超棒！阿勝露出了迷人的笑容，跟我分享了玩扭扭車的技巧：要努力的左右搖擺，才能夠順利前進。大家聽了，都豎起大拇指，對著阿勝比個讚！阿勝紅著臉，小聲的說：「功課我總是學不會！但體育活動，我還可以啦！」

這時，我想起老師說過的一句話「天生我材必有用！」阿勝在班上，功課常常需要我們當他的小老師；但是體能方面，他卻是我們班最厲害的小教練！原來，每個人都有他擅長的地方，有些人頭腦好、很會讀書，有些人是運動好、畫畫好或是很會唱歌。

很開心今天能參加融合運動會，讓我知道：「我好你也好」的道理。如果我們都能做到肯定自己的好，也能欣賞別人的好，那麼生活一定會變得更美好！





平權融合運動會參加心得

第二名



國小中年級組 安東國小 三年甲班 / 李宇晴
指導老師 / 鄭乃綾老師

今天我參加了 113 年嘉義縣親師運動平權融合運動會。活動在中埔鄉和興國小舉辦，現場有許多老師和學生一起來參加，共同挑戰十六個精心設計的運動關卡。這個活動的目的是希望特殊生能跟一般生一樣受到自由跟尊重；另一個目的是提升親師生適應體育的推廣，提供師生融合運動的機會，也可以讓教師運用於平日的休閒體育課程。

每次的闖關都是由一般生先操作，再換特殊生。一開始有籃球的關卡，雖然我很少打籃球，可是我最後還是完成了。投籃的時候，球就像是一個蹦蹦跳跳的小孩，感覺怎麼投都不進，後來我成功投進一顆！當我把球投進籃框時，全隊都為我歡呼，那種成就感，讓我更有信心。

第二關是飛盤停球接力，第三關是彈珠台。飛盤停球有點難，因為要用單手拿著飛盤，但是也可以選擇用雙手。打彈珠要八十分才能過關，我得到一百一十分。

我們一起來到了讓羽球飛和棒球九宮格。羽球飛行時的弧線非常美麗，我們都很努力拍打，試著讓羽球飛得更高更遠，每人都有三次機會，我打中二次。棒球九宮格是我比較少接觸的運動，很開心這次活動讓我有機會嘗試。我發現棒球不只是力量比拼，還需要精準的瞄準與冷靜的心態。

跳跳小童和跨小欄這二個活動，讓我真正體會到身體的靈活性有多麼重要。在跳跳小童的關卡中，我需要用盡全身力量才能保持跳動的穩定。雖然過程中跳得很慢，可是我完成了挑戰，在跨小欄的遊戲中，我的速度和靈敏度得到了很好的訓練。每當我跳過一個欄架時，感覺像是一

隻可愛的兔子在草原上自由的蹦蹦跳跳。

桌球和高爾夫都是需要高度專注力的運動。桌球是速度與反應能力的較量，雖然沒有完全掌握技巧，但每一次的機會都讓我進步許多；高爾夫則是利用身體的核心力量，讓身體有節奏的旋轉，達到將球推出去的結果，但我沒有掌握到技巧，所以發揮的不好。

在妞妞車的挑戰需要運用身體左右搖動才可以前進，我發現體重較輕的人可以開得比較快，體重較重的人則比較慢。保齡球是利用將足球拋出，把前方裝水的寶特瓶全部打倒，要注意手拋出去的力量和方向。沙灘折返跑和閃閃動人是我體能的一大挑戰，這兩項活動需要在特定路徑中來回奔跑。我和同學們都卯足全力彼此加油打氣，讓我忘記了疲勞。

剛開始踩高蹺時我怎麼都站都站不穩，但在志工的幫忙下，我慢慢掌握了技巧，最後甚至能小心地走上一小段路，這讓我對自己的平衡感更有信心。我最感動的是師生協力的關卡，老師與我們一起拿著道具完成挑戰，互相扶持與合作，我們克服了許多困難。

今天的活動讓我玩得很開心，也讓我對運動平權有了更深的理解。在活動中我注意到有些同學行動不方便，或運動過程比較吃力，但老師和志工們總是細心幫助他們，其他同學也主動給予鼓勵，這樣的氣氛讓我感到非常溫暖。

