

康橋幼兒園 園訊

第 556 期

肯定自己貢獻智慧快樂成長豐富人生

發行人：張家富

編輯：黃程如

園長：粘淑美

美編打字：黃程如

電話：2467861 · 2457457 發行日期：115 年 10 月 30 日

網址：<https://www.cambridgekids.com.tw/>



🌸 走入秋天的感官饗宴：秋天對幼兒的影響主要體現在免疫力挑戰與感官發展的黃金期；而這充滿色彩的季節，也是帶孩子走入大自然放電的絕佳時機！

隨著天氣轉涼，許多父母首先感受到的，是孩子身體對季節交替的敏銳反應。秋季日夜溫差大、空氣逐漸乾燥，這對幼兒尚未發育成熟的呼吸道與免疫系統而言，是一場不小的考驗。過敏性咳嗽、流鼻水，以及皮膚乾癢等「秋燥」症狀往往接踵而來。此時，父母除了採用「洋蔥式穿法」為孩子適時增減衣物、加強皮膚保濕與水分補充外，最好的抗敏良藥，其實就是走向戶外，透過適度的陽光與運動來增強體盾。更重要的是，秋天是大自然色彩最豐富的季節。滿地的落葉、各種形狀的果實，都是最天然的感官刺激（Sensory Play）材料，能強烈激發幼兒的視覺、觸覺與想像。

走進大自然，整座森林與公園就是孩子最頂級的遊戲室。紅黃交織的楓葉能刺激孩子的視覺辨識；踩踏枯葉時發出的「沙沙」脆響，是美妙的聽覺交響樂；而形狀各異的松果與橡實，更是鍛鍊小手抓握、感受粗糙與光滑的絕佳觸覺教具。這些豐富的環境刺激，不僅能促進幼兒大腦的神經連結，更能在大自然的放電過程中，舒緩情緒、提升專注力。不妨趁著秋高氣爽，帶著孩子張開五感，一起收藏這個季節專屬的成長養分吧！

六歲前調整好這能力，未來的學習力會更強

★6歲前，是調整大腦感統失調的關鍵年齡

感覺統合理論為美國 Jean Ayres 博士所提出，是目前促進兒童發展相當重要的方法。感覺統合，是一種感覺的處理過程，好讓我們可以有效地運用身體與環境互動。

我們知道，孩子對各式感覺訊息的接受、調節以及運用的過程，對其感受、思考以及行動都會有重大的影響，這些會直接反映在孩子的情緒行為表現、學業表現和日常行為表現上。若是感覺處理過程中發生問題，即可能發生感覺統合障礙。

★感覺統合的重要性

感覺統合協助孩童認識自己、適應環境、調整學習力。學齡前的孩子，大腦就像一個感覺處理機器，透過感官，吸收大量資訊，藉由視覺、聽覺、動覺等各種感覺，幫助自己與周遭的人事物互動，並發展出適當的行為。

從寶寶談起，他們不太會表達、理解也有限，只能依賴一項項的感覺訊息來認識新事物！

例如：寶寶要認識一顆蘋果，他要用眼睛的「視覺」去看見蘋果的顏色，用鼻子的「嗅覺」去聞聞蘋果的香氣，用嘴巴的「觸覺」去咀嚼蘋果的脆度，用手拿起蘋果用「本體覺」感受它的重量…

透過各式各樣的「感覺」，在寶寶的大腦中留下痕跡，幫助大腦慢慢建立起連結，下一次，當他再嚐到這個水果甜甜脆脆的滋味時，大腦就會幫助他想起來「啊！這不就是蘋果嗎？」

感統失調，大腦訊息會不同步，產生情緒行為問題

部分孩子對於感覺過度敏感，討厭被不小心碰到、討厭跑跳旋轉、怕光、怕高、怕吵，這些是感覺統合失調的現象，會進一步導致孩子情緒不穩、愛哭、動不動就生氣。

而對於感覺比較鈍感的孩子，也可能因為反應不足，為了想要尋求更強烈、更刺激的感覺，而造成活動量過大、坐不住、專注力不集中、衝動等情形，嚴重的可能導致過動症的產生。

★感覺統合影響孩子的肢體運動協調

要能夠發展出協調、精準有效率的動作，感官(視覺/聽覺/動覺等)要正確的處理外來的刺激，大腦獲得正確的感覺資訊後，才有辦法精準無誤地對身體的各部位發號施令。

例如：當孩子想要把足球踢進球門裡，必須要先處理多項感覺訊息，如：球門有多寬、多遠？球有多重？地板有沒有傾斜？同時還要能有效率地運用這些感覺來策畫動作，如：要用什麼樣的姿勢踢？該要花多大的力氣？抬腿踢球的時候，身體其他部位要怎麼輔助出力，同時間另一隻腳要如何維持身體平衡？若孩子無法正確地輸入、判讀這些感覺訊息，並加以計畫，便不可能順暢地做出踢球的動作，更遑論射門得分了！

