

專業團隊一談與物理治療師之合作

物理治療師進入學校系統能做什麼？

主題文章

1

文：物理治療師 王一珉

小朋友在幼兒園中學習跟交朋友是再自然不過的事，但有一群孩子因在動作上有限制，沒有辦法盡情地跟其他同學一同活動、一同奔跑。他們常會擔心自己跌倒、無法跟上同學，甚至有些小朋友因肢體的限制，而無法行走。這時候就需要老師及專業團隊的協助，讓小朋友可以融入班級的各項學習活動中，而物理治療師就是其中的重要成員。

物理治療師在學校系統中扮演什麼角色呢？

觀察個案，找出問題的原因

對於班級老師提出動作上有狀況的小朋友，例如：走路容易跌倒、撞到物品或跑步姿勢怪異等，我們會和老師一同在課程中觀察並討論，給予活動規劃的建議。如：小朋友常在教室中，沒有撞到東西，卻跌倒受傷，物理治療師觀察後發現個案的動作協調及肌肉力量不足，因此無法控制身體，也因急著想要完成老師的指令，而不小心受傷。因此建議老師可在體能活動中加入簡單且可重複訓練的動作，加強身體穩定度，或在律動課程中，調整動作的難易度，選擇節奏較慢的歌曲，讓個案較能跟上節拍。或在安全的狀況下，刻意請他幫忙搬椅子或教具，製造多一點的練習機會。經過一學期的練習，小朋友的動作能力明顯進步，體能課也可以跟著其他同學一起活動了。

依據個案需求，評估合適的輔具

針對肢體障礙的小朋友，物理治療師可以在評估後，建議學校申請合適的輔具幫助他們學習、移動並建立其獨立性，從而可以跟著其他小朋友一起學習。例如：無法坐在椅子上的小朋友，經物理治療師評估並建議合適的擺位椅或輪椅，便能坐著跟其他同學互動、玩玩具。對於無法獨立行走的小朋友，則可建議移行輔具，如：助行器，讓他們可以藉著輔具自己在班級中移動行走、跟著老師的指令進行各項活動及戶外課程。

與班級老師討論，規劃環境及動線，落實最少限制的環境

依據學校環境及小朋友的狀況，與班級老師討論課程規劃並給予環境、動線等建議，例如：修正環境動線及設置無障礙設施等，讓小朋友可以安全的在校園中行走，跟著同學一起到另一個教室活動以及到廁所如廁…等。

與班級老師討論，如何將建議與課程活動結合

對於有動作障礙的個案，治療師會考量小朋友的課程參與度，綜合認知、常規、生活自理等能力，提供個別化的建議，協助老師用最有效率及安全的方式，進行教學活動，並透過課程調整策略，讓小朋友能融入團體，與同學開心學習。

另外，足部發育生長狀況、脊柱側彎、肢體缺損、粒線體疾病、先天性成骨不全等會產生動作問題的疾病，甚至是因身體病弱而在動作及體能上受到限制的小朋友，物理治療師也會針對其個別動作能力及班級活動的狀況，與老師討論可以運用什麼輔具或教學策略幫助他們更融入課程中。

未來期待

在學校中，物理治療師的任務就是幫助老師了解小朋友學習中可能會受到哪些限制及所需協助的部分，使老師可以更有效率的設計課程、利用輔具介入或是動線規劃等方式協助小朋友學習。同時，經由物理治療師的示範教學，降低老師在協助小朋友時可能會受到的職業傷害，從而保護老師。最重要的是藉由物理治療師的入園服務，讓老師與小朋友更自在且快樂地在校園中生活。



物理治療師的實務個案分享

文：物理治療師 王一琄

小晶是一位不明原因發展遲緩合併智能障礙的五歲小女生，就讀於幼兒園集中式特教班。她無法說話表達，但能聽懂「站起來」、「坐下」等簡單指令，可以坐在椅子上跟著同學一起上課，也可以自己站起來走一小段路，但走路速度較慢且不穩，因此戶外活動時，需要大家牽著走，也容易走著走著就莫名其妙的跌倒，老師很擔心她因此受傷。當物理治療師入園服務時，班級老師便請治療師觀察小晶的動作能力，並提供練習的方法。以下是物理治療師與班級老師共同合作，協助小晶的歷程。

