

甚麼是動作 協調障礙?

動作協調障礙

(Developmental
Coordination Disorder)

是指兒童在動作協調上出現困難，以至影響他們的學習表現及日常生活。此障礙在醫學上的成因未明，但若兒童缺乏適時的協助，此障礙會延續至成人階段。



我們的團隊

負責人

薛慧萍 香港中文大學 體育運動科學系 副教授

團隊成員

梁鳳蓮 香港中文大學 體育部 主任

王香生 香港中文大學 體育運動科學系 教授及系主任

蘇詠芝 香港中文大學 教育心理學系 副教授

沈劍威 香港中文大學 體育運動科學系 助理教授

劉佩香 前衛生署 兒童體能智力測驗中心 高級物理治療師

統籌

于潔 香港中文大學 體育運動科學系 博士後研究員

榮譽顧問

劉成志 沙田仁安醫院 兒科顧問醫生

鄭頌霖 鳳溪第一小學 資深體育教師

黃文志 海正覺蓮社佛教正慧小學 資深體育教師

鳴謝

此項目由香港中文大學知識轉移項目支持
(KPF161CF06)

研究助理

陳靖汶

黃逸飛

吳嘉穎

葉施言



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



Supported by Knowledge Transfer Fund at CUHK
香港中文大學知識轉移基金支持項目

動作協調 障礙



患動作協調障礙兒童所面對的困難？

- 較難掌握運用大肌肉（如自行上落樓梯、講求時間配合和身體平衡等的體能活動）和小肌肉（如拾細小物件、使用剪刀）的技巧
- 較難掌握自理的技巧，例如進食、刷牙、扣鈕、穿衣、穿鞋帶
- 學習表現問題，例如抄寫緩慢、字體欠工整、繪畫／做手工欠靈活、體育課學習新動作較難跟上
- 行為及情緒問題，例如逃避與朋輩參加體能／室外活動、容易發脾氣、參與動機和自信心較低

家長或照顧者通用

I-CARE策略

目的：協助孩子發展及學習肌肉動作和技巧

- 指示 (*Instruction*)
運用簡單語言及指示，避免一次進行過多講解，並盡可能作親身示範
- 一致 (*Consistency*)
當進行練習時，設定同一練習場景和使用相同物料
- 協助 (*Assistance*)
提供協助和讓孩子獨立處理的機會，鼓勵孩子以自己的方法完成任務
- 重複練習 (*Repetition*)
以數天或數星期為單位，重複進行相同練習。為所有練習設定可達到的目標
- 鼓勵 (*Encouragement*)
鼓勵孩子堅持和嘗試完成練習，營造成功機會，並認同及加強他們的長處



教育工作者通用

MATCH策略

目的：確保練習和學習環境配合學童的需要

- 修改練習 (*Modify the task*)
修改練習的難度（如進行不同種類、不同距離和不同方向的投擲活動），讓學童於參與過程感受成功滋味
- 調整期望 (*Alter your expectation*)
考慮活動的最終目標，有需要時給予額外時間或其他方法以完成練習
- 策略教學 (*Teaching strategies*)
讓學童選擇他們有興趣的活動，按部就班，逐漸加深難度，以支持學習動機
- 改變環境 (*Change the environment*)
考慮活動的最終目標，留意及減少影響學童身邊的環境因素（如噪音、燈光等分散注意力的視聽元素），並改變練習工具（如使用較大或速度較慢的皮球）
- 協助理解 (*Help by understanding*)
營造一個著重參與及避免競爭的課堂環境，促進朋輩之間的互動，讓學童感到別人的支持和認同，並鼓勵他們嘗試參與新的活動，協助建立自信心