我明白了運動不只是競爭，更是一種讓每個人都能參與和享受的過程。我期待未來能有更多這樣的活動，讓我們不僅在運動中訓練身體，更能培養對彼此的尊重與包容。



一場鯨奇連連的比賽

第二名



國小中年級組 社口國小 五年乙班 / 游汎暄
指導老師 / 翁宜玲老師

老師說：「汎暄妳的作文題目寫錯字了，我連忙說，不是的！不是的！」

力的幫自己加油，希望能幫隊友爭取最好成績。

因為我在四年級的時候，參加嘉義縣融合識字比賽，比賽後，老師還帶我們到「棒棒鯨奇樂園」玩，那是一次我很難忘的比賽喔！

最後我們得到了甲等，老師還帶我們到附近棒棒鯨奇樂園玩，獎勵我們，裡面有好玩的球池、滑水道，我們還拍了許多美照，就像一次校外教學。

回想當時，翁老師問我想不想和小禾、小丞一起參加識字比賽，我毫不猶豫就答應了。雖然他們平常在班上常常會發出很奇怪的聲音、干擾我們上課，但是小禾常常被老師讚美，他的課外常識比我們還豐富呢！所以我很開心能和他們一起組隊參加，我們還取了一個響亮的隊名 - 社口好漾隊！

勝利的果實是這樣的美好，讓我至今念念不忘。翁老師跟我們說：「很多比賽最重要的往往不是結果，而是從中學習到了什麼，從中體會到了什麼」。在比賽練習的過程中，大家出乎意料的團結，互相包容、討論，互相鼓勵，對我來說，這段汗水、笑聲交織的過程，都已蛻變成最美好的回憶。

當天總共分成三個階段比賽，有二十題的接力賽、二題字題組句、完成短篇文章、最後我還上台分享心得呢！當下我緊張得不得了，腳都軟了，渾身發抖，天知道我有多害怕，我不斷的告訴自己：「我可以的，不會有問題的！」我努



▲社口好漾隊



特奧滾球錦標賽

第三名



國小中年級組 三和國小 四年乙班 / 簡博程
指導老師 / 彭淑雯老師

今天我去參加嘉義縣政府舉辦一年一度的特奧滾球融合錦標賽，這次的比賽場地在嘉義縣政府前的草地上比賽，場地佈置的非常完善，讓每個參賽者都能好好專注比賽，看著參賽者各個摩拳擦掌、蓄勢待發，我的心情既期待又緊張。

輪到我們三和國小組，我和另外三位隊友用全力以付的心情去比賽，第一場比賽我們原本領先，但敵隊又追上好幾次，我們與敵隊不分上下真的很刺激，但最後我們還是成功追擊了，下午第二場比賽敵隊一直得分，很快的我們就被擊敗了，最後只贏得銅牌。

整場比賽讓我印象最深刻的就是我們第二場比賽的敵隊同學，比賽過程中他們真的很穩很會控球、團隊合作的思考能力很強，不得不崇拜他們，這是我我們要學習的部分，也讓我輸的心服口服。

我是一位特殊生，我覺得台灣對身心障礙者是非常友善的，雖然自己身體有缺陷但不會被不公平對待，滾球比賽就是給特教生一個機會，讓我們能夠像正常人一樣參加運動比賽，提升自信心。很謝謝學校找我去比賽，不但讓我認識了滾球這項運動也讓我學到了團隊合作邏輯思考的能力，如果還有機會參加滾球比賽我會更盡心竭力。

嘉義縣特奧滾球錦標賽





融合平權運動會參加心得

第三名



國小中年級組 安東國小 三年丙班 / 侯品言
指導老師 / 許珮儀老師

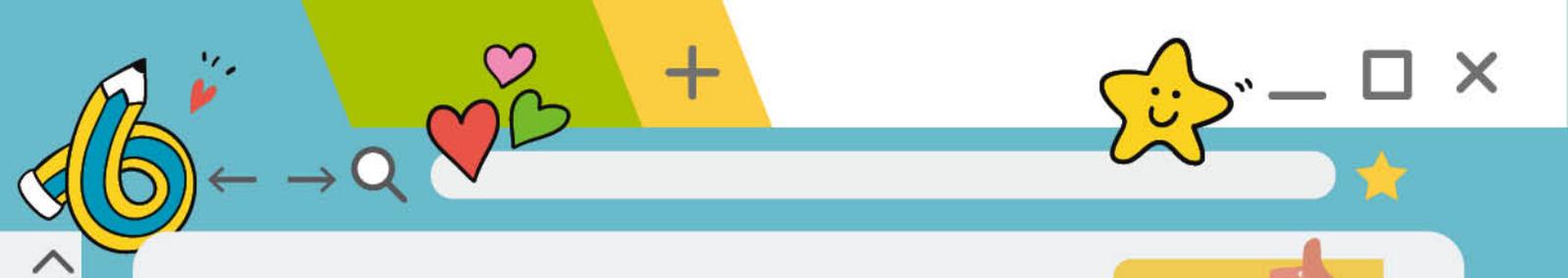
今天我、老師和一些特殊的小朋友一起去參加和興國小平權融合運動會，因為我是聽損兒，和其他小朋友一樣也很特別。

