



▲左起：黃滙康老師、謝苡廷老師、鄒穎珩老師和蕭健華老師

### 獲嘉許狀教師

黃滙康老師  
蕭健華老師  
鄒穎珩老師  
謝苡廷老師

### 所屬學校

保良局余李慕芬  
紀念學校

### 教學對象

初小至高中

# 堅持不放棄 終見成果

### 教學理念：

為有特殊教育需要學生提供多元化的體育活動，與他們一起衝破障礙，達致全人發展，建立活躍及健康的生活方式。



保良局余李慕芬紀念學校是一所專為中度智障學童提供教育的學校，小組教師致力發展具特色的校本體育科課程，透過切合學生能力又富趣味的運動與遊戲，培養學生恆常運動

的習慣，繼而建立正向價值觀與發展共通能力。小組教師明白學生的學習步伐不一，所以主張着眼於他們能做到的事情，並加以培訓，讓學生從中找到樂趣、建立成功感。

學習多樣性在主流學校屢見不鮮，在特殊學校更是教師天天面對的課題。體育科主任黃滙康老師表示：「我們的學生各有不同的學習需要，他們受到身體條件的限制，學習也較被動。因此，我們必須細心觀察，清楚了解他們的能力，製造合適機會，讓他們接觸不同的運動，發掘興趣和潛能。」例子之一，是引入近年在特殊教育界流行的「地板曲棍球」。



▲小組教師合作設計的教材套

### 引進新興活動 誘發學生潛能

小組教師認為，這項運動既可鍛煉個人技術與群體合作，亦可讓學生學習遵守規則，培養共通能力，好處很多。小組教師於是親自攜手編製《地板曲棍球教室》教材套，由研製合適的器具開始，繼而創作出生活化的口訣，幫助學生掌握技巧，再以圖文並茂的故事書，提醒學生地板曲棍球的運動規則與滲入價值觀學習，循序漸進地發展成可供業界參考的教材套。



▲(右二)學生參加特殊奧林匹克世界賽得獎一刻

蕭健華老師笑說：「最初我們以地拖棍作球桿，卻常常弄花地板；而自行縫製正式比賽的球（Pucks）時，又要顧及大小形狀和流暢度，過程繁複。」雖然在製作用具時已遇上不少困難，但在團隊的創意和努力下，難題迎刃而解，後來更得到校外團體提供一批球桿，讓小組教師可集中精力制訂規則，讓學生能在安全的情況進行訓練。為了讓學生在雨天也可進行訓練，他們更嘗試將地板曲棍球的玩法，轉移到桌上進行，讓學生可在課室進行活動，以不同方式持續學習。

### 砥礪同行 不離不棄

說到教導有特殊學習需要學生的必備條件，小組教師異口同聲說是「耐性」。由於學生的能力與成長步伐不一，難以預計學習成果，所以他們發掘學生興趣所在，讓他們在愉快的情況下學習，學生往往有令人意想不到的表現。謝苡廷老師憶述，疫情期間一位初中學生為了參與實時體育科網課而努力學習，在沒有他人的幫忙下，登入和操控視像通訊平台。「對健全人士而言，這只是簡單不過的事情，隨意按數個鍵便接通系統，但對智障人士卻是困難重重，需要反覆練習，才能記熟整個流程。」



▲黃老師和謝老師與學生一起參加特殊奧運會融合接力賽

鄺穎珩老師又分享了一個學生習泳的勵志故事，有學生經過六、七年反覆練習才成功做到自由泳式側頭呼吸的動作，期間儘管老師不斷講解和示範，始終掌握不到箇中竅門。然而，那位學生因為喜歡游泳，仍然不斷嘗試，那份堅持和毅力打動了老師，不離不棄用心教導。後來，那位學生在學界游泳比賽獲獎，臉上流露的興奮表情，至今仍深刻印在鄺老師的腦海。「因為這不但是學生的成功起點，也是我們堅持教好每位學生的動力。」

小組教師深信每位學生都有自己的潛能等待發掘，「堅持才能成就學與教的成果，哪怕只是一點一滴，持續訓練便會帶來進步，學生的人生也會因此變得不一樣。」



►疫情前，伸展特工隊帶領其他同學在訓練前進行伸展運動。



## 透過多元化體育學習經歷 讓學生全人發展健康成長

我們希望透過體育活動，發展學生的運動技能，以及培養正面的價值觀和主動積極的態度，以達致身心健康和全人發展。一般人會覺得我們的學生有很多事情都應付不來，正因如此，我們團隊更關注和着眼在發掘學生能夠做到什麼，讓他們發展潛能。

### 多元活動展潛能

我們在校內提供多元化的體育活動，包括早會時由同學帶領的「八步操」，小息會有跳舞、動能單車及感知肌能活動，課後有田徑、滾球、室內賽艇等體育訓練。我們又鼓勵學生參加「聯校運動會」和外間的體育比賽，讓他們從參與比賽的過程中獲得學習的滿足感。

### 編寫教材套 共享專業成果

積累一定的教學經驗後，我們逐漸向著編寫合適中度學生的教材套方向着手。經過多次教學實踐，以及與同工進行的教學反思和分析教學難點後，編寫了《地板曲棍球教室》教材套，讓體育老師了解及認識教授地板曲棍球的方法及教學要點，及後又與友校合力推出《體適能活動建議》，希望以有趣的體適能活動，鼓勵家長與子女在家中進行，從而改善學生的體適能水平和建立做運動的習慣。



