



## 德明科大舉辦「樂在騎中」馬術體驗活動



圖左：學習觀察動物的習性與情緒



圖右：騎馬體驗，練習肢體平衡與專注力

德明財經科技大學學輔中心資源教室，為促進身心障礙學生之身心發展與多元學習體驗，於 11 月 26 日辦理「樂在騎中」馬術體驗活動，帶領學生前往馬場進行馬術體驗與互動活動。活動依據相關學術研究指出，馬術治療可透過馬匹律動影響參與者在馬背上的姿勢與身體反應，有助於改善肌肉張力與姿勢控制；另有研究顯示，騎乘馬匹對於改善過動、不專心及衝動等行為表現亦具正向助益。

本次活動透過與馬匹的互動及騎乘體驗，協助學生提升身體協調、平衡控制與肌肉張力調節能力，並在與動物相處的過程中，學習觀察情緒、培養同理心與自我覺察，進而獲得情緒安定與心理支持。

活動過程中，安排學生認識馬匹的生活環境與基本習性，學習觀察馬的情緒狀態，並由馬術教練以溫和、正向且尊重個別意願的方式，引導學生依自身狀況選擇是否參與騎乘體驗。大多數學生能在教練協助下完成騎乘體驗，整體參與情形良好。

活動結束後，學生們踴躍分享心得，普遍表示十分喜愛此次活動，願意再次參與的比例達 100%。多數學生回饋，起初感到緊張、不敢嘗試，但在實際體驗與觀察後，逐漸放鬆並感受到活動的樂趣；亦有學生表示，在此次體驗中學習到觀察馬匹的情緒反應，並嘗試調整自身情緒。



透過兼具教育意義與趣味性的馬術體驗活動，不僅拓展身障學生的生活經驗，鼓勵其勇於嘗試與尊重自身選擇，也有助於促進其肢體協調與情緒穩定。未來將持續規劃多元體驗活動，提供學生更多支持與學習機會。

聯絡人：學務處學生輔導中心黃振芳主任 聯絡電話：(02) 2658-5801 轉 2230