因此，許多孩子動作笨拙、不協調、平衡感差常跌倒、運筆書寫差、生活自理需要小動作的項目差(如穿衣、扣釦子、拉拉鍊、綁鞋帶等)，動作反應慢…等，都有可能是感覺統合不佳所造成的。

★感覺統合影響孩子的語言溝通能力

語言分為理解與表達兩個重要的發展，這中間與耳朵能不能專心聽，大腦能不能努力記憶思考，口腔動作整合能不能順利表達，有密切的關係。

聽覺輸入不佳的孩子，對教養的指令，時常漏聽、聽錯、聽不懂、或是沒辦法記住一連串的指令，爸媽交代三件事，他只能做出一件事，自然便會影響他的行為及表現，更會影響與人的溝通與表達，也可能會導致口齒不清或語言發展遲緩的情形。

★錯怪幼兒不專心及過動，原來是感統失調

事實上，感覺統合失調最一開始便是在學習障礙的孩童身上發現的。感覺統合是篩選、蒐集外在感覺資訊並加以利用的能力，感覺統合不佳的孩子，可能會導致讀、算、寫有困難。

例如在幼稚園時期學一個新的符號要比別人久，到了小學之後，學一個新的國字，總是記不起來，學業成績低落。

這類的孩子可能發生專注力不好、抄寫功課漏字漏行、閱讀過程跳字跳行、碰到要思考的科目總是先投降、數學應用問題無法轉換成算式並理解，而難以適應學校環境，嚴重的會產生特定學科的學習障礙。

綜合以上幾點，我們能夠了解，感覺統合對幼兒有重要而且長遠的影響。

該上感覺統合課程嗎？

感覺統合課程，絕不是帶孩子去公園盪盪鞦韆、溜滑梯等活動就可以取代的，因為感覺統合的輸入會帶給孩子不一樣的效果，是很需要職能治療師投入時間及臨床觀察能力的專業！

想了解您的孩子是否有感覺統合失調的情形，請參考下列敘述，如果您的孩子

有下列徵狀，均應該提高警覺：

徵 狀	是	否
過動、易分心		
專注力及警醒程度差		
對觸覺、味覺、視覺或聽覺過度敏感		
進行在梳洗、刷牙、穿衣、吃飯等日常生活動作非常挑剔，感到麻煩及困難。		
喜歡尋求感覺刺激，對於一般刺激反應不足，如：持續轉圈圈、喜歡由高處往下跳、對痛沒感覺。		
有情緒／行為上的問題		
動作協調度不好		
學習效率低落		

若您懷疑自己的孩子有感覺統合方面的問題，家長也不需過度焦慮，只要將一個觀點牢記於心，那就是：感覺訊息進入大腦後絕不會船過水無痕，當大腦對這項感覺訊息有應對的經驗過後，下回接收到相同或是類似的訊息，處理起來會更有效率。

因此，大腦接收的感覺訊息越豐富多元，建立的連結也就越多，就好像資料庫儲存了越來越多的資料，所以傳統的教養，很怕孩子從小玩的太野性，無法收心學習。

可是，現代科學育兒的教養確有很多證據顯示，透過玩、動手接觸、生活體驗、豐富的環境刺激，能讓孩子的發展在正常的軌道上，避免孩子發生「動作發展遲緩」「過動症」「注意力缺陷」「情緒障礙」「學習障礙」等問題。

作者： 王宏哲

活動看板

△11/05(四)	* 性別平等教育宣導
△11/12(四)	* 事故傷害(緊急傷病) -訓練、處理
△11/17(二)	* 慶生會
△11/19(四)	* 口腔保健宣導 -我會刷牙
△11/26(四)	* 反家暴、兒保宣導、 員工訓練

活動預告

★12/19(六)