治療師入班觀察



追蹤成效並調整建議

戶外課程中，物理治療師發現小晶可以跟在隊伍後面慢慢走，但走路總會偏向右邊，全班小朋友走操場時，小晶常走了1/3圈就體力不支，要求老師抱或直接蹲下來，因老師須同時照顧其他小孩的安全，只好讓她站在另一位肢體障礙同學的站立架上，一起完成繞操場的活動。治療師檢查小晶的身體姿勢，發現她身體會歪向一側，所以走路時看起來雙腳不一樣長，有一點跛腳的樣子。

以上教學策略執行約一個學期後，小晶的體能明顯的進步，雖然走路偏向右側的狀況仍然明顯，但已可以慢慢地繞操場一圈，骨科醫生診斷後也提到，雖然小晶有一點脊柱側彎，但不嚴重，再觀察即可。



提供班級老師建議

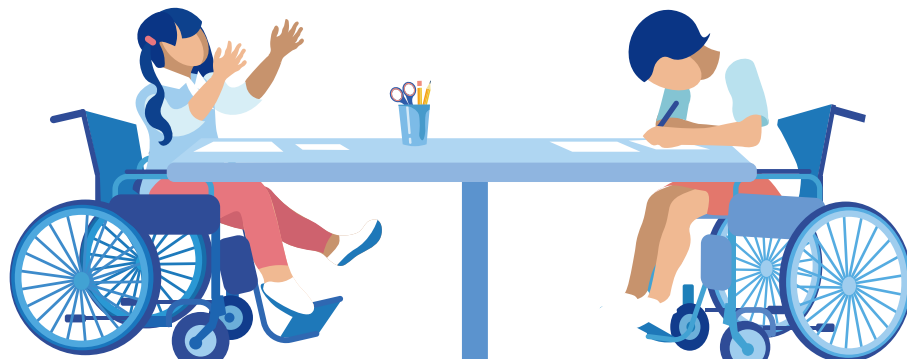
物理治療師跟老師討論所觀察到的狀況後，建議家長針對小晶身體傾向一側的問題，先到骨科請醫師檢查是否另有狀況。另外，對於在校無法跟大家一起完成體能活動的部分，則建議老師先進行體能的提升，也要增加柔軟度，以避免小晶身體兩側的肌肉柔軟度越來越不平均。

後來，物理治療師觀察，小晶雖然可以獨立行走了，但對於地上的障礙物跟一旁的傢具，常走著走著就撞上去了。因此建議家長帶小晶去眼科檢查視力。而就診結果發現，小晶雙眼是高度遠視及散光，同時兩眼有嚴重視差，難怪她走路常跌倒或撞到物品，因此醫生建議小晶配戴眼鏡改善視力。

經過班級老師、家長與物理治療師的共同努力之下，除了於課程中融入動作訓練及加強體能，小晶也配戴了適合的眼鏡。三方合作一段時間後，老師很開心的說，小晶終於可以自己獨立行走，也可以在操場上小跑步，不再需要老師和同學的大量協助。在教室中，動作也靈活許多，可以放心地讓小晶自己完成更多的事情，我們也期待小晶的生活自理可以越來越獨立。

班級老師在教學活動中執行建議

根據物理治療師的建議，老師安排小晶在教室中做一些運動，例如晨間活動時間，透過撿拾地上沙包再站起來的遊戲，加強身體及腿部的肌肉力量。體能課則增加仰臥起坐、丟沙包等活動，或是在教室中讓小晶自己搬椅子，提升體能。在學校活動或課程中，老師也會藉機讓小晶增加行走的距離，引導小晶自己注意看前方，慢慢地走避免跌倒。



在服務的過程中，我們常會發現到不只是動作控制的問題，也可能是視覺或其他感官有一些狀況，導致小朋友學習上的困難，因此常有需就醫的情形。藉由醫療診斷先釐清問題，再由物理治療師、老師、家長三方面的合作，才能讓小朋友在學校的生活跟學習更加順利，也因為有大家的努力，讓特殊孩子可以擁有更好的生活品質。


生活友愛，學習無礙

文：中信國小附設幼兒園教師 林佳旻

4歲的小彥(化名)患有發展性協調障礙，在動作表現上與同齡孩子有明顯的差異，走、跑、跳、轉圈肢體非常不協調，同時也伴隨著注意力不集中、語言上的問題，影響了小彥的生活以及學習，安置在普通班的小彥面臨著團體生活的挑戰，深怕小彥受傷的老師也感到十分緊張、焦慮。

