

# 托嬰中心嬰幼兒適性發展活動實務指引



# 托嬰中心嬰幼兒適性發展活動實務指引

## 目次

前言.....	1
一、使用說明.....	1
二、嬰幼兒適性發展活動規劃.....	1
三、嬰幼兒日常生活作息表參考範例.....	1
四、嬰幼兒保育計畫表參考範例.....	1
五、嬰幼兒適性發展活動參考範例.....	1
壹、使用說明.....	2
一、適用對象.....	2
二、功能.....	2
三、使用原則.....	2
貳、嬰幼兒適性發展活動規劃.....	4
0-2歲嬰幼兒發展領域與內涵.....	4
0-3個月【I】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	5
4-6個月【II】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	6
7-12個月【III】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	7
13-18個月【IV】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	8
19-24個月【V】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	9
0-2歲嬰幼兒發展要項與適性活動綱要總表.....	10
參、嬰幼兒日常生活作息表參考範例.....	14
一、每日作息時間表的組成要素.....	14
二、設計適合不同年齡嬰幼兒的作息計畫.....	14
出生至6個月嬰兒日間作息表與適性發展活動.....	16
7-12個月嬰幼兒日間作息表與適性發展活動.....	17
13-24個月嬰幼兒日間作息表與適性發展活動.....	18
肆、嬰幼兒保育計畫參考範例.....	19
月保育計畫參考範例（0-3個月）.....	20
月保育計畫參考範例（4-6個月）.....	21
月保育計畫參考範例（7-12個月）.....	22

月保育計畫參考範例（13-18個月）.....	23
月保育計畫參考範例（19-24個月）.....	24
適性發展活動(週)計畫參考範例（0-3個月）.....	26
適性發展活動(週)計畫參考範例（4-6個月）.....	27
適性發展活動(週)計畫參考範例（7-12個月）.....	28
適性發展活動(週)計畫參考範例（13-18個月）.....	29
適性發展活動(週)計畫參考範例（19-24個月）.....	30
伍、嬰幼兒適性發展活動參考範例.....	31
一、範例編排說明.....	31
二、活動敘寫說明.....	31
嬰幼兒適性發展活動參考範例表格內容說明.....	31
0-3個月(I)嬰幼兒適性發展活動.....	32
4-6個月(II)嬰幼兒適性發展活動.....	53
7-12個月(III)嬰幼兒適性發展活動.....	78
13-18個月(IV)嬰幼兒適性發展活動.....	106
19-24個月(V)嬰幼兒適性發展活動.....	136
參考資料.....	173

## 表次

表二-1	0-2歲嬰幼兒發展領域與內涵.....	4
表二-2	0-3個月【I】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	5
表二-3	4-6個月【II】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	6
表二-4	7-12個月【III】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	7
表二-5	13-18個月【IV】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	8
表二-6	19-24個月【V】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要.....	9
表二-7	0-2歲嬰幼兒發展要項與適性活動綱要總表.....	10
表三-1	出生至6個月嬰兒日間作息表與適性發展活動.....	16
表三-2	7-12個月嬰幼兒日間作息表與適性發展活動.....	17
表三-3	13-24個月嬰幼兒日間作息表與適性發展活動.....	18
表四-1	月保育計畫參考範例（0-3個月）.....	20
表四-2	月保育計畫參考範例（4-6個月）.....	20
表四-3	月保育計畫參考範例（7-12個月）.....	21
表四-4	月保育計畫參考範例（13-18個月）.....	22
表四-5	月保育計畫參考範例（19-24個月）.....	24
表四-6	適性發展活動(週)計畫參考範例（0-3個月）.....	26
表四-7	適性發展活動(週)計畫參考範例（4-6個月）.....	26
表四-8	適性發展活動(週)計畫參考範例（7-12個月）.....	27
表四-9	適性發展活動(週)計畫參考範例（13-18個月）.....	28
表四-10	適性發展活動(週)計畫參考範例（19-24個月）.....	29
表五-1	嬰幼兒適性發展活動參考範例表格內容說明.....	31

# 托嬰中心嬰幼兒適性發展活動實務指引

## 前言

為提升我國托育服務品質，協助嬰幼兒照顧者及托育人員落實執行符合嬰幼兒發展與成長之適性活動，因此研擬「托嬰中心嬰幼兒適性發展活動實務指引」，以做為托嬰中心暨托育人員提供嬰幼兒教保育活動之參考資源。依序呈現內容如下：

### 一、使用說明

詳述本適性發展活動指引的適用對象、功能、及使用指引上需注意的原則等，以引導使用者建立合宜的觀念及態度，像是：每一個孩子都有其個別差異，即使是同一孩子在不同領域的發展也會有差異，對於孩子尚待發展的能力給予適當引導，讓每個嬰幼兒適情適性地發展，而成人以輕鬆愉快的態度進行活動，才能達到適性發展活動的目的。

### 二、嬰幼兒適性發展活動規劃

因應實務需求，細分為五個年齡層，總計 127 個嬰幼兒適性發展活動，分別表列 0-3、4-6、7-12、13-18、及 19-24 個月的五個月齡階段，於「身體動作」、「社會情緒」、「語言溝通」、「認知探索」及「生活自理」等五大發展領域下，分列其適性發展活動，形成一個系統性及層次性的適性發展活動架構。

### 三、嬰幼兒日常生活作息表參考範例

為符應嬰幼兒個別化需求，避免過度集中性集體作息，綜合上述年齡層，略分為出生至 6 個月、7 個月至 12 個月、13 個月-24 個月之作息表參考示例。

### 四、嬰幼兒保育計畫表參考範例

分為月保育計畫、適性發展活動週計畫。

### 五、嬰幼兒適性發展活動參考範例

詳細說明每個發展活動的編排及活動參考範例使用介紹。依嬰兒生長月齡，依序分別介紹在 0-3、4-6、7-12、13-18、及 19-24 個月的五個月齡階段中，可以進行的適性發展活動。在獨立的每一個月齡階段中，皆首先說明此月齡階段的發展特點、具體的玩具及設備安排、以及與托育人員互動建議等，然後再呈現該月齡，五大發展領域之內容要項及適性活動實例。值得說明的是，本適性發展活動參考範例乃兒童局委託研究案：「0-2 歲嬰幼兒適性發展學習活動綱要之研究」(楊曉苓、段慧瑩，2007)，成果的一部份，不論是家長，或是托嬰中心、兒童資源中心、居家式托育人員，都可單獨抽離個別小活動，融入每日例行作息活動規劃。或是，進一步因應嬰幼兒個別化差異特性，加以編修，增加適性活動內容，形成可供嬰幼兒照顧者使用之現場資源。

## 壹、使用說明

### 一、適用對象

「嬰幼兒適性發展活動指引」主要使用對象為進入幼兒園幼幼班前之0-2歲嬰幼兒，包括托嬰中心、托育資源中心等機構式托育服務，或是居家式托育服務，以及嬰幼兒的家長，也可以將它當成與寶寶玩遊戲互動時的參考。

### 二、功能

本指引主要研發目的是為了提供國內從事0-2歲嬰幼兒專業工作的托育人員，規劃適合0-2歲嬰幼兒進行適性發展學習活動的托育軟硬體環境，在從事適性發展活動時該有什麼相關設備、可以與嬰幼兒互動的活動內容有哪些、在進行這些學習活動時有哪些相關的引導方法，以及在進行活動前後有什麼應該注意的事項等。透過適性發展活動指引說明，嬰幼兒托育服務專業照顧者在引導嬰幼兒適性發展活動上，可以有更為明確與清楚的依據。

### 三、使用原則

在使用適性發展活動指引時，有一些基本原則及要注意的相關事項以及建議，分點簡述如下：

#### 1. 每一個孩子都有其個別差異

每個嬰幼兒都有他發展上的個別差異，每個個體發展的速度都不一樣，有的嬰幼兒先學會爬，有的嬰幼兒不肯爬就直接學會走；有的嬰幼兒不到一歲就會說第一句話，有的嬰幼兒要到兩歲才肯說話。只要沒有太大的身心健康問題，這些都是正常的現象，成人可以放心地讓嬰幼兒適性地發展。

#### 2. 同一孩子在不同領域的發展也有差異

同一個嬰兒的在不同領域的發展順序也都不一樣，即同一嬰兒也許他在身體動作這個領域的發展很好，甚至超前到下一個年齡層中，但他在語言溝通這個領域卻表現不明顯、完全看不出來或完全沒有反應。每個個體都有他較優勢的能力，當然也會有較弱勢的能力，對於嬰幼兒在較緩慢發展的領域，只要適情適性的引導，他也可以達到與同齡嬰兒一樣的水準能力。

#### 3. 對於孩子尚待發展的能力給予適當引導

我們給嬰幼兒托育服務現場專業工作者的建議為：當您在幫某一位寶寶進行適性發展活動時，倘若該寶寶在身體動作方面（或其它領域）都能達到我們的活動目標，但在語言溝通方面（或其它領域）卻完全無法達到時，也不需太過擔憂。只要依注意事項中的建議活動，或是將該活動變得簡單些，或是跳到上一個年齡層中的同一領域的學習活動。例如一個4-6個月的嬰兒，他在語言方面的適性發展活動都無法達到我們所列出的活動目標，則可將0-3個月嬰兒的語言溝通這個領域中的適性發展活動先拿來與這個嬰兒互動，等到他可以達到0-3個月嬰兒的語言溝通這個領域中的適性發展活動目標後，再回來進行4-6個月嬰兒的語言溝通這個領域中的適性發展活動。

#### 4. 讓每個嬰幼兒適情適性地發展

我們要說的是，這些適性發展活動示例都只是建議，並不是發展評鑑或學習評量，沒有硬性規定每一位嬰幼兒都一定要在某一個月齡一定要達到我們所列出的發展指標。換句話說，托育人員如果發現嬰幼兒無法做到我們所列出的適性發展活動示例也無需太過緊張或擔憂，只要嬰幼兒定期接受健康檢查，且這個嬰幼兒的生長曲線有達到兒童發展手冊中所定出標準

範圍，也沒有其他心智或發展上的遲緩之顧慮時，都可以耐心地等待嬰幼兒依自己的速度去發展，成人不需給予嬰幼兒太大的身心壓力。

#### 5. 成人應以輕鬆愉快的態度進行活動

成人在與嬰幼兒進行這些學習活動時，要懷著輕鬆愉快的心情，不要用「上課」的嚴肅態度來進行。本實務指引名為「適性發展活動」，其真正精神是「提供嬰幼兒適情適性的發展活動以幫助他健全地發展」，因此不要把本指引當成是一套結構式的課程而規定嬰幼兒一定要每天「按表操課」。在進行時也不必制式地一定要從第一個活動開始然後進行到最後一個。在使用時機上最重要的是要配合嬰幼兒每日例行作息，以及當時的身心狀況及情緒，然後給予適當的發展活動。成人在進行任何一項發展活動時，一切都要以嬰幼兒為優先考量，懷著與寶寶一起遊戲的愉快心情，讓成人與寶寶之間的互動變得更溫馨、更有趣！

## 貳、嬰幼兒適性發展活動規劃

本嬰幼兒適性發展活動規劃基礎是以 0-2 歲嬰幼兒「1.身體動作」、「2.社會情緒」、「3.語言溝通」、「4.認知探索」及「5.生活自理」等五大發展領域為依歸，每個發展領域皆有其範疇，內涵與概念，說明如下表二-1 所示：

表二-1 0-2 歲嬰幼兒發展領域與內涵

發展領域	包含範疇	發展內涵與概念
1.身體動作	粗動作 精細動作	指嬰幼兒發展粗動作與精細動作的能力。粗動作是指平衡、協調及獨立移動的能力。精細動作指的是發展手部具功能性或使用性之精細技巧能力。
2.社會情緒	自我概念 社會關係 情緒	指嬰幼兒社會化的過程，包括認識自己、發展與他人關係、辨識及處理情緒，以及建立社會技巧等課題。
3.語言溝通	表達性語言 接收性語言 肢體語言	指嬰幼兒學習使用語音、語意、語法、語用及肢體動作表達的形式，達成與他人溝通的目的。包括理解聲音與肢體動作訊息、及使用聲音及肢體動作向他人表達與互動的能力。
4.認知探索	感官知覺 概念發展 解決問題 創意表現	指嬰幼兒學習、思考和解決問題的能力。嬰幼兒起初用感官去探索並認識周圍的世界，進而發展出適應生活、解決問題、及創意表達的能力。
5.生活自理	自助技能、 健康習慣、 清潔衛生	指嬰幼兒為適應個人、家居、及社群生活需求而須發展的能力，如自我照顧的能力、養成良好生活習慣、及清潔衛生習慣的能力。

根據上述 0-2 歲嬰幼兒發展領域與內涵，再依嬰幼兒的月齡分類，大抵分別為「0-3 個月」(代碼 I)、「4-6 個月」(代碼 II)、「7-12 個月」(代碼 III)、「13-18 個月」(代碼 IV)及「19-24 個月」(代碼 V)等五個年齡層訂立其「適性發展活動」，每一個「活動」之下會依該月齡嬰幼兒的發展列出該月齡的嬰幼兒在該領域約略達到的發展概況，進而建構出在該適性發展活動下的【活動內容要項】，每一活動內容要項包括 5~7 個「活動示例」，因此每個年齡層的嬰幼兒大約會有 20-34 個左右的學習活動示例，本指引涵蓋五個年齡層，一共有 127 個學習活動。

值得一提的是，各年齡層活動無須拘泥於嬰幼兒生理年齡，可依嬰幼兒實際發展成熟階段應用，例如：寶寶可能自 9 個月已開始嘗試學步準備，接下來至 18 個月都是「趴趴走」的行動階段，一直延續至進入幼兒園幼幼班前，逐漸發展為穩定的學步走。各年齡層嬰幼兒發展與適性活動綱要規劃如下表二-2 至表二-6 所示；0-2 歲嬰幼兒發展要項與適性活動綱要總表如表二-7 所示



表二-2 0-3 個月【 I 】嬰幼兒發展要項與適性活動網要

發展領域	1.身體動作 (粗動作、精細動作)	2.社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	3.語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	4.認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	5.生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)
適性發展活動	<p>I-1-1 俯臥時可抬起頭及頸部【抬頭小娃】</p> <p>I-1-2 能雙手碰在一起【給自己抱抱】</p> <p>I-1-3 能抓握放在手心的物品【握緊拳頭】</p> <p>I-1-4 能試圖伸手拿眼前物品【來拿玩具】</p> <p>I-1-5 能伸展肢體【舒活時間】</p>	<p>I-2-1 能發出社會性微笑【笑一個、鏡中人】</p> <p>I-2-2 會回應成人的逗弄【我現在的心情】</p> <p>I-2-3 會使用如吸拇指或吃奶嘴的方式安撫自己【給自己惜惜(台語發音)】</p>	<p>I-3-1 會朝發出聲音的方向轉頭【聲音在哪裡】</p> <p>I-3-2 能注視照顧者的口型變化【看誰在唱歌】</p> <p>I-3-3 會發出聲音自娛【發聲遊戲】</p> <p>I-3-4 會回應成人的聲音【現在在做什麼】</p>	<p>I-4-1 眼睛能追隨物品移動【追視物品】</p> <p>I-4-2 對光線及聲量的變化有反應【感受明暗變化】</p> <p>I-4-3 能對不同觸感有反應【搔癢遊戲】</p> <p>I-4-4 會模仿成人的臉部表情【表情模仿秀】</p> <p>I-4-5 會探索自己雙手【小手在哪裡】</p>	<p>I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】</p>

表二-3 4-6個月【II】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要

發展領域	1.身體動作 (粗動作、精細動作)	2.社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	3.語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	4.認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	5.生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)
適性發展活動	II-1-1 俯臥時能以手臂撐起胸部【我會趴】 II-1-2 能自己翻身【翻身運動】 II-1-3 能在協助下坐穩【坐穩囉】 II-1-4 能伸手拉或耙抓物品【抓抓樂】 II-1-5 能搖晃手中的物品【叮叮噹】 II-1-6 能抬腿碰觸物品【踢踢樂】 II-1-7 能匍匐移動【匍匐移動】	II-2-1 會玩自己的手腳【吃雞腿】 II-2-2 對鏡中的自己感興趣【誰在鏡子裡】 II-2-3 能表現愉悅的情緒【飛天毛毯】 II-2-4 對與人互動表現正向反應【飛天毛毯】 II-2-5 會用簡單方式吸引成人注意【和我一起玩】	II-3-1 會嚐試發出不同的聲音【這是什麼】 II-3-2 能發出聲音回應成人的話語【寶寶學說話】 II-3-3 對熟悉的童謠或音樂有反應【寶寶會唱歌】 II-3-4 會注視說話的人【看誰在說話】	II-4-1 會重覆進行有目的性的行為(例如重複搖手搖鈴)【搖一搖】 II-4-2 能用眼睛搜尋聲音的來源【什麼聲音】 II-4-3 能模仿簡單的動作【跟我這樣玩】 II-4-4 會用嘴巴探索物品【咬咬看】 II-4-5 會注視顏色或圖案鮮明的圖片/玩具【瞧一瞧】	II-5-1 會伸手幫忙拿奶瓶【一起拿奶瓶】 II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】

表二-4 7-12個月【III】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要

發展領域	1.身體動作 (粗動作、精細動作)	2.社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	3.語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	4.認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	5.生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)
適性發展活動	<p>III-1-1 能自己坐穩【能自己坐】</p> <p>III-1-2 會撐起身體向前爬行【爬爬樂】</p> <p>III-1-3 能在協助下站立與行走【站起來囉】</p> <p>III-1-4 能獨立站立幾秒【站起來囉】</p> <p>III-1-5 能將物品由一手換到另一手【換一隻手】</p> <p>III-1-6 能用拇指配合其他手指鉗握物品【換一隻手】</p> <p>III-1-7 能以雙手拍手【拍拍手】</p>	<p>III-2-1 會揮手表示再見【打招呼】</p> <p>III-2-2 能和成人玩簡單重覆遊戲(如躲貓貓)【躲貓貓】</p> <p>III-2-3 能簡單表達自我需求及情緒【心情表情】</p> <p>III-2-4 能區辨照顧者的語氣及情緒【心情表情】</p> <p>III-2-5 能與照顧者建立情感依附(如主動伸手要抱)【建立感情】</p> <p>III-2-6 練習處理陌生人焦慮(例如有陌生人來訪時)【有陌生人】</p>	<p>III-3-1 能模仿大人的簡單話語(如ㄅㄅㄅ)【跟我一起說】</p> <p>III-3-2 在牙牙學語中出現聲量、高低和節奏的變化【動物大集合】</p> <p>III-3-3 會以肢體動作進行溝通(如以手指物或搖頭、點頭)【表示意見】</p> <p>III-3-4 會與人輪流對話【聊聊天】</p> <p>III-3-5 能理解簡單語彙的意思(如ㄋㄋㄋ)【我聽懂了】</p>	<p>III-4-1 會分辨熟悉家人與陌生人【我認識的人】</p> <p>III-4-2 會尋找完全被藏著的物品(保留概念)【不見了】</p> <p>III-4-3 能預期事件的發生(如奶瓶出現知道要喝奶了)【等一下做什麼】</p> <p>III-4-4 呼叫他的名字時會有反應【球兒滾來滾去】</p> <p>III-4-5 能設法接近想要的事物【球兒滾來滾去】</p> <p>III-4-6 能操作簡單玩具【我會玩】</p>	<p>III-5-1 能自己拿住奶瓶進食【幫忙拿奶瓶】</p> <p>III-5-2 能吞嚥糊狀副食品【麥片時間】</p> <p>III-5-3 能自己拿食物吃【我會自己拿】</p> <p>III-5-4 能拉下頭上的帽子【脫帽子】</p> <p>III-5-5 會表示要吃東西【我要吃東西】</p>

表二-5 13-18個月【IV】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要

發展領域	1.身體動作 (粗動作、精細動作)	2.社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	3.語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	4.認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題創意表現)	5.生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)
適性發展活動	IV-1-1 能獨立穩定行走【走過來】 IV-1-2 能保持平衡撿拾地上物品【撿起來】 IV-1-3 會拿或拖拉物品行走【拉著玩具走】 IV-1-4 能將玩具放入或倒出容器【放進去拿出來】 IV-1-5 能翻硬紙板書【寶寶翻翻書】 IV-1-6 能丟擲玩具【玩丟丟樂】 IV-1-7 拿以兩指(拇指、食指)撿拾物品【撿拾葡萄乾】	IV-2-1 能與別的孩子坐在一起玩【坐在一起】 IV-2-2 能在提示下做基本社交動作(如謝謝、拜拜)【揮手拜拜】 IV-2-3 會對喜愛玩偶表現出疼愛或照顧的行為【照顧小娃娃】 IV-2-4 會對熟悉成人表達好感(如擁抱親吻)【照顧小娃娃】 IV-2-5 會用行為或語言表達自主性(如搖頭表示不要)【我不要】 IV-2-6 練習處理分離焦慮【我想抱抱】	IV-3-1 能講至少十個單字【說說看】 IV-3-2 能結合二個字出現電報式的話語(如狗狗汪汪)【狗狗汪汪】 IV-3-3 能用語言表達想要的東西【你要什麼東西】 IV-3-4 能理解簡單日常生活用語【指認物品】 IV-3-5 能指認或說出熟悉物品/動物的名稱【指認物品】 IV-3-6 能回答簡單問題【要不要】	IV-4-1 能遵從簡單的指令【手在哪裡】 IV-4-2 能指認常見物品與簡單身體部位【手在哪裡】 IV-4-3 能配對簡單形狀【配對遊戲】 IV-4-4 能了解常見物品的用途【寶寶的東西在哪裡】 IV-4-5 能以新的方式探索物品的特性【新玩法】 IV-4-6 能尋找出指定物品【找出指定物品】	IV-5-1 能用學習杯喝水【我會喝水】 IV-5-2 能用吸管喝水【我會喝水】 IV-5-3 練習用湯匙/叉子【我會自己餵】 IV-5-4 會表示尿濕了或已排便【我大大了】 IV-5-5 練習洗手的技巧【清潔寶寶】 IV-5-6 能粗略以毛巾擦嘴【清潔寶寶】 IV-5-7 練習咀嚼半固態食物【練習咬一咬】

表二-6 19-24 個月【V】嬰幼兒發展要項與適性活動綱要

發展領域	1.身體動作 (粗動作、精細動作)	2.社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	3.語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	4.認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	5.生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)
適性發展活動	<p>V-1-1 能獨立地走上樓梯【上樓梯】</p> <p>V-1-2 能奔跑【我會跑】</p> <p>V-1-3 能原地跳起【跳跳虎】</p> <p>V-1-4 能踢球【踢球樂】</p> <p>V-1-5 能堆疊數個小積木【積木疊疊樂】</p> <p>V-1-6 能拿筆塗鴉【我會塗鴉】</p> <p>V-1-7 能一頁一頁地翻書【小小愛書人】</p>	<p>V-2-1 能在照片中或鏡子中認出自己【那是誰？】</p> <p>V-2-2 能參與團體性的活動【一起丟布球】</p> <p>V-2-3 能辨識並說出他人不同的情緒【喜怒哀樂】</p> <p>V-2-4 會以自己的名字稱呼自己【我是誰】</p> <p>V-2-5 會用動作去安慰他人【安慰別人】</p> <p>V-2-6 會說出親友、同伴的名字或稱呼【打招呼】</p> <p>V-2-7 能認識自己、朋友或家庭成員的照片【介紹照片】</p> <p>V-2-8 會與玩偶對話【扮家家酒】</p>	<p>V-3-1 可說出 20 個以上的字彙【小博士】</p> <p>V-3-2 能以短句與他人對話【以語言表達】</p> <p>V-3-3 能說出簡單的身體部位名稱【認識自己的身體】</p> <p>V-3-4 能自己閱讀圖畫書【故事魔毯】</p> <p>V-3-5 聽到喜歡的音樂或歌謠會跟著手舞足蹈或哼唱【載歌載舞】</p> <p>V-3-6 練習說疑問句（如問：爸爸呢？）【我會問】</p>	<p>V-4-1 能分辨冷熱、軟硬、乾濕等【感覺一下】</p> <p>V-4-2 會假裝餵洋娃娃吃東西【照顧小娃娃】</p> <p>V-4-3 能依形狀或顏色分類【分類遊戲】</p> <p>V-4-4 能分辨大小【大大小小】</p> <p>V-4-5 能拼簡單拼圖【我會拼圖】</p> <p>V-4-6 對塗顏色活動感興趣【自由作畫】</p>	<p>V-5-1 能用湯匙進食【用湯匙吃東西】</p> <p>V-5-2 能咀嚼固體食物【咬一咬】</p> <p>V-5-3 能自己脫褲子及鞋子【自己脫】</p> <p>V-5-4 能在協助下練習穿衣服【練習穿衣服】</p> <p>V-5-5 能在協助下練習刷牙【自己刷牙】</p> <p>V-5-6 能幫忙收拾玩具及物品【自己收玩具】</p> <p>V-5-7 能練習做簡單家事（如擦桌子、收碗）【自己收玩具】</p> <p>V-5-7 能練習如廁及表達需求【坐小馬桶】</p>

表二-7 0-2歲嬰幼兒發展要項與適性活動綱要總表

月齡 發展領域	0-3【I】	4-6【II】	7-12【III】	13-18【IV】	19-24【V】
1.身體 動作 (粗動作、 精細動作)	<p>I-1-1 俯臥時可抬起頭及頸部【抬頭小娃】</p> <p>I-1-2 能雙手碰在一起【給自己抱抱】</p> <p>I-1-3 能抓握放在手心的物品【握緊拳頭】</p> <p>I-1-4 能試圖伸手拿眼前物品【來拿玩具】</p> <p>I-1-5 能伸展肢體【舒活時間】</p>	<p>II-1-1 俯臥時能以手臂撐起胸部【我會趴】</p> <p>II-1-2 能自己翻身【翻身運動】</p> <p>II-1-3 能在協助下坐穩【坐穩囉】</p> <p>II-1-4 能伸手拉或耙抓物品【抓抓樂】</p> <p>II-1-5 能搖晃手中的物品【叮叮噹】</p> <p>II-1-6 能抬腿碰觸物品【踢踢樂】</p> <p>II-1-7 能匍匐移動【匍匐移動】</p>	<p>III-1-1 能自己坐穩【能自己坐】</p> <p>III-1-2 會撐起身體向前爬行【爬爬樂】</p> <p>III-1-3 能在協助下站立與行走【站起來囉】</p> <p>III-1-4 能獨立站立幾秒【站起來囉】</p> <p>III-1-5 能將物品由一手換到另一手【換一隻手】</p> <p>III-1-6 能用拇指配合其他手指鉗握物品【換一隻手】</p> <p>III-1-7 能以雙手拍手【拍拍手】</p>	<p>IV-1-1 能獨立穩定行走【走過來】</p> <p>IV-1-2 能保持平衡撿拾地上物品【撿起來】</p> <p>IV-1-3 會拿或拖拉物品行走【拉著玩具走】</p> <p>IV-1-4 能將玩具放入或倒出容器【放進去拿出來】</p> <p>IV-1-5 能翻硬紙板書【寶寶翻翻書】</p> <p>IV-1-6 能丟擲玩具【玩丟丟樂】</p> <p>IV-1-7 拿以兩指(拇指、食指)撿拾物品【撿拾葡萄乾】</p>	<p>V-1-1 能獨立地走上樓梯【上樓梯】</p> <p>V-1-2 能奔跑【我會跑】</p> <p>V-1-3 能原地跳起【跳跳虎】</p> <p>V-1-4 能踢球【踢球樂】</p> <p>V-1-5 能堆疊數個小積木【積木疊疊樂】</p> <p>V-1-6 能拿筆塗鴉【我會塗鴉】</p> <p>V-1-7 能一頁一頁地翻書【小小愛書人】</p>
2.社會 情緒 (自我概念、 社會關係、 情緒)	<p>I-2-1 能發出社會性微笑【笑一個】 【鏡中人】</p> <p>I-2-2 會回應成人的逗弄【我現在的心情】</p> <p>I-2-3 會使用如吸拇指或吃奶嘴的方式安撫自己【給自己惜惜】</p>	<p>II-2-1 會玩自己的手腳【吃雞腿】</p> <p>II-2-2 對鏡中的自己感興趣【誰在鏡子裡】</p> <p>II-2-3 能表現愉悅的情緒【飛天毛毯】</p> <p>II-2-4 對與人互動表現正向反應【飛天毛毯】</p> <p>II-2-5 會用簡單方式吸引成人注意【和我一起玩耍】</p>	<p>III-2-1 會揮手表示再見【打招呼】</p> <p>III-2-2 能和成人玩簡單重覆遊戲(如躲貓貓) 【躲貓貓】</p> <p>III-2-3 能簡單表達自我需求及情緒【心情表情】</p> <p>III-2-4 能區辨照顧者的語氣及情緒【心情表情】</p> <p>III-2-5 能與照顧者建立情感依附(如主動伸手要抱) 【建立】</p>	<p>IV-2-1 能與別的孩子坐在一起玩【坐在一起】</p> <p>IV-2-2 能在提示下做基本社交動作(如謝謝、拜拜) 【揮手拜拜】</p> <p>IV-2-3 會對喜愛玩偶表現出疼愛或照顧的行為 【照顧小娃娃】</p> <p>IV-2-4 會對熟悉成人表達好感(如擁抱親吻) 【照顧小娃娃】</p> <p>IV-2-5</p>	<p>V-2-1 能在照片或鏡子中認出自己【那是誰?】</p> <p>V-2-2 能參與團體性的活動【一起丟布球】</p> <p>V-2-3 能辨識並說出他人不同的情緒【喜怒哀樂】</p> <p>V-2-4 會以自己的名字稱呼自己【我是誰】</p> <p>V-2-5 5 會用動作去安慰他人【安慰別人】</p> <p>V-2-6</p>

			<p>感情】  <b>III-2-6</b>          練習處理陌生人焦慮（例如有陌生人來訪時）【有陌生人】</p>	<p>會用行為或語言表達自主性（如搖頭表示不要）【我不要】  <b>IV-2-6</b>          練習處理分離焦慮【我想抱抱】</p>	<p>會說出親友、同伴的名字或稱呼【打招呼】  <b>V-2-7</b>          能認識自己、朋友或家庭成員的照片【介紹照片】  <b>V-2-8</b>          會與玩偶對話【扮家家】</p>
<p>3. 語言溝通          (表達性語言、接收性語言、肢體語言)</p>	<p><b>I-3-1</b>          會朝發出聲音的方向轉頭【聲音在哪裡】  <b>I-3-2</b>          能注視照顧者的口型變化【看誰在唱歌】  <b>I-3-3</b>          會發出聲音自娛【發聲遊戲】  <b>I-3-4</b>          會回應成人的聲音【現在在做什麼】</p>	<p><b>II-3-1</b>          嚐試發出不同的聲音【這是什麼】  <b>II-3-2</b>          能發出聲音回應成人的話語【寶寶學說話】  <b>II-3-3</b>          對熟悉的童謠或音樂有反應【寶寶會唱歌】  <b>II-3-4</b>          會注視說話的人【看誰在說話】</p>	<p><b>III-3-1</b>          能模仿大人的簡單話語（如ㄅㄅㄅㄅ）  <b>III-3-2</b>          【跟我一起說】  <b>III-3-2</b>          在牙牙學語中出現聲量、高低和節奏的變化【動物大集合】  <b>III-3-3</b>          1. 會以肢體動作進行溝通（如以手指物或搖頭、點頭）【表示意見】  <b>III-3-4</b>          會與人輪流對話【聊聊天】  <b>III-3-5</b>          能理解簡單語彙的意思（如ㄋㄋㄋㄋ）  <b>【我聽懂了】</b></p>	<p><b>IV-3-1</b>          能講至少十個單字【說說看】  <b>IV-3-2</b>          能結合二個字出現電報式的話語（如狗狗汪汪）【狗狗汪汪】  <b>IV-3-3</b>          能用語言表達想要的東西【你要什麼東西】  <b>IV-3-4</b>          能理解簡單日常生活用語【指認物品】  <b>IV-3-5</b>          能指認或說出熟悉物品/動物的名稱【指認物品】  <b>IV-3-6</b>          能回答簡單問題【要不要】</p>	<p><b>V-3-1</b>          可說出 20 個以上的字彙【小博士】  <b>V-3-2</b>          能以短句與他人對話【以語言表達】  <b>V-3-3</b>          能說出簡單的身體部位名稱【認識自己的身體】  <b>V-3-4</b>          能自己閱讀圖畫書【故事魔毯】  <b>V-3-5</b>          聽到喜歡的音樂或歌謠會跟著手舞足蹈或哼唱【載歌載舞】  <b>V-3-6</b>          練習說疑問句（如問：爸爸呢？）【我會問】</p>
<p>4. 認知探索          (感官知覺、概念發展、解)</p>	<p><b>I-4-1</b>          眼睛能追隨物品移動【追視物品】</p>	<p><b>II-4-1</b>          會重覆進行有目的性的行為（例如重複搖</p>	<p><b>III-4-1</b>          會分辨熟悉家人與陌生人【我認識的人】</p>	<p><b>IV-4-1</b>          能遵從簡單的指令【手在哪裡】</p>	<p><b>V-4-1</b>          能分辨冷熱、軟硬、乾濕等【感覺一下】</p>