歡樂耶誕親子愛心園遊會



臺南市私立康橋幼兒園 115 年 11 月份精緻美食

設計者：張淑清

日期	星期	活力早點	美味午餐					可口午點	全穀雜糧	豆蛋魚肉	蔬菜	水果
			主食	主菜	副菜 1	副菜 2	湯品					
2	一	全麥土司+牛奶	南瓜玉米濃湯餃(南瓜.玉米.水餃)				大陸妹	香蕉	芹香油豆腐冬粉	✓	✓	✓
3	二	蛋花蔬菜麵線 (蛋.高麗菜.胡蘿蔔絲)	五穀飯	醬燒里肌排	玉米炒蛋	地瓜葉	紫菜蛋花湯	香蕉	銀絲卷	✓	✓	✓
4	三	南瓜肉末粥(南瓜.肉末.蛋)	鍋燒意麵(肉絲.丸子.高麗菜)				尼龍白菜	木瓜	水煮蛋	✓	✓	✓
5	四	雞蛋饅頭+豆漿	咖哩豬肉燴飯(豬肉.馬鈴薯.洋蔥.胡蘿蔔)				菠菜	木瓜	紅豆薏仁	✓	✓	✓
6	五	玉米鮮魚粥 (玉米.虱目魚肉)	糙米飯	酥炸豬排	滷油豆腐.小烏蛋	油菜	金針花排骨湯	芭樂	芋頭餐包	✓	✓	✓
9	一	葡萄吐司+牛奶	香菇筍絲湯飯(香菇.肉絲.鮮筍絲.丸子.高麗菜)				青江菜	芭樂	南瓜玉米濃湯	✓	✓	✓
10	二	蔬菜湯麵 (高麗菜.胡蘿蔔絲.蛋)	燕麥飯	馬鈴薯燉肉	豆薯炒蛋	空心菜	雙色蘿蔔魚丸湯	芭樂	黑糖花卷	✓	✓	✓
11	三	小米肉絲蛋粥(肉絲.蛋)	日式什錦拉麵(肉絲.鮮香菇.高麗菜.丸子)				尼龍白菜	蘋果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓
12	四	黑糖饅頭+豆漿	什錦豬肉燴飯(紅白蘿蔔.梅花肉.木耳.金針菇.大白菜)				大陸妹	蘋果	地瓜綠豆	✓	✓	✓
13	五	蔬菜湯餃 (白菜.青江菜.水餃)	麥片飯	滷雞腿	毛豆炒豆乾	菠菜	海帶芽蛋花湯	柳丁	藍莓餐包	✓	✓	✓
16	一	地瓜粥+肉鬆+炒蛋	紅醬通心麵(肉燥.洋蔥.三色豆)				油菜	綜合菇湯	柳丁	蘿蔔油豆腐湯	✓	✓
17	二	蛋糕+牛奶	五穀飯	酥炸魚條	滷豆乾.海帶芽	地瓜葉	芹香三丸湯	柳丁	雞蛋牛奶卷	✓	✓	✓
18	三	絲瓜蛋麵線(絲瓜.蛋)	醬燒雞肉燴飯(雞肉.洋蔥.馬鈴薯.大白菜.木耳)				空心菜	芭樂	紅豆紫米	✓	✓	✓
19	四	鮮奶饅頭+豆漿	南瓜炒麵(南瓜.肉絲.高麗菜)				油菜	青菜豆腐湯	芭樂	滷黑輪	✓	✓
20	五	香菇雞肉蛋粥 (鮮香菇.雞肉.蛋)	小米飯	蘿蔔燉肉	玉米炒蛋	芥藍菜	番茄蔬菜湯	芭樂	香蔥餐包	✓	✓	✓
23	一	三色吐司+牛奶	皮蛋瘦肉粥(皮蛋.肉燥.蛋)				青江菜	香蕉	南瓜雞絲麵	✓	✓	✓
24	二	當歸肉絲麵線 (當歸包.肉絲.高麗菜)	燕麥飯	酥炸雞排	滷油豆腐.黑輪	地瓜葉	白菜貢丸湯	香蕉	金絲卷	✓	✓	✓
25	三	南瓜鮮魚粥 (南瓜.虱目魚肉)	蝦仁肉絲蛋炒飯(蝦仁.肉絲.高麗菜.胡蘿蔔)				油菜	玉米蛋花湯	火龍果	關東煮	✓	✓
26	四	芝麻饅頭+豆漿	榨菜肉絲湯麵(榨菜.肉絲.豆芽菜.韭菜)				尼龍白菜	火龍果	綠豆薏仁	✓	✓	✓
27	五	餛飩湯麵(餛飩.白菜)	糙米飯	洋蔥燉肉	胡蘿蔔炒蛋	龍鬚菜		木瓜	草莓餐包	✓	✓	✓
30	一	杯子蛋糕+牛奶	鮮蔬南瓜雞肉粥(雞肉.南瓜.鮮香菇.高麗菜)				青江菜	木瓜	香蔥肉燥冬粉	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬、牛食材