美麗的相遇

物理治療師對班級老師們來說是精神良藥，當老師無助時，可以給予安慰、支持以及醫療訓練上的協助。治療師第一次入園服務，我們便討論了許久，詳細描述小彥的能力表現，以及目前班級活動上遇到的困境，讓物理治療師可以快速了解班級以及小彥現階段的需求。

- 
- 1 上下肢肌肉無力，參與活動持久度不高。
 - 2 手腳扭曲、軀幹彎曲，坐姿、行走姿勢不良。
 - 3 肢體動作不協調，影響走路、攀爬、蹲站等連續動作。

相遇後的奇蹟

物理治療師針對小彥的需求給予姿勢的指導、利用腳踏車的遊戲，幫助小彥提升腿部肌肉的力量，課程結束前以闖關遊戲的方式讓小彥靈活身體的運用，同時也讓老師更清楚了解小彥透過訓練達到的成效。每一次課程結束後，可愛的小彥都會很開心地和老師分享了哪些活動，並童言童語的說:我好累哦，下次再來玩。

課程結束後與老師的交流是很珍貴的寶藏，物理治療師分享了幾組訓練的技巧，讓老師可以將活動融入於班級作息中，班上小朋友可以一起參與，同時訓練小彥，達到融合教育的目的。與治療師對談後，發現評量幼兒能力時，又多了不同的面向，除了檢核是否有完成之外，更重要的是過程中的姿勢、穩定度是否有做到位。



物理治療師的建議

- 1 練習踮腳尖行走，鼓勵過程中保持身體穩定、不將腳跟放下。也可練習用腳跟行走，過程中同樣只有腳跟著地，也可利用這兩個姿勢練習跨過障礙物等，增加腳踝動作控制及動態平衡能力。
- 2 利用單層箱子或矮階進行練習，練習踩上一階後再往後走下，過程中保持大腿朝向前方，要求個案慢慢站上矮階再慢慢回到地上，增加下肢動作的穩定程度。
- 3 練習雙腳跳躍(可利用圈圈等物品作為標記物，鼓勵他逐漸增加跳遠距離)、跳過低矮障礙物等活動，增加下肢功能性肌力。
- 4 可利用類似仰臥起坐的方式增加腹肌肌力，也可利用小飛機動作(趴著將手腳抬離地面)增加背肌肌力，每次維持10-20秒，再逐漸增加重複次數或維持時間。

生活友愛，學習無礙

經過一年的訓練，小彥在大肢體動作明顯進步非常多，腿部肌肉變得更有力量，可以騎著腳踏車挑戰彎曲的路線、也可以在同學的協助下，進行跳袋遊戲。在一次兒童節活動中，老師帶著孩子到三重大都會公園「熊讚公園」，小彥竟然能自行爬上攀爬架到2層樓高的溜滑梯，這讓老師/治療師/家長真的是又驚又喜，回想起剛入學的小彥，簡直判若兩人。

物理治療師參與了我們的課程，即便治療師每學期入園時間有限，但帶給老師訓練的能力/技巧是永遠的，感謝中信附幼的物理治療師有耐心的指導小彥，讓孩子喜歡訓練的過程，也不藏私的將專業與我們分享，讓我們能夠延續治療師的專業運用在班級課程中，物理治療師就像是老師與家長的好朋友，透過分享/交流讓彼此更有能量的繼續陪伴孩子成長。



「我們都是神隊友」

物理治療師、班級老師、家長、巡迴輔導老師之合作經驗分享

文：文德國小學前特教巡迴輔導教師 李孟娟

我與小俊（化名）的緣分源於優先入園鑑定，他是我鑑定的個案，後來更成為我輔導的個案。以下針對他的資料做簡述：小俊是不足月出生的早產兒，曾住過保溫箱，身體右側有高張力的狀況，2歲前的治療課是以「輔以達訓練」（特定的姿勢下，於軀幹、四肢施以特定的按壓刺激，誘發反射性移行動作）為主。目前3歲8個月就讀公立幼兒園的小班，粗大動作能力狀況：可自己行走但步態不穩、易跌倒，右腳扁平足且會踮腳尖，左腳踝關節下塌（往內下壓），需扶物兩腳一階上下樓梯；不會原地跳、往前跳，走高低不平的路面或跨越時皆需要大人牽手或扶物進行。