搭著遊覽車我們來到了和興國小，我們先暖身一下，就開始闖關了。關卡很多一共有 16 個關卡，其中我最喜歡的關卡是妞妞車和踩高蹺，妞妞車是一種可以坐著的小車子，只要我們用屁股扭一扭可以前進了；踩高蹺是一個小小的桶子反過來，加上一條繩子，只要我們把腳踩在桶子的底部，就可以行走了。這兩個關卡我都可以簡單的上手。

關卡中，有一個沙灘折返跑，我覺得很難跑，還差點扭到，踩在軟軟的地上，會有無法施力的感覺，我猜想有些行動不便的人應該也是這樣，走路都不容易了，更何況要用跑的。此外還有投籃遊戲，一開始覺得有點困難，但後來還是順利投進了。

現場除了闖關活動，我還看到很多好吃的攤位，雞蛋糕、糖葫蘆、糖果，一些特殊的小朋友和大哥大姊姊們。我印象最深刻的是雞蛋糕，老闆熟練的將麵糊注入烤盤，再輕輕翻動烤盤，一陣濃郁的香味鑽入我的鼻孔。不一會兒，熱騰騰的雞蛋糕就出爐了，外脆內軟的雞蛋糕，只有雞蛋和牛奶.....，就是最單純的美味，令人回味無窮。

在這個運動會，大家都有特別的地方，但不管在哪裡，每個人都是不一樣的個體，有些同學行動不便，坐著輪椅，但有人會幫她沒著他完成任務，有些人可能發育沒有很好，身材比較矮小，在活動時比較慢。媽媽告訴我天下無難事只怕有心人，只要有努力，就一定能做到。這次的運動會讓我看到同學的不同，我想如果我遇到類似狀況的人，應該能了解為什麼他比較慢，或是需要人家幫忙，有些人完全看不出來有什麼特別，也許他是其他因素，不管是哪一種，我應該都會有同理心，並且盡我的能力幫助他們。



融合團結大戰

第一名

國小高年級組 民和國小 五年乙班 / 劉東棠
指導老師 / 葉倉佑老師

三月初，我收到儷薰的邀請，希望我和她一起參加嘉義縣融合識字大賽，當時我興奮極了。我當下對自己說：「我一定要把握這次的機會，要和儷薰一起得到好成績」，所以我們開始勤學苦練。

我們的隊伍名稱是「讓我們來識識看」，成員有我、陳乙喆、劉洵綸、范儷薰，我們一起練習初賽會使用的識字教材，例如生字、語詞和成語。我們利用早自修、下課和午休時間到學習教室和班級中一起練習，遇到困難就立刻請教師長，所以我們準備的很充裕。到了比賽的前幾天，我們更努力練習，透過和儷薰的練習也讓我信心滿滿，希望可以贏得好成績。

到了比賽當天，倉佑老師開車帶我們到頂六國小比賽，抵達會場時我非常緊張，因為我們距離比賽的時間越來越近了。進入活動中心，工作人員給我們一件號碼衣讓我們先安排棒次，經過討論後我是三號，要第三個上場。比賽時要從電腦上先閱讀題目再從四個選項中選出正確的答案，看誰得最多分就能進入決賽。所以，我們提醒儷薰和洵綸正確的作答方式；輪到我的時候，我很認真讀題、努力作答，其實並不困難，因為很多題目在比賽前我們就有努力的練習和準備。

第一輪比賽我們得了十四分，有兩隊與我們同分，所以我們進行第二輪的比賽。我們互相加油打氣後就再次上場，比賽結果我們得了十六分，比第一次多了兩分，也比其他隊伍的分數還要高，所以我們進決賽了。我們興奮不已，因為覺得我們進決賽是應該的，我們一直相信「有努力就有成果，一分耕耘一分收穫」。幸好有進決賽，也能和其他三位同學去棒棒驚奇樂園了。

回到學校，我們努力把握時間準備決賽，努力為學校爭取榮譽的心又啟動了。這一次，我們要練習的是生字、造句和準備初賽過程的心得報告，我覺得最難的是造句和心得報告，不過只要和同學一起認真練習就可以克服，我們在造句與報告花較多時間來準備。

決賽現場，所以參賽者聚集在一起，我們先比生字，這是我們熟悉的項目所以感覺很簡單；第二項是造句，工作人員給我們很多語詞，讓我們去重組句子。我們一邊討論，一邊利用語詞來組成句子，我還幫忙同學把造句寫到紙上，我們四人透過合作完成了兩個句子；最後一項是心得報告比賽，我們先自我介紹，並介紹初賽過程，回想和同學準備比賽



