

动作协调障碍 – 早期阶段指南

常见障碍	学龄前的问题	有效的策略
<ul style="list-style-type: none"> • 动作成长阶段的发育迟缓，如翻身、坐、站、走路、跑、跳与蹦。 	<ul style="list-style-type: none"> • 经常摔跤。 • 难以走直线、容易撞到人及东西。 • 难以跑、蹦、跳、接球、踢球及骑单车。 	<ul style="list-style-type: none"> • 走在不同的平面上如厚的地垫、平衡板或摆动板。 • 用粉笔或胶带在地上制作一条直线、圆圈或其它形状并按着图案慢慢走在上面。 • 用手传递或丢掷(穿越身体中线)豆袋或其它小玩具 – 鼓励孩子观察玩具移动的路线。 • 接气球、围巾、杂耍球和不同大小的球。 • 用双手在空中抓泡泡。 • 障碍课程。 • 当用膝盖走路时、往后走、爬行时(往前或往后)顺着障碍物走如圆锥体。 • Skittles 彩虹糖(用来丢与踢) • 鼓励坐在摇椅上、翘翘板和乘骑玩具，并温柔地鼓励孩子坐在上面移动它。 • 把孩子的脚放在踏板上，并使用成人的把手去推着移动，这样孩子可以体验往前移动所需的动作为何。
<ul style="list-style-type: none"> • 更衣缓慢或做不好，在大部分的动作上都显得迟缓。 	<ul style="list-style-type: none"> • 难以将衣服从头由下往上脱掉。 • 当脱裤子及袜子时平衡感不好。 • 难以把衣服扣上。 	<ul style="list-style-type: none"> • 穿衣物时坐在有靠背的椅子上可获得额外支撑的力量。 • 建议穿着宽松及易穿/易脱的衣服以及魔术贴扣

	<ul style="list-style-type: none"> • 难以记得一件任务的组成顺序。 • 对衣服的方向感不佳。 	<p>件。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 将每一个任务的步骤分成容易逐步执行的一小部分。提供图片去提醒任务的顺序。 • 关于物品往下进行的顺序可遵循熟悉的作息习惯。 • 选择有商标或是 V 字领的衣服有助于容易分辨衣服的方向。
<ul style="list-style-type: none"> • 难以操作精细动作协调的技能 	<ul style="list-style-type: none"> • 在使用工具、铅笔与餐具上有困难。 • 惯用手发育迟缓。 • 缺乏手部力量及难以保持抓握的姿势。 • 双手同时使用有困难。 • 也许不能玩拼图或形状分类游戏。 	<ul style="list-style-type: none"> • 当孩子在做精细协调动作的任务时，确保他们坐着时双脚平贴在地上而且臀部靠椅背。 • 提供粗胖的铅笔与蜡笔。 • 较大的器具比较容易掌握操作，如附有圆状把手比附有小钉子在上方的昆虫拼图游戏更好掌握。 • 磁性游戏和玩具可提供一些阻力，可帮助建立手部的力量而且也比较不会被敲到。 • 可以把黏土卷成一根香肠、一颗球，也可拿来练习捏和挤压。 • 在画架上做练习可以建立手臂/肩膀/手腕的稳定度。
<ul style="list-style-type: none"> • 用餐时很凌乱 	<ul style="list-style-type: none"> • 将食物洒在桌上和他们自己身上。 • 在有效使用刀具上有困难。 	<ul style="list-style-type: none"> • 确保孩子坐着时脚有被支撑着，并且桌子的高度合适。

	<ul style="list-style-type: none"> • 也许会不喜欢某些食物的口感。 	<ul style="list-style-type: none"> • 提供一个止滑垫放在盘子下方 (可在大街上的特价商店里买到) • 提供附有粗胖手柄的刀具，因为这些手柄比较好握也容易操作。 • 对孩子食物口感的喜好需多加注意，如果必要，将食物分开放在盘子上，并且逐渐介绍新口感的食物。
<ul style="list-style-type: none"> • 在说话和语言发展上迟缓。 • 也许会呈现社交沟通上的困难。 	<ul style="list-style-type: none"> • 难以解释需求或回答问题。 • 难以复述一件事。 • 无法记得和/或遵循指示。 • 难以专注和聆听。 • 口齿可能不清晰。 • 难以理解肢体语言和个人空间。 	<ul style="list-style-type: none"> • 在给予孩子指示前先吸引他的注意力并减少让他分心的事物。 • 一次只给一到两个的指示，并要求孩子在开始执行前先覆述一次。 • 使用简单的语言加上视觉的提示。 • 让孩子有时间去思考信息。 • 如果口齿不清，示范正确的发音，除非有说话和语言治疗师的指导，否则不要去纠正。 • 角色扮演活动。 • 提供照片去帮助个人经验的回忆，使用家庭/学校联络簿去协助。 • 提问题时用封闭式问题而不是用开放式问题。 • 练习不同脸部表情的意思。 • 鼓励孩子去思考关于他们离其它人的距离有多