班級老師、家長還有我，都希望可以先改善小俊右腳會踮腳尖走路的情況，提升整體平穩度與穩定的步態，以及上下樓梯、跨越等能力，減少大人在身旁協助或提醒，我們也期待藉由物理治療師的專業建議，提供方法讓小俊練習以提升下肢動作能力。

治療師的介入

物理治療師入園時，會先主動詢問班級老師小俊的能力表現及遇到的困難，接著詢問家長校外治療課的狀況。然後，再幫忙檢查小俊的關節活動度，測試基本動作能力，過程中會以遊戲的方式進行，並口頭鼓勵和讚美小俊的表現。同時，我也會提供治療師一些日常對小俊的觀察及輔導內容做為參考。

課程結束後，治療師會統整老師們及家長的想法、閱讀IEP目標、醫療評估報告等資料，提供以下的方法讓小俊做練習，如：多練習向上走斜坡，讓腳跟完全下壓至地面，踮腳尖的情況較能有所改善，斜坡部分可利用校門口的殘障坡道來練習；先具備蹲著玩玩具能力→再練習原地跳、往前跳，下肢有力氣後，跳躍、跨越、上下樓梯的能力就會提升，至於練習走高低不平的路面，公園裡有大小的石階及健康步道都可以讓小俊做練習。



實際執行

有了治療師的建議之後，班級老師會利用每天晨間大肌肉活動時間8：30~9：00安排全班到校園外的公園一起活動，如往前跳呼拉圈、小鴨子走路、大熊走路、跨越石階…等，善用日常作息及融合方式讓小俊練習。但因小俊上學時間較不固定，有時無法參與到活動，就會請家長陪伴他向上走殘障坡道3~5次或光腳走校園外的健康步道1次後，再進教室上課。巡迴輔導老師則是利用下午3：30~4：00放學前的時間，運用學校的河石或呼拉圈等教具，陪同小俊做個別練習，如跨、跳、蹲等動作。我們三方都抓緊時間，執行治療師的建議。



終於，皇天不負苦心人，透過治療師入園服務、老師們與家長的配合以及小俊的努力後，小俊可以跨越公園內20公分間格的石板平梯、上下樓梯雖然還是兩腳一階，但已經不用大人牽手或扶扶手了，也會原地或往前跳一下，蹲著玩玩具約3~5分鐘。因為有小俊、物理治療師、班級老師、家長、巡迴輔導老師等互相的合作，才促使小俊的動作能力逐漸進步。

神隊友的合作與支持

從一群神隊友的合作經驗中，看見了小俊在粗大動作方面的展現與進步，除了他自己願意努力練習之外，與他接觸過的所有相關人員包含物理治療師、班級老師、家長及巡迴輔導老師等，都是他最大的支持與協助者。

當然物理治療師每次入園服務時，都會詢問老師們及家長實際執行的狀況及小俊的能力表現，班級老師或巡輔老師有時也會拍下小俊的動作影片和治療師討論，治療師會依據大家所提供的資料給予新的建議，再請老師們與家長繼續執行。

另外，學校行政端會盡量安排相關專業人員與巡迴輔導教師同一天入園服務，當天也會邀請家長一同參與，以達到三方都能了解個案的需求，並經由治療師、老師們、家長討論之後，一起協助個案於日常作息中執行循環式的練習，這就是跨專業的合作及互相支持的模式，並且發揮專業團隊入園服務之目的，使我們的特殊孩子成為最大的受益者。

徵稿啟事

親愛的家長、老師您好

看過許多家長及現場教師們的分享經驗，您一定也有許多寶貴的教養經驗或教學法寶，期待也邀請您一起在「小蝸牛」中呈現，讓您可貴的心情點滴與愛的燃燒，繼續延續下去。

重要公告

110年起小蝸牛報報將改由線上方式出版
歡迎至新北市幼兒教育資源網〈幼教園地〉內閱覽。

民國110期別

主題

截稿日期

冬季號

專業團隊—談與專業人員之合作

110.10.15

投稿信箱：prsec2@kidmail.ntpc.edu.tw

請於稿件中註明服務單位（學校）、姓名及聯絡方式。「小蝸牛報報」將因有您的參與而更精采、豐富。