Subject 社區活動行前工作坊:認知運動模組與教具演練

鄧雅凌 老師 / 職治系



為協助學生理解並掌握日照中心長者活動設計與帶領技巧，醫學科技學院職能治療學系特別舉辦「認知訓練工作坊」。由於日照中心的服務對象長者功能差異較大，相較於一般社區據點，活動設計與帶領更具挑戰性，因此課程著重於理論與實務並重，幫助學生提前演練並驗收所學。

在課堂前半段，講師先帶領學生認識老化過程中的認知挑戰、認知訓練設計原則，以及智慧教具應用。隨後，學員依主題分組，模擬設計並演練多元的認知與運動結合方案。職能治療師逐一檢視各組活動企劃與帶領技巧，並提供修正與建議，同時解說日照中心長者的功能表現特色與互動要點。本次演練涵蓋七大主題，包括：視覺注意力融合心肺耐力運動、聽覺注意力融合平衡運動、分散性注意力融合肌力運動、視覺記憶融合心肺運動、聽覺記憶力融合肌力運動、數目計算融合心肺耐力運動、邏輯思考融合平衡運動。

學生透過企劃書撰寫、活動紀錄、腳本規劃與實際帶領，不僅提升了認知活動方案設計的專業能力，也在過程中培養了團隊合作與臨場應變能力。根據課後回饋顯示，課程安排與內容的滿意度接近90%，講師的專業與授課技巧更獲得97%以上的高度肯定。在UCAN自評學習成效方面，多數項目達到90%以上，其中「專業知識技能」、「團隊合作」及「創新能力」更是接近滿分。整體而言，本次工作坊不僅深化了學生對長者認知訓練的理解，也提供了跨專業整合與實務演練的寶貴經驗，展現課程在專業培育與社會責任上的雙重價值。