<p>決問題、 創意表 現)</p>	<p>I-4-2 對光線及聲量的變化有反應【感受明暗變化】 I-4-3 能對不同觸感有反應【搔癢遊戲】 I-4-4 會模仿成人的臉部表情【表情模仿秀】 I-4-5 會探索自己雙手【小手在哪裡】</p>	<p>手搖鈴)【搖一搖】 II-4-2 能用眼睛搜尋聲音的來源【什麼聲音】 II-4-3 能模仿簡單的動作【跟我這樣玩】 II-4-4 會用嘴巴探索物品【咬咬看】 II-4-5 會注視顏色或圖案鮮明的圖片/玩具【瞧一瞧】</p>	<p>III-4-2 會尋找完全被藏著的物品(保留概念)【不見了】 III-4-3 能預期事件的發生(如奶瓶出現知道要喝奶了)【等一下做什麼】 III-4-4 呼叫他的名字時會有反應【球兒滾來滾去】 III-4-5 能設法接近想要的事物【球兒滾來滾去】 III-4-6 能操作簡單玩具【我會玩】</p>	<p>IV-4-2 能指認常見物品與簡單身體部位【手在哪裡】 IV-4-3 能配對簡單形狀【配對遊戲】 IV-4-4 能了解常見物品的用途【寶寶的東西在哪裡】 IV-4-5 能以新的方式探索物品的特性【新玩法】 IV-4-6 能尋找出指定物品【找出指定物品】</p>	<p>V-4-2 會假裝餵洋娃娃吃東西【照顧小娃娃】 V-4-3 能依形狀或顏色分類【分類遊戲】 V-4-4 能分辨大小【大大小小】 V-4-5 能拼簡單拼圖【我會拼圖】 V-4-6 對塗顏色活動感興趣【自由作畫】</p>
<p>5.生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)</p>	<p>I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】</p>	<p>II-5-1 會伸手幫忙拿奶瓶【一起拿奶瓶】 II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】</p>	<p>III-5-1 能自己拿住奶瓶進食【幫忙拿奶瓶】 III-5-2 能吞嚥糊狀副食品【麥片時間】 III-5-3 能自己拿食物吃【我會自己拿】 III-5-4 能拉下頭上的帽子【脫帽子】 III-5-5 會表示要吃東</p>	<p>IV-5-1 能用學習杯喝水【我會喝水】 IV-5-2 能用吸管喝水【我會喝水】 IV-5- 練習用湯匙/叉子【我會自己餵】 IV-5- 會表示尿濕了或已排便【我大大了】 IV-5- 練習洗手的技巧【清潔寶寶】</p>	<p>V-5- 能用湯匙進食【用湯匙吃東西】 V-5- 能咀嚼固體食物【咬一咬】 V-5- 能自己脫褲子及鞋子【自己脫】 V-5- 能在協助下練習穿衣服【練習穿衣服】 V-5- 能在協助下練</p>



			<p>西【我要吃東西】</p>	<p>IV-5- 能粗略以毛巾擦嘴【清潔寶寶】</p> <p>IV-5- 練習咀嚼半固態食物【練習咬一咬】</p>	<p>習刷牙【自己刷牙】</p> <p>V-5- 能幫忙收拾玩具及物品【自己收玩具】</p> <p>V-5- 能練習做簡單家事（如擦桌子、收碗）【自己收玩具】</p> <p>V-5- 能練習如廁及表達需求【坐小馬桶】</p>
--	--	--	-----------------	---	--

## 參、嬰幼兒日常生活作息表參考範例

高品質的嬰幼兒托育服務，能夠提供一個穩定、和緩、且具彈性的每日作息時間(daily routines)。對嬰幼兒而言，每日的例行活動可協助嬰幼兒發展對環境的信任感與安全感，托育人員同時保持活動中一種緩和而不急促的步調，是十分重要的。這意謂著成人不應該時常催促孩子，但也不應該讓孩子做無謂的等待。此外，在確保安定感的同時，作息也應有彈性，對於集中式托育機構而言，避免有太多全部嬰幼兒要一起做的活動。在一天當中，要有允許嬰幼兒自由選擇及做決定的活動。

規律的作息時間表，讓嬰幼兒有「可以預期」的感覺，這樣的感覺可以幫助他們培養出對世界的信任感，也讓家長更瞭解孩子在送托的一天中做了什麼。但作息表也要有彈性，才能滿足每個孩子的需求，一般而言，孩子年齡越小，時間表就越要有彈性，也越個別化。雖然規律的作息時間可以讓嬰兒得到安全感，但彈性且立即的回應也表示照顧者尊重嬰兒的生理節奏以及學步兒的興趣。最後，作息時間表也讓托育人員者能明確掌握一天的流程，讓照顧者有時間預先準備，充分利用每日可進行學習的機會。在必要時也能做適當的調整，以符合每個幼兒的需求。

### 一、每日作息時間表的組成要素

一個穩定的每日作息時間表包含了日復一日每天相同的基本元素。雖然各托嬰機構的托育時間和收托嬰幼兒年齡有所不同，通常每日作息時間表可能包含了下列時段：

- 到達及離開
- 準備餐點、餵食及進食
- 換尿布/如廁/清潔
- 室內和室外遊戲(包含較大幼兒的收拾和銜接活動時間)
- 睡覺/休息

雖然每日的生活作息規劃看來似乎一成不變，但是作息中其實應「埋藏」了這個機構對嬰幼兒發展的想法，以及對個別嬰幼兒設定的學習計劃及內容。同時，一個好的作息時間表要能讓幼兒在靜態和動態活動的時間上取得平衡，在幼兒自己選擇的活動和成人提供的活動間取得平衡，並且在與自己相處、和同儕相處、及與照顧者相處的時間上，皆能取得平衡。

### 二、設計適合不同年齡嬰幼兒的作息計畫

有些托嬰中心的嬰幼兒照顧者喜歡遵循固定的作息表，每天在一定的時間進行類似的活動，但是托育人員也需要學習「彈性」，並且要能瞭解，年齡越小的嬰幼兒就越需要靈活的調整時間表，來符合個別孩子的需求。同時，年齡越小的嬰幼兒，自發性的活動也應該越多。

在嬰兒階段，每個嬰兒都有各自的進食時間、換尿布時間、如廁時間、遊戲的時間和睡覺的時間。有時候一個寶寶才剛喝完奶睡著，另一個寶寶又因肚子餓而醒來。所以孩子年齡越小，越需要擬定一個彈性的作息時間表，以因應每的嬰兒在生理需求上的差異。此時期的嬰兒依賴照顧者來滿足基本需求，因此當嬰兒有需求的時候便應有所回應，不能執著於既定的流程計劃。所以照顧者需在作息表的規劃中安排充裕而有彈性的時間，以便能完成前述的作息組成要素，也能從容的與每一位嬰兒有高品質的互動。

到了大一點的學步兒階段，每日作息會變得較為穩定，因此許多托嬰機構的學步兒教室通常開始依循較為固定的時間流程，也開始有較多的團體活動。一個穩定的作息流程可以給學步兒預期感與安全感，但是如果活動進行的太緊湊，也常讓學步兒感到壓力。因此托育人員應預先規劃好每日的活動，並將需要用到的器材準備妥善，同時按照流程來進行，在每次轉換活動前數分鐘，先提醒孩子作準備，不要等時間到了才匆忙的結束活動，因為在沒有心理準備下，孩子很容易有挫折感及衍生的情緒。

對於年齡較小的嬰幼兒，有些活動是可以一直重複甚至成為每天的例行活動的。照顧者可以利用一些日常生活必須做的事為基礎，來設計作息表，讓孩子們很容易記得下一步該做什麼事。同時，依據孩子的生理狀況將動態與靜態的活動均衡的分布在一天之中。理想上，適合學步兒學習的方式是準備一個豐富的环境，讓孩子能在這環境中選擇自己想玩的遊戲。如果設計團體活動時，托育人員應該事先構想幾種不同的活動【請參考『嬰幼兒適性發展活動範例』】，手邊也要有一些需要的材料，再視當日幼兒狀況選擇適合進行的活動，同時保留幼兒不參與活動的彈性方式。表三-1 表三-2、表三-3，分別提供出生至6個月、7至12個月，以及13至24個月嬰幼兒之日間作息表與適性發展活動之參考範例。

【以上資料，編修自：楊曉苓.(2010)。機構式托育：生活與學習環境規劃。載於嬰幼兒健康照護與活動設計。頁 323，332-334。新北市：國立空中大學。】

表三-1 出生至 6 個月嬰兒日間作息表與適性發展活動

大約時間	例行作息	適性發展活動領域
8：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 迎接幼兒與家長(親師交流)、協助彼此說再見、身心評估、量體溫等</li> <li>● 喝奶</li> <li>● 自由探索</li> <li>● 小睡休憩</li> </ul>	語言溝通  生活自理 社會情緒 身體動作
10：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 起床囉！生活照顧、替換尿布</li> <li>● 音樂欣賞、親密互動</li> <li>● 自由探索</li> </ul>	生活自理 社會情緒 認知探索
11：30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 餐前準備、喝奶</li> <li>● 餐後清理、換尿布，口腔清潔</li> <li>● 靜態活動、聽故事、音樂</li> </ul>	生活自理  認知探索
12：30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 準備休息、聽音樂、故事、拍撫</li> <li>● 甜蜜夢鄉</li> </ul>	語言溝通 社會情緒
15：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 輪流起床</li> <li>● 換尿布</li> <li>● 清潔、喝奶(副食品)</li> </ul>	生活自理 身體動作
16：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 音樂律動、說故事</li> <li>● 自由探索、遊戲活動—室內或戶外</li> </ul>	語言溝通 認知探索
17：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 收拾用具，替換尿布、準備回家</li> <li>● 身心評估與紀錄</li> <li>● 協助家長與幼兒重聚(親師交流)、與幼兒說再見</li> </ul>	語言溝通 社會情緒

表三-2 7-12個月嬰幼兒日間作息表與適性發展活動

大約時間	例行作息	適性發展活動領域
8:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 迎接幼兒與家長(親師交流)、協助彼此說再見、身心評估、量體溫等</li> <li>● 喝奶、小睡</li> <li>● 換尿布或上廁所</li> <li>● 自由探索、遊戲活動、親密互動</li> <li>● 收拾和洗手</li> </ul>	語言溝通  生活自理  社會情緒 身體動作
10:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 營養補給、餐後清理</li> <li>● 如廁/清潔</li> <li>● 團體活動、戶外活動</li> <li>● 收拾和洗手</li> </ul>	身體動作 社會情緒 認知探索 生活自理
11:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 餐前準備 營養午餐(喝奶)</li> <li>● 餐後清理、換尿布，上廁所，刷牙漱口</li> <li>● 靜態活動、說故事，看書</li> </ul>	生活自理  認知探索
12:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 準備休息、聽音樂、故事、拍撫</li> <li>● 甜蜜夢鄉(工作人員輪流用餐、休息)</li> </ul>	語言溝通 社會情緒
15:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 輪流起床、收拾寢具</li> <li>● 換尿布，上廁所</li> <li>● 洗手、喝奶(副食品)</li> </ul>	生活自理 身體動作
16:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 音樂律動、說故事</li> <li>● 自由探索、遊戲活動—室內或戶外</li> </ul>	語言溝通 認知探索
17:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 收拾玩具，替換尿布、準備回家</li> <li>● 身心評估與紀錄</li> <li>● 協助家長與幼兒重聚(親師交流)、與幼兒說再見</li> </ul>	語言溝通 社會情緒

表三-3 13-24個月嬰幼兒日間作息表與適性發展活動

大約時間	例行作息	適性發展活動領域
8：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 迎接幼兒與家長(親師交流)、協助彼此說再見、身心評估、量體溫等</li> <li>● 吃早餐、餐後清理</li> <li>● 換尿布或上廁所</li> <li>● 自由探索、遊戲活動、親密互動</li> <li>● 收拾和洗手</li> </ul>	語言溝通  生活自理  社會情緒 身體動作
10：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 營養補給、餐後清理</li> <li>● 如廁/清潔</li> <li>● 團體活動、戶外活動</li> <li>● 收拾和洗手</li> </ul>	身體動作 社會情緒 生活自理
11：30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 餐前準備 吃午餐</li> <li>● 餐後清理、換尿布，上廁所，刷牙漱口</li> <li>● 靜態活動、說故事，看書</li> </ul>	生活自理 語言溝通 認知探索
12：30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 準備休息、聽音樂、拍撫</li> <li>● 甜蜜夢鄉（工作人員輪流用餐、休息）</li> </ul>	語言溝通 社會情緒
14：30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 輪流起床</li> <li>● 收拾寢具</li> <li>● 換尿布，上廁所</li> <li>● 洗手，吃點心</li> </ul>	生活自理 身體動作 社會情緒
15：30	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 音樂律動、說故事</li> <li>● 自由探索</li> <li>● 遊戲活動-室內或戶外</li> </ul>	語言溝通 認知探索 身體動作
17：00	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 收拾玩具，替換尿布、準備回家</li> <li>● 身心評估與紀錄</li> <li>● 協助家長與幼兒重聚(親師交流)、與幼兒說再見</li> </ul>	語言溝通 社會情緒

環境會說話，上述活動更需要一個滿足他們需求的環境。才能夠實際執行。這個環境要能適合嬰幼兒在此生活與成長，也能傳遞出正向的訊息，鼓勵家長參與，並在機構內融入每個家庭的文化，同時能為有特殊需要的嬰幼兒調整環境。

#### 肆、嬰幼兒保育計畫參考範例

嬰幼兒保育計畫包括日常生活中的進食、穿衣、排泄、沐浴等等基本生理需求；除此之外隨著生理的成熟，配合日常作息，提供寶寶適性發展活動，更有助於嬰幼兒認識自己、學習與他人互動，養成健全人格成長。尤其，一個高品質的兒童托育環境不僅能正向的促進孩子的發展，更能夠鼓勵嬰幼兒以他們感覺舒適的方式學習獨立自主。換言之，不會太早開始如廁訓練，但也不會過度保護孩子，而阻礙了他邁向自主之路。照顧者會細心觀察孩子的發展變化，並在環境上及行動上作出回應與支持。例如：提供學步梯鼓勵孩子練習行走、將自己的物品擺放到自己的櫃中、提供合適的餐具鼓勵自己進食、簡易的收納方式以利孩子自行收拾等。同時，亦不會忽略嬰幼兒的個別差異性，仔細觀察孩子身心發展的準備度，即使知道會花費比較多的時間，也儘可能的給孩子獨立完成的空間。此外，照顧者也需教導嬰幼兒學習行為上的規範，讓嬰幼兒學習尊重自己及他人，然而這些規範的建立並不是以嚴格的方式執行，照顧者是能以積極正向的輔導方式，協助嬰幼兒建立良好的常規(引自楊曉苓，2010)。以下提供各年齡層月保育計畫參考範例，依幼兒特性彈性調整與適度重複。

表四-1 月保育計畫參考範例（0-3 個月）

\_\_\_\_年\_\_\_\_月 年齡/組別:\_\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_\_;

	第一週	第二週	第三週	第四週
全園活動	節日慶典：父親節、母親節、祖父母節、中秋節..	慶生會、抓周..	親子活動：嬰幼兒按摩、親子瑜珈..	親職講座：嬰幼兒急救 CPR、嬰幼兒”悅”讀..
園務行政	中心會議	安全設備檢核	幼兒資料彙整	在職研習
衛生保健	洗手、潔牙..	玩具、環境消毒清潔	寢具清洗	身高體重、發展篩檢
教材、環境	吊飾、故事繪本、布偶..	戶外庭院..	公園散步..	軟球..
身體動作 (粗動作、精細動作)	I-1-1 俯臥時可抬起頭及頸部【抬頭小娃】	I-1-2 能雙手碰在一起【給自己抱抱】	I-1-3 能抓握放在手心的物品【握緊拳頭】	I-1-4 能試圖伸手拿眼前物品【來拿玩具】 I-1-5 能伸展肢體【舒活時間】
社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	I-2-1 能發出社會性微笑【笑一個、鏡中人】	I-2-2 會回應成人的逗弄【我現在的心情】	I-2-3 會使用如吸拇指或吃奶嘴的方式安撫自己【給自己惜惜(台語發音)】	I-2-3 會使用如吸拇指或吃奶嘴的方式安撫自己【給自己惜惜(台語發音)】
語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	I-3-1 會朝發出聲音的方向轉頭【聲音在哪裡】	I-3-2 能注視照顧者的口型變化【看誰在唱歌】	I-3-3 會發出聲音自娛【發聲遊戲】	I-3-4 會回應成人的聲音【現在在做什麼】
認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	I-4-1 眼睛能追隨物品移動【追視物品】	I-4-2 對光線及聲量的變化有反應【感受明暗變化】	I-4-3 能對不同觸感有反應【搔癢遊戲】 I-4-4 會模仿成人的臉部表情【表情模仿秀】	I-4-5 會探索自己雙手【小手在哪裡】
生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】
適性發展活動:依據寶寶個別發展特性，融入日常生活中重覆進行 故事繪本:【小寶貝】.. 手指搖:【咕嚕咕嚕 唧唧唧..】.. 律動兒歌:【寶寶睡..】 其他:				

表四-2 月保育計畫參考範例（4-6 個月）

\_\_\_\_年\_\_\_\_月 年齡/組別:\_\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_\_;

	第一週	第二週	第三週	第四週
--	-----	-----	-----	-----



全園活動	節日慶典：父親節、母親節、祖父母節、中秋節..	慶生會、抓周..	親子活動：嬰幼兒按摩、親子瑜珈..	親職講座：嬰幼兒急救 CPR、嬰幼兒”悅”讀..
園務行政	中心會議	安全設備檢核	幼兒資料彙整	在職研習
衛生保健	洗手、潔牙..	玩具、環境消毒清潔	寢具清洗	身高體重、發展篩檢
教材、環境	故事繪本、布偶..	戶外庭院..	公園散步..	積木、黏土、球..
身體動作 (粗動作、精細動作)	II-1-1 俯臥時能以手臂撐起胸部【我會趴】	II-1-2 能自己翻身【翻身運動】 II-1-3 能在協助下坐穩【坐穩囉】	II-1-4 能伸手拉或耙抓物品【抓抓樂】 II-1-5 能搖晃手中的物品【叮叮噹】	II-1-6 能抬腿碰觸物品【踢踢樂】 II-1-7 能匍匐移動【匍匐移動】
社會情緒 (自我概念、社會關係、情緒)	II-2-1 會玩自己的手腳【吃雞腿】	II-2-2 對鏡中的自己感興趣【誰在鏡子裡】 II-2-3 能表現愉悅的情緒【飛天毛毯】	II-2-4 對與人互動表現正向反應【飛天毛毯】	II-2-5 會用簡單方式吸引成人注意【和我一起玩】
語言溝通 (表達性語言、接收性語言、肢體語言)	II-3-1 會嚐試發出不同的聲音【這是什麼】	II-3-2 能發出聲音回應成人的話語【寶寶學說話】	II-3-3 對熟悉的童謠或音樂有反應【寶寶會唱歌】	II-3-4 會注視說話的人【看誰在說話】
認知探索 (感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	II-4-1 會重覆進行有目的性的行為(例如重複搖手搖鈴)【搖一搖】	II-4-2 能用眼睛搜尋聲音的來源【什麼聲音】 II-4-3 能模仿簡單的動作【跟我這樣玩】	II-4-4 會用嘴巴探索物品【咬咬看】	II-4-5 會注視顏色或圖案鮮明的圖片/玩具【瞧一瞧】
生活自理 (自助技能、健康習慣、清潔衛生)	II-5-1 會伸手幫忙拿奶瓶【一起拿奶瓶】	II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】	II-5-1 會伸手幫忙拿奶瓶【一起拿奶瓶】	II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】
適性發展活動:依據寶寶個別發展特性,融入日常生活中重覆進行 故事繪本:【好睇喔】.. 手指搖:【鵝爸爸來了 鵝媽媽來了】.. 律動兒歌:【小星星..】 其他:				

表四-3 月保育計畫參考範例(7-12個月)

\_\_\_\_年\_\_\_\_月 年齡/組別:\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_;

	第一週	第二週	第三週	第四週
全園活動	節日慶典：父親節、母親節、祖父母節、中秋節..	慶生會、抓周..	親子活動：嬰幼兒按摩、親子瑜珈..	親職講座：嬰幼兒急救 CPR、嬰幼兒”悅”讀..
園務行政	中心會議	安全設備檢核	幼兒資料彙整	在職研習

衛生保健	洗手、潔牙..	玩具、環境消毒清潔	寢具清洗	身高體重、發展篩檢
教材、環境	故事繪本、布偶..	戶外庭院..	公園散步..	積木、黏土、球..
身體動作(粗動作、精細動作)	III-1-1 能自己坐穩【能自己坐】	III-1-2 會撐起身體向前爬行【爬爬樂】 III-1-3 能在協助下站立與行走【站起來囉】	III-1-4 能獨立站立幾秒【站起來囉】 III-1-5 能將物品由一手換到另一手【換一隻手】	III-1-6 能用拇指配合其他手指鉗握物品【換一隻手】 III-1-7 能以雙手拍手【拍拍手】
社會情緒(自我概念、社會關係、情緒)	III-2-1 會揮手表示再見【打招呼】	III-2-2 能和成人玩簡單重覆遊戲(如躲貓貓)【躲貓貓】 III-2-3 能簡單表達自我需求及情緒【心情表情】	III-2-4 能區辨照顧者的語氣及情緒【心情表情】 III-2-5 能與照顧者建立情感依附(如主動伸手要抱)【建立感情】	III-2-6 練習處理陌生人焦慮(例如有陌生人來訪時)【有陌生人】
語言溝通(表達性語言、接收性語言、肢體語言)	III-3-1 能模仿大人的簡單話語(如ㄅ ㄅ ㄅ)【跟我一起說】	III-3-2 在牙牙學語中出現聲量、高低和節奏的變化【動物大集合】	III-3-3 會以肢體動作進行溝通(如以手指物或搖頭、點頭)【表示意見】	III-3-4 會與人輪流對話【聊聊天】 III-3-5 能理解簡單語彙的意思(如ㄋ ㄋ ㄋ)【我聽懂了】
認知探索(感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	III-4-1 會分辨熟悉家人與陌生人【我認識的人】	III-4-2 會尋找完全被藏著的物品(保留概念)【不見了】 III-4-3 能預期事件的發生(如奶瓶出現知道要喝奶了)【等一下做什麼】	III-4-4 呼叫他的名字時會有反應【球兒滾來滾去】 III-4-5 能設法接近想要的物事【球兒滾來滾去】	III-4-6 能操作簡單玩具【我會玩】
生活自理(自助技能、健康習慣、清潔衛生)	III-5-1 能自己拿住奶瓶進食【幫忙拿奶瓶】	III-5-2 能吞嚥糊狀副食品【麥片時間】	III-5-3 能自己拿食物吃【我會自己拿】 III-5-4 能拉下頭上的帽子【脫帽子】	III-5-5 會表示要吃東西【我要吃東西】
適性發展活動:依據寶寶個別發展特性,融入日常生活中重覆進行 故事繪本:【小狗 小狗 好朋友】.. 手指搖:【小老鼠.上燈台.偷吃油.下不來.叫媽媽.媽不來.咕嚕咕嚕.滾下來】.. 律動兒歌:【嬰仔嬰嬰睏,一暝大一寸;嬰仔嬰嬰惜,一暝大一尺..】 其他:				

表四-4 月保育計畫參考範例(13-18個月)

\_\_\_\_年\_\_\_\_月 年齡/組別:\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_;

	第一週	第二週	第三週	第四週
全園活動	節日慶典:父親節、母親節、祖父母節、中秋節..	慶生會、抓周..	親子活動:嬰幼兒按摩、親子瑜珈..	親職講座:嬰幼兒急救CPR、嬰幼兒"悅"讀..
園務行政	中心會議	安全設備檢核	幼兒資料彙整	在職研習
衛生保健	洗手、潔牙..	玩具、環境消毒清潔	寢具清洗	身高體重、發展篩檢
教材、環境	故事繪本、布偶..	戶外庭院..	公園散步..	積木、黏土..

身體動作(粗動作、精細動作)	IV-1-1 能獨立穩定行走【走過來】 IV-1-2 能保持平衡撿拾地上物品【撿起來】	IV-1-3 會拿或拖拉物品行走【拉著玩具走】	IV-1-4 能將玩具放入或倒出容器【放進去拿出來】 IV-1-5 能翻硬紙板書【寶寶翻翻書】	IV-1-6 能丟擲玩具【玩丟丟樂】 IV-1-7 能以兩指(拇指、食指)撿拾物品【撿拾葡萄乾】
社會情緒(自我概念、社會關係、情緒)	IV-2-1 能與別的孩子坐在一起玩【坐在一起】 IV-2-2 能在提示下做基本社交動作(如謝謝、拜拜)【揮手拜拜】	IV-2-3 會對喜愛玩偶表現出疼愛或照顧的行為【照顧小娃娃】 IV-2-4 會對熟悉成人表達好感(如擁抱親吻)【照顧小娃娃】	IV-2-5 會用行為或語言表達自主性(如搖頭表示不要)【我不要】	IV-2-6 練習處理分離焦慮【我想抱抱】
語言溝通(表達性語言、接收性語言、肢體語言)	IV-3-1 能講至少十個單字【說說看】 IV-3-2 能結合二個字出現電報式的話語(如狗狗汪汪)【狗狗汪汪】	IV-3-3 能用語言表達想要的東西【你要什麼東西】 IV-3-4 能理解簡單日常生活用語【指認物品】	IV-3-5 能指認或說出熟悉物品/動物的名稱【指認物品】	IV-3-6 能回答簡單問題【要不要】
認知探索(感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	IV-4-1 能遵從簡單的指令【手在哪裡】 IV-4-2 能指認常見物品與簡單身體部位【手在哪裡】	IV-4-3 能配對簡單形狀【配對遊戲】 IV-4-4 能了解常見物品的用途【寶寶的東西在哪裡】	IV-4-5 能以新的方式探索物品的特性【新玩法】	IV-4-6 能尋找出指定物品【找出指定物品】
生活自理(自助技能、健康習慣、清潔衛生)	IV-5-1 能用學習杯喝水【我會喝水】 IV-5-2 能用吸管喝水【我會喝水】	IV-5-3 練習用湯匙/叉子【我會自己餵】 IV-5-4 會表示尿濕了或已排便【我大大了】	IV-5-5 練習洗手的技巧【清潔寶寶】 IV-5-6 能粗略以毛巾擦嘴【清潔寶寶】	IV-5-7 練習咀嚼半固態食物【練習咬一咬】
<p>適性發展活動:依據寶寶個別發展特性,融入日常生活中重覆進行</p> <p>故事繪本:【妮娜的奶嘴】..</p> <p>手指搖:【點點兵、點點兵、誰是我的小小兵】..</p> <p>律動兒歌:【Hello!】</p> <p>其他:</p>				

表四-5 月保育計畫參考範例（19-24個月）

\_\_\_\_年\_\_\_\_月 年齡/組別:\_\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_\_;

	第一週	第二週	第三週	第四週
全園活動	節日慶典：父親節、母親節、祖父母節、中秋節..	慶生會、抓周..	親子活動：嬰幼兒按摩、親子瑜珈..	親職講座：嬰幼兒急救CPR、嬰幼兒”悅”讀..
園務行政	中心會議	安全設備檢核	幼兒資料彙整	在職研習
衛生保健	洗手、潔牙、如廁..	玩具、環境消毒清潔	寢具清洗	身高體重、發展篩檢
教材、環境	故事繪本、布偶..	戶外庭院..	公園散步..	積木、黏土、繪畫..
身體動作(粗動作、精細動作)	V-1-1 能獨立地走上樓梯【上樓梯】	V-1-2 能奔跑【我會跑】 V-1-3 能原地跳起【跳跳虎】	V-1-4 能踢球【踢球樂】 V-1-5 能堆疊數個小積木【積木疊疊樂】	V-1-6 能拿筆塗鴉【我會塗鴉】 V-1-7 能一頁一頁地翻書【小小愛書人】
社會情緒(自我概念、社會關係、情緒)	V-2-1 能在照片中或鏡子中認出自己【那是誰？】 V-2-2 能參與團體性的活動【一起丟布球】	V-2-3 能辨識並說出他人不同的情緒【喜怒哀樂】 V-2-4 會以自己的名字稱呼自己【我是誰】	V-2-5 會用動作去安慰他人【安慰別人】 V-2-6 會說出親友、同伴的名字或稱呼【打招呼】	V-2-7 能認識自己、朋友或家庭成員的照片【介紹照片】 V-2-8 會與玩偶對話【扮家家酒】
語言溝通(表達性語言、接收性語言、肢體語言)	V-3-1 可說出 20 個以上的字彙【小博士】	V-3-2 能以短句與他人對話【以語言表達】 V-3-3 能說出簡單的身體部位名稱【認識自己的身體】	V-3-4 能自己閱讀圖畫書【故事魔毯】 V-3-5 聽到喜歡的音樂或歌謠會跟著手舞足蹈或哼唱【載歌載舞】	V-3-6 練習說疑問句（如問：爸爸呢？）【我會問】
認知探索(感官知覺、概念發展、解決問題、創意表現)	V-4-1 能分辨冷熱、軟硬、乾濕等【感覺一下】	V-4-2 會假裝餵洋娃娃吃東西【照顧小娃娃】 V-4-3 能依形狀或顏色分類【分類遊戲】	V-4-4 能分辨大小【大大小小】 V-4-5 能拼簡單拼圖【我會拼圖】	V-4-6 對塗顏色活動感興趣【自由作畫】
生活自理(自助技能、健康習慣、清潔衛生)	V-5-1 能用湯匙進食【用湯匙吃東西】 V-5-2 能咀嚼固體食物【咬一咬】	V-5-3 能自己脫褲子及鞋子【自己脫】 V-5-4 能在協助下練習穿衣服【練習穿衣服】	V-5-5 能在協助下練習刷牙【自己刷牙】 V-5-6 能幫忙收拾玩具及物品【自己收玩具】	V-5-7 能練習做簡單家事（如擦桌子、收碗）【自己收玩具】 V-5-7 能練習如廁及表達需求【坐小馬桶】
適性發展活動:依據寶寶個別發展特性，融入日常生活中重覆進行 故事繪本:【好餓好餓的毛毛蟲】.. 手指搖:【大姆哥.大姆哥 二姆弟.三中娘.四小弟.五小妞妞來看戲.手心手背 心肝寶貝】 律動兒歌:【Hello!】 其他:				