▲學生體驗新興運動——  
地壺球

◀謝老師與學生進行攀石  
訓練



### 疫情下的挑戰與創新

疫情大大減少學生參與運動的機會，在暫停面授課期間，我們推行網上實時體育課堂，教授伸展運動、心肺耐力和肌耐力的訓練活動，每位學生必須有家長陪同一起參與以確保安全，因此我們還設有英語講解，務求能讓所有學生，包括非華語學生、其家人或照顧者一起運動，達至「停課不停學」的目的。復課後，我們又籌辦健體訓練班，幫助超重的學生管理體重，並且推行校本的「多做運動獎勵計劃」及派發「家居健怡運動套裝」，致力將體育活動從學校伸延到學生家中。

### 「伸展特工隊」走進社區建自信

我們學校數年前推動了「伸展鬆一鬆」計劃，當中的「伸展特工隊」成員會到學校附近的公園、學校和社區中心教導他人進行伸展活動。隊員能勇敢地示範伸展動作，與人溝通亦不膽怯，從中慢慢建立自信心。活動後，街坊對我們學生的印象大為改觀，亦對他們的能力給予認同和肯定。作為老師，我們不期望學生每次也做出最完美的動作，而是希望能幫助他們克服限制，發揮他們的長處，發掘他們可以做到的事，建立自信心，培養正向的態度。

### 總結及展望

我們學生的進步絕對不是一朝一夕可以達成的，曾經便有學生要花六年的時間才學懂自由泳式，對我們來說，最重要的還是一份對學生、對教學的堅持。老師就像農夫一樣每天都在播種、灌溉、施肥，為的是期待花朵有朝一日能燦爛地盛開。我們的理念都是一樣，給予學生不同的運動體驗，與他們一起克服障礙，無論付出多少，我們都以達致全人發展為目標，在生涯規劃中為他們建立活躍及健康的生活方式。未來我們希望能籌辦更多的融合活動，將學生的運動體驗推展至社區，展望學生可以透過將自己所學與別人分享，建立更和諧共融的社區。



# 行政長官卓越教學獎薈萃 2021/2022

## Compendium of the Chief Executive's Award for Teaching Excellence



## 關愛育才助成長 共融活動展自信

獲獎小組具教學熱誠和承擔，持續優化校本課程，整體規劃全面而仔細。他們經常反思教授中度智障學生的技巧，檢視他們的學習需要，追求更有效的教學策略，並且使學生學習和參與運動的機會逐步從學校延伸到家庭生活中。

小組教師按學生的能力，調整策略，他們採用訓導組的「常規10式」學習指令，協助能力稍遜學生進行活動；學生能力發展至較高程度時，則安排他們帶領早操或以隊長角色培養他們的責任感和領導才能。

小組教師組織有系統及專門性的體育訓練，讓不同能力的學生均有機會參與體育活動，發展潛能。小組成員為幫助學生建立自信，融入社會，他們參與友校的欖球融合活動，又持續推行校本特色的「伸展特工隊」計劃，鼓勵學生走進社區與人溝通，發揮他們的潛質和提升他們的自信心。

疫情影響下，小組教師安排每周兩節的網上實時體育課，設計可在家中進行的伸展運動、心肺耐力和肌耐力的訓練。他們因應家庭支援的狀況將學生分組，使家長能陪同子女上課，又實行協作教學，使教師能同時兼顧教學和監察學生家居學習情況，得到家長積極支持。小組教師又推廣家居運動，設計校本「多做運動獎勵計劃」，讓家長記錄學生的運動數據，以及為有需要的學生在復課後舉辦健體訓練班，幫助他們控制體重。

觀課所見，小組教師教學認真，教學目標清晰，悉心設計教學每個環節，從課堂常規、熱身活動、器材視覺提示、教學指示等環節都能有效配合教學內容，活動能凝聚學生的專注力，並能照顧學生的學習多樣性，兼顧學生學習和成長需要。學生的等候時間不長，主動學習時間及運動量足夠，他



▲小組教師善用校舍空間設置動能單車，讓學生體驗箇中樂趣。

們都能配合教師的指示，認真學習，循序漸進掌握課堂重點。小組教師教學表現優秀，值得向業界推廣。

小組教師善用外間資源製作教材套，藉教育局優質教育基金的資源編寫《地板曲棍球教室》教材套，期後又與友校合作，推出《體適能活動建議》。小組教師樂於與業界分享教學經驗，成果惠及業界。

小組教師致力追求進步和自我完善，與友校的體育老師成立學習社群，交流教學經驗，並將交流所得回校分享，促進團隊專業發展，回饋教學。他們推動跨科協作，學校團隊同心協力幫助學生學習。

整體而言，獲獎小組努力實幹，對學生充滿愛心，展現關懷育才的愛心。他們熟悉每位學生的獨特性，尊重和信任他們，四位組員在運動方面各有專項，在課程管理和發展上亦各司其職，配合不同的策略，支援學生健康成長。

### 索取有關教學實踐資料的途徑

聯絡人：  
黃滙康老師

電郵：  
[whwong@plkylmf.edu.hk](mailto:whwong@plkylmf.edu.hk)

學校網址：  
[www.plkylmf.edu.hk](http://www.plkylmf.edu.hk)

學校電話：2566 3805

學校傳真：2578 5746