的過程，我突然不緊張並且有自信的說出來，報告完後倉佑老師鼓勵我們說得很好，也沒有因為緊張而念不好。宣布比賽結果我們得最高分，獲得「特優」。

我覺得這就是付出努力的結果，也讓我更有動力和同學一起努力並幫助他們，老師也招待我們去吃麥當勞，吃完後活力十足。下午，我們一起去棒棒驚奇樂園遊玩，拿到樂高吊飾、在球池和海盜船玩的不亦樂乎、超高溜滑梯非常刺激、迷宮玩鬼抓人還與其他國小同學玩了綠豆沙堆。

回到學校後，我們把「特優」的獎牌與校長分享，校長鼓勵我們表現得非常

好；回到教室，也和同學、老師分享我和儷薰得到「特優」的成績，每個同學都為我們鼓掌，我想這就是成功的喜悅吧！這次的體驗讓我學到許多知識與團結合作的重要，也知道怎麼樣幫助儷薰學習。很感謝有這次那麼好的活動，未來有機會我一定還要跟同學一起參加。



嘉義縣融合識字大賽





我們的融合識字大賽初體驗

第二名



國小高年級組 民和國小 五年甲班 / 陳乙喆
指導老師 / 葉倉佑老師

今年三月初時，同學洵綸邀請我一起參加嘉義縣融合識字大賽活動，我接受了洵綸的邀請，並且和參賽同學一起到學習教室練習比賽的項目，由倉佑老師指導。我們分成兩兩一組，老師給了兩本識字教材和電腦練習題庫。我們團隊除了會在學習教室練習，也會抽空在自己教室練習，經過了好幾個星期後，收到了比賽通知，更加努力。終於來到了四月十二日，我們帶著期待又緊張的心情，從民和國小出發到頂六國小參加刺激的融合識字大賽初賽。

平安到了頂六國小後，我們先去登記報到，接著抓緊時間做了最後的複習。然後，注意聽著主持人開始講解規則，確定各隊了解後，就正式開始比賽了，初賽關卡是四個人輪流選擇詞語或成語的國字。抱著緊張的心情等待第一組學生完成，接著就換我們了，我們覺得有些題目非常簡單，有一些題目有相當的難度，過了一段時間之後，我們完成作答，回到座位區，繼續等待別的小隊完成答題，待參賽隊伍都把二十道題目完成。關卡結束後就進入緊張刺激的晉級環節了，我們看著分數表，總分竟然和其他兩間國小並列！於是，三隊又繼續PK一次，民和國小終於脫穎而出，成功晉級到了決賽，對第一次參加比賽的我們，這樣的成績真是值得高興！回到學校後，把比賽結果報告給校長、導師和同學，大家都替我們感到開心，我們在短暫的喜悅後繼續找空檔一起練習，準備參加下次決賽。

六月二十五日的早上，我們到蒜頭國小，準備參加複賽。比賽的第一關是我覺得比較困難的關卡，四人輪流作答，

用電腦選出正確的詞語或是成語，總共有二十道題目。第一關結束之後，進到了有趣的第二關，大家移動到籃球場比賽，這一關要從八個語詞中挑出四個詞語進行造句，接著寫在小白板上，句子要造得語意流暢、邏輯正確，這關總共有三題。最後的關卡，我們要一起上台發表這幾個月來一起練習和合作過程與心得，回想起那時候我還是覺得好緊張。三個關卡完成後，我們得到了「特優」的好成績！在會場拍照留念後，再一起到麥當勞吃美味的午餐，特別的是棒棒積木飯店又提供了免費到鯨奇樂園遊玩的機會，我們玩得很愉快，玩了幾個小時後，帶著輕鬆的心情回到學校。

這次融合識字活動能受到洵綸的邀請，我很驚訝也很高興，重要的是能與大家一起練習、到頂六國小和蒜頭國小參加初賽與決賽，經過了這次難得的活動，認識了更多有關國字的遊戲、讓我學習到如何接納與自己不同的同學，如何看見同學的需要，並且互相學習、互相打氣，一起享受得獎的快樂……我也更了解學習教室的倉佑老師以及同學們，謝謝你們，也謝謝這個活動的主辦單位，如果還有機會的話，我還要再參加融合識字比賽。





回憶美好時光

第二名



國小高年級組 蒜頭國小 六年甲班 / 黃亦聆
指導老師 / 闕舒甄老師

和他們開始有互動的第一次，就要從一年半前說起。我首次來參加小天使營，這是個非常有意義的活動。一開始我相當緊張，

因為我是個不擅長說話的人，所以我當時就呆呆的坐在一邊看著他們，十分不知所措，不過幸好有小甄老師的引導，讓我知道用什麼方式去跟他們互動，像是主動去跟他們講話、有活動時帶著他們一起完成。

