

香港耀能協會 賽馬會 方心淑引導式教育中心 引導式教育通訊第十六期

2019 年 1 月

主任的話：

何謂動感生活？九月出版的新書【腦麻痺兒童動感生活全攻略】教導家長從「認識」、「姿勢」、「伸展」、「位置轉移」及「遊戲及運動」五方面入手，幫助腦麻痺兒童活出動態生活，此書對前線同工也十分適用，在今期【專題】中為大家介紹。

【最新推介】有 2019 年 2 月舉辦的「幼兒中心與學校施行引導式教育基礎課程」及「2019 應用引導式教育單位概覽」網上資料庫更新及接受新資料，敬請留意。

楊玉珊



專題：【腦麻痺兒童動感生活全攻略】— 新書介紹

「動感生活」或動態生活模式對一般城市人來說，是追求健康生活的一個選擇。可是動態還是靜態生活模式對腦麻痺孩子的影響就至為深遠，動感生活可以提升孩子的體適能、保持健康和活力，讓孩子積極地參與生活，可謂益處數之不盡。但面對既艱難且不願動起來的腦麻痺症孩子，父母要幫助孩子建立動感生活往往充滿困難和挑戰。

協會希望配合引導式教育的全人、整合及生活化的理念，編寫一份相關的教材來幫助家長和腦麻痺孩子。為此協會邀請了具備多年服務腦麻痺兒童經驗的資深物理治療師何洵美女士，編著成【腦麻痺兒童動感生活全攻略】一書，引導家長和孩子一步一步的邁向動感生活模式，教導如何在成長過程中幫助腦麻痺症孩子由受助者漸漸成長為自助者，讓孩子一生受益。



目錄

	頁數
第一部分 認識篇	
1 腦麻痺孩子與動態生活模式	5
第二部分 姿勢篇	
2.1 腦麻痺孩子的必學姿勢	17
2.2 姿勢分析和矯正	24
2.3 良好姿勢和生活應用	38
第三部分 伸展篇	
3.1 肌腱攣縮和處理	49
3.2 抗衡攣縮的自主動作	63
3.3 自我伸展	73
3.4 被動伸展	101
第四部分 位置轉移篇	
4.1 學習位置轉移	125
4.2 位置轉移技巧和生活應用	127
第五部分 遊戲及運動篇	
5 多元化體能活動	163
附錄 動作及相關肌肉詞彙	173

▲全書共 170 多頁，內容分成 5 部份



本書特點：
資料內列舉大量生活實例
以 100 多個表列形式作說明
輔以 400 多張圖及相片

【腦麻痺兒童動感生活全攻略】的焦點是教導家長如何幫助腦麻痺兒童活出動態生活，當中關注到家長及腦麻痺兒童整全的需要，採用知、行、意的整合模式，從「認識」、「姿勢」、「伸展」、「位置轉移」及「遊戲及運動」等五方面入手，就着每方面在書中作逐一解釋，闡明理念、施行方法及重點。

第一部份：認識篇

介紹靜態生活模式對腦麻痺孩子的不良影響，以及動感生活為孩子帶來的好處。資料內容提高父母及同工在這方面的認識，幫助我們堅定並持續地培育孩子學習動態生活。作者推介應從三方面入手 - 全面體能活動的學習，參與的動機，以及家庭及生活的配合。

第二部份：姿勢篇

解釋腦麻痺症孩子從小必須學習良好姿勢的要素，以及常見各種腦麻痺類型的姿勢分析和針對性的矯正方法。當中包括痙攣型和徐動型的孩子如何應用良好姿勢在生活中的建議。

第三部份：伸展篇

提供腦麻痺症肌腱攣縮的全方位並多元化的處理方法，教導孩子在日常生活中如何抗衡攣縮和提升體能的活動。此部份圖文並茂介紹每個需關注肌腱攣縮問題之身體部位，並詳述抗衡攣縮的自主動作及活動、自我伸展及被動伸展的步驟及注意要點，特別加入青少年期適用的自主伸展活動。

