

## 勇敢嘗試，爭取勝利!!頭城家商冬季特奧表現卓著

(圖文 / 原住民族與少數族群及特殊教育組許士菁提供)

秉持著「勇敢嘗試，爭取勝利」特奧精神，國立頭城家商綜合職能科身心障礙學生參加於南韓平昌滑雪渡假地舉辦之「2013年冬季世界特殊奧運 (Special Winter Olympics)」，勇奪八金二銀四銅的佳績；其中身障生張呈豪更是脫穎而出、打敗眾多外國選手，勇奪雪鞋項目第四名。



▲張呈豪同學參加2013平昌冬奧奪得第四名榮獲總統接見合影

位在宜蘭頭城小鎮的國立頭城家商是最早成立綜合職能科的幾所公立高職之一，成立以來，除了積極培養輕度障礙學生一技之長之外，更希望藉由參與多元活動發展全人教育。故該校對綜職科的學生，一直致力於訓練學生參與體育活動，一方面強身健體，另一方面也積極參加體育比賽，增加學生們與社會接觸的機會。在校內體育老師辛勞的協助之下，針對特殊奧運的運動項目展開各項集訓，並參加大大小小比賽，一路過關斬將，爭取出國比賽的資格；而學生們也不辜負師長們的期望，在「2007年上海夏季特奧」及「2009年美國冬奧」，皆奪得前三名的佳績，捷報傳來，綜合職能科師生無不歡欣鼓舞、士氣大振。

雪鞋教練李國明老師語重心長地說，綜合職能科的學生因自身的障礙，在成長過程中難免受挫，藉由田徑訓練可增強孩子自身的能力感，參與比賽的過程中無形增加孩子與社會人群的接觸，學習發展人際關係爭取社會認同，同時也大幅提升身障學生的自信心，儲備將來離開學校後獨立生活的能力。特教組長林軒萱亦認為，體育活動的訓練對輕度身心障礙學生而言，是一種很好的正向行為支持。尤其是對有情緒問題、行為問題甚至是反社會性人格的學生，經由參與體能訓練，找到宣洩的方法，從中除可得到歸屬感、建立自信心，並可累積正向的生活經驗，革除原本的問題行為。不論從哪個面向來看，無疑地，投入體育訓練、參與體育競賽，對身心障礙生而言都有正面的影響。

由於李國明、陳湧全二位老師的辛勞付出與定期培訓，讓一群完全沒接觸過雪鞋運動的孩子，漸漸喜歡上這項運動。由於並無雪地場地可供練習，為模擬雪上鬆軟地質，雪鞋隊經

常在學校操場中央草地上，穿著長相類似特大號網球拍的雪鞋辛苦練習；若一得空，便全員拉到頭城海邊的沙灘上，頂著烈日練跑。不過，這樣的辛苦終於有了甜美的回報，頭家雪鞋隊在去年 10 月底特奧選拔賽中成績斐然，勇奪八金二銀四銅的佳績。其中張呈豪幸運獲得參加 2013 年南韓平昌冬季特奧的比賽機會，並能在眾多選手中奪得第四名的成績。

國中時期的張呈豪很少運動，也從未參加運動比賽，升上高中後因為每日的訓練，使他不僅瘦身有成，更搖身一變成為運動愛好者，他笑著說從來沒想過自己竟然能成為運動選手，很感謝學校老師督促著他每日練習，還因此獲得人生第一次出國的機會。張呈豪表示，訓練時雖然很累卻覺得很有趣，比起國中時每天打電動，現在覺得自己的生活充實許多；今年初得知自己能出國參加比賽，更是欣喜若狂，在平昌冬奧的比賽期間還見到自己心目中的偶像—冬奧代言人姚明，讓他感覺美夢成真，並開心高中時期能有這些美好的人生經驗。

國民及學前教署「身心障礙學生學習扶助計畫」的協助下，頭城家商綜合職能科持續推動校內身心障礙學生體能訓練課程。利用課餘時間，安排校內體育老師針對身心障礙學生進行體能訓練，帶動放學後的運動風氣，也培訓出許多表現優異的選手。

現在，頭城家商綜合職能科田徑隊的學生每天放學後，仍日復一日的練習著；未來，我們依舊會出現在各大大小小體育競賽中，努力爭取屬於我們的榮譽。憑著這股勇敢嘗試「有愛無礙」的精神，讓這一群來自宜蘭鄉下的身心障礙孩子，可以踏出自己的障礙、創造自己的價值，為自己開啟一扇通往世界的窗！