接下來讓我十分訝異的事來了！我竟然被邀請去參加特奧融合滾球比賽，雖然我對這個比賽的整體不了解，但是我卻二話不說就同意了。想到要跟特教班的同學一起練習和比賽，我的心情既擔心又迫不及待，擔心的是不知道該怎麼跟他們討論，迫不及待的是能和不同班級的同學一起代表學校參加比賽，也許我們可以為校爭光呢！

開始練習啦！讓我意想不到的滾球竟然那麼重，對我這個弱小女子來說要把球滾到得分範圍內簡直就是天大的挑戰，但我沒有因此而放棄，反而更努力的練習。後來在老師的鼓勵和指導下，我和隊友慢慢抓到滾球的技巧，我們越來越能丟靠近目標球，得分機率也越來越高。除此之外，我們的默契也比剛開始好了很多，像是會記得我們討論好的棒次。這些改變讓我對這次比賽更有信心。

終於，這個緊張又刺激的日子到來了！比賽當天我們依照平常練習的方式進行比賽，但還是有一些小插曲，像是：小程丟球時手臂超過腰部，導致球被沒收，於是我們就提醒他要注意，經過調整後，就沒有這樣的狀況了。最後我們獲得分組第一名的佳績，這讓我又驚又喜，沒想到首次參賽就能獲得如此亮眼的好成績。

今年老師第二次邀請我參加這項比賽，因為有了去年的愉快經驗，所以想都不用想就答應啦！第二次跟同樣的夥伴組隊，感覺比較熟悉，相處起來更加輕鬆自在，我也比較知道要怎麼跟特教班的同學對話、提醒，因此默契十足的我們不需要老師太多的指導，我們自己能互助合作完成每次的練習。時間過得很快，馬上就到了比賽的日子，因為已經有了一次經驗，所以這次就沒有那麼緊張，反而抱著平常心，十分肯定我們會再次奪冠。在賽場上，特教班的兩位同學表現得比去年更積極，對於我跟阿戴的提醒接收度也更高，比如：我們提醒他們往中間或往旁邊站一點，他們能夠聽懂並且做到。雖然他們不善於口語表達情緒，但我們都能感受到他們和我們一樣很想獲勝，於是在我們的高度合作下，我們如願以償得到了分組第一名，我拿下了第二面金牌，迫不及待地咬了一口，實在太高興啦！

經過這兩年來的相處，發現了和特教班同學溝通起來其實沒有到很困難，而且發現他們講話的方式非常可愛，有一種很獨特的音調，此外，我還發現他們喜歡跟我們一起活動，當然我們也很樂意跟他們互動。透過這樣的融合活動讓我有機會接觸不同特質的同學，未來我希望能參加更多這樣的活動或比賽。



點點滴滴的時光

第三名



國小高年級組 蒜頭國小 五年甲班 / 王允蘋
指導老師 / 劉瑞德老師

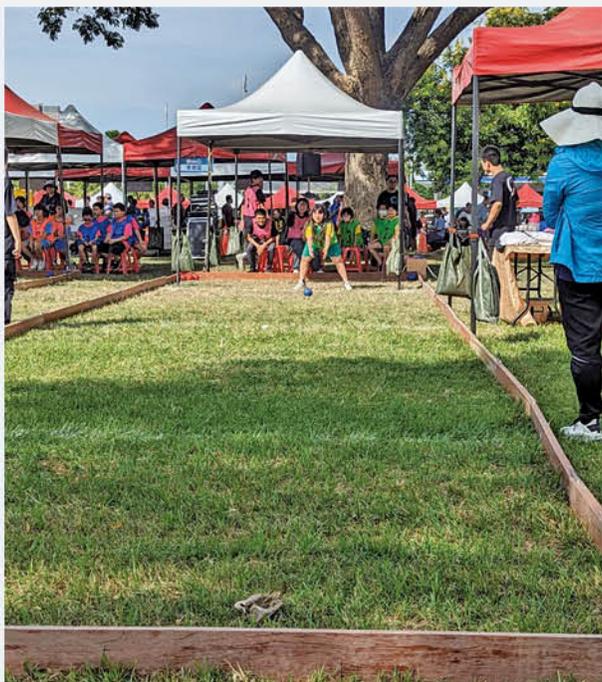
這是在我四年級的時候發生的事情，因為特教班的小伙伴來班上介紹自己後，讓我們深刻的記住他們，在之後我常常來特教班陪伴他們一起看書、看照片，其中讓我印象最深刻是散步，他們常常亂跑讓我有點煩惱，幸好有老師的協助我才能完成任務。我們平常也會聊天，我們在聊天的時候我們都會分享每天的心情，我也會和他們一起認識新的小伙伴，讓他們更進一步的瞭解我們這些陪伴他的小伙伴。