托嬰機構屬於集中式的機構托育，但影響嬰幼兒托育最重要的因素是發生在環境中與人之間個別的互動品質。每個嬰幼兒都需要與照顧者親密關愛的個別化互動。成人要能以尊重的方式對待孩子，要能立即且適當的回應其身體及情緒上的需求，且能敏感體察其在溝通上的需要及內容（語言或非語言的），並多與嬰幼兒做雙向對話。除此之外，嬰幼兒也需要與同儕有適當的互動，協助他邁向社會。托育機構也應能針對個別嬰幼兒的需求作修正，以符合每個孩子的需求。同時，托嬰機構不僅是照顧嬰幼兒，更需要發展與家長良好互動支持的夥伴關係。這個關係是一種互相信任、彼此體諒的；照顧者也能以尊重家庭的生活方式及文化的方式，與家庭相處(楊曉苓，2010)。以下以托嬰中心之班級小組為例，配合前項所述之月保育計畫，各年齡層之一週適性發展活動計畫參考示例。進行時需依據嬰幼兒個別差異與興趣選擇活動，融入日常生活中重覆進行。每個活動下方欄位提供幼兒個別紀錄，以確認每個幼兒都有機會進行活動。

表四-6 適性發展活動(週)計畫參考範例 (0-3個月)

\_\_\_\_年\_\_月\_\_日~\_\_\_\_日 年齡/組別:\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_; \_\_\_\_\_

幼兒姓名: 小苓、小惠、小平、小敏、小保

	身體動作	社會情緒	語言溝通	認知探索	生活自理
週一	I-1-1 俯臥時可抬起頭及頸部【抬頭小娃】	I-2-1 能發出社會性微笑【笑一個、鏡中人】	I-3-1 會朝發出聲音的方向轉頭【聲音在哪裡】	I-4-2 對光線及聲量的變化有反應【感受明暗變化】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】
	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保
週二	I-1-2 能雙手碰在一起【給自己抱抱】	I-2-1 能發出社會性微笑【笑一個、鏡中人】	I-3-1 會朝發出聲音的方向轉頭【聲音在哪裡】	I-4-1 眼睛能追隨物品移動【追視物品】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】
週三	I-1-2 能雙手碰在一起【給自己抱抱】	I-2-2 會回應成人的逗弄【我現在的心情】	I-3-3 會發出聲音自娛【發聲遊戲】	I-4-5 會探索自己雙手【小手在哪裡】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】 I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】
週四	I-1-5 能伸展肢體【舒活時間】	I-2-2 會回應成人的逗弄【我現在的心情】	I-3-3 會發出聲音自娛【發聲遊戲】	I-4-5 會探索自己雙手【小手在哪裡】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】
週五	I-1-5 能伸展肢體【舒活時間】	I-2-2 會回應成人的逗弄【我現在的心情】	I-3-4 會回應成人的聲音【現在在做什麼】	I-4-1 眼睛能追隨物品移動【追視物品】	I-5-1 能吸吮奶嘴【吃奶嘴】
備註	1.週一需多了解周末嬰幼兒於家庭生活作息概況，多給予幼兒親密的擁抱與個別接觸。 2.依據嬰幼兒個別差異與興趣選擇活動，融入日常生活中重覆進行。 3.完成活動之幼兒，姓名記載於活動下方，逐步進入下階段活動。				

表四-7 適性發展活動(週)計畫參考範例 (4-6個月)

\_\_\_\_年\_\_月\_\_日~\_\_\_\_日 年齡/組別:\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_; \_\_\_\_\_

幼兒姓名：小苓、小惠、小平、小敏、小保

	身體動作	社會情緒	語言溝通	認知探索	生活自理
週一	II-1-1 俯臥時能以手臂撐起胸部【我會趴】	II-2-2 對鏡中的自己感興趣【誰在鏡子裡】	II-3-1 會嚐試發出不同的聲音【這是什麼】	II-4-1 會重覆進行有目的性的行為（例如重複搖手搖鈴）【搖一搖】	II-5-1 會伸手幫忙拿奶瓶【一起拿奶瓶】
	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保
週二	II-1-1 俯臥時能以手臂撐起胸部【我會趴】	II-2-2 對鏡中的自己感興趣【誰在鏡子裡】	II-3-1 會嚐試發出不同的聲音【這是什麼】	II-4-1 會重覆進行有目的性的行為（例如重複搖手搖鈴）【搖一搖】	II-5-1 會伸手幫忙拿奶瓶【一起拿奶瓶】
週三	II-1-2 能自己翻身【翻身運動】	II-2-4 對與人互動表現正向反應【飛天毛毯】	II-3-2 能發出聲音回應成人的話語【寶寶學說話】	II-4-2 能用眼睛搜尋聲音的來源【什麼聲音】	II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】
週四	II-1-2 能自己翻身【翻身運動】	II-2-4 對與人互動表現正向反應【飛天毛毯】	II-3-2 能發出聲音回應成人的話語【寶寶學說話】	II-4-2 能用眼睛搜尋聲音的來源【什麼聲音】	II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】
週五	II-1-4 能伸手拉或耙抓物品【抓抓樂】	II-2-5 會用簡單方式吸引成人注意【和我一起玩】	II-3-2 能發出聲音回應成人的話語【寶寶學說話】	II-4-5 會注視顏色或圖案鮮明的圖片/玩具【瞧一瞧】	II-5-2 能接受用湯匙餵食【用湯匙喝果汁】
備註	1.週一需多了解周末嬰幼兒於家庭生活作息概況，多給予幼兒親密的擁抱與個別接觸。 2.依據嬰幼兒個別差異與興趣選擇活動，融入日常生活中重覆進行。 3.完成活動之幼兒，姓名記載於活動下方，逐步進入下階段活動。				

表四-8 適性發展活動(週)計畫參考範例(7-12個月)

\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日~\_\_\_\_日 年齡/組別:\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_;

幼兒姓名：小苓、小惠、小平、小敏、小保

	身體動作	社會情緒	語言溝通	認知探索	生活自理
--	------	------	------	------	------

週一	III-1-1 能自己坐穩【能自己坐】	III-2-1 會揮手表示再見【打招呼】	III-3-1 能模仿大人的簡單話語（如ㄅㄅ）【跟我一起說】	III-4-2 會尋找完全被藏著的物品（保留概念）【不見了】	III-5-2 能吞嚥糊狀副食品【麥片時間】
	小苓、小惠、小平 小敏、小保	小苓、小惠、小平 小敏、小保	小苓、小惠、小平 小敏、小保	小苓、小惠、小平 小敏、小保	小苓、小惠、小平 小敏、小保
週二	III-1-1 能自己坐穩【能自己坐】	III-2-1 會揮手表示再見【打招呼】	III-3-1 能模仿大人的簡單話語（如ㄅㄅ）【跟我一起說】	III-4-4 呼叫他的名字時會有反應【球兒滾來滾去】	III-5-5 會表示要吃東西【我要吃東西】
週三	III-1-1 能自己坐穩【能自己坐】	III-2-2 能和成人玩簡單重覆遊戲（如躲貓貓）【躲貓貓】	III-3-3 會以肢體動作進行溝通（如以手指物或搖頭、點頭）【表示意見】	III-4-4 呼叫他的名字時會有反應【球兒滾來滾去】	III-5-3 能自己拿食物吃【我會自己拿】
週四	III-1-5 能將物品由一手換到另一手【換一隻手】	III-2-2 能和成人玩簡單重覆遊戲（如躲貓貓）【躲貓貓】	III-3-3 會以肢體動作進行溝通（如以手指物或搖頭、點頭）【表示意見】	III-4-5 能設法接近想要的事物【球兒滾來滾去】	III-5-3 能自己拿食物吃【我會自己拿】
週五	III-1-5 能將物品由一手換到另一手【換一隻手】	III-2-2 能和成人玩簡單重覆遊戲（如躲貓貓）【躲貓貓】	III-3-3 會以肢體動作進行溝通（如以手指物或搖頭、點頭）【表示意見】	III-4-5 能設法接近想要的事物【球兒滾來滾去】	III-5-3 能自己拿食物吃【我會自己拿】
備註	<p>1.週一需注意嬰幼兒的分離焦慮，多給予幼兒親密的擁抱與個別接觸。</p> <p>2.依據嬰幼兒個別差異與興趣選擇活動，融入日常生活中重覆進行。</p> <p>3.完成活動之幼兒，姓名記載於活動下方，逐步進入下階段活動。</p>				

表四-9 適性發展活動(週)計畫參考範例（13-18個月）

\_\_\_\_年\_\_月\_\_日~\_\_\_\_日 年齡/組別:\_\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_\_;

幼兒姓名: 小苓、小惠、小平、小敏、小保

	身體動作	社會情緒	語言溝通	認知探索	生活自理
--	------	------	------	------	------



週一	IV-1-1 能獨立穩定行走【走過來】	IV-2-1 能與別的孩子坐在一起玩【坐在一起】	IV-3-1 能講至少十個單字【說說看】	IV-4-1 能遵從簡單的指令【手在哪裡】	IV-5-1 能用學習杯喝水【我會喝水】
	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保
週二	IV-1-2 能保持平衡撿拾地上物品【撿起來】	IV-2-2 能在提示下做基本社交動作（如謝謝、拜拜）【揮手拜拜】	IV-3-2 能結合二個字出現電報式的話語（如狗狗汪汪）【狗狗汪汪】	IV-4-2 能指認常見物品與簡單身體部位【手在哪裡】	IV-5-2 能用吸管喝水【我會喝水】
週三	IV-1-4 能將玩具放入或倒出容器【放進去拿出來】	IV-2-4 會對熟悉成人表達好感（如擁抱親吻）【照顧小娃娃】	IV-3-4 能理解簡單日常生活用語【指認物品】	IV-4-4 能了解常見物品的用途【寶寶的東西在哪裡】	IV-5-4 會表示尿濕了或已排便【我大大了】
週四	IV-1-6 能丟擲玩具【玩丟丟樂】	IV-2-5 會用行為或語言表達自主性（如搖頭表示不要）【我不要】	IV-3-5 能指認或說出熟悉物品/動物的名稱【指認物品】	IV-4-5 能以新的方式探索物品的特性【新玩法】	IV-5-6 能粗略以毛巾擦嘴【清潔寶寶】
週五	IV-1-7 拿以兩指(拇指、食指)撿拾物品【撿拾葡萄乾】	IV-2-6 練習處理分離焦慮【我想抱抱】	IV-3-6 能回答簡單問題【要不要】	IV-4-6 能尋找出指定物品【找出指定物品】	IV-5-7 練習咀嚼半固態食物【練習咬一咬】
備註	<p>1.週一需注意嬰幼兒的分離焦慮，多給予幼兒親密的擁抱與個別接觸。</p> <p>2.依據嬰幼兒個別差異與興趣選擇活動，融入日常生活中重覆進行。</p> <p>3.完成活動之幼兒，姓名記載於活動下方，逐步進入下階段活動。</p>				

表四-10 適性發展活動(週)計畫參考範例(19-24個月)

\_\_\_\_年\_\_月\_\_日~\_\_日 年齡/組別:\_\_\_\_ 托育人員:\_\_\_\_; \_\_\_\_\_

幼兒姓名: 小苓、小惠、小平、小敏、小保

身體動作	社會情緒	語言溝通	認知探索	生活自理
------	------	------	------	------

週一	V-1-1 能獨立地走上樓梯【上樓梯】	V-2-2 能參與團體性的活動【一起丟布球】	V-3-3 能說出簡單的身體部位名稱【認識自己的身體】	V-4-5 能拼簡單拼圖【我會拼圖】	V-5-1 能用湯匙進食【用湯匙吃東西】
	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保	小苓、小惠、小平、小敏、小保
週二	V-1-2 能奔跑【我會跑】	V-2-2 能參與團體性的活動【一起丟布球】	V-3-3 能說出簡單的身體部位名稱【認識自己的身體】	V-4-2 會假裝餵洋娃娃吃東西【照顧小娃娃】	V-5-4 能在協助下練習穿衣服【練習穿衣服】
週三	V-1-2 能奔跑【我會跑】	V-2-5 會用動作去安慰他人【安慰別人】	V-3-4 能自己閱讀圖畫書【故事魔毯】	V-4-2 會假裝餵洋娃娃吃東西【照顧小娃娃】	V-5-4 能在協助下練習穿衣服【練習穿衣服】
週四	V-1-1 能獨立地走上樓梯【上樓梯】	V-2-5 會用動作去安慰他人【安慰別人】	V-3-4 能自己閱讀圖畫書【故事魔毯】	V-4-6 對塗顏色活動感興趣【自由作畫】	V-5-6 能幫忙收拾玩具及物品【自己收玩具】
週五	V-1-1 能獨立地走上樓梯【上樓梯】	V-2-5 會用動作去安慰他人【安慰別人】	V-3-4 能自己閱讀圖畫書【故事魔毯】	V-4-6 對塗顏色活動感興趣【自由作畫】	V-5-6 能幫忙收拾玩具及物品【自己收玩具】
備註	1.週一需注意嬰幼兒的分離焦慮，多給予幼兒親密的擁抱與個別接觸。 2.依據嬰幼兒個別差異與興趣選擇活動，融入日常生活中重覆進行。 3.完成活動之幼兒，姓名記載於活動下方，逐步進入下階段活動。				

## 伍、嬰幼兒適性發展活動參考範例

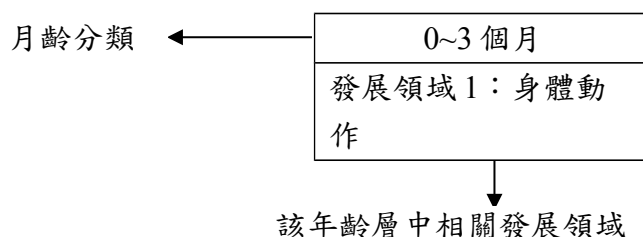
### 一、範例編排說明

關於嬰幼兒適性發展活動參考範例的編排內容，在每個年齡層的一開始，先做一般性的描述，內容包括這個階段嬰幼兒的發展特色、環境安排、玩具的選擇以及與嬰幼兒互動建議；然後依照五大發展領域，發展出該階段嬰幼兒在這個領域之下適合進行的相關適性發展活動。

### 二、活動敘寫說明

本適性發展活動的敘寫方式，在每一個發展活動裡，先簡單說明該活動能增進或幫助嬰

幼兒哪一方面的發展，然後列出該活動應事先準備好的安全環境與材料、活動方式及注意事項。每個學習活動的右上方會有一個兩個欄位的小框框，第一欄表示此活動適用的嬰兒的月齡，第二欄表示學習綱要的領域，舉其中一個活動為例：



接下來在左上方會有一個單獨的框，顯示此適性發展活動所欲提供在此發展領域下的學習活動內容要項，如下例所示：

活動內容要項 I-1-1：俯臥時可抬起頭及頸部

0-3 個月(代碼 I)的嬰兒在「1. 身體動作」這個發展領域中的第一個適性發展活動內容要項

本適性發展活動參考範例以表格方式呈現，表格內容說明如下表五-1:

表五-1 嬰幼兒適性發展活動參考範例表格內容說明

活動名稱	在這裡我們會為每一個活動取一個與活動內容有關的活動名稱，方面相關使用者在意見交流時容易串連。
環境與材料	在環境與材料裡，以安全為首要注意事項，我們所建議的通常是唾手可得的簡單玩具或物品，不需刻意花太多時間及金錢去取得的，同時說明活動進行的適宜環境。
活動方式	在活動方式裡，我們會以列點的方式列出該活動可進行的步驟或方式其中包括成人與嬰兒互動的方式、如何使用教具或玩具、活動過程中成人可觀察的重點或方向、以及如果嬰幼兒能達到此活動目標，則成人可進一步進行什麼樣的延伸活動等。
注意事項	在注意事項中，我們會列出一些特別提醒的事宜，例如對於尚無法達到該活動指標的嬰幼兒，我們會有那些建議事項及可從事的活動等。

## 0-3 個月(I)嬰幼兒適性發展活動

### (一)、0-3 個月嬰幼兒發展特性

此階段的嬰兒學習活動重點在於幫助身體動作發展，尤其是粗動作，因為它是所有發展的基礎，以下依五大發展領域逐一說明。

粗動作方面：0-3 個月的嬰兒，首先要學習的就是「頭部控制」的能力，包括能自己將頭抬起來、頭部能保持在身體的中線及頭部能隨自己意思自由地左右轉動。這些能力是嬰兒身體發展中最基本且最重要的一環，是未來發展坐、爬及步行這些能力的必備基礎條件。剛出生的嬰兒，頭部控制尚未成熟，因此尚不能自己把頭抬起來，只有當有毛巾蓋住臉時會出現反射性轉頭動作以避免窒息。到了3個月大的時候，由於手臂發展較成熟了，嬰兒可以在俯臥時用自己的前臂支撐，然後把頭抬高保持於中線且注視前面，並能轉動頭部作物體追視及尋找聲源。成人可以利用聲音、玩具或圖像的移動，或將嬰兒抱直，給予嬰兒更多學習頭部控制的機會。

精細動作方面：俗話說「雙手萬能」，可見發展出運用自如的控制手部肌肉的能力有多麼重要了！人類自胎兒時期便已具備運用雙手的能力，透過超音波我們不難看到胎兒在母體內手舞足蹈及吸吮手指的畫面。剛出生的嬰兒手指的活動能力受到原始反射的影響，此時若將成人的手指頭或是玩具放到嬰兒手中，他會反射性地緊緊握住，但還沒有辦法隨自己的意志放開。0-3 個月嬰兒「發展手部控制」的學習活動，主要目標在於讓嬰兒學習自由抓握及放開的能力，成人可以幫助嬰兒放鬆全身的肌肉並伸展四肢，尤其是整個手掌的活動。

社會情緒方面：人類是群居性的動物，為了達到與他人密切且良好的互動關係，必須要具備情緒控制及表達能力。剛出生的嬰兒需要調節自身的各種生理需求，以及對外在的刺激作出初步的反應，這個月齡的嬰兒大部份表達情緒的唯一方式就是「哭」。隨著聽覺及視覺的發展成熟，嬰兒會漸漸地學習利用聲音及臉部表情來區分他人的情緒而作出適當的反應；到了三個月大左右，嬰兒開始會主動與主要照顧的成人作情感上的交流，對於逗弄他的成人發出來的笑容也是有意義且有目的性的。因此在此月齡的學習活動重點，在於成人和嬰兒維繫良好的互動並觀察嬰兒是否發展社會性笑容，這是嬰兒與他人間展開良好互動的第一步。

語言溝通方面：語言是人與人之間進行溝通最主要也是最重要的媒介，剛出生的嬰兒與外界溝通的唯一語言就是哭，大部份都是因為生理需求不滿足。隨著對聲音的辨視能力及發聲能力的成熟，加上觀察及模仿成人，嬰兒開始學習發出一些和生理需求無關的聲音，例如牙牙學語前的咕咕聲或是表現自己開心的聲音。值得注意的是，嬰兒在學會說話以前，必須先學會聽的能力。因為能區分聲音的來源，才能轉頭去看是誰在說話？能夠辨別不同的聲音，才能學習了解這些聲音所代表的意義；當他具備分辨主體和背景的聲音之後，才會選擇性地只聽某些聲音及專注於說話者，例如在吵雜環境中聽成人說話的聲音。另外，玩聲音的遊戲可以幫助嬰兒掌握發音器官的控制和協調，慢慢地建立了發出具意義的語音的能力。因此在此月齡的學習活動重點，在於成人應多和嬰兒說話以及讓嬰兒多聽一些不同的聲音。

認知探索方面：嬰兒透過主動探索來認識並學習適應這個世界。嬰兒的認知探索的能力不僅和智力發展有關，也受到後天環境的影響。在嬰兒與環境互動的過程中，先天的智力基礎加上後天的學習刺激，可使嬰兒的智能發展產生質與量的變化。因此在這個領域的學習活動，成人可將重點放在幫助嬰兒發現自己的身體四肢及初步認識自己身處的環境。

生活自理方面：主要是要讓嬰兒培養自我照顧的能力，但剛出生的嬰兒仍需要仰賴成人的照顧來滿足他生理上的各種需求，因此這個階段月齡的生活自理學習活動重點，主要是在幫助嬰兒熟練吸吮的能力，因為此項能力也是口腔肌肉發育的基礎，更關乎到未來學習語言的能力。

## (二)、環境安排及互動建議

0-3 個月的嬰兒，大部份的時間都在睡眠，因此在環境的安排上建議以溫馨、安靜為主要訴求，環境色彩的佈置上建議以柔和的色調為主，並可以在嬰兒清醒的時間播放輕柔的音樂，讓嬰兒可以多多接多多受聲音方面的刺激。

這個月齡的嬰兒其實並不會真正去玩玩具，頂多只是在練習抓握玩具而以，因此給予這個月齡嬰兒的玩具主要以適合他單手可以抓握的玩具為考量，並且要注意玩具的清潔及消毒。由於此月齡的嬰兒對黑白色系的圖案最感興趣，所以在托育環境的牆上也可懸掛一些黑白相間的圖案，成人可利用嬰兒清醒時段，抱嬰兒到圖案前，以保持 30 公分遠的距離為主讓嬰兒看這些圖案，以增加一些對嬰兒視覺方面的刺激。

由於 0-3 個月的嬰兒容易因突然的巨響而驚嚇到，因此成人在與嬰兒互動時聲音要儘量輕柔，動作的力道也要控制得宜。在互動方式上可以多和嬰兒有面對面的機會，讓嬰兒可以看得到成人的臉部表情。

## (三)、學習內容要項及適性發展活動

以下依五大發展領域列出成人可和此月齡嬰兒互動的相關適性活動。大體而言，與嬰兒玩耍、互動的時間以嬰兒吃飽睡足、精神狀況最好時的狀態為，因此當嬰兒出現哭泣、抗拒或排斥的反應時，則要暫時停止活動，勿強迫嬰兒進行。此外，嬰兒若生病、發燒、身體狀況或情緒不佳時，也不適宜從事任何學習活動。須特別注意的是，由於每個嬰兒都有發展上的個別差異，有些嬰兒會做不到以下的學習活動目標，對於無法達到目標的嬰兒成人勿須太擔憂，有時只是嬰兒發展還沒完全成熟，只要嬰兒到達一定的成熟度，他自然可以達到一定的能力，因此成人只要適時的引導即可。

0-3 個月【 I 】
-------------

發展領域 1：身體動
------------

## 活動內容要項 I-1-1：俯臥時可抬起頭及頸部

說明：對於 0-3 個月的嬰兒，首先要學習的就是頸部的直立。躺著時的視線範圍有限，大部份只是看到天花板而已，但當趴著且把頭抬高時，不但看周圍環境的角度不太一樣，範圍也會跟著擴展許多。這個活動是為了讓嬰兒可以學習靠自己的力量將頭抬起來，並且可以強化他頸部的力量。

活動名稱	1. 抬頭小娃
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 軟墊</li> <li>2. 毛巾一條</li> <li>3. 色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人讓嬰兒趴在舖有毛巾的安全軟墊上，以保護嬰兒幼嫩的肌膚</li> <li>2. 然後將玩具放在嬰兒前方，並利用讓玩具發出聲音或是呼喚嬰兒的名字引誘嬰兒發現玩具。例如，成人可試著對嬰兒說：「（小寶）你看，這裡有玩具哦！」</li> <li>3. 過程中需觀察嬰兒是否可以抬起頭及頸？當嬰兒有做到時，成人需予以鼓勵，讓嬰兒可以加強重複練習的意願。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒的頭部控制能力為何？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可以進一步以聲音或玩具和他玩耍，藉此鼓勵嬰兒抬起他們的上半身，也可以讓他們發現周圍的環境，進而開始觀察。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可從嬰兒背後輕輕扶住他的肩膀協助他將頭抬高，或把他的雙手伸直輕輕向上拉，並用玩具鼓勵嬰兒抬頭；或是輕輕觸摸嬰兒頸部或是下顎，讓他可以做出抬頭或是轉頭的動作，並協助嬰兒於融入日常作息中適量練習幾次。</p>

## 活動內容要項 I-1-2：能雙手碰在一起

說明：2 個多月左右的嬰兒多數能做到雙手碰在一起，成人可在日常生活中觀察嬰兒是否有出現此行為，這個活動是為了幫助嬰兒達到雙手能伸展到胸前，練習雙臂交叉的動作，進一步讓嬰兒感到身體的鬆弛。

活動名稱	2.給自己抱抱
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>毛巾一條</li> <li>色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>當嬰兒躺著時，成人可雙手交叉握著嬰兒的雙手前臂，然後將嬰兒雙手慢慢地拉至另一邊的肩膀上，再讓他用自己的手輕摸自己的胸部和臉部，好讓嬰兒能感覺到自己身體的存在，然後放鬆嬰兒的雙臂，觀察後續嬰兒是否出現類似動作。</li> <li>成人可對嬰兒說：「小寶，這是你的手手哦！」將嬰兒抱直時亦可觀察嬰兒是否有出現雙手互碰的動作。</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒的雙手是否會合在胸前互碰？</li> <li>如果嬰兒能達到此活動目標，則可把懸吊玩具置於嬰兒胸前，讓嬰兒主動將手伸到胸前去碰觸該玩具。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可把嬰兒的手放到他可以看到的方，吸引他對自己的手產生注意及興趣，然後，成人將嬰兒的雙手拉在一起到胸前互碰，過程中製造聲音吸引他的注意及興趣，並協助嬰兒於一天當中多練習幾次。</p>

## 活動內容要項 I-1-3：能抓握放在手心物品

說明：剛出生的嬰兒其手指的活動受原始反射的影響，小肌肉活動不靈活，其把玩玩具的技能只限於於粗略的動作，例如用整個掌心抓握。這個活動是為了幫助嬰兒運動其手指，幫助小肌肉的發展，也可以讓手掌的抓握更有力量。

活動名稱	3.握緊拳頭
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>毛巾一條</li> <li>嬰兒可抓握的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>成人可讓嬰兒躺在鋪有毛巾的軟墊上或小床中，然後將玩具或成人的手指頭放在嬰兒的手心中，觀察嬰兒是否會握住手中物品。</li> <li>成人可對嬰兒說：「來，握握手。」或「來拿玩具喔！」當嬰兒有握住成人的手或是物品時，成人可對嬰兒給予鼓勵說：「哇！你的力氣好大呵！」此活動亦可在將嬰兒抱直時進行。</li> <li>本活動的觀察重點為：當把物品放在嬰兒掌心時，觀察嬰兒是否會抓握？</li> <li>如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步引導嬰兒探索及把玩此玩具。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可用手指頭輕輕地在嬰兒掌手碰觸或搔癢，刺激他握住的反應，並協助嬰兒於一天當中多練習幾次。



## 活動內容要項 I-1-4：能試圖伸手拿眼前物品

說明：有人說剛出生的嬰兒像個大近視眼，因為他們看不清楚眼前的物體；剛出生的嬰兒只能看得見眼前距約 30 公分遠的物體，尤其是黑白的顏色最能引起這個年齡層嬰兒的注意。這個活動是為了幫助嬰兒眼神可以聚焦，並透過使用手去拿眼中所見的物品，以達到手眼協調的目的。

活動名稱	4.來拿玩具
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>毛巾一條</li> <li>嬰兒可抓握的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>成人可讓嬰兒躺在鋪有毛巾的軟墊上或小床中（夏天可於乾淨的木質地板上），或者讓嬰兒靠在嬰兒安全座椅中，記得綁好安全帶。</li> <li>成人拿一個玩具（最好是有一點且具聲音效果的玩具），放到嬰兒眼前約 30 公分處，引誘嬰兒發現該玩具，此時成人可發出聲音呼喚嬰兒及動作吸引嬰兒。</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否有注意到玩具，或嘗試做出伸手取物的動作？</li> <li>如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步引導嬰兒探索及把玩此玩具。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可用手讓玩具發出聲音，或呼喚嬰兒名字以吸引他的注意，並協助嬰兒於一天當中多練習幾次。

## 活動內容要項 I-1-5：能伸展肢體

說明：觸覺是人類最早發展出來的感覺，研究得知，胎兒在子宮中已能感受毛髮觸及嘴邊並有反射性回應的能力，且胎兒也能藉由吸吮自己的手指，達到安撫自己的效果。本活動藉由嬰兒按摩除了要幫助寶寶達到全身放鬆、安定身心之外，也可以在過程中增加嬰兒與主要照顧者之間的情誼。

活動名稱	5.舒活時間
環境與材料	1. 軟墊 2. 毛巾一條 3. 嬰兒乳液 4. 輕柔的音樂（活動進行中放播放輕柔的音樂） 5. 室溫最好控制在攝氏 28 度左右
活動方式	1. 讓嬰兒仰躺在鋪有毛巾被的軟墊上（夏天時可讓嬰兒光著身子，冬天則需注意室溫變化及保暖問題）， 2. 在嬰兒身上抹少許嬰兒乳液，雙手輕柔地在嬰兒臉、四肢及全身按摩。成人可對嬰兒說：「來做伸展操囉！」「按摩好舒服哦！」並輕緩的伸展嬰兒的四肢、手掌等部位。 3. 本活動的觀察重點為：觀察在整個按摩過程中嬰兒的反應何？嬰兒的反應如是否有全身緊繃的情形？是否隨成人的按摩放鬆肌肉並伸展四肢？嬰兒如有不舒服的表現如哭泣、皺眉等則停止進行按摩。 4. 如果嬰兒的反應良好，則可形成在每日固定時段（例如洗澡後）的活動，此時可放點輕柔的音樂，和嬰兒享受這親密時光。 5. 大體而言，按摩時間以寶寶吃飽睡足、精神狀況最好時的狀態為佳；另外須注意是，進行按摩活動的時間千萬不可在餵食前半小時及餵食後一小時內進行。
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則可多增加一天中按摩的時間，例如在睡前幫嬰兒按摩，可幫助嬰兒睡眠品質；洗澡後幫嬰兒按摩，可幫助嬰兒放鬆全身；在睡醒後幫嬰兒按摩，可增加嬰兒對觸覺的敏感度及反應。

## 活動內容要項 I-2-1：能發出社會性微笑

說明：剛出生的新生兒，有時侯嘴角牽動出現類似笑容的表情，其實那並不是嬰兒會對人笑，大部份都只是反射性的動作。嬰兒真正要發自內心因開心而對人笑，大概要到快 3 個月的侯才會表現出來。但仍因人而異，主要仍視主要照顧者是否常與嬰兒互動有關。本活動的主要目的是要藉由成人對嬰兒的逗弄，引發嬰兒出現自發性的微笑。

活動名稱	6.笑一個
環境與材料	準備一些色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在嬰兒吃飽睡足精神狀態良好的情況下時，開始與嬰兒進行此活動。</li> <li>2. 成人可將嬰兒抱直（或讓嬰兒仰躺著亦可），與嬰兒目光對視，成人可邊唱童謠邊逗弄嬰兒，亦可試著以誇張的口語表情或拿玩具逗嬰兒笑。</li> <li>3. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒的反應及表情，是否能因成人的逗弄而露出笑容？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步與他玩耍，多用一些聲音及表情與他互動。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可在日常生活中多和嬰兒說話、多逗弄嬰兒，並對著他笑，引誘嬰兒對成人的逗弄產生反應。

