

相片欣賞



熱身活動—毆喘操

透過簡單又暢快的動作，使人在專注、記憶、閱讀、寫作、組織、聆聽、身體協調等各方面，得到改善，增進腦部活動能力。



感統運動項目—滑板超人

學生腹臥於滑板車上，仿如超人由斜台俯衝而下，增加前庭的刺激，改善重力不安全感。



感統運動項目—跳彈床

提供前庭覺和本體覺的刺激，增加動作計劃能力。



感統運動項目—大長「碌」

提供觸覺、前庭覺、本體覺的刺激，提升動作計劃、協調能力，改善重力不安全感。



感統運動項目—推球

提供前庭覺刺激，增加動作計劃、協調能力，訓練小肌肉。



感統運動項目—按摩

劇烈的運動過後，按摩是讓身體休息方法，腦部會因而產生腦內啡(Endorphin)——又稱安多芬，能發出幸福、開心等訊息，能使我们精神上感覺舒緩、安祥及和諧。



家長及教師研習

我們邀請了香港感覺運動學會會長招永昌先生舉行研習，加深了家長及教師對感覺統合運動的認識。



慈航學校

Chi Hong Primary School

地址：新界沙田源昌里一號 電話：26486129 傳真：26364129

網址：<http://www.chihong.edu.hk>



感覺統合運動

感覺統合(Sensory Integration) 是一種神經過程 (neurological process)，當兒童的自身與環境的感覺訊息接觸時，大腦及整個神經系自動作組織和詮釋，以致個體有效地和環境互動。

三至七歲是兒童的「感覺統合」期，是兒童往後發展的重要基礎。

本校自零八年起引入感覺統合運動，透過有系統及有計劃的感覺經驗，滿足感覺需要，促進腦神經成熟，讓腦部可有效地處理外界及自身感覺訊息，而作出適當及切合環境的反應，從而提升專注力，增進學習成效。

本校感覺統合運動的重點：

- 透過富趣味性的遊戲活動和運用不同的活動器材，提供豐富的感覺輸入，包括本體覺、前庭平衡覺、觸覺等，促進兒童感覺統合的發展，提升專注力。
- 提供多元化的肌肉活動，改善兒童的身體各部分的協調能力和姿勢控制，尤其在大小肌肉的控制。
- 透過富挑戰性的活動，給予孩子適當的挑戰，讓孩子取得成功經驗和滿足感，建立自信心。

若 貴家長在感統運動上有任何查詢，歡迎致電本校與老師或社工聯絡。

家長心聲

馮家杰家長：

我的孩子做了感統運動後，身體健康了，體質也增強了，回家吃飯也多吃一點。



李金進家長：

參加了感統運動後，我的兒子說他上課較以往精神，以前默書較為緊張，現時卻能放鬆心情。



朱佳琪家長：

佳琪進行感統運動後，上課的精神較以前好，專注力也有提升。



施漢廷家長：

我和丈夫自幼稚園起已發現漢廷的專注力十分薄弱，大小肌肉的發展較同齡兒童為慢，寫字東歪西斜的。我們原本都十分擔心他升讀小學後的適應問題，但自從他參加感統運動後，短短一個多月已發現他不斷進步，無論是專注力、握筆的姿勢或力量控制方面都提升不少。



陳瑋龍家長：

最初不知道這是什麼運動，參加了感統運動後，我和瑋龍都十分期待下一次感統運動的到來。



謝潔心家長：

自從參加了感統運動後，我的兒子在平衡力的整頓上，常期待著下一次感統運動的來到，平衡力大有進步，沒有之前那麼容易碰撞，專注和自信也有所提升。



導師心聲

徐玉屏老師：

運動所帶來的好處相信無人置疑，我亦十分相信小朋友是很需要正確的渠道去發展體力，再配合精心設計的感統運動，對學生的協調能力、空間控制力及體能控制確會有幫助。事實上，「感覺統合運動」不能直接反映在學業上即時有巨大的改進，但他們大都能藉此增加學習動機，令反應更靈活，精神和專注也有所提升。根據本人觀察所見，自學校推行感統運動以來，家長的反應很好，部分學生的學習情況亦有所改善。



施建源老師：

你的子女是否經常做事心不在焉？你的子女是否經常手舞足蹈？我的兒子也是如此，就讀幼稚園高班的他，專注力十分薄弱，做事時經常東張西望的；但參加了感統運動的密集訓練後，我感受到他的進步，專注力也提升了不少，至少他現在會主動跟我說「爸爸，我默書有 8 個星星（8 個滿分），我要擺夠 10 個星星。」



李潔萍主任：

「什麼？你們的老師還不夠忙嗎？怎麼自找麻煩在學校設立感統室，還要當起感統運動導師？感統運動真的有用嗎？」在我與其他學校的老師分享時，他校同工都會提出一連串的疑問。

真的，每星期要額外進行三節的感統運動課，當然令我們的工作量增加了。而帶着一群小孩跑來跑去，替他們按摩，有時真是累得想偷懶。但看着熱心的家長義工較我們還落力，風雨不改的到來，為了鼓勵學生堅持叫得聲也啞了；看着本來上課時總是魂遊太虛的同學，專心致志地完成訓練；看着同學們完成目標時自豪自信的笑容……這個懶，實在偷不下手。



社工心聲

周綺霞姑娘：

每天都有幾位同學走到我的面前說：「姑娘！今天有沒有感統運動？我可不可以做呀？我很想玩。」我知道學生真的喜歡感統運動。

自從十一月份開始，學校在家長義工的協助下，令我們可以有系統地安排學生進行運動，在此我謹代表學校感謝家長的支持。在短短兩個多月的感統運動中，我觀察到學生的身體協調及平衡有明顯的進步，集中及專注力亦有所提升。最令我感到高興的是學生很喜歡這運動，聽從指示及遵守規則的表現亦有很大的進步。