第四部份：位置轉移篇

詳細說明腦麻痺兒童的正確位置轉移步驟及教導方法，並為同一活動按不同程度提供不同的方法和步驟，更列舉不同個案在家居生活流程中的應用規劃。

第五部份：遊戲及運動篇

分享體能活動金字塔，並加入在家居生活、遊戲及運動中進行的建議，透過多元化體能活動讓整個家庭活出富有樂趣和動感的生活。

【腦麻痺兒童動感生活全攻略】幫助家長把腦麻痺孩子的姿勢、伸展、位置轉移等與家居生活結合，過程中強調親子互動及趣味性，誘發孩子主動和投入參與。全書內容豐富實用，深入淺出，輔以大量的圖表及照片，清晰地闡明具體的施行方法，讓我們容易掌握，並能正確和有效地應用在家庭生活中。此書是家長及前線同工很有用的參考資料。

最新推介

1. 新書【腦麻痺兒童動感生活全攻略】已公開發售。
2. 於 2019 年 2 月 14、15、20、21、27 及 28 日將舉辦「幼兒中心與學校施行引導式教育基礎課程」，歡迎流覽香港耀能協會康復專業學院網頁 <http://course.sahk1963.org.hk/>，課程現已接受報名。
3. 於 2019 年 5 月 27 至 31 日將舉辦以普通話教授並針對國內特殊教育及康復人員培訓需要之「腦癱兒童之個別學習計畫 (IEP) 與有效的康復策略」課程，現已開始接受報名，請於 2019 年 3 月 15 日前電郵 edith_yys@sahk1963.org.hk 寄回報名表，並為合資格單位提供優惠收費。
4. 「2019 應用引導式教育單位概覽」網上資料庫接受新資料，請於 2019 年 3 月 31 日前把資料電郵寄回。



▲相片一



▲相片二

記事簿 @ 2018

7 月 12 日	教學部舉辦「引導式教育行政及專業人員工作坊 — 成人服務全面攻略」，課程介紹如何建立成年學員之自主自立能力及將全人復康融入在日常生活及工作中。
7 月 13 日	以色列的資深講者 Ms Vardit Kindler 與教學部引導式教育導師主講 “Bobath concept and Conductive Education” 研討會，見相片 (一)。
7 月 16-20 日	教學部導師到石家庄市第一醫院提供引導式教育外展顧問服務，並舉辦「腦麻痺兒童之母嬰小組研習工作坊」，見相片 (二)。
8 月 15 日	教學部導師為協會兒童及家庭支援服務入職同工提供「引導式教育導引講座」。
8 月 27-31 日	教學部導師到天津市武清區和平之君兒童康復中心提供外展顧問服務，見相片 (三)。
10 月 5 日	教學部舉辦「引導式教育輔助人員課程」A 班，見相片 (四及五)。



▲相片三



▲相片四



▲相片五

- | | |
|-----------|---|
| 10月22、29日 | 幼兒部舉辦「引導式教育家長導向課程」。 |
| 10月26日 | 幼兒教育課程學生到訪本中心，認識體障兒童的服務。 |
| 11月14日 | 教學部為香港專業教育學院提供引導式教育外展講座及工作坊。 |
| 11月17日 | 教學部舉辦「引導式教育輔助人員課程」B班。 |
| 11月19日 | 6位來自上海市殘疾人聯合會的代表來港進行探訪，上午參觀了協會綜合康復服務中心盛康園，了解中心為成年肢體傷殘人士及智障人士提供的服務及設施，見相片（六）。下午參觀本中心，認識引導式教育在特殊幼兒中心的應用，見相片（七）。 |



▲相片六



▲相片七

查詢

香港耀能協會 賽馬會 方心淑引導式教育中心
電話：(852)-23362011 傳真：(852)-23379580

地址：九龍橫頭磡邨宏亮樓地下 6 - 17 號
電郵地址：edith_yys@sahk1963.org.hk