## 活動內容要項 I-2-1：能發出社會性微笑

說明：鏡子是讓嬰兒認識自己的一個很重要、也是很方便的媒介，而且大部份的人家中都有鏡子，可說是一項垂手可得的物品。本活動是利用鏡子讓嬰兒發現自己的外貌，這是他認識自己的第一步，雖然這個時候他並不知道那個鏡中人就是他自己，但隨著年齡的增長，總有一天他可以將鏡中人物與對自我的概念整合起來。

活動名稱	7.鏡中人
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 軟墊</li> <li>2. 毛巾一條</li> <li>3. 安全鐘子一面</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒俯趴在鋪有毛巾的軟墊上，成人在嬰兒眼前約 30 公分的地方放置一面鏡子，並以聲音呼喚嬰兒引誘嬰兒抬頭看鏡子中的自己。</li> <li>2. 當嬰兒發現鏡中的自己時，成人須觀察嬰兒的反應，看嬰兒是否能對鏡中的自己發出社會性的微笑？</li> <li>3. 如果只是做出一些不一樣的表情，如：專心地看、皺眉等表情的變化也算有反應。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能對鏡中的自己微笑？</li> <li>5. 如果嬰兒的反應良好，則可讓嬰兒看久一點，可利用嬰兒在看鏡子的機會，讓自己也出現在鐘子中，然後呼喚嬰兒的名字，讓嬰兒發現鏡中的成人影像，然後到嬰兒身邊呼喚他，讓嬰兒看看真實的成人臉孔，藉此讓嬰兒感受到鏡中人和真實的人的不同。</li> </ol>
注意事項	<p>如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可指著鏡中的嬰兒影像對嬰兒說：「這是小寶。」並逗弄著嬰兒，引誘嬰兒對鏡中的自己笑。</p>

## 活動內容要項 I-2-2：會回應成人的逗弄

說明：嬰兒與成人之間相處的關係及互動的方式，是日後他與同儕之間關係發展的基礎，因此在此在嬰兒時期，主要照顧者便要多與嬰兒保持良好正向的互動關係，為嬰兒未來人際關係的發展鋪路。表本活動是要藉由成人對嬰兒對話，讓嬰兒可以感受到不同的聲音表情變化。

活動名稱	8.我現在的心情
環境與材料	事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人可利用每日的例行活動時與嬰兒進行此活動，例如幫嬰兒換完尿布的時候，將嬰兒抱在懷中，與嬰兒互動或逗弄嬰兒，像是說「換好尿布好舒服哦！」等。</li> <li>2. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能因成人的逗弄而有所反應？像是表現出於愉悅的情緒、發出聲音回應、表情變化等。</li> <li>3. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以感受到更多的聲音表情的變化。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可在日常生活中多和嬰兒說話、多逗弄嬰兒，並對著他笑，引誘嬰兒對成人的逗弄產生反應。

## 活動內容要項 I-2-3：會使用如吸拇指或吃奶嘴的方式安撫自己

說明：觸覺上的刺激有助於嬰兒的情緒發展，嬰兒藉由吸吮自己的拇指（或拳頭）的感覺，除了探索自己的身體之外，這也是一種自我刺激及自我安撫的方式。本活動是幫助嬰兒藉由吸吮的動作，以達到安撫自己的情緒的效果。

活動名稱	9.給自己惜惜（台語發音）
環境與材料	準備一個消毒過的安撫奶嘴。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒因某些原因而哭泣時（例如好累想睡覺時），成人可提供消毒過的安撫奶嘴給嬰兒，並告訴嬰兒：「乖！吃嘴嘴。」</li> <li>2. 成人須觀察嬰兒是否能接受安撫奶嘴的安撫，對於不吃奶嘴的嬰兒，則成人可觀察嬰兒是否會藉由吸吮自己的拇指來得到安撫。</li> <li>3. 成人必須留意嬰兒哭泣的情形，是否逐漸緩和，千萬不能讓嬰兒哭泣太久而完全不給予任何回應。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能藉由吸吮自己的拇指或奶嘴來得到安撫？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可以成人忙碌無法及時回應時，讓嬰兒暫時以此方式自我安撫。但切記當成人忙完時，一定要立即去回應嬰兒。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，如不肯吸拇指或給予他奶嘴仍哭泣不已的嬰兒，則成人仍需立即給予安撫，並在他哭泣趨於緩和時試著讓他吸吸奶嘴（或拇指），等嬰兒完全停止哭泣了，再試著將他放回小床，看看嬰兒是否會再哭泣？

## 活動內容要項 I-3-1：會朝發出聲音的方向轉頭

說明：聽覺是人類學習語言的重要基本器官之一，若沒有聽覺的刺激，則學習語言便會十分地困難。此活動可以協助成人了解嬰兒的聽覺能力，以及幫助嬰兒分辨正確聲音方向。若嬰兒能正確地分辨聲音的來源，則表示不但嬰兒的聽力發育良好，且感覺統合也大致沒有問題（因為嬰兒能將聽覺傳回大腦，再由大腦發佈命令指揮頭部轉動，這是一個感覺統合的能力）。

活動名稱	10. 聲音在哪裡
環境與材料	準備一些色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人站在嬰兒視線看不到的地方（例如站在嬰兒身側）。</li> <li>2. 搖一個會發出聲音的玩具，看看嬰兒是否會朝發出聲音的方向轉頭。同時成人可伴隨著呼喚嬰兒的名字，藉此來吸引嬰兒的注意。成人可試著對嬰兒說：「小寶來！看這裡！」並觀察嬰兒的反應。</li> <li>3. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否會朝發出聲音的方向轉頭？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步變換方向，以及多使用不同聲音及音量的來與他互動。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可試著在嬰兒身邊呼喚他，等嬰兒轉頭看成人，再換個方向呼喚他，直到每次都可以準確地找到發聲的方向。

## 活動內容要項 I-3-2：能注視照顧者的口型變化

說明：嬰兒要學會說話以前，首先需要有大量的聲音刺激及模仿的機會，因此，成人除提供嬰兒一些不同聲音變化的刺激之外，也要提供機會讓嬰兒注意到成人在說話時的口型變化，進一步加以模仿，而學會說話的技巧。本活動就是要藉由成人與嬰兒面對面，然後讓嬰兒得以就近觀察成人說話時的口型變化，為將來學習語言奠定基礎。

活動名稱	11.看誰在唱歌
環境與材料	準備一個消毒過的安撫奶嘴。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將嬰兒抱在懷中，與成人近距離面對面。</li> <li>2. 成人念或哼唱兒歌給嬰兒聽，並加入聲音及表情的變化。</li> <li>3. 注意在哼唱兒歌時的口型變化要明顯，且速度最好慢一點，讓嬰兒可以觀察到成人口型的變化。</li> <li>4. 成人須觀察嬰兒的反應，是否會注視成人的口型變化？例如是否眼睛睜大？是否會嘴型略為牽動作出模仿狀？</li> <li>5. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以觀察到更多的口型變化。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可試著更放慢說話的速度或試著一個字一個字慢慢說，記得要與嬰兒面對面，如此嬰兒較能清楚地觀察到成人的口型變化。



## 活動內容要項 I-3-3：會發出聲音自娛

說明：嬰兒學習說話除了要提供機會給他模仿練習之外，嬰兒本兒的生理發展成熟度亦是影響說話的要件之一，若嬰兒的口腔構造異常，則在語言的學習及表達方面將會受到限制。本活動是製方機會讓嬰兒開口「說話」，並觀察嬰兒是否能自己出聲音來。

活動名稱	12.發聲遊戲
環境與材料	事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在日常生活中進行，在嬰兒清醒或精神愉悅時，觀察嬰兒是否會發出聲音自言自語的娛樂自己。</li> <li>2. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以感受到更多的聲音的變化。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的表現不夠明顯，成人可與嬰兒面對面，成人發出一些單音或對嬰兒說話，觀察嬰兒是否會模仿成人發出聲音。觀察重點：觀察嬰兒是會能自己發出聲音？或在成人的引導下發出聲音？

## 活動內容要項 I-3-4：會回應成人的聲音

說明：本活動是藉由嬰兒對成人聲音的回應，一方面可以得知嬰兒的聽力是否正常，一方面也可以知道嬰兒的發音情形。

活動名稱	13.現在在做什麼
環境與材料	事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人可利用每日的例行工作進行此活動。</li> <li>2. 例如在泡牛奶時候，告訴嬰兒：「我要泡ㄋㄟㄋㄟ囉！」，要餵食前告訴嬰兒：「來喝ㄋㄟㄋㄟ囉！」，或者是在換尿布前告訴嬰兒「換布布囉。」在</li> <li>3. 過程中要鼓勵嬰兒參與對話，並觀察嬰兒是否會回應成人所發出聲音？</li> <li>4. 當嬰兒有發出聲音時，成人需對嬰兒所發出的聲音給予肯定的回應；如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，鼓勵嬰兒多發出一些聲音來。</li> <li>5. 本活動的觀察重點：觀察嬰兒是會能自己發出聲音？或在成人的引導下發出聲音？</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的表現不夠明顯，成人可與嬰兒面對面，成人發出一些單音或對嬰兒說話，觀察嬰兒是否會模仿成人發出聲音。觀察重點：觀察嬰兒是會能自己發出聲音？或在成人的引導下發出聲音？

## 活動內容要項 I-4-1：眼睛能追隨物品移動

說明：視覺是人類認識身處環境的重要基本器官之一，透過眼睛這個媒介，我們才能學習到顏色、複雜圖形等及認識更多種類的東西。追視物品是嬰兒發展上一個重要的能力，本活動即是引導嬰兒熟練眼球移動的能力，並觀察嬰兒在追視上的眼睛協調程度。

活動名稱	14.追視物品
環境與材料	準備一些色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒仰躺、或者讓嬰兒坐在嬰兒安全座椅中，記得要綁好安全帶，以防嬰兒掉落的危險。</li> <li>2. 成人拿一個玩具放到嬰兒眼前，並引誘嬰兒發現玩具。</li> <li>3. 待嬰兒將視線放到玩具上後，再緩慢地上、下、左、右移動玩具。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察嬰兒是否會隨眼前物品的移動而跟著物品移動他的視線？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步帶嬰兒看更複雜的物品移動，如屋內其他較大孩子在玩耍時，可將嬰兒抱直讓他看著玩耍中的孩子，當孩子們移動位置時，觀察嬰兒是否也會跟著追視。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可試著放慢移動物品的速度，須注意嬰兒的眼神，等到嬰兒的眼光放在物品上時，再慢慢地移動物品。

## 活動內容要項 I-4-2：對光線及聲量的變化有反應

說明：要能感受到光線明暗的變化，主要是透過視；要能感受到音量的大小強弱變化則須透過聽覺；而視覺及聽覺又是人類極重要的身體器官。因此，本活動藉由嬰兒對光線及聲量變化的反應，以得知嬰兒的視覺發展及聽覺發展是否正常。

活動名稱	15.感受明暗變化
環境與材料	1. 錄音機。 <b>2.</b> 錄音帶或 CD。
活動方式	1. 嬰兒所處的房間中，將光線或聲量明顯採漸近式的變化。 2. 例如將音樂聲音慢慢轉小聲，或當嬰兒面前將房間電燈關熄（或打開）。 3. 觀察嬰兒是否有不同的反應？例如會出現眼神聚焦、略做停頓正在進行的動作或張大眼睛注意等。 4. 如果嬰兒有達到此項目，則可進一步以明暗或聲量變化和嬰兒玩遊戲，須注意的是，本活動方式以不驚嚇到嬰兒為原則（例如不可以突然有很大的聲響，如此易嚇到嬰兒）。
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，例如沒有反應或反應不明顯的嬰兒，則成人可試著在每次暫開燈或關燈的同時，對著嬰兒說：「亮亮的（暗暗的）。」

## 活動內容要項 I-4-3：能對不同觸感有反應

說明：一個對觸碰感覺不靈敏的嬰兒是很危險的，因為如此一來倘若他遇到危險或身體有任何病痛時便無法及時反應。本活動藉由觸碰嬰兒全兒，以觀察嬰兒對觸覺反應的靈敏程度。

活動名稱	16.搔癢遊戲
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 柔軟的小刷子。</li> <li>2. 一個溫馨的托育環境及播放輕柔的音樂。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可於嬰兒沐浴後進行。</li> <li>2. 在沐浴後讓嬰兒光著身子仰躺在床上（需注意室溫變化及保暖問題），或躺在舖有毛巾的軟墊上。</li> <li>3. 成人手持沐浴球或是軟刷子，在嬰兒臉部、身體及四肢輕輕地來回輕刷，同時可對嬰兒說：「刷刷寶寶的小手，癢癢的哦！」</li> <li>4. 過程中成人須觀察嬰兒是否對不同觸感有反應？（例如伸展肢體或將四肢縮回等）</li> <li>5. 如果嬰兒有達到此項目，則可固定在沐浴後幫嬰兒穿衣服時，和嬰兒玩此遊戲，以增加他對觸覺的靈敏度。</li> </ol>
注意事項	<p>如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可試著幫嬰兒多做些嬰兒按摩，以刺激嬰兒的觸覺。</p>

## 活動內容要項 I-4-4：會模仿成人的臉部表情

說明：由於模仿能力是學習的基礎，因此本活動是藉由提供機會讓嬰兒模仿成人臉部的表情，以啟發嬰兒模仿的潛能。

活動名稱	17.表情模仿秀
環境與材料	事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可利用每日的例行工作進行此活動。例如在換尿布的時候，或任何和嬰兒近距離面對面的時候。</li> <li>2. 成人可做出較誇張的臉部表情，像是皺眉或是張大嘴巴、伸出舌頭等，觀察嬰兒的反應及回應，是否會模仿成人的臉部表情。</li> <li>3. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是會能模仿成人臉部的表情？</li> <li>4. 如果嬰兒有達到此項目，則可進一步和嬰兒玩表情模仿的遊戲，並在嬰兒模仿得很像時要立即鼓勵他。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可試著將動作簡化，並且放慢速度，並與嬰兒面對面讓嬰兒有更近更清楚的觀察機會。

## 活動內容要項 I-4-5：會探索自己雙手

說明：雙手是萬能的，日後很多的學習活都需要透過手的媒介。因此，本活動是藉由提供機會讓嬰兒發現自己的雙手，進一步可以認識自己的存在，是日後的自我認同發展的基礎。

活動名稱	18.小手在哪裡
環境與材料	事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人須幫助嬰兒發現他自己的雙手，藉以讓他進一步發現自並認識自己。</li> <li>2. 成人可將嬰兒的小手放在他嘴巴旁，觀察嬰兒是否會把手放到嘴裡去吸吮？或者嬰兒是否會將兩隻手靠在一起玩弄自己的雙手？</li> <li>3. 在嬰兒獨處時，可觀察嬰兒是否會注意並探索自己的雙手？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步讓嬰兒發現自己身體的其它器官，如腳趾頭等。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可把嬰兒的手放到他可以看到的方，吸引他對自己的手產生注意及興趣，並告訴他：「這是小寶的小手手。」

## 活動內容要項 I-5-1：能吸吮奶嘴

說明：吸吮能力對嬰兒來說是一項必備的技能，因為對於吸吮能力不佳的嬰兒，營養的吸收會受限，會直接影響到身體的發展。本活動是提供機會讓嬰兒在日常生活中練習吸吮的能力。

活動名稱	19.吃奶嘴
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 一顆消毒過的安撫奶嘴。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在嬰兒哭鬧時進行。</li> <li>2. 當嬰兒哭鬧時，成人將奶嘴放作嬰兒口中，並對嬰兒說：「來，吃嘴嘴」。</li> <li>3. 觀察嬰兒的吸吮技巧，是否有出現吸吮困難的現象？</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒的吸吮能力為何？</li> <li>5. 值得注意的是，這個活動並不一定要吃奶嘴，對於沒有吃奶嘴習慣的嬰兒，可在他喝水或吃奶時，觀察他的吸吮的反應。</li> </ol>
注意事項	對於出現出現吸吮困難的嬰兒，則需進一步觀察是否需要進一步尋求醫療的協助？



## 4-6 個月(II)嬰幼兒適性發展活動

### (一)、4-6 個月嬰幼兒發展特性

此階段的嬰兒學習活動重點除了身體動作發展的活動之外，其它的領域的活動也開始出現，例如語言及認知探索方面的發展。0-3 個月嬰兒的發展主要是以學會控制身體動作為主，要先能控制自己的身體，才能在 4-6 個月這個階段進一步地透過自己的身體去探索環境及學習。以下依五大發展領域逐一說明。

粗動作方面：在一般的狀況下，大部份的反射動作會在嬰兒出生 4-6 個月之後，隨著中樞神經系統的成熟而逐漸消失。嬰兒到了 4 個月左右，頭部控制的能力已趨成熟，此時的嬰兒從仰臥被拉起至坐姿時，頭部能與身體成一直線一起抬起而不再向後仰，坐著時亦能穩定且靈活地轉動頭部觀察四周環境。隨著背部及肩膀肌肉的發展，此月齡的嬰兒在俯臥時能用前臂支撐起自己的胸部並將頭抬高至 90 度，也能嚐試伸手向前抓物，接近 6 個月時，嬰兒的手肘控制能力更成熟，因此他可以在俯臥時以手掌撐起自己的上半身，同時開始踢動自己的雙腳，在踢動的過程中有時會不經意地移動身體，因而發展出匍匐前進、後退、或原地轉圈圈的動作。匍匐移動為下個階段爬行期的暖身運動。此月齡的嬰兒另一個重要的發展要項，即是學會「翻身」的動作；另外，快接近 6 個月時，嬰兒也可以在成人的協助下，以自己的雙手支撐著或是背部靠著東西學習坐一會兒。對於此階段嬰兒的學習活動，多放在協助嬰兒發展出自由翻身的技能以及上半身肌肉的控制。

精細動作方面：此階段的嬰兒手指的活動能力仍受到一些原始反射的影響，小肌肉的活動仍不夠靈活，在把玩玩具的動作上仍只限於粗略的動作，例如用整個掌心抓握、用整個手臂或手肘擺晃來搖動手搖鈴，此階段較缺乏個別手指頭的活動。隨著視覺發展的成熟，嬰兒能分辨出物體的方位而伸手去觸摸物品；快接近六個月的時候，手部肌肉的發展漸漸地能自由控制，也能用手掌去按壓玩具。此階段嬰兒的學習活動，重點在於協助嬰兒更準確及更牢固地抓握物品，以及發展出更細部的手指動作。

社會情緒方面：每一位嬰兒的先天氣質、能力和對外界的反應不一樣，有些主要照顧者在面對嬰兒的「聲音呼喚」時未能及時作適當的回應，以致於大大地影響了嬰兒最基礎的互動經驗。這個月齡的嬰兒不但會追視周遭人物，也會配合成人不同的聲調表情作出不同的回應。此月齡的學習活動的重點，在於成人持續和嬰兒有良好的互動、幫助嬰兒進一步認識自己，包括知道自己是一個與他人不同的獨立個體，以及幫助嬰兒能開始了解自己不同的情緒。

語言溝通方面：4 個月大的嬰兒開始懂得發聲自娛，並且能在成人模仿他的行為後，重覆再做出該行為。在日常生活中，嬰兒有很多學習經驗都是透過看別人做，然後自己再跟著做的。訓練嬰兒的模仿能力可先從簡單動作及聲音的模仿開始，因此此月齡的學習活動內容，成人應多提供一些不同的聲音及語調讓嬰兒模仿，也可利用音樂童謠的刺激培養嬰兒的音感及節奏感，另外，多和嬰兒說話是幫助嬰兒語言發展的不二法門。

認知探索方面：在視覺方面，此階段的嬰兒逐漸發展出手眼協調的能力，因此可多提供一些吸引嬰兒伸手拿取的玩具或物品鼓勵嬰兒去碰觸，以發展出精準地伸向目標拿取物品的能力。剛出生嬰兒的視覺是模糊不清的，只能看到眼前 30 公分遠的物體，太近或太遠他都無法看清楚，而且對黑白色系較有反應。隨著視神經的發育越來越成熟，嬰兒漸漸地可以看得

見較遠的物體，也漸漸會去注意其它的顏色了。在聽覺方面：此階段的嬰兒可辨別出媽媽或主要照顧者的聲音，並且會重複模仿剛剛被成人模仿的聲音；在觸覺方面：對不同的觸覺刺激有不同的反應，例如對於溫度的變化、粗細觸感的變化等能感受到不同而有不同的反應；在味覺方面：嬰兒在出生時對鹹味並沒有什麼反應，4個月左右開始喜歡鹹味，並能分辨出苦或酸的味道，因此對於有苦味的藥水或酸的果汁會拒絕進食；在嗅覺方面，還是較喜歡母乳的味道，能轉向喜歡的氣味來源，同樣地對於難聞或不喜歡的氣味，嬰兒也會把頭轉開。除了感官的發展之外，接近6個月時的嬰兒認知能力也有進步，能找出完全被覆蓋著的物件，並且會重覆同一個動作以獲取同一個結果，因為他可以藉由此動作預測結果來增加對自己的自信，並更勇於去探索環境。在這個領域的學習活動，成人可提供更多樣的素材及物件，讓嬰兒有更寬廣的學習經驗。以下所列出的學習活動可提供嬰兒更多感官方面的刺激及學習，讓嬰兒的感官可以發展得更靈敏。

生活自理方面：4~6個月大的嬰兒能開始接受用湯匙餵食糊狀食物，而且吞嚥能力也更成熟，因此在這個領域的學習活動，成人可將重點放在提供此階段的嬰兒一些稀釋的果汁或粥，以幫助嬰兒練習吞嚥的能力。

## (二)、環境安排及互動建議

4-6個月的嬰兒，清醒的時間會比前一階段長許多，此時是加入一些探索學習的機會，以利嬰兒的認知發展。由於此階段的嬰兒仍是以躺著及趴著為主，尚不會獨自坐穩，其主要的學習方式是依靠視覺及聽覺為主，因此在環境的佈置上以可提供嬰兒視覺及聽覺方面的感官刺激為主要學習方式。建議可在牆面懸吊一些色彩鮮豔的吊飾或圖片，成人可在嬰兒清醒階段，將嬰兒抱到這些圖片前，向嬰兒介紹這些圖片，或讓嬰兒摸一摸這些吊飾。在環境的安排上，除安全外，建議以溫馨、安靜為主要訴求，環境色彩以柔和色調為主，也可以在嬰兒清醒的時間播放一些輕柔的音樂或耳熟能詳的兒歌，讓嬰兒藉著接觸多樣的音樂，以達到刺激聽覺發展的發展目標。

這個月齡的嬰兒已可以抓緊他手掌可握住的玩具而不使掉落，必須防止嬰兒不小心將玩具送入口中造成誤吞窒息的危險，因此給予這個月齡嬰兒把玩的玩具要稍大到不至於完全可以塞入口中造成危險的大小，並且要注意玩具的清潔及消毒。此外，能發出聲音的玩具也是很吸引嬰兒注視、探索的玩具，因此在玩具的選擇上可以具聲音效效果的為主。

除了視覺及聽覺方面的刺激之外，也需給予嬰兒一些觸覺上的刺激，嬰兒按摩是個很好促進觸覺發展的活動，除了成人用手直接按摩之外，也可以準備一些不同質感的布料及軟毛刷子，這些也是促進嬰兒觸覺發展的好媒介。

由於此階段的嬰兒已可以撐起自己胸部，尤其在快接近六個月時，要小心嬰兒因撐起太高而抓握旁邊的懸吊物，因此一些懸吊玩具要儘量固定，或將它吊高到嬰兒無法自己拉扯到的距離，以防嬰兒不小心拉扯掉下來而傷害自己。另外，成人在與嬰兒互動時儘量和嬰兒面對面，一方面可以讓嬰兒看到成人的臉部表情及說話時的口型變化，一方面可以認識主要的照顧者，和成人建立良好的依附關係。

### (三)、學習內容要項及適性發展活動

以下依五大發展領域列出成人可和此月齡嬰兒互動的相關學習活動。須特別注意的是，由於每位嬰兒都有發展上的個別差異，有些嬰兒會做不到以下的學習活動目標，對於無法達到目標的嬰兒，成人勿須太擔憂，也不可太急切甚至強迫嬰兒一定要達成目標。每個嬰兒的發展速度都不一樣，有的嬰兒會在身體動作上發展得較快，有的會先學會發出聲音甚至與成人互動，這些都不用太過擔憂，只要嬰兒到達一定的成熟度，便自然可以達到該年齡層應具備的能力，成人只需適時的引導，並耐心等待即可。

大體而言，與嬰兒玩耍、互動的時間以嬰兒吃飽睡足、精神狀況最好時的狀態為最佳，因此當嬰兒出現哭泣、抗拒或排斥的反應時，則要暫時停止活動，勿強迫嬰兒進行。此外，嬰兒若生病、發燒、身體狀況或情緒不佳時，也不適宜從事任何學習活動。

最後記得，事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足愉悅心情下，播放一首輕柔的音樂，然後準備和嬰兒進行以下的學習活動囉！

## 活動內容要項 II-1-1：俯臥時能以手臂撐起胸部

說明：對於 4-6 個月的嬰兒，頸部的發育已充分地成熟了，因此這個活動是為了讓嬰兒可以學習靠自己的力量將胸部撐起來，並且可以強化他雙臂的力量，以為下一個階段的發展預做準備。

活動名稱	1.我會趴
環境與材料	1. 色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>讓嬰兒趴在軟墊上，成人在嬰兒面前呼喚嬰兒，或提供玩具以吸引嬰兒的注意，讓嬰兒可因為了想要看到成人或玩具而抬起頭及上半身來。</li> <li>成人可協助嬰兒以手臂放在地墊上支撐身體，當嬰兒做到此動作時，成人應給予肯定的回應。</li> <li>成人可對嬰兒說：「小寶，看這邊！」並提供玩具吸引嬰兒，然後漸漸的可鼓勵嬰兒伸直雙臂支撐起自己的身體。</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒在臥臥時，是否能以手臂撐起自己的胸部？</li> <li>如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可以聲音或玩具和他玩耍，藉此鼓勵嬰兒抬起他們的上半身，也可以讓他們進一步觀察周圍的環境。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可從嬰兒背後輕輕扶助他的肩膀協助他將胸部撐高，或把他的雙手伸直輕輕向上拉，並用玩具鼓勵嬰兒撐起自己的胸部，讓他可以做出撐起胸部的動作，並協助嬰兒於一天當中多練習幾次。

## 活動內容要項 II-1-2：能自己翻身

說明：4-6 個月的嬰兒頭、頸發育已十分成熟，若在日常生活中發現嬰兒已具備側臥的能力，則可以開始進行翻身的練習了。這個活動是為了幫助嬰兒練習翻身的技巧，以促進本體覺的發展（全身感覺統合的協調）。

活動名稱	2.翻身運動
環境與材料	軟墊
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒俯趴在鋪有毛巾的軟墊上，將嬰兒一手的手臂伸直，然後輕推他另一側，讓嬰兒由俯臥變側躺，再變仰躺。</li> <li>2. 成人可對嬰兒說：「來做翻身運動囉！」注意過程中動作需和緩、安全。也可以視嬰兒能力練習由仰臥翻身成俯臥。</li> <li>3. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能順利翻身？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可佈置一個安全的自由翻身環境，讓嬰兒隨時可以自由自在地翻身，但須注意不能讓嬰兒單獨留在床上或有高度的地方，以防嬰兒不小心跌落的危險。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，可以枕頭或棉被墊在嬰兒身後，讓他變成側躺的方式，成人在嬰兒前方以玩具引誘嬰兒，看看嬰兒是否會為了要拿到玩具而自己翻過身來。

## 活動內容要項 II-1-3：能在協助下坐穩

說明：4-6 個月的嬰兒由於頭、頸發育已十分成熟，已具備可以成人協助支撐下短暫坐片刻的能力。坐起來可幫助嬰兒拓展他的視野，因此，這個活動是為了幫助嬰兒練習在協助下試著坐穩，以練習如何保持自己身體的平衡。

活動名稱	3.坐穩囉
環境與材料	軟墊
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒直立地坐在毛巾被上，在嬰兒周圍放置枕頭或棉被，使嬰兒可以支撐著不倒下。</li> <li>2. 當嬰兒可以支撐著稍坐片刻時，可鼓勵嬰兒以視覺探索環境。</li> <li>3. 此活動可以鍛鍊嬰兒的腹肌力量。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能在協助下保持平衡坐穩？</li> <li>5. 如果嬰兒可達到此活動目標，則成人可進一步鼓勵嬰兒以視覺探索環境。</li> </ol>
注意事項	對於雙臂、後背骨骼肌肉還沒發展到可以穩固支撐上半身重量的嬰兒可讓嬰兒仰臥，讓他抓住大人的大拇指（注意大人也要抓住他的手掌，以防嬰兒後仰倒下），讓嬰兒靠自己的力量坐起，類似仰臥起坐

## 活動內容要項 II-1-4：能伸手拉或耙抓物品

說明：4-6 個月的嬰兒由於已具備可以成人協助支撐下短暫坐片刻的能力，因此可以開始讓嬰兒練習保持平衡。這個活動是為了幫助嬰兒在成人協助坐著時，伸手抓取物品時也能保持身體的平衡，以奠定「獨立坐著」的基礎。

活動名稱	4.抓抓樂
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>嬰兒可抓握的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>在室內懸掛一些色彩鮮豔的懸吊玩具，最好是能發出聲音或音樂。成人將嬰兒抱直，使他可以看到此懸吊玩具，以吸引嬰兒的注意。</li> <li>成人可引導嬰兒：「來玩玩這個玩具！伸手碰碰看哦！」並觀察嬰兒手部的動作。</li> <li>如果嬰兒能用手拉或耙抓此懸吊玩具，成人可鼓勵嬰兒：「你拉到玩具了，很棒哦！」</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能準確地伸手抓取眼前物品？</li> <li>如果嬰兒可達到此活動目標，則可進一步引導嬰兒探索及把玩此玩具，感覺一下這個玩具摸起來的感覺。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可先示範讓玩具發出聲音，或呼喚嬰兒名字以吸引他的注意，引誘嬰兒注意玩具並伸手抓取玩具

## 活動內容要項 II-1-5：能搖晃手中的物品

說明：能自由搖晃物品則表示手的關節及肌肉的發育正常，因此本活動藉由鼓勵嬰兒搖晃手中物品，來觀察嬰兒的手部發育及運用情形。

活動名稱	5.叮叮噹
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>嬰兒可抓握的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>讓嬰兒仰躺在軟墊上，成人藉由搖動搖鈴來吸引嬰兒的注意。</li> <li>首先成人誘使嬰兒伸手拿取手搖鈴，等嬰兒拿到搖鈴後，成人再輕輕握住嬰兒的手搖動搖鈴，並鼓勵嬰兒自己搖手搖鈴。</li> <li>當嬰兒可以自己搖動搖鈴時，成人應給予正向肯定的回應。</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否可以自己搖動手上的搖鈴？</li> <li>如果嬰兒可達到此活動目標，則成人可進一步和嬰兒玩互搖搖鈴的遊戲。例如成人先搖一次，再交給嬰兒模仿成人的動作。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可握住嬰兒的小手，輕輕地左右搖晃，看看在放開手之後，嬰兒是否會出現自己搖晃手的動作



