

國立宜蘭特殊教育學校新聞剪輯

活動主題	水療課程	活動日期	108. 5. 14-5. 31
報導媒體	葛瑪蘭新聞網	登刊日期	108. 6. 11

特殊教育報導 / 系列七~ 特教生水中有氧體驗 一堂從頭笑到尾的課程【影音新聞】



特殊教育報導 / 系列七~
特教生水中有氧體驗 一堂從頭笑到尾的課程【影音新聞】

【記者李寶琴 / 五結報導】

一般行動不便者，是很少有機會接觸水中活動，更遑論是水中有氧運動。國立宜蘭特殊教育學校卻克服萬難，為該校學生安排三周的水中有氧運動及水療課程，除了達到增加學生伸展肌肉、增強肌力、心肺耐力及自信外，這更是一堂學生從頭笑到尾，充滿笑聲的課程。



國立宜蘭特殊教育學校高藝真主任表示，學校安排水中有氧運動和水療課程，耗費的人力和資源頗鉅，光是讓學生上、下泳池的「電動水中移位機」即將約40萬元，水費和電費支出更是一筆大開銷，因為各種學生差異性，水溫的維持必須隨時調節，控制在最適合學生的溫度中。



同時該校還從台北外聘專業的水中有氧教練，為學生量身設計適合的動作，且能達到運動的功能，這些活動所費不貲。

2019/6/14

特殊教育報導 / 系列七~ 特教生水中有氧體驗 一堂從頭笑到尾的課程【影音新聞】 | 葛瑪蘭新聞網

在水中上課的愉悅滿足感，更是難以言喻，從每個孩子的臉上散發出的光芒，開懷的笑聲，是宜特校內團隊努力的動力。





偶爾校外志工及社區參訪來賓會參與水療課程，亦會讚賞表示，宜特的學生實在很幸福，在校內有如此的設備及水中運動課程！



物理治療師陳佳惠指出：水是一種具有魔力的媒介，在水中：

不說話的孩子會說話了！

不能在路上行走的孩子能走路了！

不能動的孩子，在溫水中能自在的活動了！



國立宜蘭特殊教育學校物理治療師陳佳惠表示，水療課程是每個學生引頸期盼的活動，也是平常上課會更努力的誘因。課程除了基本水性適應能力培養、心肺肌力鍛鍊、游泳技術學習外，藉由水中競技活動，如接力賽、水中排球、躲避球等，更能訓練孩子團隊合作的精神。





再則，人力的需求更為困難，因為水中不比陸地，瞬間產生的風險，有可能就造成嚴重的傷害，所以安排此種課程，人力比幾乎是 1 : 1，所以，具資格的人力這三周課程中幾乎皆放棄休假，全力支援，老師們為學生全力投入的心意，也是支持著學校雖明知擔負極大風險，卻是每學期持續安排課程的動力。