如同往常一樣，我下課時來特教班和他們一起玩，好甄老師突然問我有一個滾球比賽，問我要不要參加，我二話不說就答應了。一開始我丟得並不太好，後來我慢慢練習，也變得和特教班的小朋友一樣厲害，在之後我進一步的認識滾球的規則和丟球策略。練習的過程中我發現，我在開球很常把球丟出去範圍外，隊友發現我的問題後，並和我討論如何調整棒次，在調整之後我們的得分率更上一樓。我們也發現，跟我們一隊的萍萍常常拿到球後不知道要怎麼丟，我們隊友彼此討論後，也和萍萍訂下了口訣，並教導她正確的丟球方式，訂下口訣之後萍萍的成績突飛猛進，再也不會亂丟。

在比賽當天我和我的隊友非常的緊張，所以我提議來玩遊戲緩解緊張感。雖然大家很緊張但也很期待什麼時候比賽。哨音響起時，萍萍一聽到要換我們的時她就變得坐立難安，這時我就用聊天來緩解萍萍的緊張，讓她可以放鬆一些。

比賽一開始很順利，可是到了後來對方連續得到了四分，我們就開始丟得很謹慎，幸好有大家的互相合作，我們才能贏得第一場比賽，第二場比賽的對手非常厲害，這時萍萍的鬥志因為第一場獲勝的比賽爆發了，最終我們靠著萍萍關鍵的那一球贏得了的三場比賽。第三場比賽我們因為對手棄賽獲勝，最終我們就因為這樣以全勝奪得小組冠軍，那時我開心的手舞足蹈。

自從我們和萍萍奪得冠軍，萍萍變得更有自信，還和她的家人分享，她和我都有一種別人得不到的成就感。在每一分每一秒與特教班小朋友相處的時光中，有一件事情讓我印象特別深刻，就是在我剛認識他們的時候，我們彼此之間並不陌生，而是像認識很久的朋友一樣，我們會一起聊天，難過的時候會互相安慰對方，未來我想和他們一起製造更多意想不到的美好回憶。





一場令我難忘的比賽 - 國小融合識字大賽

第三名



國小高年級組 新港國小 五年甲班 / 林彥誠
指導老師 / 王維程老師

在人的一生中，總有那麼幾場猶如熱鐵烙膚一般，令我們畢生難忘的比賽，可能是游泳、可能是演說比賽，若是到了如今仍歷歷在目，就真的是令人難忘了。在每位選手揮汗如雨的練習下，證明自己努力的程度，追求榮譽，也追求另一種人生體驗。

回想在我四年級的時候，老師詢問我是否參加一場語文比賽，原本我是興趣缺缺，畢竟要花很多時間去練習，但聽到老師說，如果得到第一名就可以去棒棒積木樂園玩，這獎勵實在非常吸引我，因此我主動請纓，等到了要參加特訓時，原來是要跟樂學班的學生做搭配，在不斷的練習下，終於到了比賽前一天，我們這幾個參賽者互相加油打氣，期許在比賽中能拿下不錯的成績。

到了比賽當天，我懷著忐忑的心情，跟著隊友一起出發，在車上老師仍不斷替我們加強練習，進考場時，監考人員說明比賽規則，考試時發現每一道題老師都有複習過，就連隊友都說他會寫，這時讓我覺得離獲獎機會不遠了，等到要公布名次時，主考官遲遲沒提到我們的隊伍，結果最後是平手，兩隊又再比一次，考題簡單容易，結束後就聽到我們得到第一名，我們真的做到了，讓我雀躍不已，但之後還有一場決賽，我和同學們更要認真複習。

我們一回到新港國小，就迫不及待和同學分享我們的好消息，老師也提醒我們決賽要加油，對於字音字形、拼寫造句和上台報告這三項比賽再作加強，於是我們再次回到指導老師那邊練習，

練習無數次後，很快又到了決賽前一天，我們首先各自討論工作事宜，我跟另外兩位隊友上台報告，另一位隊友負責把我們在這場比賽中的職責作個說明，我覺得這次的決賽沒有像上一次那麼簡單了，但我相信我的隊友一定會拿出最好的表現。