## 活動內容要項 II-1-6：能抬腿碰觸物品

說明：要將腿抬高並能準確地碰觸到眼前物品，其中牽涉了四肢協調的能力，以及大腿抬起的肌力。因此本活動是可協助嬰兒達到鍛練大腿肌力以及腿部與眼睛協調的能力。

活動名稱	6.踢踢樂
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 軟墊</li> <li>2. 嬰兒可躺著踢的懸吊玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒仰躺在嬰兒小床中，成人在嬰兒床上方吊掛一些可發出聲音的玩具或物品，最好是色彩鮮豔可吸引嬰兒的。</li> <li>2. 成人可引誘嬰兒用腳去碰觸玩具，若嬰兒無任何動作，成人可輕握住嬰兒雙腿，引導他用腳去碰觸該玩具或物品。</li> <li>3. 若嬰兒能自己用腳碰觸到玩具時要給予讚美。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否可以自己抬腿碰觸物品？</li> <li>5. 如果嬰兒可達到此目標，則進一步和嬰兒玩踢踢樂的遊戲。</li> </ol>
注意事項	對於還不能自己用腳碰觸到玩具的嬰兒，成人應給予協助，例如讓嬰兒仰躺著，成人抓住嬰兒兩隻腳前後搖動，做划船狀，或踩腳踏車狀。

## 活動內容要項 II-1-7：能匍匐移動

說明：能自由移動身體是嬰兒邁向爬行之路前的一項重要的暖身活動，因此本活動是要鼓勵嬰兒移動自己的身體，讓他發現身體是可以移動的，且他可以藉由移動自己的身體來拿取自己想要的玩具或物品。

活動名稱	7.匍匐移動
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>嬰兒可抓握的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>讓嬰兒俯趴在軟墊上，並在嬰兒面前放置一個吸引他的玩具，成人以口語吸引嬰兒說：「拿玩具囉！」</li> <li>如果嬰兒能些微移動身體，（不論是前進或倒退，只要有挪動身體）都應給予讚美。成人可視嬰兒的能力調整玩具的距離。</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否可以自由移動自己的身體？</li> <li>不論是前進或倒退，只要有挪動身體就算有達到目標。如果嬰兒可達到此目標，則進一步引導嬰兒練習爬行。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可試著在嬰兒肚子下墊一圓筒狀泡棉墊，並扶住嬰兒利用圓筒前後滾動，讓嬰兒感受到身體移動的感覺。

## 活動內容要項 II-2-1：會玩自己的手腳

說明：玩自己的手和腳是嬰兒進一步認識自己的方式，藉由發現手和腳的位置，才能進一步發現那是自己的手腳，將來才能更進一步藉由手腳來達到更多的目的。因此本活動是要協助嬰兒發展認識自我的概念。

活動名稱	8.吃雞腿
環境與材料	軟墊
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒仰躺在軟墊上，成人在嬰兒身邊，先觀察嬰兒如何和自己玩耍。</li> <li>2. 成人可對嬰兒唱：「手（腳）在哪裡？」的童謠，當唱到：「在這裡」時，成人可輕輕拉一拉嬰兒的手（腳），並說：「小寶的腳在這裡哦！」並觀察嬰兒對自己的手腳是否有興趣。</li> <li>3. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否會玩自己的手腳？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到到此活動目標，則可進一步引導嬰兒捲起身體，拉住兩腳，試圖「吃」自己的腳腳，類似吃雞腿的動作是嬰兒發展上一個重要的指標之一，因為「軟骨功」是嬰兒時期才有特徵哦！</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，成人可試著將嬰兒的手放到他眼前，讓他可以發現自己的手，並進一步對自己的手產生興趣。

## 活動內容要項 II-2-2：對鏡中的自己感興趣

說明：鏡子是讓嬰兒認識自己的一個很重要、也是很方便的媒介，而且大部份的人家中都有鏡子，可說是一項唾手可得的物品。本活動是利用鏡子讓嬰兒發現自己的外貌，這是他認識自己的第一步，雖然這個時候他並不知道那個鏡中人就是他自己，但隨著年齡的增長，有一天他可以將鏡中人物與對自我的概念整合起來。

活動名稱	9.誰在鏡子裡
環境與材料	1. 軟墊 2. 安全鏡子一面
活動方式	1. 當嬰兒具備「俯臥時能抬起頭及頸部」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。 <b>2.</b> 讓嬰兒俯臥在軟墊上，在嬰兒前方約 50 公分處放置一面鏡子，引誘嬰兒抬頭看鏡子。成人可以對嬰兒說：「看看誰在鏡子裡？」 3. 當嬰兒注視著鏡中的自己時，成人可引導嬰兒「那是誰？是小寶哦！這是小寶的手手！」 4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒對鏡中的自己有什麼反應？會不會專心地注視鏡中的自己或咿咿呀呀地對鏡中的自己發出聲音？ 5. 如果嬰兒的反應良好，則可讓嬰兒看久一點，可利用嬰兒在看鏡子的機會，讓自己也出現在鏡子中，然後呼喚嬰兒的名字，讓嬰兒發現鏡中的成人影像，然後到嬰兒身邊呼喚他，讓嬰兒看看真實的成人臉孔，藉此讓嬰兒感受到鏡中人和真實的人的不同。
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），則成人可指著鏡中的嬰兒影像對嬰兒說：「這是小寶。」協助嬰兒於一天當中多練習幾次。

活動內容要項	II-2-3：能表現愉悅的情緒
活動內容要項	II-2-4：對與人互動表現正向反應

說明：嬰兒與成人之間相處的關係及互動的方式，是日後他與同儕之間關係發展的基礎，因此在此在嬰兒時期，主要照顧者便要多與嬰兒保持良好正向的互動關係，為嬰兒未來人際關係的發展鋪路。本活動是要藉由成人對嬰兒之間的互動，讓嬰兒可以學習正向的情緒反應。

活動名稱	10. 飛天毛毯
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 毛毯一條。</li> <li>2. 軟墊。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 跟嬰兒玩搖毯子的遊戲。</li> <li>2. 如有兩位成人，可一人拉住毯子的一邊，讓嬰兒躺在毛毯上，接著兩人拉起毯子輕輕搖晃。</li> <li>3. 搖晃的過程中觀察嬰兒的反應，是否表現出愉悅的情緒。</li> <li>4. 成人可以用語言和嬰兒互動，例如：「飛起來了，好好玩哦！」</li> <li>5. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能在互動的過程中表現出愉悅的情緒？</li> <li>6. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒邊搖邊唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以感受到更多的聲音表情的變化。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是出現害怕反應的嬰兒），成人可放慢搖晃的速度，或是先暫停一下，勿強迫嬰兒進行。

## 活動內容要項 II-2-5：會用簡單方式吸引成人注意

說明：學習表達自己的需求有助於嬰兒的正向情緒發展，因為嬰兒可藉由自己的聲音表情及動作引起成人的注意而需求能立即得到滿足時，則會對自己更有自信。本活動是藉由自己的聲音表情及動作引起成人的注意，以達到發展正向的情緒表現。

活動名稱	11.和我一起玩
環境與材料	色彩鮮豔且具聲音效果的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒注視著成人發出呀呀學語的聲音時，成人可猜測嬰兒的意圖，然後用口語回應嬰兒。</li> <li>2. 例如成人可問嬰兒：「你想找我玩嗎？讓我們一起玩吧！」</li> <li>3. 成人亦可藉由描述正在發生的事情，來回應嬰兒，例如「寶寶在哭哭了，布布濕濕了嗎？不舒服哦？沒關係，我們來換布布，等一下就舒服囉！」</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否會用簡單方式吸引成人注意？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此目標，則成人可進一步等待嬰兒有需求反應時再去滿足他，例如當他發出聲音表示想要成人抱時，成人可先和嬰兒說說話以後，再抱起嬰兒。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，成人可試著在日常生活中多和嬰兒面對面說話，增加嬰兒觀察成人說話時的口型變化。

## 活動內容要項 II-3-1：會嚐試發出不同的聲音

說明：語言表達是人類學習語言的重要方式之一，若無法順利發出各種聲音，則學習語言便會有困難。此活動可以協助成人了解嬰兒的發聲能力，以及引導嬰兒隨自己的需求而發出各種聲音。

活動名稱	12.這是什麼
環境與材料	無。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「能注視照顧者的口型變化」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 成人將嬰兒抱在懷中坐著，並拿出圖畫書、玩具書或動植物圖片和嬰兒互動。</li> <li>3. 在過程中成人可鼓勵嬰兒發出的各種聲音，例如：「這是狗狗，這是貓咪！」</li> <li>4. 如果嬰兒嘗試模仿或發出不同的聲音，要立即鼓勵他，例如成人可對嬰兒說：「對，這個是狗狗！寶寶好棒！」</li> <li>5. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否會嚐試發出不同的聲音？</li> <li>6. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步使用不同聲音及音量的來與他互動。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），成人可在一天當中多和嬰兒說說話，或發出不同聲音來逗弄嬰兒。

## 學習內容要項 II-3-2：能發出聲音回應成人的話語

說明：嬰兒要學會說話以前，首先需要有大量的聲音刺激及模仿的機會，因此，成人除提供嬰兒一些不同聲音變化的刺激之外，也要提供機會讓嬰兒注意到成人在說話時的口型變化，進一步加以模仿，而學會說話的技巧，然後才能和人進行溝通。本活動就是要藉由成人與嬰兒面對面，然後讓嬰兒得以就近觀察成人說話時的口型變化，及練習發出聲音來作為回應大人的方式，作為將來學習語言奠定基礎。

活動名稱	13. 寶寶學說話
環境與材料	軟墊。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可利用每日的例行活動進行此活動，例如在幫嬰兒換尿布的時候成人用語言與嬰兒對話互動。</li> <li>2. 成人可對嬰兒說「換完尿布好舒服哦！」並引導嬰兒發出聲音。</li> <li>3. 當嬰兒發出聲音回應時，要立即回應嬰兒，例如：「對啊，換完尿布好舒服哦！」</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是會發出聲音回應成人的話語？</li> <li>5. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以感受到更多的聲音表情的變化。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），成人可在一天當中多和嬰兒說說話，或發出不同聲音來逗弄嬰兒。



## 活動內容要項 II-3-3：對熟悉的童謠或音樂有反應

說明：聽音樂及兒歌是提供嬰兒學習說話的另一種方式，藉由音樂的刺激，除可累積嬰兒的語彙能力之外，也可啟發嬰兒對音感的感受細胞。本活動藉由播放嬰兒熟練的兒歌或童謠，以刺激嬰兒因熟悉而試著想發出聲音的欲望，以及對音樂環境的熟悉而產生安全感。

活動名稱	14. 寶寶會唱歌
環境與材料	音樂或童謠數首。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「會朝發出聲音的方向轉頭」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 將嬰兒抱在懷中，與成人視線相對，然後哼唱嬰兒熟悉的兒歌或童謠，並觀察嬰兒的反應。</li> <li>3. 當嬰兒對成人唱歌有反應時（例如跟著咿呀發聲，或手舞足蹈表現很開心的樣子時），成人可對嬰兒說：「好好聽哦！」、「寶寶好棒哦！」</li> <li>4. 如果無特別反應，可改換其他熟悉音樂試試。</li> <li>5. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是會在聽到熟悉的童謠或音樂時出現跟著發出咿呀發聲，或手舞足蹈表現很開心的樣子？</li> <li>6. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，或播放其它嬰兒熟悉的音樂或兒歌讓嬰兒可以感受到更多的音樂旋的變化。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），成人可在每次播放音樂或童謠時，與嬰兒面對面哼唱給嬰兒聽

## 活動內容要項 II-3-4：會注視說話的人

說明：聽覺是人類學習語言的重要基本器官之一，此活動可以協助成人了解嬰兒是否能正確分辨說話的人？本活動就是要藉由成人對嬰兒的呼喚，讓嬰兒學習分辨將聲音與發出聲音的人做連結。

活動名稱	15.看誰在說話
環境與材料	軟墊。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「會朝發出聲音的方向轉頭」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 讓嬰兒趴（坐??）在軟墊上，成人在嬰兒面前呼喚嬰兒名字，吸引嬰兒抬頭注視成人。</li> <li>3. 當嬰兒有做到此動作時，成人可對嬰兒說：「寶寶看到我了，是誰在叫你阿！」</li> <li>4. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如成人可試著站在嬰兒視線看不到的地方（例如站在嬰兒身側），呼喚嬰兒名字，看看嬰兒是否會轉頭找尋說話的人。</li> <li>5. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是會轉頭去注視說話的人？</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，則成人要與嬰兒面對面多呼喚幾次他的名字，讓嬰兒可以熟悉自己的名字。

## 活動內容要項 II-4-1：會重覆進行有目的性的行為

說明：嬰兒在 4-6 個月會對反覆出現的動作感興趣，且嬰兒也可以透過反覆的練習，來學習某一物品的操作方式，進而熟練它。本活動即是引導嬰兒透過重覆進行的同一動作，來發展手眼協調的能力及手指使用的靈活度。

活動名稱	16.搖一搖
環境與材料	一些色彩鮮豔（具聲音效果者更好）可吸引嬰兒注意的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「能抓握放在手心物品」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 讓嬰兒靠坐在軟墊上，拿一個手搖鈴（或其他可發出聲音的玩具），在嬰兒面前將它搖出聲音。</li> <li>3. 成人可對嬰兒說：「來！搖一搖！」並將手搖鈴遞給嬰兒，觀察嬰兒如何操作手搖鈴。</li> <li>4. 若嬰兒有讓手搖鈴發出聲音，成人應立即讚美，並鼓勵嬰兒重複再試。成人應觀察嬰兒是否會為了讓搖鈴發出聲音而重複此動作若沒有則可鼓勵他再試一次。</li> <li>5. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否會為了讓手搖鈴發出聲音而重覆地搖手搖鈴？</li> <li>6. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步引導嬰兒探索或把玩其它的玩具或物品。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，則成人可在他面前多示範幾次搖手搖鈴的動作，引導嬰兒搖一搖。

## 活動內容要項 II-4-2：能用眼睛搜尋聲音的來源

說明：聽覺是人類學習語言的重要基本器官之一，此活動可以協助成人了解嬰兒是否能正確分辨聲音的來源？本活動就是要藉由成人操作各種發聲玩具或物品，讓嬰兒學習分辨將聲音與發出聲音的玩具或物品做連結。因此，本活動藉由嬰兒對不同方向而來的聲音的反應，以得知嬰兒的視覺發展及聽覺發展是否正常。

活動名稱	17.什麼聲音
環境與材料	準備一些色彩鮮豔且具聲音效果可吸引嬰兒注意的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「會朝發出聲音的方向轉頭」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 成人站在嬰兒視線未及之處（例如站在嬰兒身側），搖一個會發出聲音的玩具，然後對嬰兒說：「寶寶，找找看叮叮噹在哪裡？」</li> <li>3. 當嬰兒有正確以眼神搜尋到聲音的位置時，成人應即予讚美，成人可對嬰兒說：「寶寶找到了，好棒哦！」</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否能用眼睛搜尋聲音的來源？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步變化各種聲音或用能發出不同聲音的玩具和嬰兒一起玩耍，或變換發出聲音的地點，觀察嬰兒能否以眼睛搜尋聲音的來源。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），成人可先在嬰兒看得到的搖動玩具。

## 活動內容要項 II-4-3：能模仿簡單的動作

說明：由於模仿能力是學習的基礎，藉由模仿，嬰兒不但可以經驗各種不同的動作，也能漸漸學會一些動作的技巧。因此本活動是藉由提供機會讓嬰兒探索各式各樣的玩具或物品操作方式，以啟發嬰兒模仿及學習的潛能。

活動名稱	18.跟我這樣玩
環境與材料	準備一些色彩鮮豔且具聲音效果可吸引嬰兒注意的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「能試圖伸手拿眼前物品」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 準備一個嬰兒操作玩具（例如按鈕會發出不同聲音者），將嬰兒抱在懷中，與嬰兒一起探索這個玩具。</li> <li>3. 成人先示範操作方式，觀察嬰兒是否能模仿成人的簡單動作，像是按壓、搖晃、拍打等。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是能模仿簡單的動作（或類似動作）？</li> <li>5. 如果嬰兒有達到此目標，則成人可進一步準備各多樣的玩具或物品和嬰兒玩此遊戲，以提供嬰兒多樣的機會及經驗。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，成人可握著嬰兒的手示範幾次，再觀察嬰兒是否能模仿（只要能出現類似搖手的動作即可）。

## 活動內容要項 II-4-4：會用嘴巴探索物品

說明：一歲以前的嬰兒，探索物品的方式大部份都會透過嘴巴去探索，因為藉由嘴巴的探索，嬰兒可以瞭解此物的形狀、軟硬、味道等各種感覺，更重要的是可以滿足嬰兒這個時期特有的「萬物都往嘴巴送」的「口腔期」特徵。因此本活動即是藉由提供各種玩具或物品，讓嬰兒有探索各種玩具或物品的機會及經驗。

活動名稱	19.咬咬看
環境與材料	準備一些消毒過的玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>當嬰兒具備「能試圖伸手拿眼前物品」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>讓嬰兒仰躺在軟墊上，放一玩具在嬰兒手中（例如固齒玩具），觀察嬰兒如何探索這個玩具。</li> <li>如果嬰兒將玩具放入口中探索，成人應給予回應，例如「是不是硬硬的？」、「有沒有聲音？」等。</li> <li>本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是會用嘴巴探索該物品？</li> <li>如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步準備各多樣的玩具或物品和嬰兒讓嬰兒探索，以豐富嬰兒多樣的探索機會及經驗。基於衛生考量，給嬰兒以口探索的玩具建議以固齒玩具為主。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，成人可協助他將固齒玩具放在嘴巴旁，並引導他去發現並探索它。

## 活動內容要項 II-4-5：會注視顏色或圖案鮮明的圖片／玩具

說明：專心凝視是培養未來學習上專注力的基礎，嬰兒可藉由注視顏色或圖案鮮明的圖片或玩具，來觀察其中的相似性或不同性。因此，本活動是藉由提供嬰兒各種圖案鮮明的圖片或玩具，讓嬰兒能力更多的觀察機會，以及奠定日後的學習基礎。

活動名稱	20.瞧一瞧
環境與材料	準備一些色彩鮮豔且具聲音效果可吸引嬰兒注意的圖片或玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 須預先具備之能力：當嬰兒具備「眼睛能追隨物品移動」的能力時則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 準備一些色彩或圖案鮮明的玩具或圖片，成人可對嬰兒說：「你看，這裡有一些圖片（玩具）。」</li> <li>3. 成人觀察嬰兒是否會注視這些圖片或玩具？如果嬰兒有出現將視線放到此圖片上的動作，成人應立即給予回應，成人可說：「你看到了！這裡有一隻鴨子！」</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是會注視顏色或圖案鮮明的圖片或玩具？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步準備顏色更多樣更豐富的玩具或圖片，以豐富嬰兒多樣的觀察機會及經驗。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，則成人可調整物品或距離再試試看。

## 活動內容要項 II-5-1：會伸手幫忙拿奶瓶

說明：自理能力對嬰兒來說是一項終生必備的技能，因為長大後能自我照顧的幼兒，對於進入團體時的適應能力會較佳，自信心也會較足夠。本活動是提供機會讓嬰兒漸進式地學習未來在日常生活中應具備的生活自理能力。

活動名稱	21.一起拿奶瓶
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的奶瓶。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「吸吮」及「能雙手碰在一起」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 此活動可在每日餵奶時進行，在餵嬰兒喝奶時，鼓勵嬰兒用手幫忙拿著奶瓶，成人此時仍需提供協助。</li> <li>3. 成人可以握持嬰兒的手扶住奶瓶，當嬰兒配合做到時，成人需及時讚美他。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒是否會出現主動伸手幫忙拿奶瓶的行為？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步讓嬰兒在每餐喝奶時幫忙扶住奶瓶。但須特別注意的是，當嬰兒躺在床上喝奶時，要觀察是否有嗆奶或溢奶的危險。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，成人可試著將嬰兒的手輕輕拉到前面來碰觸奶瓶，以引導他扶著奶瓶。



## 活動內容要項 II-5-2：能接受用湯匙餵食

說明：吞嚥能力對嬰兒來說是一項必備的技能，因為對於吞嚥能力不佳的嬰兒，營養的吸收會受限，會直接影響到身體的發展。本活動是提供機會讓嬰兒在日常生活中練習吞嚥的能力。

活動名稱	22.用湯匙喝果汁
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的嬰兒專用餐具。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 須預先具備之能力：當嬰兒到達「可以開始接受副食品」的月齡時（生理發展的成熟度需考量進去），則可進一步協助嬰兒練習此活動。</li> <li>2. 成人將稀釋果汁放在碗中，一開始將湯匙輕觸嬰兒下唇，觀察嬰兒的反應，是否會張開嘴巴、伸出舌頭舔食、以及能否順利吞嚥？</li> <li>3. 成人以小湯匙一口一口慢慢地餵食嬰兒，讓嬰兒可以藉機學習用湯匙進食及吞嚥的動作。</li> <li>4. 本活動的觀察重點為：觀察嬰兒的吞嚥能力為何？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步提供多次讓嬰兒用湯匙餵食的機會，以進一步練習吞嚥的能力。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到目標的嬰兒，成人可多試幾次，讓嬰兒有更多使用湯匙的機會。

## 7-12 個月(III)嬰幼兒適性發展活動

### (一)、7-12 個月嬰幼兒發展特性

由於這個階段橫跨了六個月齡，範圍比前兩階段大，加上每個嬰兒的發展都有其個別差異，因此以下依不同月齡列出的嬰兒發展歷程只是一個參考性指標，只要在正常的範圍內，對於稍快或稍慢的嬰兒都不需太過慌張，仍要依嬰兒現階段的能力，給予適性的學習活動，才能真正有助於他的身心的健康發展。

粗動作發展方面：嬰兒從 7 個月開始，平衡能力開始增加，在坐姿中可以移開雙手作其他的活動，例如伸手向前取物，但是如果重心一下子移動太多仍會倒下，此時也發展出向前伸手的保護性反應，即是快跌倒前，向前伸手支撐著身體使不倒下；在臥姿時可以手掌支撐上半身，將重心移向左邊或右邊，然後伸出一隻手向前玩耍。當嬰兒感到愉快時，更會不停地踢動雙腳，並搖晃著自己的身體，表現出很開心的樣子。

到了 8 個月大，嬰兒已不需用手支撐也能坐得很穩了，且開始發展向兩側伸手的保護性反應，即是當身體向側面傾斜以致失去平衡，手便會向兩旁伸出以保護自己不倒下。獨立坐穩是嬰兒重要的發展里程碑之一，因為會坐以後，嬰兒的視野變得更遼闊了。此月齡的嬰兒翻身技能已經很純熟了，而且背肌已發展成熟，嬰兒能以手掌及腳掌將整個身體撐起來，如一座拱橋般，同時也能協調四肢的動作，以左手右腳、或右手左腳交叉向前的方式，在地面上匍匐爬行。

到了 9 個月大，此時期的嬰兒已能很順利地從仰或俯臥的姿勢改變成坐的姿勢，並且從可以穩定地獨坐之後開始喜歡坐著玩耍；隨著骨盤的穩定性增加，嬰兒能從坐姿轉向四點跪的姿勢，並且喜歡在此姿勢中前後搖晃自己的身體。有些這個月齡的嬰兒還可以從跪著玩玩具，到扶著傢俱站起來，但尚無法彎曲雙腳而坐下。

到了 10 個月大時，成人將嬰兒放在有靠背及高度可以讓腳搆到地面的小椅子時，嬰兒可以在此位置中保持平衡。此月齡的嬰兒已能熟練地協調四肢的動作，在地面上順利地爬行，但並非所有的嬰兒都喜歡爬行，有些嬰兒出現其他的動作模式，例如坐著向前、後移動自己的身體，這也屬於正常的發展過程。有些這個月齡的嬰兒還可以扶著傢俱站立幾分鐘或是慢慢地移動自己的身體橫行。到了接近週歲時，有些發展較好的嬰兒已可以在成人或支撐物的協助下，一步一步地向前走。

精細動作方面：此階段的嬰兒開始發展手指活動的技能，能打開拇指，「握」和「放」的動作也較協調。例如在握小物品時，會使用手指，以靠近拇指位置的前三指部位去抓握玩具，而不再用整個手掌抓握，並且會用手指去按壓玩具，比起上個階段只會使用整個手掌來說，在手指頭的使用上更精細了。此階段的嬰兒也會將玩具從一手放到另一隻手中，並且會在雙手都握有物品時，以互敲的方式讓它發出聲音。

社會情緒方面：此階段的嬰兒開始對主要照顧者建立了情感上的依附關係，會主動伸出手來要熟悉的成人抱；他會對成人友善或不友善的語氣作出不同的反應，例如當感受到大人口氣中的責備意味時，他會露出要哭的表情；他會伸手去觸摸成人的臉，也會重覆一些逗人大笑的動作；會用簡單的聲音或動作去表示自己的需要，或向其他的嬰兒表示想要互動的意

願，例如看到其他的嬰兒時，會走近他們或伸出手來以表示好感；這個階段的嬰兒也可以和成人玩一些簡單的遊戲，並且可以模仿成人簡單的動作（如揮手或拍手等）。在自我概念方面：此階段的嬰兒對鏡中自己的影像作出反應，並會在成人呼喚自己的名字時轉向呼喚者。

語言溝通方面：人與人之間的溝通是雙向的，包括發出和接收兩個過程，因此語言表達能力包括表達能力和理解能力。此階段的嬰兒可在情境提示下（例如成人的手勢、聲音、熟悉的環境等），開始明白成人說話所代表的意思。在整個語言發展的過程中，嬰兒都需要有一個豐富的語言環境，因此不論在任何階段，成人所使用的語言一定要配合當時的情境和嬰兒那個階段的理解能力，同時要在嬰兒注意力集中時，配合以適當的語調、手勢和表情說出來，如此一來可以增加嬰兒的理解力及學習說話的能力。

感官探索方面：在視覺方面，由於此階段的嬰兒已可以坐起來，因此視野開擴到他身體的兩旁及上下方，且因視覺發展的成熟，可追視移動較快的物體或動作，並且有視覺記憶的表現，認得熟悉的人或是常玩的玩具。同時，對色彩感興趣而開始喜歡看圖畫書。在聽覺方面：此階段的嬰兒能分辨出自己的名字、模仿兩個相同的音（即疊字，例如爸爸、媽媽）、能辨別成人簡單的語氣（例如讚賞或責罵），且行為會隨著成人語氣的變化而改變，此時可學習一些簡單的常規（例如可碰與不可碰的物品）；在觸覺方面：比較喜歡較柔軟的物品，如布娃娃或柔軟的毛巾被，但要特別注意保持這些物品的清潔。此月齡的嬰兒仍處於不管拿到什麼東西就是往嘴裡送的時期，因此對於任何拿到手的物品都會放到口中來探索。照顧這個階段的嬰兒需要特別注意提供的玩具大小，千萬不可小到可輕易吞下而引起窒息。在這個領域的學習活動，成人仍需提供更多樣的素材及物件，讓嬰兒有更多的學習機會及體驗各種不同的經驗，例如有各種觸感及可以發出各種聲音的玩具等。在認知方面，此月齡的嬰兒開始發展「暫時看不到的人物或物品其實並沒有消失，它還是存在的，只是暫時看不到而已」這個概念，因此當物品在他面前消失時，他會想把它尋找出來。

生活自理方面：7~12個月大的嬰兒開始具備用杯子喝水的能力，因此這個階段的嬰兒可以開始練習用學習杯喝水。這階段的嬰兒也因咀嚼能力的發展及吞嚥能力的成熟，是餵食副食品的良好時機，但注意副食品要以湯匙餵食，才可以讓嬰兒練習咀嚼技巧並更熟練吞嚥能力。此階段的嬰兒也能用手指把食物放進口中，若已長牙的嬰兒還可以試著咬一些適合的固體食物（例如小餅乾）；因此在這個領域的學習活動，成人可將重點放在提供此階段的嬰兒一些副食品或小點心，以幫助嬰兒練習咬合及咀嚼的能力，因為咀嚼能力也是未來語言發展的重要基礎之一。

## (二)、環境安排及互動建議

7-12個月的嬰兒，通常晚上會有10-12小時的睡眠時間，上、下午會再小睡片刻，因此，白天的時間大都是清醒的。由於醒著的時間更長了，他開始會對周圍的環境產生好奇，加上他在這個年齡層會坐了以後，眼睛所能看得到的視野更廣闊了。在嬰兒會坐以後，可提供嬰兒更多視覺探索的機會，例如除了可在牆上掛色彩鮮豔的圖片之外，也可懸掛一些寶寶自己、自己的家人以及托育環境中其他幼兒的照片，讓嬰兒有機會發現自己以及他人的照片。且成人亦可以和嬰兒面對面坐著，和他玩輪流等待的遊戲，讓嬰兒能發展更正向穩定的情緒。

對於會坐的嬰兒所提供的玩具可以配合他這個月齡的手部能力，給予一些撥動或可以按壓的玩具，一方面可以讓嬰兒運用手指的操作精進手指的能力，一方面還可以藉由按壓玩具促進手眼協調的發展；另外也可以提供一些軟塑膠材的書籍、布書或硬紙板的書，這類書籍除具有易翻閱、不易撕破又耐啃咬的特性之外，也可以符合此時期嬰兒喜歡啃咬東西的特性。有一點須特別注意的是：對於會坐的嬰兒，記得要將嬰兒床的底板放低，以防嬰兒將身體攀附在床欄邊而不慎摔落。

嬰兒會爬以後，就要特別注意托育環境的地面情形了，此時須為嬰兒預備一個利於爬行的安全環境，成人可在地板上鋪設軟墊，但須注意軟墊要每天擦拭，定期消毒。另外也要注意小東西掉落地面的情形，若有發現小物品在地板上一定要立即移除，以防嬰兒在爬行過程中誤將小物品（如鈕扣塞入口鼻），造成窒息的危險。對於學爬期嬰兒的玩具，建議可提供一些可以滾動但並不會一下子滾得很遠的軟布球，成人可利用讓球滾動一點點遠的距離時，引誘嬰兒爬過去將球撿拾回來；或是準備一些色彩鮮明且有豐富圖案的軟墊鋪在地板上，以吸引嬰兒在上面爬行的慾望。

對於會扶著家俱短暫站立的嬰兒，要注意垂下的裝飾及擺設，例如有鋪桌巾的桌子，就要注意當嬰兒想扶著桌緣站起來時，是否會因為拉扯到桌巾而將整個桌巾上的物品全數扯下來而傷到自己？另外還有插座孔的安全防護措施，例如安全插座設施，以防止嬰兒誤觸而發生導電的危險。由於這時期的嬰兒喜歡將拿到手上的物品就隨地往地上一丟，因此環境中準備給嬰兒把玩探索的玩具或物品要儘量以不易摔破且材質較軟的物品為主。還有此時期的嬰兒有的已開始長牙，長牙的嬰兒有易流口水及因牙床癢而想咬東西的特性，因此嬰兒易將隨手拿到的物品放到口中去啃咬，因此給嬰兒的玩具物品應以易清洗消毒的材質為主，例如無毒的塑膠或橡膠材質的固齒玩具，或是可以常常清洗的軟布玩具。

### (三)、學習內容要項及適性發展活動

以下依五大發展領域列出成人可和此月齡嬰兒互動的相關學習活動。須特別注意的是，由於每位嬰兒都有發展上的個別差異，有些嬰兒會做不到以下的學習活動目標，對於無法達到目標的嬰兒，成人勿須太擔憂，也不可太急切甚至強迫嬰兒一定要達成目標。因為每個嬰兒的發展速度都不一樣，有的嬰兒會四點跪爬，有的嬰兒只會坐著爬，有的甚至不肯爬就直接就跳到學走的階段；有的嬰兒要爬行很久，但遲遲不敢跨出第一步練習走路；有的嬰兒卻很勇於嚐試，不到一歲就敢放手走第一步了。有的嬰兒未滿週歲就長了好幾顆牙，有的嬰兒卻遲遲不長牙；對於以上列舉種種情形，父母或主要照顧者都不須太過擔憂，只要嬰兒並沒有明顯落後太多的情形，成人只需適時的引導，並耐心等待，只要嬰兒到達一定的成熟度，便自然可以達到該年齡層應具備的能力。