		远 (保持一臂之宽)。
<ul style="list-style-type: none"> 也许在结交和维持朋友关系上有困难，或难以判断与人在一起时该如何表现。 	<ul style="list-style-type: none"> 难以发展玩耍技能和遵循游戏规则。 也许对私人物品没有概念。 难以结交朋友。 难以理解其它人的感受以及他们自己的行为对别人造成的影响。 	<ul style="list-style-type: none"> 专注在教导必要的玩耍技能如轮流拿取、谈判技巧等等。 介绍一个朋友圈子或好友系统来帮助孩子建立人际关系。 使用社交场景故事及角色扮演来练习如何在这些场合里表现。 练习理解不同的情绪。 使用不同的策略如连环漫画的对话内容。
<ul style="list-style-type: none"> 发展性语言行为障碍 (DVD) – 影响一小部分的儿童 	<ul style="list-style-type: none"> 有某些动作协调障碍，但最主要的障碍是说话和语言。 通常很晚才开始说话，安静及害羞/内向。 当他们发展出某些语言时，由于子音与母音经常性替换与省略，因此咬字相当不清晰。 他们也可能会有口部技能的困难，如吹、舔、吸与饮食方面的困难。 	<ul style="list-style-type: none"> 患有 DVD 的儿童必须由说话和语言治疗师指导，他能提供孩子所需的特殊建议。
<ul style="list-style-type: none"> 也许对空间概念少有认知如‘里面’、‘上面’、‘前面’。 	<ul style="list-style-type: none"> 在规划与方向感上有困难。 	<ul style="list-style-type: none"> 使用农场、动物园、火车、旅途游戏，例如‘把乳牛放在牲口棚的前面’以及要求孩子把故事重新复述一次给你听。

		<ul style="list-style-type: none"> 在歌唱时做些比划手势的动作如‘水手航向大海去、大海去、大海去’。
<ul style="list-style-type: none"> 时间观念不好。 	<ul style="list-style-type: none"> 对时间概念少有认知，如‘以前’、‘之后’、‘将来’。 星期几/几月几号/季节的概念差。 	<ul style="list-style-type: none"> 使用‘现在’和‘下一步’来强调事件的顺序 当每日重要的事件发生时，讲出时间点，如“早餐必须是早上8点钟”。 与你的孩子制作一个视觉时间表，使用照片去描述孩子一天/周中的重要事件(如游泳、学校放假)。 把每日的时间表与月历放在孩子可以经常看到的地方。 建立与孩子本身经验相关的概念，如此一来他/她才能从自己已经知道及能做的事做起，进一步进步。
<ul style="list-style-type: none"> 抗拒改变。 	<ul style="list-style-type: none"> 难以适应突发的变化，会导致焦虑。 	<ul style="list-style-type: none"> 尽可能保持房间里的秩序井井有条 – 每一样物品都摆放在它自己的位置。 使用视觉时间表去提前告知任何改变。 使用角色扮演与戏剧去探索不同的结果与情节。
<ul style="list-style-type: none"> 似乎无法凭本能学任何事情，必须被教导技能。 	<ul style="list-style-type: none"> 难以参与或专注。 今日可以做的事情改日却不能做。 响应所有刺激性事物而无辨识力。 	<ul style="list-style-type: none"> 当学习新技能时，给予一个不容易分心的学习环境。 当学习时，减少社交需求 – 让孩子独自学习。

	<ul style="list-style-type: none">• 快速掠过一个接一个的活动。• 打扰别人。	<ul style="list-style-type: none">• 允许孩子去选择符合自己兴趣的活动。• 将每一个新的任务拆成一小部分，并做好重复示范该任务好几次的准备。• 限制时间并使用沙漏计时。
--	---	---