決賽當天，我們一大早就到教室，結果原本要敘述說明事項的同學臨時要換人，因為另外兩位同學比較容易怯場，所以最後的命運就落在我的手裡，老師很用心的指導我，同學們也一直幫我加油。進考場沒多久就開始第一項比賽，題目跟上次一樣很簡單，但到了第二項比賽時，題目就完全不懂了，只好碰運氣猜猜看，接著最後第三項比賽時，我們先自我介紹，換我說明內容時，結果忘了一大段，同學提醒了我，讓我順利的完成到最後，主持人在宣布名次時，我們得到了「甲等」，代表我們準備還不夠周全，期許下次有機會再參加。

在這場比賽中，我不僅認識了更多字，還讓我明白「團結」的重要性，老師也常常跟我們說：「學習是為了你的未來，多學習是讓你的未來有更多方向，失敗會讓你更成長。」此次大賽特別邀請各國小中年級的特教學生和普通學生一起共同參賽，透過語文的教學和數位學習工具，營造出友善的學習環境讓普特學生可以共同成長，在比賽過程中也讓老師能在課程中實行差異化教學，落實融合教育的精神，在各項層面上，都讓我獲益良多。



我從滾球學到的，不只是運動

第一名



國中組 義竹國中 三年四班 / 洪育琳
指導老師 / 林士殷老師

國二的我有一個相當特別的比賽經驗，那就是和班上的學習障礙同學一起組隊參加 112 年的特奧滾球錦標賽。在我們的認知中「身心障礙同學」指的是有特殊教育需求的學生，他們可能在感官、認知、情緒或行為方面有障礙，因此會有許多的事情無法完成。但經過這次參與特奧滾球錦標賽的經歷，讓我親眼看到身心障礙同學的態度與精神，也顛覆我對於身心障礙者的認知與想法。這次的特奧滾球錦標賽，對我而言不僅僅是一場運動賽事，更是一次心靈交流與成長的體驗。

活動當天我們一早即到達滾球比賽現場，場地上，看到許多的身心障礙同學在老師的指導下進行熱身。從他們的表情能感受到他們的緊張與不安。對於身心障礙同學來說，滾球並不是一項簡單的運動。這項運動極需要技巧與策略。將金屬球投擲向目標球，這個看似簡單的動作，卻需要肢體協調性和空間感的精確掌握。另外亦需隨著場上的變化，做出投擲策略的改變。但隨著特奧滾球比賽開始，我強烈地感受到每位選手在比賽中展現出的努力和決心，以及投擲出每顆球的專注與執著。在那剎那間，我突然在思考，有些時候我們遇到困難時往往會選擇逃避或退縮，也常常會找千百個理由來為自己不負責任的行為找藉口和理由。但看著身心障礙同學們的努力與執著，突然讓我感到有些羞愧，他們身上具備

著許多我們要向他們學習的特質，如：專注、執著、堅持與努力，或許他們做很多事情都會比我們慢上許多，過程中也會遭遇到許多的挫折與困難，但經過不斷的練習與努力，他們終究能到達終點、完成自己所設定的目標。

另外令我印象深刻的是身心障礙同學們之間的互助精神。在比賽過程中，我注意到他們會不斷地互相扶持，給予對方勇氣與信心。比如說當一位同學投擲滾球時不小心投擲偏差了，他的隊友會輕輕地拍他的背，鼓勵他下一次投擲時再加油。每一次互相支持的舉動，都讓我深刻感受到團隊的力量。目前我就讀體育班三年級，主修的體育專長是跆拳道，希望未來的日子我都能記住這一刻的感動，和我的隊友們互相扶持與協助，在跆拳道比賽中拿下佳績為校爭光，也為自己的國中生涯寫下驚奇的一頁

每一次的滾球投擲，不論結果是好是壞，身心障礙參賽選手們總是保持專注與執著，持續的堅持與努力，不輕言放棄，彼此互相鼓勵扶持成為彼此最堅強的後盾。每一次滾動，都是一次又一次突破自我極限的過程。這次參加特奧滾球錦標賽帶給我超越勝負的感動。未來的每天當我面對挑戰時，期待自己都能以更加冷靜和自信的姿態，專注、執著、堅持與努力的面對突破接踵而來的難關與挑戰。