大體而言，與嬰兒玩耍、互動的時間以嬰兒吃飽睡足、精神狀況最好時的狀態為最佳，因此當嬰兒出現哭泣、抗拒或排斥的反應時，則要暫時停止活動，勿強迫嬰兒進行。此外，嬰兒若生病、發燒、身體狀況或情緒不佳時，也不適宜從事任何學習活動。最後記得，事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一些柔和輕鬆音樂或易朗朗上口的童謠，然後就可以準備和嬰兒進行以下的學習活動囉！

## 活動內容要項 III-1-1：能自己坐穩

說明：嬰兒約從7、8個月大開始，由平衡能力漸佳，可開始慢慢學坐了，約9個月大時就可不需支撐也能自己坐得很穩了。坐起來可幫助嬰兒拓展他的視野，因此，這個活動除了可以讓嬰兒練習如何自己保持身體的平衡之外，主要目的是為了幫助嬰兒練習從須要他人的協助下坐著，到可以自己獨自坐穩的技能，這是這個階段嬰兒所必須學會的一項重要技能。

活動名稱	1.能自己坐
環境與材料	1. 軟墊。 2. 色彩鮮豔、軟材質且無毒、可供嬰兒按壓、操作及把玩的玩具。
活動方式	1. 當嬰兒具備「能在成人協助下坐穩」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習獨坐。 2. 此活動可在床上或鋪有軟墊的地面進行，讓嬰兒坐在床上，成人先扶住嬰兒或提供協助物（如靠背或椅墊）。 3. 在嬰兒找到重心後，慢慢將協助的手或物品移開，過程中觀察嬰兒可否自己坐穩，並預防嬰兒向後仰倒，對於能成功坐穩的嬰兒成人應立即給予鼓勵。 <b>4.</b> 此學習活動建議可自滿5個月起，先讓嬰兒坐在軟墊上，雙手先扶住前方地板，等坐穩後再漸放手，嬰兒較會自己平衡身體。 5. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒在坐姿中是否能保持身體的平衡？ 6. 如果嬰兒可達到此目標，則可進一步提供玩具讓他玩耍，以延長他保持獨自坐立的時間，成人須儘量鼓勵嬰兒坐著玩耍，也可以讓他們進一步觀察周圍的環境。
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可從讓嬰兒練習在成人的協助下或物品的支持下可以坐穩的能力開始。

## 活動內容要項 III-1-2：會撐起身體向前爬行

說明：嬰兒約 8 個月大左右時，由於背肌已發展成熟，故能以手掌及腳掌將整個身體撐起來，並能協調四肢在地面上開始爬行。爬行是嬰兒發展上的一個重要里程碑，因此本活動是要鼓勵嬰兒學習爬行的技巧，不但能達到全身運動的目的，也能發展他的感覺統合。

活動名稱	2. 爬爬樂
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 軟墊</li> <li>2. 事先預備一個溫馨並利於爬行的、安全的托育環境。</li> <li>3. 色彩鮮豔、軟材質且無毒、可以稍微滾動並引誘嬰兒移動身體去拿取的玩具。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當嬰兒具備「能匍匐移動」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習爬行。</li> <li>2. 讓嬰兒趴或坐在軟墊上，在嬰兒面前一小段距離外擺放一個吸引他的玩具，鼓勵嬰兒爬過去拿玩具，過程中觀察嬰兒爬行的姿勢。</li> <li>3. 當嬰兒略微會爬後，可將玩具放遠一點，鼓勵嬰兒自己爬過去拿玩具，增強四肢的力量。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否能順利撐起身體並向前爬行？</li> <li>5. 如果嬰兒可達到此目標，則可佈置一個安全的爬行環境，讓嬰兒隨時可以自由自在的練習爬行，但須注意地面不能有小物品，以防嬰兒不慎吞食。</li> </ol>
注意事項	<p>如果嬰兒尚無法撐起身體向前爬行，可在嬰兒腹部放一個圓筒泡棉墊，讓嬰兒俯趴在圓筒上，成人前後輕推圓筒，協助嬰兒加強腹部與背部的力量。</p>

活動內容要項 III-1-3：能在協助下站立與行走

活動內容要項 III-1-4：能獨立站立幾秒

說明：快接近週歲時，有些發展較好的嬰兒已可以在成人或外物的協助下短暫站立或慢慢行走。行走也是嬰兒發展上的一個重要里程碑，當幼兒會走以後，他可以任意探索的範圍更廣了。因此本活動是要鼓勵嬰兒站立及開始學習走路的技巧，這個活動不但能達到全身運動的目的，也能發展嬰兒全身的感覺統合。

活動名稱	3.站起來囉
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 事先預備一個溫馨並利於爬行的及學習走路的安全托育環境。</li> <li>2. 色彩鮮豔、軟材質且無毒、可供嬰兒按壓、操作及把玩的玩具。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人抱住嬰兒腋下，將嬰兒抱起成直立站姿。成人可讓嬰兒雙腳碰地站立，但仍須抱持住嬰兒，以防嬰兒不慎跌倒，在過程中成人應觀察嬰兒腿部的支撐力。</li> <li>2. 如果嬰兒可以站穩，成人可嘗試放開雙手，讓嬰兒自己獨立站立幾秒，但成人應在旁邊隨時扶住嬰兒，預防嬰兒跌落。如果嬰兒腿部的力氣足夠有力的話，也可以扶著嬰兒練習走幾步。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否能在協助下行走一兩步？能否獨自站立數秒？</li> <li>4. 對於可以獨自站立的嬰兒，成人可進一步鼓勵他站著玩玩具；對於可以在站立時保持良好平衡感的嬰兒，成人可鼓勵嬰兒邁開他人生中的第一步，開始慢慢學習走路。</li> </ol>
注意事項	對於無法達到此活動目標的嬰兒，成人可在每次將嬰兒抱直時，以手掌輕壓嬰兒腳底板，以刺激嬰兒用力頂回的意願（因為這是自然的反射），增加腳底的力量。

活動內容要項 III-1-5：能將物品由一手換到另一手

活動內容要項 III-1-6：能用拇指配合其他手指鉗握物品

說明：此階段的嬰兒開始發展更精細的手指活動技能，在握小物品時，也會開始使用手指來拿東西。因此，這個活動是為了幫助嬰兒能將物品由一手換到另一手，以及能用拇指配合其他手指鉗握物品，讓手指頭的運用更靈敏。

活動名稱	4.換一隻手
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>嬰兒可單手抓握的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>在嬰兒面前放置一個小的手搖鈴，成人先輕搖鈴並鼓勵嬰兒拿取，觀察嬰兒的手部動作，是否能用拇指配合其他手指鉗握搖鈴？</li> <li>嬰兒拿起搖鈴後，鼓勵嬰兒將搖鈴從一隻手換到另一隻手。成人可指著另一隻空著的手對嬰兒說「換這隻手搖一搖」。</li> <li>若嬰兒仍不瞭解成人的意思，則可輕輕握住嬰兒拿玩具的手，引導他將玩具放到另一隻手中。當嬰兒可完成獨立完成換手的動作，成人要立即給予鼓勵。</li> <li>本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否能將物品由一手換到另一手？是否能用拇指配合其他手指鉗握物品？</li> <li>如果嬰兒可達到此目標，則可進一步提供更多樣的玩具，除讓嬰兒自由探索之外，也可以進一步練習手指頭的精細動作。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可幫助嬰兒多練習抓握物品的能力。



## 活動內容要項 III-1-7：能以雙手拍手

說明：雙手互拍對大人而言是個再簡單也不過的動作，但可別小看這個拍手的動作，它可是牽涉到手眼協調的問題，若手眼協調能力不佳的嬰兒，雙手便無法準確地互拍。因此，本活動藉由鼓勵嬰兒做雙手互拍的動作，讓嬰兒練習手眼能順利地協調運作。

活動名稱	5.拍拍手
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>軟墊</li> <li>色彩鮮豔、軟材質且無毒、可供嬰兒按壓、操作及把玩的玩具。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>成人可先示範一次拍手的動作給嬰兒看，並跟他說：「拍拍手！」</li> <li>然後成人可輕輕握住嬰兒雙手，協助他做出拍手的動作，邊做邊跟他說：「小寶拍拍手！」。</li> <li>本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否可以自己做出拍手的動作？</li> <li>如果嬰兒可達到此目標，則可以在適當的情境下鼓勵嬰兒為自己為其他嬰兒或為成人拍拍手。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可輕握嬰兒的雙手，多協助他幾次做出拍手的動作。

## 活動內容要項 III-2-1：會揮手表示再見

說明：這個階段的嬰兒已能區分自己與他人的不同，因此，要開始讓嬰兒接觸人際關係，就從打招呼開始吧！本活動的目的方面是要協助嬰兒發展與他們良好的互動關係，一方面也可以讓嬰兒初步知道「打招呼」的使用場合，並從小培養日常生活基本禮貌。

活動名稱	6.打招呼
環境與材料	一個溫馨的托育環境及嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日接送時段進行。</li> <li>2. 當嬰兒早上來到時，保母或托育人員先跟嬰兒道早安，再引導嬰兒向家長道別。</li> <li>3. 保母或托育人員可握著嬰兒的手臂，輕輕擺動作出再見的動作，一邊說「跟（爸爸）拜拜」，並觀察嬰兒是否會自己做出揮手再見的動作。</li> <li>4. 如果環境中有其他嬰幼兒，在其他嬰幼兒離開時，也可以帶著嬰兒向其他嬰幼兒道別。</li> <li>5. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否會自己做出揮手再見的動作？</li> <li>6. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步引導嬰兒在早上來到及下午離開前都能主動做出揮手再見的動作。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可在每日早晚多示範幾次，握著嬰兒的手臂輕輕揮手並打招。

## 活動內容要項 III-2-2：能和成人玩簡單重覆遊戲

說明：這個階段的嬰兒由於已發展到會坐的能力了，因此可以玩的遊戲內容就更廣泛了。躲貓貓除了可以和人互動之外，也可以初步建立嬰兒「暫時看不到的人物或物品其實並沒有消失，它還是存在的，只是暫時看不到而已」這個概念。此概念的建立對嬰兒的情緒有著很大的安撫作用。

活動名稱	7.躲貓貓
環境與材料	1. 軟墊 2. 小方巾（用來蓋住臉）
活動方式	1. 當嬰兒具備「能自己坐穩」的能力時，則可進一步協助嬰兒練習此活動。 2. 成人與嬰兒面對面坐著，對於仍坐得不太穩的嬰兒，需留意其安全，小心防止他向後仰倒。 3. 成人用兩手將自己的臉遮住，然後對嬰兒說：「躲貓貓～喵！」說到「喵」時，將手放開露出臉來，並作出驚奇表情。 4. 重覆幾次此遊戲並觀察嬰兒是否感興趣，亦可鼓勵嬰兒模仿大人一起玩。 5. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否對此遊戲感興趣？ 6. 如果嬰兒的反應良好，則可和嬰兒進一步玩藏東西的遊戲，或是成人躲在嬰兒看不到地方呼喚他，看嬰兒是否能尋找並發現成人。
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可試著用小方巾蓋在嬰兒臉上，然後將它拿起來並說：「躲貓貓，喵！」重覆幾次之後，看看嬰兒是否會自己將小方巾抓下來。

活動內容要項	III-2-3：能簡單表達自我需求及情緒
--------	----------------------

活動內容要項	III-2-4：能區辨照顧者的語氣及情緒
--------	----------------------

說明：嬰兒與成人之間相處的關係及互動的方式，是日後他與同儕之間關係發展的基礎。本活動是要藉由成人對嬰兒之間的互動，讓嬰兒可以初步知道當他有需求時可以如何簡單表達出來讓大人知道，也讓嬰兒學習如何區辨照顧者的語氣及情緒。

活動名稱	8.心情表情
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日例行活動時段進行，例如用餐或玩玩具時。</li> <li>2. 觀察嬰兒是否會以肢體、表情或發出聲音等方式表達需求或情緒若仍不明顯，成人可試著引導他。</li> <li>3. 成人可問嬰兒「你看這是什麼？要不要吃？」鼓勵嬰兒表示。</li> <li>4. 成人也可以表現不同的語氣及情緒，例如用嚴肅的語氣對嬰兒說「不可以這樣亂丟東西」、或當寶寶揮手打到成人時，成人假裝哭泣的說：「寶寶打我，好痛（嗚嗚）」，並觀察嬰兒是否能區辨成人的情緒？</li> <li>5. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否會以肢體、表情或發出聲音等方式表達需求或情緒？觀察嬰兒是否能區辨成人的情緒？</li> <li>6. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，成人可變化不同的聲音及表情，讓嬰兒可以觀察其中的不同。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可在說話時儘量放慢速度並多重覆幾次，重點是要與嬰兒面對面，讓嬰兒可以看清成人的臉部表情及口型變化。

## 活動內容要項 III-2-5：能與照顧者建立情感依附（如主動伸手要抱）

說明：學習表達自己的需求有助於嬰兒的正向情緒發展，因為嬰兒可藉由自己的聲音表情及動作引起成人的注意而需求能立即得到滿足時，則會對自己更有自信。本活動是藉由自己的聲音表情及動作引起成人的注意，以達到發展正向的情緒表現以及能和成人建立良好的情感依附關係。

活動名稱	9.建立感情
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日家長接送時段進行。</li> <li>2. 當家長要離開嬰兒時，保母或托育人員可觀察嬰兒和家長間的關係，例如嬰兒是否會暫時不安，或不讓家長離開等常見的依附反應。</li> <li>3. 在平時與嬰兒相處時，成人也可以觀察嬰兒對自己是否建立情感依附，例如嬰兒會黏人、不願保母離開視線、主動伸手要保母抱等行為。</li> <li>4. 當嬰兒有出現主動伸手要成人抱的行為時，成人應要給他有情感依附的正向反應，例如抱抱嬰兒說：「我們明天見囉！」或是「明天再來玩喔！」</li> <li>5. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否會用簡單方式吸引成人注意？</li> <li>6. 如果嬰兒能達到此目標，則成人可進一步等待嬰兒有需求反應時再去滿足他，例如當他發出聲音表示想要成人抱時，成人可先和嬰兒說說話以後，再抱起嬰兒。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，例如沒有什麼反應或反應不明顯的嬰兒，成人可再多作觀察，看看嬰兒是否有其它需尋求進一步醫療評估的特殊狀況？（例如心智問題）

## 活動內容要項 III-2-6：練習處理陌生人焦慮（例如有陌生人來訪時）

說明：這個階段的嬰兒已能區分熟人與陌生人之間的不同，尤其當熟悉的大人不在身邊時，他會特別地焦慮與不安。本活動的目的是要讓嬰兒學習在面對陌生人時，可以尋求成人協助或是自己找到可以自我安撫的方式，來處理自己焦慮不安的感覺，並建立信任及安全感。

活動名稱	10.有陌生人
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當有陌生人出現在嬰兒面前時，成人可對嬰兒介紹「（寶寶），這是王阿姨，他來看我們哦！」，並觀察嬰兒的情緒反應。</li> <li>2. 若嬰兒有不安的情緒，成人可適時回應，「你怕怕哦！沒關係，我抱抱！」、「不認識阿姨哦！我們去找小熊熊玩」，留意嬰兒的情緒是否能較為平撫。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒在進行此活動後再面對陌生人時，他的情緒是否能較為平撫？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此目標，則成人可慢慢讓嬰兒和自己保持一段距離，讓他練習自我安撫，但須注意嬰兒一定要在成人的視線範圍之內。當嬰兒的安全感建立得越好，則此安全距離便可以越大。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，例如對陌生人反應很強烈情緒無法平撫的嬰兒，則成人勿須太強迫，要多抱抱安撫他。

## 活動內容要項 III-3-1：能模仿大人的簡單話語（如ㄅㄩ、ㄅㄩ）

說明：語言表達是人類學習語言的重要方式之一，而模仿能力也是學習的基礎，若無法順利發出各種可以使人聽得懂的聲音，則將來與人溝通便會有困難。因此，此活動目的是要協助嬰兒可以將牙牙學語中不具任何意義的聲音轉變成成人世界中可以溝通的語言，引導嬰兒慢慢學會說出具有正確意義的話。

活動名稱	11.跟我一起說
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可於日常活動中進行。</li> <li>2. 在嬰兒出現牙牙學語時，成人注意嬰兒發出的聲音，提供類似的字彙供其模仿，如ㄇㄩ、ㄅㄩ等。</li> <li>3. 可以讓嬰兒近距離觀察成人發出簡單話語的嘴型，以此方式鼓勵嬰兒模仿成人發出的話語，過程中如嬰兒模仿出類似話語時，成人應立即給予鼓勵。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否會嘗試模仿成人發出類似的聲音？</li> <li>5. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步使用更多的字彙來和嬰兒互動，就像是在和嬰兒「聊天」一樣。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人需多和嬰兒面對面說話，並放慢說話的速度。

7-12 個月【III】

發展領域3：語言溝通

活動內容要項 III-3-2：在牙牙學語中出現聲量、高低和節奏的變化

說明：嬰兒要學會說話以前，成人除了要提供嬰兒大量接觸語言的機會外，也要讓嬰兒慢慢理解「說話」還具有聲音高低及節奏變化等技巧。本活動的目的就是要讓嬰兒在成人的引導下，慢慢發現這些相關的說話技巧，為將來學習語言奠定基礎。

活動名稱	12.動物大集合
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 此活動可於日常活動中進行。</li><li>2. 在嬰兒出現牙牙學語時，成人注意嬰兒發出的聲音，是否出現聲量、高低和節奏的變化。</li><li>3. 如果不明顯，成人可在與嬰兒對話時，略微加強音調及節奏上的變化，鼓勵嬰兒模仿。例如拿出一些動物的圖片，一一向嬰兒介紹圖片上的動物名稱，也可以模仿動物的聲音增加趣味性。</li><li>4. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是會模仿成人發出具高低及節奏變化的聲音？</li><li>5. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，提供嬰兒更大量學習說話技巧的機會。</li></ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人需多和嬰兒面對面說話，並放慢說話的速度以及變化各種音調節奏。



7-12 個月【III】

發展領域3：語言溝通

活動內容要項 III-3-3：會以肢體動作進行溝通（如以手指物或搖頭、點頭）

說明：在學會說話以前，嬰兒的溝通方式除了語言之外，還包括手勢及動作。因此，本活動的目的是要讓嬰兒學習以各種不同的方式來表達自己的需求，以順利和人進一步進行溝通。

活動名稱	13.表示意見
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可於日常活動中進行。</li> <li>2. 例如在換尿布時，成人可問嬰兒「你的尿布在那裡？」請嬰兒用手指出來。或是在玩玩具時，成人可問嬰兒：「把玩具給我好不好？」引導嬰兒以搖頭或點頭來表示自己的意見，成人也可以提供示範。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是否會以肢體動作如搖頭點頭的方式和人進行溝通？</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步和嬰兒進行更多樣的溝通，或教嬰兒認識環境中更多的物品名稱。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人協助嬰兒於一天當中多練習幾次，多和嬰兒面對面說說話，或示範肢體動作給他看。

## 活動內容要項 III-3-4：會與人輪流對話

說明：輪流交談的能力除了語言表達能力之外，也包括了具有「瞭解別人正在和你溝通」的能力，而且知道要聽完他人說話，然後再回應，也是一種禮貌的表現。因此，本活動的目的，除了要給予嬰兒與人互動的機會外，（???)也要讓嬰兒和他人「輪流」對話。

活動名稱	14.聊聊天
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在嬰兒出現牙牙學語時，成人加入與嬰兒進行「對話」。</li> <li>2. 對話過程中觀察嬰兒是否會注意到成人說完一句後，嬰兒再接下一句的「輪流」對話的方式。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察嬰兒是會注視說話的人？</li> <li>4. 如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以感受到更多的聲音表情的變化。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人協助嬰兒於一天當中多練習幾次，多和嬰兒面對面說說話。

## 活動內容要項 III-3-5：能理解簡單語彙的意思（如ㄋㄤ、ㄋㄤ）

說明：聽覺是人類學習語言的重要基本器官之一，此活動可以協助成人了解嬰兒是否能正確分辨說話的人？本活動就是要藉由成人對嬰兒的呼喚，讓嬰兒學習分辨將聲音與發出聲音的人做連結。

活動名稱	15.我聽懂了
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日例行活動時進行。</li> <li>2. 例如在餵奶前，問嬰兒：「寶寶肚子餓了，我們來喝ㄋㄤㄋㄤ囉！」、「寶寶累了，我們去睡覺囉！」</li> <li>3. 觀察嬰兒是會注視說話的人？如果嬰兒的反應良好，則和嬰兒互動的時間可以更久一點，例如和嬰兒唱唱歌、說說話等，讓嬰兒可以感受到更多的聲音表情的變化。</li> <li>4. 本活動的觀察重點在於：成人觀察嬰兒是否出現理解話語的反應例如點點頭或跟著做、發出聲音等。</li> </ol>
注意事項	如果嬰兒的反應不理想（例如因聽不懂而沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），成人可在平常生活中和嬰兒多說說話，以幫助他對語言的了解。

## 活動內容要項 III-4-1：會分辨熟悉家人與陌生人

說明：這個階段的嬰兒開始會對陌生人產生不安害怕的感覺，因為他已能區分此人是熟悉的家人或陌生了，本活動即是引導嬰兒透過重覆進行的同一動作，來發展手眼協調的能力及手指使用的靈活度。

活動名稱	16.我認識的人
環境與材料	一個溫馨的托育環境及關愛嬰兒的主要照顧者。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每次有訪客時，可帶嬰兒迎接訪客，並觀察當訪客是熟悉的人或陌生人時，嬰兒是否有不同的情緒反應，是否會遠離陌生人而靠近照顧者。</li> <li>2. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步引導嬰兒認識訪客的名字，例如可嬰兒說：「這是王阿姨，來找寶寶玩過很多次囉！」 「這是李叔叔，第一次來找寶寶玩哦，是我們今天的客人。」</li> <li>3. 本活動的觀察重點在於：當訪客是熟悉的人或陌生人時，嬰兒是否有不同的情緒反應？是否能分辨熟悉的人及陌生人的不同？</li> </ol>
注意事項	由於每個嬰兒都有發展上的個別差異，有些嬰兒會做不到，如果嬰兒的反應不理想（例如沒有任何反應或是反應不明顯的嬰兒），成人可試著讓不熟悉的人對嬰兒伸出手來，看嬰兒願不願意讓陌生人抱？

## 活動內容要項 III-4-2：會尋找完全被藏著的物品

說明：這個階段的嬰兒有一個重要的發展任務就是發展出「物體的保留概念」，該概念的意思是「暫時看不到的人物或物品其實並沒有消失，它還是存在的，只是暫時看不到而已」。因此本活動的目的是要幫助嬰兒慢慢建立這個概念。此概念的建立對嬰兒的情緒亦會有很大的安撫作用，因為當他知道：「現在雖然暫時看不到父母，但他們還是存在的，等他們下班就會出現來接我了」之後，就比較不會對「與父母分開」這件事這麼焦慮不安了。

活動名稱	17,不見了
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 毛巾一條。</li> <li>2. 嬰兒平常喜歡玩的玩具。</li> <li>3. 事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 先準備一條毛巾與幾樣玩具，先在嬰兒面前放一樣玩具，留意嬰兒是否注意到玩具，接著用毛巾將玩具完全蓋住，留意嬰兒的反應，是否會掀開毛巾，找出藏在下面的玩具。</li> <li>2. 如果嬰兒沒有反應，成人可問嬰兒：「玩具呢？跑哪裡去了？」引導嬰兒找出玩具。</li> <li>3. 如果嬰兒能達到此活動目標，則可進一步將玩具藏到托育環境中的其它地方，引導嬰兒找出玩具。</li> <li>4. 本活動的觀察重點在於：嬰兒是否會尋找完全被藏著的物品？</li> </ol>
注意事項	由於每個嬰兒都有發展上的個別差異，有些嬰兒會做不到，若嬰兒尚無保留概念，重覆上述步驟，但僅將玩具的一部份蓋住，露出一部份來，然後引導嬰兒找出玩具。

## 活動內容要項 III-4-3：能預期事件的發生（如奶瓶出現知道要喝奶了）

說明：當生活中常進行的動作變成一種規律的生活模式時，嬰兒通常能預期接下來要做的事情，如看到成人拿奶瓶則知道要喝奶了。這種預知下一步動作的能力，讓嬰兒有一種可以掌握生活步調的感覺，可以增加嬰兒的信心及安全感。

活動名稱	18.等一下做什麼
環境與材料	無。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日例行活動時間進行，事先不向嬰兒預告等一下要做的事。</li> <li>2. 成人按照平日習慣進行準備工作（如泡奶、換尿布），觀察嬰兒是否知道接下來要發生的事，例如看到奶瓶時，嬰兒是否會去喝奶的地方躺好等待，或者看到尿布會去拿濕紙巾。</li> <li>3. 本活動的觀察重點在於：嬰是否能預期事件的發生？</li> </ol>
注意事項	由於每個嬰兒都有發展上的個別差異，有些嬰兒會做不到，如果沒有出現類似反應，成人可加以引導，例如可拿出泡好的奶瓶給嬰兒看，並問嬰兒「現在要做什麼事？」再觀察嬰兒的反應。

活動內容要項	III-4-4：呼叫他的名字時會有反應
--------	---------------------

活動內容要項	III-4-4：能設法接近想要的事物
--------	--------------------

說明：此時期的嬰兒已知道自己的名字，因此當成人呼喚他的名字時，他會朝呼喚他的人望去，若成人拿一個他常玩或感興趣的玩具時，他會設法要爬過去拿那個玩具。

活動名稱	19.球兒滾來滾去
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些消毒過的玩具。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，成人可在嬰兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備幾顆球，成人在距離嬰兒（最好是一群嬰幼兒）一段距離外，呼叫嬰兒的名字，例如可說「（小寶），來玩這顆球」。</li> <li>2. 觀察嬰兒是否認得自己的名字，然後把球放在地上，鼓勵嬰兒過來拿。觀察嬰兒是否會設法移動身體去接近這顆球。</li> <li>3. 如果有其他嬰幼兒在場，則可重覆上述步驟，觀察嬰兒能否區辨自己與別人的名字。</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步準備各多樣的玩具或物品和嬰兒讓嬰兒探索，以豐富嬰兒多樣的探索機會及經驗基於衛生考量，給嬰兒以口探索的玩具建議以固齒玩具為主。</li> <li>5. 本活動的觀察重點在於：當成人呼叫嬰兒名字時，嬰兒是否會有反應？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可多與他互動，讓嬰兒可以對自己的名字有反應。

## 活動內容要項 III-4-5：能操作簡單玩具

說明：專心凝視是培養未來學習上專注力的基礎，嬰兒可藉由注視顏色或圖案鮮明的圖片或玩具，來觀察其中的相似性或不同性。因此，本活動是藉由提供嬰兒各種圖案鮮明的圖片或玩具，讓嬰兒能力更多的觀察機會，以及奠定日後的學習基礎。

活動名稱	20.我會玩
環境與材料	準備一些色彩鮮豔且具聲音效果可吸引嬰兒注意的圖片或玩具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓嬰兒坐在軟墊上，在嬰兒身邊放一些嬰兒玩過的玩具，觀察嬰兒是否知道如何操作這些玩具。</li> <li>2. 若嬰兒仍不熟悉該玩具的玩法，成人可再示範一次，然後再鼓勵嬰兒自己操作。</li> <li>3. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步準備顏色更多樣更豐富的玩具或圖片，以豐富嬰兒多樣的觀察機會及經驗。</li> <li>4. 本活動的觀察重點在於：嬰兒是否能操作簡單玩具？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可多陪嬰兒玩，並示範一些玩具的操作方法讓嬰兒觀察模仿。



## 活動內容要項 III-5-1：能自己拿住奶瓶進食

說明：自理能力對嬰兒來說是一項終生必備的技能，因為長大後能自我照顧的幼兒，對於進入團體時的適應能力會較佳，自信心也會較足夠。本活動是提供機會讓嬰兒漸進式地學習未來在日常生活中應具備的生活自理能力。

活動名稱	21. 幫忙拿奶瓶
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的奶瓶。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日餵奶時進行。</li> <li>2. 將泡好的牛奶或溫好的母乳交給嬰兒，讓嬰兒躺在傾斜的坐椅上（要斜躺才不會嗆到），自己拿著奶瓶喝奶。</li> <li>3. 一開始成人可先協助他扶住奶瓶，等嬰兒習慣後慢慢讓他練習自己扶。（需留意奶瓶的斜度）</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步讓嬰兒在每餐喝奶時幫忙扶住奶瓶。但須特別注意的是，當嬰兒躺在床上喝奶時要觀察是否有嗆奶或溢奶的危險。</li> <li>5. 本活動的觀察重點在於：嬰兒是否有幫忙拿奶瓶的意願？若有則要鼓勵他自己拿。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可口頭上多給予引導及鼓勵。

## 活動內容要項 III-5-2：能吞嚥糊狀副食品

說明：吞嚥能力對嬰兒來說是一項必備的技能，因為對於吞嚥能力不佳的嬰兒，營養的吸收會受限，會直接影響到身體的發展。本活動是提供機會讓嬰兒在日常生活中練習吞嚥的能力。

活動名稱	22.麥片時間
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的嬰兒專用餐具。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日副食品時間進行。</li> <li>2. 將糊狀副食品（如麥粉糊、米糊或蛋黃泥）調製好後，以湯匙一匙一匙地餵食嬰兒，需注意嬰兒的吞嚥狀況。</li> <li>3. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步提供多次讓嬰兒用湯匙餵食的機會，以進一步練習吞嚥的能力。</li> <li>4. 本活動的觀察重點在於：觀察嬰兒是否能吞嚥糊狀副食品？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人應多提供嬰兒嘗試的機會，一開始先嚐試少許，再慢慢增加量。

## 活動內容要項 III-5-3：能自己拿食物吃

說明：自己拿食物進食的能力對嬰兒來說是一項必備的技能，因為除了培養嬰兒的自助技能外，也能增進手眼協調的能力（能確實地將手中的食物送入口中）。

活動名稱	23.我會自己拿
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的嬰兒專用餐具。</li> <li>2. 事先預備一個溫馨的托育環境，播放一首輕柔的音樂，然後和嬰兒進行此活動。</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日副食品時間進行。</li> <li>2. 將副食品（如米餅）放在碗中，讓嬰兒坐著（不限地點），請嬰兒自己把食物從碗中拿出來放到嘴裡去吃。</li> <li>3. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可進一步提供多次讓嬰兒用湯匙餵食的機會，以進一步練習吞嚥的能力。</li> <li>4. 本活動的觀察重點在於：觀察嬰兒是否能自己拿食物吃？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可多給予練習的機會。

## 活動內容要項 III-5-4：能拉下頭上的帽子

說明：自助技能對嬰兒來說是一項必備的技能，因為孩子要學會自己熱了脫衣，冷了加衣的動作，將來進入團體生活中才能適應良好。

活動名稱	24.脫帽子
環境與材料	嬰兒專用帽子一頂。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將一頂嬰兒帽子戴在嬰兒頭上，將嬰兒抱到鏡子前，指著嬰兒頭上的帽子對他說「這是帽子，寶寶戴帽子。」然後成人將帽子脫下來對嬰兒說「寶寶脫帽子。」</li> <li>2. 請嬰兒自己試著把帽子脫下來，可說「自己脫脫看。」此活動亦可在每日早上進門後進行。有戴帽子的嬰兒，每天早上請他們自行將帽子脫下來。</li> <li>3. 如果寶寶有拉扯帽子的動作，就表示有達到此目標。</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，成人可在每次需脫帽的場合，鼓勵嬰兒自己脫帽子。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可多示範幾次。

## 活動內容要項 III-5-5：會表示要吃東西

說明：自助技能對嬰兒來說是一項必備的技能，因為孩子要學會自己表達要吃東西的意願，將來進入團體生活中才能適應良好。

活動名稱	25.我要吃東西
環境與材料	消毒過的嬰兒專用餐具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日食用副食品（或點心時刻）時進行。</li> <li>2. 準備好餐點後，放在嬰兒面前，觀察嬰兒是否會主動以肢體或表情、發出聲音等方式表示進食的意願。</li> <li>3. 若仍不會表示的嬰兒，成人可試著引導他。成人可問嬰兒「肚子餓不餓？」「你看那是什麼？要不要吃？」鼓勵嬰兒做出表示。</li> <li>4. 如果嬰兒能達到此活動目標，則成人可在用餐前引導嬰兒先表示後，再進行餵食。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人應多給予口頭上的引導。

## 13-18 個月(IV)嬰幼兒適性發展活動

### (一)、13-18 個月嬰幼兒發展特性

從滿週歲開始，人類的發展由「嬰兒」進展到「幼兒」階段，這是人生的另一個里程碑，也是開始發展獨立自主的重要階段，以下列出此階段幼兒在各領域的發展，但因每位幼兒的發展仍有其個別差異，因此各領域的發展能力只是一個參考性指標，只要在正常的範圍內，對於稍快或稍慢的嬰兒都不需太過慌張，仍要依嬰兒現階段的能力，給予適性的學習活動，才能真正有助於他身心的健康發展。

**粗動作發展方面：**此階段的幼兒能從地面爬上椅子，然後轉身坐下來；即使是沒有靠背的椅子，幼兒也可以保持平衡，還能邊坐在椅子上邊彎腰向不同的方向撿物品，到了一歲半，即使是坐在雙腳離地且無靠背的椅子上也可以保持平衡。由於每位幼兒的發展速度不同，因此幼兒可以獨立行走的年齡可由 13 個月到 18 個月這麼大的落差，但 13 個月的幼兒平衡能力尚未發展成熟，因此在步行時雙手仍緊地向兩旁張開，並且很容易跌倒。到了 15 個月左右幼兒對轉換身體姿勢的技能已能掌握得較穩定了，因此他能站穩然後蹲下來撿物品再站起來，且這個月齡的平衡能力更成熟，能安全地四處行走，跌倒的機會也較少了。

**精細動作方面：**一歲以後的幼兒，手指的活動更靈活了，他能伸出食指按壓物品，因此可以讓他們玩麵粉糰。此外，由於握放的動作已經成熟，因此能連續將多件小玩具拿起來放進容器中。由於手眼協調的發展更成熟，此階段的幼兒也可以一手拿玩具，另一手拿物品去敲打該玩具（例如一手拿鼓，一手拿鼓槌來敲打），也可以拿形狀積木讓他們配對放進相同形狀的洞口中，他也可以疊高約 3 塊大小一樣的積木。由於手腕動作更靈活了，因此他可以用整個掌心握住粗蠟筆，模仿成人或隨意地在紙上塗鴉。此年齡層的幼兒可用手指翻開書的內頁，只是仍無法一頁一頁地翻，每次約翻 2~3 張的頁數的厚紙板書。

**社會情緒方面：**此階段的幼兒在探索環境的過程中，會以他們最信賴的成人做為安全堡壘，向外探索後再度回到成人身邊並反覆此行為，當他們熟悉環境之後，他們會變得更有自信，且能更安心地學習獨立。此階段的幼兒也顯得對人有興趣，懂得留意甚至去模仿周圍的人所扮演的角色，並且時常想吸引別人的注意，也會企圖去取悅熟悉的人，較常使用笑容、擁抱及親吻等方式來表達對別人的感情。他喜歡和同伴在一起，互相觀察、互相模仿，偶爾也可以和別人分享物品，但還不能和同伴玩在一起，仍是以獨自遊戲居多。在自我概念方面：能指出一、兩個自己身體上的器官，例如眼睛、嘴巴、手、腳等。一歲半的幼兒因為還未能具備內在控制的能力，加上因自我行動的能力增加，自主性也相對地提高，因此在行動上比較傾向於做自己想做的事，對事物也較不理解，較難遵從指令及明白環境的限制，因此這個階段的幼兒較無法有效地學習社會規範。

**語言溝通方面：**一歲以後的幼兒，已可以模仿新的語音，並明白聲音符號所代表的意思（例如「拜拜」就是要跟人家說再見意思）。他也知道雖然眼前沒有看到某個人或某物品，但是這個人或物品仍是存在的。幼兒到了這個階段，便可以結合生活情境，開始說出第一個有意義的詞彙。此階段的幼兒也開始可以靠名稱來辨認熟悉的物品，剛開始是物品的名稱（例如「車車」、「餅餅」等），再來是動作的名稱（例如「謝謝」、「拜拜」等）。約從週歲開始，幼兒能開始使用某些音節（通常是單音或雙音）來指稱一個事物，表示他有「用一個名詞來代表一個事物」的能力（例如用「狗狗」來稱所有四條腿的動物），幼兒剛開始學會說的字彙都和他日常生活中常見的物或常玩的玩具有關。

**認知探索方面：**此階段幼兒的視覺可以辨別簡單的幾何形狀及自己的物品；在聽覺方面：

此階段的幼兒能分辨出少許不同的音樂，而且會有自己喜愛的音樂或歌曲。這年紀的幼兒也懂得常見物品的用途（例如知道杯子是用來喝水的），他也會模仿成人使用家中常見物品（例如拿起電話筒自言自語假裝講電話），而且能辨認出熟悉的地方；一歲的幼兒也可以試著玩一些簡單的配對遊戲，例如嚐試將O形及△形的立體積木放入同樣形狀的洞口中，但不是一次就能成功，能力較好的幼兒可以依成人指示挑選出這些形狀。

生活自理方面：此階段的幼兒漸漸開始以米飯為主食，而牛奶為副食品了，因此使用湯匙進食的機會增多了。幼兒在一歲的時候，由於平衡身體及協調四肢的能力才開始發展，故當成人替他穿衣服時，幼兒只會伸出手腳來配合，但還沒有能力作任何衣物穿脫的動作。在這個領域的學習活動方面，成人可將重點放在提供此階段的幼兒多樣的食經驗，並且減少使用奶瓶次數而以杯子來喝奶及以湯匙來吃食物，並且要鼓勵他自己進食及穿衣服。

## (二)、環境安排及互動建議

13-18個月的幼兒因為身體發展較上個階段更靈活及成熟了，他已有獨立移動自己的身體去取得他想要的物品的能力，因此能自由自在地到處走動及探索，所以提供給這個階段幼兒的玩具是以配合此階段的大肌肉發展，如學步玩具（例如可以推著行走的小推車或學步車），可以刺激平衡感的搖搖馬及可以練習攀爬的小型溜滑梯等，都是提供給此年齡層幼兒大動作發展的適宜玩具。

在促進他小肌肉發展的玩具上，可提供幼兒按壓敲打的玩具（最好是具音樂效果，按壓下去可以有聲音刺激的為佳），或是可以拍打搓揉的麵粉糰，還有摔不破的丟擲玩具可以滿足嬰兒丟擲的慾望，另外還可提供撕不破且幼兒易翻閱的厚紙板書，以精進手指頭的使用能力。此階段的幼兒喜歡玩「放進去倒出來」的重覆遊戲，因此可以為幼兒準備一個空箱子或是大一點的容器，讓嬰兒可以重覆地將玩具或物品放入容器中及倒出來。此階段的幼兒也漸漸具備拿以拇指及食指撿拾物品的能力，因此可以給幼兒一些葡萄乾當小點心，讓幼兒可以使用他的拇指及食指撿起葡萄乾放入口中。

在促進幼兒語言發展上，除了和幼兒多說話及具聲音效果的玩具之外，也可準備一些兒歌童謠的錄音帶或CD，在幼兒玩玩具的時候播放，幼兒聽久了等他語言發展更成熟後就可以耳熟能詳地跟著哼唱。也可以為幼兒準備一些玩偶及娃娃，讓幼兒可以學習如何照顧比他小的小小孩，除了可以培養幼兒的愛心及責任感之外，也可以促進幼兒「假裝遊戲」的發展（如辦家家酒）。其它還有可以促進認知發展的積木、配對形狀的拼圖等，也是提供給此階段幼兒很好的玩具。

## (三)、學習內容要項及適性發展活動

以下依五大發展領域列出成人可和此階段幼兒互動的相關學習活動。須特別注意的是，由於每位幼兒都有發展上的個別差異，有些幼兒會做不到某些學習活動目標，對於無法達到目標的幼兒成人勿須太擔憂，也不可太急切甚至強迫幼兒一定要達成目標。因為每個幼兒的發展速度都不一樣，有的幼兒在身體動作上較快發展成熟，具備較佳的動作能力；有的嬰兒在語言的發展較快，具備較好的語言能力；有的幼兒在認知發展方面的能力較優秀，對所有的事物都有操作把玩的探索興趣。以上列舉種種情形，父母或主要照顧者都不須太過擔憂，

只要幼兒並沒有明顯落後太多的情形，成人只需適時的引導，並耐心等待，只要幼兒到達一定的成熟度，便自然可以達到該年齡層應具備的能力。

大體而言，與幼兒玩耍、互動的時間以幼兒吃飽睡足、精神狀況最好時的狀態為主，因此當幼兒出現哭泣、抗拒或排斥的反應時，則要暫時停止活動，勿強迫幼兒進行。此外，幼兒若生病、發燒、身體狀況或情緒不佳時，也不適宜從事任何學習活動。最後記得，事先預備一個溫馨、安全的托育環境，成人可在幼兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一些易朗朗上口的童謠，然後就可以準備和幼兒進行以下的學習活動囉！



## 活動內容要項 IV-1-1：能獨立穩定行走

說明：當幼兒可以邁開他人生中的第一步時，表示他的發展又往前跨進一大步了。這個活動主要目的是為了協助幼兒練習走路的技巧，引發他行走的興趣。

活動名稱	1.走過來
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 拖拉玩具或學步玩具</li> <li>2. 溫馨安全的環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓幼兒站立，成人在他前面 2 公尺外，以玩具吸引幼兒朝成人走過來。</li> <li>2. 成人可以邊搖動玩具邊對他說：「你看這是什麼？走過來這裡玩」</li> <li>3. 本活動觀察重點是：過程中觀察幼兒步伐的穩定性。</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步以拖拉行走的玩具引導他多走幾步，但若幼兒不願或不走，也勿太過強迫他。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可扶著幼兒的雙肩，引導著他慢慢地一步一步地跟著走。

## 活動內容要項 IV-1-2：能保持平衡撿拾地上物品

說明：約到 15 個月左右，幼兒對轉換身體姿勢的技能就能掌握得較穩定，因此他能站穩然後蹲下來撿物品再站起來。本活動是要鼓勵幼兒在保持身體平衡的狀態下，練習變換身體的姿勢，例蹲下撿東西後再站起來。

活動名稱	2.撿起來
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 色彩鮮豔可吸引幼兒且無毒的玩具。</li> <li>2. 溫馨安全的環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當幼兒站立時，成人在他面前地板上放置一些他喜歡的玩具，引導幼兒撿拾。</li> <li>2. 本活動觀察重點是：過程中需注意幼兒是否能保持身體平衡。</li> <li>3. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步引導他站著彎腰撿拾。一開始可帶著他做彎腰的動作，須注意的是幼兒一定要能自己保持站立時的身體平衡時，才可讓他做站立彎腰的動作。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可帶著他練習蹲下的動作，一開始牽著他一起做，最後可試著放手讓他自己做做看。</p>

## 活動內容要項 IV-1-3：能拿或拖拉物品行走

說明：獨立行走也是幼兒學習獨立自主的開始，它也是發展上的一個重要里程碑，當幼兒可以獨立行走以後，表示他可以任意探索的範圍更廣了。因此本活動的目的是要鼓勵幼兒練習獨立行走並主動探索環境。

活動名稱	3.拉著玩具走
環境與材料	3. 利於學習走路的安全環境 4. 色彩鮮豔、軟材質且無毒、可供嬰兒按壓、操作及把玩的玩具
活動方式	5. 準備一拖拉玩具（例如玩具火車或動物造型拖拉玩具），引導幼兒拖著此玩具行走。成人可對幼兒說：「帶（小狗）去散步囉！」 6. 可以請幼兒幫忙成人拿東西，或將物品放在拖拉玩具上。 7. 本活動觀察重點是：觀察幼兒拿或拖拉物品行走時的穩定性。 8. 如果可達到此目標的幼兒，成人可進一步引導他去主動探索環境。
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人扶著幼兒腋下，帶著他練習「在成人的協助下行走」的活動，觀察幼兒是否能在協助下行走一兩步？能否獨自站立數秒？

## 活動內容要項 IV-1-4：能將玩具放入或倒出容器

說明：此階段的幼兒對重覆將玩具放入及倒出容器的遊戲很感興趣，因此，這個活動的目的是為了滿足幼兒重覆將玩具放入及倒出容器的慾望。

活動名稱	4.放進去拿出來
環境與材料	3. 空盒子或空容器 4. 可放入容器中的玩具 5. 溫馨安靜的環境
活動方式	1. 準備一個空盒子及一些小玩具（如橡膠小鴨）。 2. 成人先示範將玩具放入盒中，鼓勵幼兒把玩具倒出來，例如你可以說：「小鴨呢？」。 3. 鼓勵幼兒把玩具放入盒中，像是說：「小鴨要進去游泳囉」，也可以示範給幼兒看。 4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能順利將玩具放入及倒出容器？ 5. 如果可達到此目標的幼兒，成人可進一步引導他將玩具放入洞口小一點的容器中。
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則一開始可給予他洞口較大的容器，或給他一個大的空紙箱。

## 活動內容要項 IV-1-5：能翻硬紙板書

說明：從小培養幼兒閱讀習慣，讓幼兒對書本不陌生，並可以喜歡上閱讀。因此，本活動的目的就是要鼓勵幼兒去發現並探索書本，並能進一步對書本產生興趣做。

活動名稱	5. 寶寶翻翻書
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 硬紙板的幼兒書</li> <li>2. 舒適安靜的閱讀環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備幾本硬紙板的幼兒書，先讓幼兒自由探索，並觀察他如何翻書。</li> <li>2. 可唸書中的內容給幼兒聽，並引導他試著自行翻頁，成人可先示範翻頁的動作。</li> <li>3. 一開始練習時，不要求一頁一頁翻，只要幼兒可以做出翻書的動作即可，能做到的幼兒成人應立即給予讚美。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能順利做出翻書的動作？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，成人可進一步引導他發現圖畫書上圖片，並試著和他看圖說故事。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可多示範幾次翻書的動作，或輕拉幼兒的手，協助他做出翻書的動作。</p>

## 活動內容要項 IV-1-6：能丟擲玩具

說明：此階段的幼兒對丟擲物品很感興趣，他正在從丟物品到看著物品掉落的過程中，學習事情的因果關係。因此，本活動除了可以滿足幼兒丟擲的慾望之外，也可讓幼兒藉由此活動學習到「因為我丟東西，所以物品掉下來」的簡單因果關係。

活動名稱	6.玩丟丟樂
環境與材料	3. 無毒、耐丟不易破碎的軟質或塑膠玩具 4. 溫馨安全的環境
活動方式	1. 準備一個空紙箱及一些軟質玩具（如小球、海棉積木等）。 2. 告訴幼兒：「你會不會把玩具丟到箱子裡？」成人可先示範，再引導幼兒自行將玩具丟入。 3. 此活動可配合收拾玩具的時間進行，或是平日有需要丟垃圾時，可請幼兒協助將垃圾丟入垃圾筒中。 4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能自行做出丟擲的動作。 5. 如果可達到此目標的幼兒，成人可試著將空紙箱移遠一點，進一步引導幼兒拉遠丟擲的距離及增強丟擲的力氣。
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可先示範，再握著幼兒的手帶著他一起做出丟擲的動作。

## 活動內容要項 IV-1-7：拿以兩指(拇指、食指)撿拾物品

說明：發展「以拇指及食指撿拾物品」是此階段幼兒一個很重要的發展指標，因此，本活動的目的是要鼓勵幼兒練習以拇指及食指撿拾物品的技能。

活動名稱	7.撿拾葡萄乾
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 葡萄乾或玉米片、小顆粒食物</li> <li>2. 幼兒專用小碗或小盤子</li> <li>3. 溫馨安全的環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在點心時刻進行，準備適量葡萄乾及小盤子一個。</li> <li>2. 在小盤子中放置一些葡萄乾，先觀察幼兒如何吃葡萄乾。</li> <li>3. 成人可示範或引導幼兒以兩指撿拾葡萄乾。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能自行做出撿拾葡萄乾的動作？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，成人可讓幼兒進一步玩撿拾小珠珠的遊戲，但要注意勿讓幼兒獨立玩此遊戲，以防幼兒誤吞或誤食</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可先示範以兩指撿拾葡萄乾的動作，再引導幼兒以兩指抓取葡萄乾。</p>

## 活動內容要項 IV-2-1：能與別的孩子坐在一起玩

說明：這個階段的幼兒開始可以和別的幼兒坐在一起玩，但還不能彼此互動。本活動的目的是讓幼兒習慣和其他的幼兒坐在一起玩不同的玩具，然後再漸漸引導他們彼此互動。

活動名稱	8.坐在一起
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 軟墊或乾淨的木質地板</li> <li>2. 積木或同性質的玩具（數量要儘量多一點，避免幼兒爭奪）</li> <li>3. 溫馨安全的環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些積木（或其它性質的玩具）。</li> <li>2. 讓幾個幼兒坐在附近，觀察幼兒是否能和其他同伴坐在一起玩自己的積木（或其它性質的玩具）。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能和其他同伴坐在一起玩同性質的玩具？</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，可試著引導幼兒與其他幼兒玩在一起或彼此分享玩具，並觀察幼兒是否能接受。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人勿太強迫，一開始幼兒間的距離可拉長一點，再視情況慢慢地縮短他們彼此間的距離。



活動內容要項 IV-2-2：能在提示下做基本社交動作（如謝謝、bye-bye）

說明：社交動作對未來人際關係的發展是很重要的。本活動的目的是要協助幼兒練習基本的社交動作，奠定未來良好人際關係的基礎。

活動名稱	9.揮手拜拜
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 安全無毒的玩具</li> <li>2. 溫馨安全的環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可納入早上及下午的接送時段進行。</li> <li>2. 在親友或其他幼兒離開時，提醒幼兒揮手並練習說 bye-bye，成人可以先示範給幼兒看。</li> <li>3. 成人亦可在拿餅乾或玩具給幼兒時，提示幼兒點頭並說「謝謝」。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能在提示下做基本社交動作（如謝謝、bye-bye）？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，可試著引導幼兒在每次從別人手中接過物品的同時要點頭並說「謝謝」之後才可以拿；在每天早晚接送時間要道早安或道別後才離開。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可多示範幾次，或請會表示的幼兒示範。

活動內容要項	IV-2-3：會對喜愛玩偶表現出疼愛或照顧的行為
--------	--------------------------

活動內容要項	IV-2-4：會對熟悉成人表達好感（如擁抱親吻）
--------	--------------------------

說明：幼兒出現可以安慰別人的舉動時，表示他已有「同理心」，即可以理解他人的感覺及情緒，並適時作出安慰他人的動作。表本活動的目的是培養幼兒的同理心及幫助他人的能力。

活動名稱	10.照顧小娃娃
環境與材料	溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一個洋娃娃或玩偶，讓幼兒學習用不同的方式照顧娃娃。例如：「娃娃在哭了，你抱抱娃娃。」、「娃娃肚子餓了，你餵娃娃喝ㄋㄟㄋㄟ」。</li> <li>2. 此活動亦可用在有其他嬰幼兒在哭時，請幼兒去安慰該名嬰幼兒例如抱抱他或親親他（但要注意若幼兒有感冒時不宜。）</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒平日是否會對熟悉的人表達好感。</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，可試著引導幼兒去協助照顧年紀比他小的嬰幼兒。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可輕拉著幼兒的手去輕拍其他正在哭泣的嬰兒或幼兒。

## 活動內容要項 IV-2-5：會用行為或語言表達自主性（如搖頭表示不要）

說明：學習表達自己的需求有助於幼兒正向的情緒發展，當幼兒可藉由自己表達能讓人理解並獲得他人的協勵而滿足自己的需求，則會對自己更有自信。本活動的目的是要鼓勵幼兒以語言表達自己的需求，並進一步發展出自主性。

活動名稱	11.我不要
環境與材料	溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在幼兒出現堅持或抗拒行為的情況中進行，例如幼兒堅持以自己的方式做事時，觀察其表達方式。</li> <li>2. 例如在遊戲時間，當幼兒正在玩他喜歡的玩具時，拿另一個玩具跟他交換，並說「你的玩具給我好不好？」</li> <li>3. 若幼兒表現反對（如護住玩具），可引導幼兒以搖頭表示或學習說：「不要！」。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能以語言表達自己的想法？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，可試著引導幼兒增加用語言表達自主的場合。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人應多予示範並可在適當場合帶領幼兒用語言表達說出需求。

## 活動內容要項 IV-2-6：練習處理分離焦慮

說明：這個階段的幼兒在情緒的控制上較前一階段成熟。本活動的目的是要讓嬰兒學習在與家人分開時，可以讓分離時難過的情緒慢慢地緩和下來。

活動名稱	12.我想抱抱
環境與材料	溫馨的托育環境及關愛幼兒的主要照顧者
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可納入早上的接送時段進行。</li> <li>2. 在幼兒需與親人分離，表現出焦慮情緒時，保母或托育人員可協助幼兒：「你想媽媽對不對？要不要我抱一下？」「你要不要你的小熊（或其他安撫物品）？」</li> <li>3. 如果可達到此目標的幼兒，例如幼兒漸能舒緩情緒，則成人可給予鼓勵，並引導他參與其他的活動，以轉移想媽媽的情緒。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒的情緒是否能在安撫下平緩下來？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，例如對分離情境的反應仍有很強烈情緒的幼兒，則成人可多抱抱他，以增加他的安全感。

## 活動內容要項 IV-3-1：能講至少十個單字

說明：語言表達是人類學習語言的重要方式之一，若無法順利說出使人聽得懂的話，則將來與人溝通便會有困難。因此，本活動目的是要協助幼兒練習說出一些日常用品的名稱，並適時增進幼兒大量語彙的能力。

活動名稱	13.說說看
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人觀察幼兒平日的語言能力及熟悉事物，準備相關的圖片或物品。</li> <li>2. 將圖片或物品一一展示給幼兒看，問幼兒「這是什麼？」，鼓勵幼兒說出物品或人物名稱。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能講至少十個單字。（例如餅乾、媽媽、爸爸、車車、姨姨、ㄊㄨㄛㄊㄨㄛ、抱抱等）包括簡單的疊字或仿說模仿也有達到目標。</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步多教導他日常用品的名稱，增進他語彙的能力。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊指著物品邊說出該物品的名稱。</p>

## 活動內容要項 IV-3-2：能結合二個字出現電報式的話語（如狗狗汪汪）

說明：這階段的幼兒是大量學習語彙的最佳時機，因此成人應要提供幼兒大量接觸語言的機會。本活動的目的就是要讓幼兒在成人的引導下，學習以語言說出他常的物品名稱，為學習語言奠定良好基礎。

活動名稱	14.狗狗汪汪
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人觀察幼兒平日的語言表達能力，是否已出現連結兩個字來進行表達的語句型式，像是「狗狗汪汪」等。</li> <li>2. 在幼出現類似話語時，給予鼓勵並以完整句子回應：「對，小狗在汪汪叫。」</li> <li>3. 成人的鼓勵可幫助幼兒將發出的單音節發展成電報式語言。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否會連結兩個字來進行表達的語句型式。</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步多教導他日常用品的名稱，增進他語彙的能力。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊指著物品邊說出該物品的名稱。

## 活動內容要項 IV-3-3：能用語言表達想要的東西

說明：對於此年紀齡層的幼兒，可以儘量鼓勵他們以語言表達他們想要的東西。因此，本活動的目的是要大量提供幼兒以語言表達自己需求的機會，以促進幼兒的語言發展能力。

活動名稱	15.你要什麼東西
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在例行活動中進行。</li> <li>2. 當孩子想吃餅乾或想玩玩具時，鼓勵幼兒用語言表達，若僅出現動作或聲音，成人可提示他「用說的」或「你要這個嗎？」並鼓勵幼兒以口語回答。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能以語言表達需求。</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步試著以短句和他進行溝通。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，在幼兒發出單音表達需求時，示範用正確的話說出來。</p>

活動內容要項	IV-3-4：能理解簡單日常生活用語
--------	--------------------

活動內容要項	IV-3-5：能指認或說出熟悉物品/動物的名稱
--------	-------------------------

說明：這階段的幼兒是大量學習語彙的最佳時機，因此成人應要提供幼兒大量接觸語言的機會。本活動的目的就是要提供讓幼兒大量以語言表達自己需求的機會，以促進幼兒的語言發展能力。

活動名稱	16.指認物品
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用的物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人觀察幼兒平日的語言能力及熟悉事物，準備相關的物品或動物模型/圖片。</li> <li>2. 將數個物品或圖片展示在幼兒面前，詢問幼兒：「桌子在哪裡？」「哪一個是狗狗？」，請幼兒指認。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒能否理解成人的話語並正確指認。</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步試著以短句和他進行溝通。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，一邊指著圖卡邊教導幼兒說出該圖卡名稱。



## 活動內容要項 IV-3-6：能回答簡單問題

說明：回答成人簡單的問題是與人溝通的開始，因此本活動的目的要讓幼兒在成人的引導下能試著回答出簡單的問題。

活動名稱	17.要不要
環境與材料	1. 圖卡或照片 2. 常見或常用物品 3. 幼兒常玩的玩具
活動方式	1. 此活動可於平日的例行作息中進行。 2. 成人在詢問幼兒的需求時，例如「你要不要吃這個餅乾？」或「要不要出去散步？」，鼓勵幼兒用語言回應。 3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能用語言回答簡單的問題。 4. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步試著以短句和他進行溝通。
注意事項	如果幼兒的反應不理想（例如因聽不懂而沒有任何反應，或是反應不明顯的幼兒），成人可在平常生活中和幼兒多說說話，以幫助他對語言的了解。

活動內容要項	IV-4-1：能遵從簡單的指令
--------	-----------------

活動內容要項	IV-4-2：能指認常見物品與簡單身體部位
--------	-----------------------

說明：這個階段的幼兒已能認得並正確指出自己身體的部位。本活動的目的即是透過讓幼兒指認來了解幼兒是否真的能理解這些物品或身體部位的正確名稱。

活動名稱	18.手在哪裡
環境與材料	1. 音樂、兒歌 <b>2.</b> 錄音機或 CD
活動方式	1. 成人可帶領幼兒唱「頭兒、肩膀、膝、腳趾」、或「手在哪裡」的兒歌邊唱邊指著歌詞中所提到的身體部位，可著重在臉部五官。 2. 成人問「眼睛在哪裡？」，以此類推，觀察幼兒是否能正確指出身體部位。亦可請幼兒指出環境中熟悉物品。 3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能正確指出身體部位或環境中熟悉物品？ 4. 如果可達到此目標的幼兒，則可進一步試著引導他說出該物品名稱或身體部位的名稱。
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊一一指著身體部位或家中常見物品，邊教導幼兒說出該部位或讓物品的名稱。

## 活動內容要項 IV-4-3：能配對簡單形狀

說明：這個階段的幼兒已能配對出簡單的形狀，因此本活動的目的是要提供相關玩具或教具，幫助嬰兒慢慢建立形狀配對的概念。

活動名稱	19.配對遊戲
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 形狀積木或拼圖。</li> <li>2. 溫馨安全的環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一個能依不同形狀（例如○、△及□）放入形狀積木的嵌入玩具箱。</li> <li>2. 當幼兒拿起形狀積木時，成人可描述此積木的特性，如：「這是圓形的積木」然後鼓勵幼兒在箱子上找到圓形的孔，將圓形的積木放入相同形狀的孔洞中。</li> <li>3. 重覆操作其他形狀積木，若幼兒做對了，應給予讚美。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能正確配對形狀？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可試著說出其中一個形狀，讓幼兒進一步模仿說出該形狀的名稱。</li> </ol>
注意事項	如果幼兒還不能玩這個遊戲，成人可給他更簡單的玩具，例如單一形狀的積木或存錢筒放錢幣遊戲等。

### 活動內容要項 IV-4-4：能了解常見物品的用途

說明：此階段的幼兒對日常生活中常見的物大多已瞭解它用途，例如知道杯子是用來喝水的，帽子是拿來戴在頭上的，鞋子是穿在腳上的等。本活動的目的是要讓成人了解幼兒對物品使用用途的認知理解狀況，並多提供練習的機會。

活動名稱	20. 寶寶的東西在哪裡
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 常見物品</li> <li>2. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可以日常例行活動中進行。</li> <li>2. 例如在外出活動前，問幼兒「要去公園要穿什麼？」，觀察幼兒是否知道要穿鞋子或外套；「太陽好大怎麼辦？」，觀察幼兒是否知道要拿帽子戴。或者在用餐前，詢問幼兒「吃飯要拿什麼？」，觀察幼兒是否知道要拿餐具。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能了解常見物品的用途？</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可在每次要使用讓用品之前，請幼兒試著去拿該物品。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊一一指著家中常見物品，邊教導幼兒該物品的用途，或在使用該物品時，邊使用邊說出該物品的名稱。</p>

活動內容要項 IV-4-5：能以新的方式來探索物品的特性

說明：快接近 18 個月的幼兒，對於常玩的玩具有時不會用既定的方式來玩，而會試著以其它的方式來探索該玩具。此活動的目的是要提供機會讓幼兒儘情探索環境中常用物品的特性。

活動名稱	21.新玩法
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 常見物品</li> <li>2. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓幼兒坐在軟墊上，放一樣新玩具（例如套圈圈）在幼兒面前鼓勵幼兒探索。</li> <li>2. 本活動觀察重點是：觀察幼兒的探索方式，是否出現新的操作方式（例如將圈圈套入），如果沒有，成人可以鼓勵幼兒嘗試。</li> <li>3. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可多提供不同用途及不同性質的物或玩具讓幼兒探索。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可多鼓勵他探索。

**活動內容要項 IV-4-6：能尋找出指定物品**

說明：當幼兒有了「目前看不到的物品其實它還是存在的」的概念時，幼兒便會試圖去尋去他目前想玩卻不在他視線內的玩具。因此，本活動的目的是藉由成人指示，請幼兒去尋找該物品，來觀察幼兒是否能將它找出來，一方面也可以提升幼兒的空間辨識能力。

活動名稱	22.找出指定物品
環境與材料	安全利於探索的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在日常熟悉的環境中進行。</li> <li>2. 成人請幼兒協助找出環境中的物品，如「鑰匙在哪裡？」、「我的皮包呢？拿給我」</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒能否找出指定物品？</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可在每次要使用該物品時，請幼兒試圖將該物找出來。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人一開始可陪著幼兒一起尋找

活動內容要項 IV-5-1：能用學習杯喝水

活動內容要項 IV-5-2：能用吸管喝水

說明：自理能力對幼兒來說是一項終生必備的技能，因為長大後能自我照顧的幼兒，對於進入團體時的適應能力會較佳，自信心也會較足夠。本活動的目的是鼓勵幼兒能開始學習使用杯子，來取代只會使用奶瓶的能力。