奇幻的魔法球 -- 特奧滾球

第二名



國中組 六嘉國中 九年孝班 / 楊淨淳
指導老師 / 葉佳叡老師

每個人的心中都有一件覺得好玩的運動，而在我的心中那特殊又有趣的運動就是特奧滾球，它讓我在煩悶的心境下釋懷了，也為我的國中生活增添了色彩。

在比賽前，我和隊友們曾練習幾節課時間。剛開始接觸，對特奧滾球的想法是，這是一件簡單的球類運動。後來，練習後才發現它原來這麼難控制，有一句話說：「看是簡單，實則困難」，我也突然贊同這句話。在分組比賽時當我拿起它時，就覺得他是顆奇幻的魔法球，這顆特奧滾球彷彿讓我聽見它在對我說：「快讓我像弓箭一樣圍繞在那顆圓心」，在我的心靈上也告訴了我的頭腦要完成它所說的話，於是我的頭腦控制了我的手讓特奧滾球靠近了圓心，當下我的心情超級開心也給了我極大的信心。被通知要比特奧滾球時，一直沒把握能把它做好，直到我投擲出了這顆很靠近目標球的球後我的心態上就有所改變，但透過幾次的練習我也成功抓到訣竅。

比賽前一天，我的心情有了大幅度的變化，變得既緊張又期待，深怕我比賽時手感不佳，無法命中位置，且畢竟這是一場團體賽，團隊夥伴還未能很融洽合作。在少少的練習過程中，我清楚知道我的熟練度還未發芽，也明白自己比賽的極限。比賽當天，我與我的隊友膽戰心驚的站上比賽的場地舞台，當我開始與對方猜拳爭奪發球權時，從來沒猜贏的我竟成功猜贏，我拿到發球權，我的信心又一層一層的增加。丟出目標球後，我拿起了我的魔法滾球，心理設想的是完美投出擲到目標球正旁邊。但，丟出去的那一刻，

我的身體愣在了原地，因為裁判舉起了紅旗，我才突然發現自己出手超過了腰，當我正懊悔時，對方也做出了違反行為。這次我把握了機會在投擲前深吸了一口氣告訴自己：「我一定不能輸」，可能是上天聽到了我的心聲，他也給了我力量讓我把球靠向了圓心，最後靠著我們的實力順利晉級到了下一場比賽，下一場比賽的開始遇到的對手增強了不少，在比賽過程中我也感覺到像戰爭冷戰時一刻也無法鬆懈的氛圍，拿到發球權的我投擲出了一顆完美立在目標球旁的里程碑，顯現了隊友間的互相信任也更呈現我們的團隊精神，最後打下了 3:3 平手的局面。有句話說：「運氣也是實力的一部分」，在我們積分相同，贏的局數相同時，再來就是要看誰先在那一場比賽中先奪取得分。最後計算結果，就是因為有這顆貼在目標旁的里程碑讓我拿下了金牌。

感謝老師讓我參加特奧滾球比賽。透過這次比賽，我領悟到隊友間信任的重要性，如果沒了隊友，就不會有站在舞台上的我，隊友就像一塊拼圖，一球一球，一塊一塊地拼成我們要獲勝的決心，拼成我奪下冠軍的畫面，拼成我在特奧滾球最美好的回憶。





特奧滾球與我

第三名



國中組 六嘉國中 九年孝班 / 劉佳樺
指導老師 / 楊淨閔老師

回憶我第一次碰到特奧滾球是國中一年級的時候。它和平常的法式滾球、排球、籃球、棒球都不一樣。特奧滾球的球大小特別，顏色是紅藍兩色，球面光滑無比，第一次看到這種球，我還以為是保齡球呢！

特奧滾球比賽最重要的是團隊合作。得知報名後，時間不知不覺來到了第一次比賽，我和隊友相見歡，雖然我們以前互不相識，既然能分到同一隊，那就是緣分。比賽時，大家都很努力，原本跟對手隊伍還是不相上下的，可是我們失誤了一下，局勢突然轉變，那是我覺得最可惜的一次，因為一點小錯而釀成大禍，但是我們不放棄，成功屬於永不放棄的人，只要再堅持一段時間，就會成功，不到最後一刻不放棄。

比賽時，我和對手互爭發球權，不知道為什麼，心中突然有一種不想輸的感覺，於是我和隊友互相配合，沒想到其實隊友深藏不露，一下子就拿了好多分，但是特奧滾球本來設計就是可以讓那些天生有障

礙的人也順利比賽，所以難免會有一些烏龍球出現，我們不在意出現錯誤球。我很耐心的教導隊友，看到隊友學會我也很開心，我們互相合作後得分更多。

比賽結束，雖然沒有拿到第一名，但是大家都盡力了，況且我們都是第一次比特奧滾球，沒有什麼事情是天生就會的，一次次的失敗就是成功的因，失敗不氣餒，回去多練習，總有一天會得到成功的果。

自從國一的特奧滾球比賽後，每一次的練習我都很認真，畢竟成功是從失敗裡一點一點累積起來的。我喜歡上打特奧滾球。教會隊友打特奧滾球，也讓我很有成就感。雖然比賽結果不一定完美，但辛苦與認真努力的過程才是最重要的。