活動名稱	23.我會喝水
環境與材料	1. 幼兒用的學習杯 2. 吸管
活動方式	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 此活動可在每日喝水時段進行。</li> <li>◆ 將水或果汁裝在學習杯中，讓幼兒練習使用杯子喝水，觀察其使用情形。</li> <li>◆ 將水或果汁裝在一般杯子中，讓幼兒試著用吸管喝，並觀察其使用情形。若幼兒能做到時，成人應給予讚美。</li> <li>◆ 本活動觀察重點是：觀察幼兒能能用學習杯或用吸管喝水？</li> <li>◆ 如果可達到此目標的幼兒，則成人可讓進一步讓幼兒練習用一般的杯子就口喝水。</li> </ul>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可口頭上多給予引導及鼓勵並多提供練習的機會，或觀摩別的幼兒使用情形。

活動內容要項 IV-5-3：練習用湯匙/叉子

說明：隨著幼兒月齡的增加，幼兒的動作發展也越來越成熟，小肌肉的運用能力也越來越好。

本活動的目的是鼓勵幼兒學習使用基本的餐具如湯匙及叉子來進食，一方面除了培養幼兒的自助技能外，也能增進手眼協調的能力（能確地將手中的食物送入口中）。

活動名稱	24.我會自己餵
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的嬰兒專用餐具</li> <li>2. 乾淨安全的用餐環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日用餐時段進行。</li> <li>2. 將食物（如麵條）放在碗中，請幼兒使用湯匙或叉子把食物從碗中勺起來送入嘴裡去吃。若幼兒做到時，應給予讚美。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能使用簡單餐具？以及觀察幼兒是否能自行餵食？</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可準備一套幼兒專用的安全餐具，讓進一步讓幼兒在用餐時都能使用餐具進食。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人應多提供嬰兒練習的機會。



活動內容要項 IV-5-4：會表示尿濕了或已排便

說明：表達生理需求的意願有助於讓成人了解幼兒的需求以及能及時提供必要的協助。本活動的目的是提供機會引導幼兒表達自己在如廁方面的需求。

活動名稱	25.我大大了
環境與材料	幼兒專用學習造型馬桶。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在平日觀察到幼兒排便後進行。</li> <li>2. 成人可於幼兒排便後詢問幼兒：「你有沒有大大？」並鼓勵幼兒回答。</li> <li>3. 成人亦可慢慢於固定時段讓幼兒練習坐學習馬桶，並在幼兒排便時詢問：「大大完了嗎？」，讓幼兒練習表示。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能試著表達已排便？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可準備一套幼兒專用的造型馬桶，以吸引幼兒使用馬桶如廁的意願，但不加以強迫。</li> </ol>
注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可多給予練習的機會。</li> <li>2. 需注意的是：此活動並沒有要訓練大小便的意思，只是固定時段讓幼兒練習坐學習馬桶，活動的重點在於「讓幼兒練習表達」。</li> </ol>

活動內容要項 **IV-5-5：練習洗手的技巧**

活動內容要項 **IV-5-6：能粗略以毛巾擦嘴**

說明：人人都喜歡看起來乾乾淨淨的孩子，因此教幼兒保持自身的基本清潔技能，除了清潔衛生的考量之外，等他習慣於保持自身清潔，也對他長大進入團體生活中的友伴關係有正面的影響。本活動的目的是要幫助幼兒養成基本的清潔衛生習慣。

活動名稱	26.清潔寶寶
環境與材料	小毛巾
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日清潔的例行活動中進行。</li> <li>2. 例如吃完東西後，將毛巾遞給幼兒請他自行擦嘴巴。</li> <li>3. 也可以利用機會讓幼兒練習洗手。</li> <li>4. 本活動觀察重點是：觀察幼兒是否能粗略以毛巾擦嘴？是否能在成人指示下練習洗手？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，則成人可於用餐前後、如廁前後及任何有需要洗手擦嘴的時候，請幼兒自己完成清潔的動作。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，成人可多示範幾次。

活動內容要項 IV-5-7：練習咀嚼半固態食物

說明：咀嚼能力除了可以讓幼兒進食更多種類的食物，讓幼兒的營養能均衡地攝之外，咀嚼經驗豐富的幼兒，也有助於口腔肌肉的發育，利於語言的學習。本活動的目的就是提供幼兒更多練習咀嚼機會。

活動名稱	27.練習咬一咬
環境與材料	消毒過的嬰兒專用餐具。
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日點心時段進行。</li> <li>2. 將食物（如魚塊）切成小丁狀，讓幼兒可以用他的牙齒將食物咬碎後再吞下。</li> <li>3. 本活動觀察重點是：觀察幼兒咀嚼的情形。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可提供更多種類的食物，讓幼兒能接觸更多的咀嚼經驗。

## 19-24 個月(V)嬰幼兒適性發展活動

### (一)、19-24 個月嬰幼兒發展特性

幼兒滿一歲半後，通常已可穩定獨立地行走了，站立及步行是一項重要的生活技能，因為爬是手腳併用，而站及走只需用到雙腳，雙手可以空下來做很多的事情，因此代表此階段的幼兒已開始進入學習獨立自主的生活階段了。

粗動作發展方面：當幼兒開始學習獨立步行時，也同時發展平衡能力預防跌倒；平衡能力使幼兒可以在不同的環境中保持直立姿勢且行動自如；另外，平衡能力與協調能力是彼此相關連的，因此在訓練幼兒平衡能力的同時，也要訓練幼兒的協調能力。此階段的幼兒學習活動的重點，即放在幼兒全身的平衡能力及協調能力方面的訓練上，成人可利用引導幼兒做拋、踢、跑、爬等需用到全身肌肉平衡及協調的活動。

精細動作方面：幼兒在一歲半會開始在桌面上或地面上排列積木，須注意的是，當幼兒開始疊高積木時，應先以圓形積木開始，因為無角的圓形積木沒有角度配合的問題，幼兒不需轉動積木去對應積木，疊高的成功機率較高，2歲的幼兒可以疊高約6塊大小形狀相同的積木。幼兒約19個月大時，已會將塑膠小圓杯一個個往上疊高，也會開始拆卸大型的組合玩具，因此成人可提供有邊的套杯及大樂高讓幼兒有足夠機會練習。比起上一個階段，此階段的幼兒手指及手腕活動的靈活度更高，加上手眼協調更成熟，因此此階段的幼兒學習活動的重點，應放在更熟練手指動作的活動上，例如玩麵粉糰是一個很好的手指活動；還有可以讓幼兒多塗鴉，此階段的幼兒可模仿成人畫出垂直及水平的直線以及圓圈（但圓圈尚無法密合）；另外，可鼓勵幼兒練習使用前兩指（食指及拇指）的能力，例如一頁一頁地翻書及抓拿小東西。

社會情緒方面：此階段的幼兒仍處在完全以自我為中心的階段，他們雖能與主要照顧者作初步的溝通遊戲，但仍無意與其他的幼兒一起玩耍，他們通常較喜歡獨自玩耍，自得其樂，如果安排二個此年齡層的幼兒玩同一份玩具，會很容易引起爭執，因為他們認為自己想玩的玩具是屬於自己的，還無法和同伴一起分享。另外，此階段的幼兒也能更掌握物品的特定功能（例如梳子是用來梳頭髮的，而不是拿來隨意亂敲的）。在自我概念方面：此階段的幼兒也能辨別鏡中或照片中的自己，也能分辨一些屬於自己的物品，一歲半以後的幼兒由於已學會走路及開始掌握語言，使他覺得對環境更有支配的能力，因此自我意識也較高，有時為表示自己的意見會出現和成人唱反調的情形。

語言溝通方面：一歲半以後的幼兒，語言理解能力更增加了，語言表達能力也更進步，此階段的幼兒會使用的詞彙數量開始有驚人的增長，也開始掌握名詞和動作詞彙的運用，他會好像很會說話似地說個不停，但通常成人無法聽出完整的句子，要到約2歲左右才會開始出現短句（如要吃餅乾）。此階段的幼兒學習活動重點在於成人預備一個充滿語言活動的環境，並在適當時機教導幼兒正確的話語，此階段的幼兒雖尚無法說出很多詞彙，但他就像塊海棉似地大量吸收，等到語言表達能力完全成熟後，就可以陸續將所學所記的詞彙熟練地說出來了。主要照顧者須注意的是不必急著糾正幼兒錯誤的句子或文法，而是藉由示範將正確的句子或詞彙說出來，並且鼓勵幼兒表達。

認知探索的視覺方面：此階段的幼兒可以辨別照片中自己及熟人或是圖片中常見物品；在聽覺方面：此階段的幼兒能記憶一些兒歌的片斷及聽指令做出動作；另外，此階段的幼兒也是開始由「一定要出現在眼前的事物才表示存在的」進展到「可以利用想像的方式」的過渡期，他們可以在內心或腦海中呈現「物」的意象，於是可以找回他親眼看見被藏起來的物件，

這也是他未來學習語言和抽象符號的基礎。此年齡層的幼兒約可拼兩塊大拼圖，也可以進一步知道某些行動的後果（例如某些行為會被大人稱讚，某些行為會被大人責罵）；他開始對1~2種的顏色名稱產生興趣，也能做一些簡單的配對遊戲。若幼兒在2歲以前便有接觸數字的經驗，到了約2歲左右便能唱數1~3。

生活自理方面：此階段的幼兒能嚐試用更多不同的餐具來進食，例如使用吸管來喝水，也可使用杯子喝水而不弄灑；他也能咬及咀嚼更多的固體食物，因此成人可提供更多樣的食物供其練習咀嚼能力。在如廁訓練上，此年齡層的幼兒尿道與直腸的神經及肛門的肌肉發育較健全，因此可以感到有便意，大小便的時間也較有規律，同時隨著語言能力的發展，使這個年齡層的幼兒可以藉由表情、聲音及簡單語言來表達便意或已尿濕，因此成人可提供造型可愛的小馬桶讓幼兒開始練習在小馬桶上大小便。此年齡層的幼兒已具有良好的坐姿平衡、身體協調能力及足夠的抓握力，因此幼兒可以嚐試學習脫下簡單的衣物，包括鞋子、襪子及短褲。此年齡層的幼兒也可以開始訓練他動手參與一些簡單的清潔動作，例如使用毛巾擦手及擦嘴，2歲左右的幼兒模仿能力特別強，他們也可以模仿成人做一些簡單的家事活動，因此成人可提供一些讓他們參與簡單家事的機會。

## (二)、環境安排及互動建議

19-24個月的幼兒能走得更穩了，也更能保持平衡，在這個階段他很少會跌倒，因此他可以更自由自在地到處去探索，此時的環境更須注意到安全問題，所有可能發生危險的物品（例如剪刀、清潔劑等），都要收在幼兒無法拿得到及看得到的地方。安排一個既安全又可以滿足幼兒探索慾望的環境對這個年齡層的幼兒來說是非常地重要的！這個年齡層的幼兒因更能在站立時保持身體的平衡，所以他可以嚐試著玩踢球的遊戲，成人可準備大一點的球，對初學踢球的幼兒來說，大球會比小球更容易踢到！儘量挑選不會滾得很快的球，如此一來幼兒在踢球時一來會較容易踢到，二來才不用一直跑很遠去撿球！也可以讓這階段的幼兒練習跑步、原地跳及試著上下樓梯，但在上下樓梯時成人一定要在幼兒身邊，以防幼兒不慎跌落的危險。另外拖拉玩具、可以刺激平衡感的搖搖馬及可以練習攀爬的小型溜滑梯及盪鞦韆等，都是提供給此年齡層幼兒大動作發展的適宜玩具。

在促進他小肌肉發展的玩具上，可提供幼兒按壓敲打的玩具（最好是具音樂效果，按壓下去可以有聲音刺激的為佳），或是可以拍打搓揉的麵粉糰，還有摔不破的丟擲玩具可以滿足嬰兒丟擲的慾望，另外還可提供內容色彩豐富的圖畫書，一方面藉以精進手指頭的使用能力，一方面也可以培養幼兒的閱讀興趣。由於這個階段的幼兒主要的觸覺已從口腔轉移到手掌（小一點的嬰幼兒，只要一拿到東西，就是放到口中去啃咬探索一番），這年齡層的幼兒漸漸地不會一拿到東西就放入口中了，他會花較多的時間去用手探索，所以可以提供他一些粗的粉臘筆讓他去塗鴉。還有堆疊積木也是很適合這個年齡層幼兒玩的玩具，因為堆疊積木除了可以精進手部的使用能力，也可以促進手眼協調，還可以啟發幼兒的創意思考。其它還有可以促進認知發展的積木、配對形狀的拼圖等，也是提供給此階段幼兒很好的玩具。

在促進幼兒語言發展上，可以準備一些兒歌童謠或說故事的錄音帶或CD，在幼兒玩玩具的時候或用餐的時候可以播放，有些語言能力發展較快的幼兒聽著聽著便能跟著哼唱。此外，這年齡層的幼兒是語言發展上一個開始大量說話的重要時期，他可以從單音、疊字開始，在2歲以前約可以說出約20字彙來，能力好的幼兒有可能可以說出簡單的短句出來。因此成人可以提供大量的圖片或照片，和嬰兒玩指著圖片說出名稱的遊戲。一開始成人可說給他聽，

多玩幾次以後可試著請幼兒自己說出來。

在認知方面由於此年齡層的幼兒視覺發展更好，他可以分辨簡單的幾何圖形（如圓形）大小或顏色，因此可以準備一些形狀配對的積木或玩具，讓他練習配對。他也可以模仿唱數1、2、3，因此可以利用機會（如發點心時，跟著成人一起數有多少小朋友或有多少份點心？）另外也可以為幼兒多準備一些玩偶及娃娃，讓幼兒可以學習如何照顧比他小的小小孩，除了可以培養幼兒的愛心及責任感之外，也可以促進幼兒「假裝遊戲」的發展（如辦家家酒）

### (三)、學習內容要項及適性發展活動

以下依五大發展領域列出成人可和此階段幼兒互動的相關學習活動。須特別注意的是，由於每位幼兒都有發展上的個別差異，有些幼兒會做不到某些學習活動目標，對於無法達到目標的幼兒成人勿須太擔憂，也不可太急切甚至強迫幼兒一定要達成目標。因為每個幼兒的發展速度都不一樣，有的幼兒在身體動作上較快發展成熟，具備較佳的動作能力；有的嬰兒在語言的發展較快，具備較好的語言能力；有的幼兒在認知發展方面的能力較優秀，對所有的事物都有操作把玩的探索興趣。以上列舉種種情形，父母或主要照顧者都不須太過擔憂，只要幼兒並沒有明顯落後太多的情形，成人只需適時的引導，並耐心等待，只要幼兒到達一定的成熟度，便自然可以達到該年齡層應具備的能力。

大體而言，與幼兒玩耍、互動的時間以幼兒吃飽睡足、精神狀況最好時的狀態為主，因此當幼兒出現哭泣、抗拒或排斥的反應時，則要暫時停止活動，勿強迫幼兒進行。此外，幼兒若生病、發燒、身體狀況或情緒不佳時，也不適宜從事任何學習活動。最後記得，事先預備一個溫馨、安全的托育環境，成人可在幼兒睡飽喝足精神狀況良好時，播放一些易朗朗上口的童謠，然後就可以準備和幼兒進行以下的學習活動囉！

## 活動內容要項 V-1-1：能獨立地走上樓梯

說明：此階段的幼兒很喜歡爬樓梯。這個活動主要目的是為了協助幼兒練習上樓梯的技巧。

活動名稱	1.上樓梯
環境與材料	有樓梯的場地（如樓梯間、有溜滑梯的公園） 溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每次要上樓梯前先對幼兒說：「現在我們要上樓梯了，要慢慢走。」</li> <li>2. 成人牽著幼兒的一隻手，請幼兒將另一隻手扶著欄杆，慢慢地一次一階地走上樓梯。</li> <li>3. 等幼兒熟悉後，可鼓勵幼兒自行扶著欄杆上樓梯。若幼兒能力允許，可鼓勵幼兒嘗試自行走上樓梯。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能獨立地走上樓梯？</li> <li>5. 如果可達到此目標的幼兒，成人也可以牽著幼兒的手讓他練習走下樓梯。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可牽著幼兒的手，請幼兒將另一隻手扶著欄杆，引導著他慢慢地一次一階地走上樓梯。

19-24 個月【V】

發展領域 1：身體動作

活動內容要項 V-1-2：能奔跑

說明：跑跑跳跳是幼兒的最愛，但要注意幼兒的安全。本活動是要鼓勵幼兒在奔跑狀態下，也能保持身體的平衡。

活動名稱	2.我會跑
環境與材料	溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 成人可先牽著幼兒的手，請幼兒快速向前跑，速度一開始先稍慢，觀察幼兒跑步的能力。</li><li>2. 等幼兒較熟練後，成人可鼓勵幼兒與成人或其他幼兒一起跑，但需注意並不是在比賽賽跑，純粹是跑跑玩玩。</li><li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能邁開步伐向前奔跑？</li><li>4. 對於奔跑能力較穩的幼兒，可在中間設置一些障礙物，例如放置一些大型積木，觀察幼兒是否能避開障礙物後再往前跑。</li></ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可帶著他慢慢地小跑步，等到他有自信了，再請他自己跑。

19-24 個月【V】

發展領域 1：身體動



活動內容要項 V-1-3：能原地跳起

說明：此年齡層的幼兒能原地跳起，但還沒辦法雙腳同時離地。本活動的目的是要鼓勵幼兒練習原地跳起（單腳或雙腳都可以）。

活動名稱	3.跳跳虎
環境與材料	利於跑跳的安全環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在地上舖一些軟墊，以防幼兒跌倒受傷。</li> <li>2. 剛開始成人可牽著幼兒雙手，與幼兒面對面站立，請幼兒與成人一起做原地蹦跳的遊戲。</li> <li>3. 待幼兒熟練後，可在空曠地點懸掛一顆球，高度為略高於幼兒身高，請幼兒原地跳起拍球。</li> <li>4. 活動過程中要注意幼兒的平衡及安全問題。</li> <li>5. 需注意的是本活動並不要求幼兒要雙腳離地，不論是單腳或墊腳，只要有做出動作即可。</li> <li>6. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能做出原地跳起的動作？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可拉著幼兒的手，和他面對面一起跳起。

19-24 個月【V】

發展領域 1：身體動作

活動內容要項 V-1-4：能踢球

說明：此這個活動的目的是為了讓幼兒練習在踢球時也能保持身體的平衡。

活動名稱	4.踢球樂
環境與材料	1. 幼兒踢得動的大球 2. 溫馨安全的環境
活動方式	1. 準備一顆海灘球或軟球，將球放在地上，鼓勵幼兒用腳踢它。 2. 若幼兒剛開始踢不到，成人可先示範或是引導。 3. 若幼兒踢的技巧仍不佳，可對幼兒說：「球球在動了，加油！」對於能踢到球的幼兒即要給予讚美。 4. 本活動觀察重點為：在過程中成人可觀察幼兒是否能踢到球？
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人除了多示範之外，也可牽著幼兒和他一起踢。

19-24 個月【V】

發展領域 1：身體動作

## 活動內容要項 V-1-5：能堆疊數個小積木

說明：本活動的目的是要鼓勵幼兒去堆積，一方面精進小肌肉的能力，一方面啟發幼兒的創意。

活動名稱	5.積木疊疊樂
環境與材料	同形狀的積木數個
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 事先準備一些大小相同的圓形積木數個。</li> <li>2. 成人與幼兒面對面坐著，先觀察幼兒如何玩積木，再引導幼兒將積木疊高。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：在過程中成人可觀察幼兒的堆疊能力，看是否可疊高數塊方形積木。</li> <li>4. 如果可達到此目標的幼兒，則可鼓勵他再堆高一點，或是提供他不同形狀的積木。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可帶著幼兒一起堆疊。

19-24 個月【V】

發展領域 1：身體動作

活動內容要項 V-1-6：能拿筆塗鴉

說明：此階段的幼兒對拿筆塗鴉很感興趣，因此，本活動是要讓幼兒滿足此興趣。

活動名稱	6.我會塗鴉
環境與材料	1. 無毒粗蠟筆 2. 鋪白報紙的牆面或紙張。
活動方式	1. 準備一些白紙及嬰幼兒專用的無毒粗蠟筆。 2. 提供紙及粗蠟筆給幼兒，觀察幼兒握筆的狀況，並鼓勵幼兒嘗試塗鴉。 3. 成人可適時示範握筆畫圖給幼兒看。 4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能自己拿筆塗鴉？ 5. 如果可達到此目標的幼兒，則可拿著他畫出來的東西和他互動。
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可示範拿筆寫字的動作，讓幼兒有機會觀察模仿。

19-24 個月【V】

發展領域 1：身體動作

活動內容要項 V-1-7：能一頁一頁地翻書

說明：發展「一頁一頁地翻書的能力」是此階段幼兒一個很重要的發展能力，因此，本活動的目的是要鼓勵幼兒練習一頁一頁地翻書。

活動名稱	7.小小愛書人
環境與材料	色彩豐富的圖畫書
活動方式	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 提供幼兒幾本適合嬰幼兒閱讀的圖畫書，鼓勵幼兒閱讀，並觀察幼兒如何看及如何翻書。</li><li>2. 注意幼兒看書時是否能一頁一頁地翻頁。如果是跳頁地翻書，成人可介入示範一頁一頁地翻書的動作，再觀察幼兒是否能用前三指做出一頁一頁地翻開的動作。</li><li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能一頁一頁地翻書。</li></ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可先示範 注意幼兒看書時是否能一頁一頁地翻頁。如果是跳頁地翻書，成人可介入示範，再引導幼兒模仿。

## 活動內容要項 V-2-1：能在照片或鏡子中認出自己

說明：本活動的目的是讓幼兒認識鏡中及照片中的自己。

活動名稱	8.那是誰？
環境與材料	軟墊或乾淨的木質地板 小鏡子 照片
活動方式	1. 準備鏡子，帶領幼兒站在鏡子前，問幼兒「是誰在鏡子裡？」觀察幼兒的反應，以及是否能回答出是自己。 2. 成人也可以提供幼兒的照片，請幼兒指出自己，成人可指著照片問「這是誰？」或「哪一個是（小寶）？」觀察幼兒能否在照片或鏡子中認出自己。能正確說出的幼兒可給予讚美。 3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能認出鏡中或照片中的自己？
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可指著照片或鏡中的幼兒說：「這是小寶」。

## 活動內容要項 V-2-2：能參與團體性的活動

說明：社交的動作對未來人際關係的發展是很重要的。本活動的目的是要協助幼兒練習基本的社交動作，奠定未來良好人際關係的基礎。

活動名稱	9.一起丟布球
環境與材料	布球數個 溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些布球可握在掌心，可對幼兒說：「我們來丟布球囉！」 「你會不會像我這樣丟？」</li> <li>2. 準備一個簍子，請幼兒將布球丟進簍子裡，觀察幼兒能否與其他幼兒一起玩。</li> <li>3. 也可以進一步玩傳布球的遊戲，請幼兒坐成一排，將布球從第一個傳到最後一個，觀察幼兒能否配合參與活動。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能參與團體性的活動？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可多示範幾次，或請會表示的幼兒示範。

活動內容要項 V-2-3：能辨識並說出他人不同的情緒

說明：本活動的目的是培養幼兒的同理心及辨識他人情緒的能力。

活動名稱	10.喜怒哀樂
環境與材料	溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些喜怒哀樂的表情圖卡。</li> <li>2. 成人先介紹這些表情代表的心情，例如拿一個笑臉對幼兒說：「我很高興，我在笑！」</li> <li>3. 由成人說一種心情，讓幼兒拿出此心情的圖卡。例如成人說：「我很高興，請你幫我找出笑臉娃娃出來！」</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能說出或辨識出不同的情緒？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可和幼兒面對面，示範一些喜怒哀樂的表情。



## 活動內容要項 V-2-4：會以自己的名字稱呼自己

說明：認識自己的需求有助認識自我。本活動的目的是要鼓勵幼兒以自己的名字稱呼自己。

活動名稱	11.我是誰
環境與材料	溫馨安全的環境
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀察幼兒平時如何指稱自己，是否會說出類似「(小明)要玩車車」的方式。</li> <li>2. 引導幼兒以自己的名字稱呼自己，例如問：「你是誰？」、「你叫什麼名字？」，鼓勵幼兒回應如「(小明)要吃飯。」、「老師帶(小明)去散步」的語句。</li> <li>3. 成人亦可進一步引導幼兒以「我」稱呼自己，如成人問「誰要喝水？」，幼兒會回答「我要」</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能以自己的名字稱呼自己？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人應多喊幾次幼兒的名字，讓他可以更熟悉自己的名字。

## 活動內容要項 V-2-5：會用動作去安慰他人

說明：本活動的目的是要讓幼兒培養同理心及幫助別人。

活動名稱	12.安慰別人
環境與材料	溫馨的托育環境及關愛幼兒的主要照顧者
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在日常生活中進行。當有其他嬰幼兒在哭時，可請幼兒過去安慰他，例如成人可引導幼兒：「（小華）很傷心，他在哭你幫他拍拍。」</li> <li>2. 成人可牽著幼兒的手引導他去輕拍該名在哭泣的嬰幼兒，要注意拍的力道不可過重。鼓勵幼兒自己做出安慰他人的動作。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否會用動作去安慰他人？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可示範安慰別的幼兒。

19-24 個月【V】

發展領域 2：社會情緒

活動內容要項 V-2-6：會說出親友、同伴的名字或稱呼

說明：本活動的目的是要讓嬰兒學習說出親友、同伴的名字或稱呼。

活動名稱	13.打招呼
環境與材料	溫馨的托育環境及關愛幼兒的主要照顧者
活動方式	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 此活動可在每日的接送時段中進行。</li><li>2. 例如早上幼兒到達以後，可讓幼兒對其他幼兒打招呼，例如：「你看誰已經來了？跟他說早安。」，鼓勵幼兒說出同伴的名字。</li><li>3. 下午回家前亦可讓幼兒練習，例如：「你看誰來接你了？」，鼓勵幼兒說出家人的稱呼。</li><li>4. 如有團體活動時，成人可問幼兒其他幼兒的名字：「他是誰？」鼓勵幼兒說出其他同伴的名字。</li><li>5. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否會說出親友、同伴的名字或稱呼？</li></ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可在日常生活中儘量以名字稱呼幼兒。

## 活動內容要項 V-2-7：能認識自己、朋友或家庭成員的照片

說明：本活動的目的是要讓嬰兒學習認識自己、朋友或家庭成員的照片。

活動名稱	14.介紹照片
環境與材料	溫馨的托育環境及關愛幼兒的主要照顧者
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請幼兒帶全家福的照片，或是保母、托育人員準備托育環境中所有嬰幼兒的照片。</li> <li>2. 將照片一一展示，請幼兒指認照片中的人物，成人可引導性地指著照片中的人物問他：「這是誰？」或「哪一個是（小寶）？」請幼兒指認或說出照片中的人物。</li> <li>3. 能正確回答的幼兒要給予讚美。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否認識自己、朋友或家庭成員的照片？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可多介紹幾次照片。

## 學習內容要項 V-2-8：會與玩偶對話

說明：本活動的目的是要讓嬰兒學習玩假裝遊戲。

活動名稱	15.扮家家
環境與材料	玩偶
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些玩偶或娃娃，觀察幼兒如何與玩偶互動，是否會與玩偶對話。</li> <li>2. 成人可示範與玩偶對話（玩扮演遊戲），話題需與幼兒生活經驗有關。例如成人可對玩偶說：「娃娃肚子餓不餓，要不要吃餅乾？」、或「我帶你去散步吧！」並與玩偶互動。</li> <li>3. 鼓勵幼兒與玩偶進行互動。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否會與玩偶對話？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可多引導他玩假裝遊戲。

## 活動內容要項 V-3-1：可說出 20 個以上的字彙

說明：本活動目的是要協助幼兒練習說出一些日常用品的名稱，並適時增進幼兒大量語彙的能力。

活動名稱	16.小博士
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成人觀察幼兒平日的語言能力及熟悉事物，準備相關的圖片或物品。</li> <li>2. 將圖片或物品一一展示給幼兒看，詢問幼兒「這是什麼？」，鼓勵幼兒說出物品或人物名稱。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能表達至少 20 個字彙？</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊指著物品邊說出該物品的名稱。</p>

## 內容要項 V-3-2：能以短句與他人對話

說明：這階段的幼兒是大量學習語彙的最佳時機，因此成人應要提供幼兒大量接觸語言的機會。本活動的目的就是要讓幼兒在成人的引導下，學習以短句與他人對話。

活動名稱	17.以語言表達
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一本圖畫書，成人與幼兒並肩或抱著幼兒同一方向坐著，與幼兒共讀這本圖畫書。</li> <li>2. 成人可一邊閱讀一邊與幼兒討論故事內容。例如可問幼兒：「娃娃在玩什麼？」停頓並等待幼兒回答（如回答「玩車子」）。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能簡短與他人對話溝通？</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊指著物品邊說出該物品的名稱。</p>

## 活動內容要項 V-3-3：能說出簡單的身體部位名稱

說明：對於此年紀齡層的幼兒，可以儘量鼓勵他們以語言說出身體部位的名稱。

活動名稱	18.認識自己的身體
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖卡或照片</li> <li>2. 常見或常用物品</li> <li>3. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在日常生活中進行。</li> <li>2. 例如在洗澡或換衣服時，指著幼兒的身體五官請幼兒說出這些部位的名稱。</li> <li>3. 例如成人指著幼兒的身體部份問：「這是什麼？」引導幼兒回答：「手」、「腳」、「眼睛」等器官的名稱。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能說出簡單的身體部位的名稱？</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並一一指認身體的部位。</p>



19-24 個月【V】

發展領域 3：語言溝通

活動內容要項 V-3-4：能自己閱讀圖畫書

說明：這階段的幼兒是大量學習語彙的最佳時機，因此成人應要提供幼兒大量接觸語言的機會。本活動的目的就是要藉由引導幼兒自己閱讀圖畫書，以促進幼兒的語言發展能力。

活動名稱	19.故事魔毯
環境與材料	圖畫書
活動方式	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 成人可佈置一個溫馨的閱讀區，放置一些幼兒平日喜愛的圖畫書鼓勵幼兒自己去拿書來看，並告訴幼兒看完書要放回原處。</li><li>2. 當幼兒在閱讀時勿打擾他，但他看完書後可和他討論書裡的內容例如可以問他：「剛剛你看的書裡面有誰？」「這個故事在說什麼呢？」</li><li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能自己閱讀圖畫書？</li></ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多和幼兒面對面說話，並放慢說話的速度，邊一一指著圖畫書上的圖案邊教導幼兒說出這些圖案的名稱。

19-24 個月【V】

發展領域 3：語言溝通

活動內容要項 V-3-5：聽到喜歡的音樂或歌謠會跟著手舞足蹈或哼唱

說明：本活動的目的要讓幼兒聽到喜歡的音樂或歌謠會跟著手舞足蹈或哼唱。

活動名稱	20.載歌載舞
環境與材料	音樂或童謠
活動方式	1. 放幾首兒歌，成人先帶幼兒動動身體跳一跳。對於語言能力發展較好的幼兒，可鼓勵他跟著哼唱。 2. 本活動觀察重點為：觀察幼兒在喜歡的音樂或歌謠的反應為何？
注意事項	如果幼兒的反應不理想（例如因聽不懂而沒有任何反應或是反應不明顯的幼兒），成人可帶著幼兒一起唱唱跳跳。

## 活動內容要項 V-3-6：練習說疑問句（如問：爸爸呢？）

說明：本活動的目的要讓幼兒在成人的引導下能試著說出疑問句。

活動名稱	21.我會問
環境與材料	1. 圖卡或照片 2. 常見或常用物品 3. 幼兒常玩的玩具
活動方式	1. 此活動可用在日常生活中成人先示範提問。 2. 例如在洗完手要擦手以前問幼兒：「毛巾呢？」。 3. 可和幼兒玩捉迷藏的遊戲，將幼兒的玩具藏起來，引導幼兒問問題：「車子呢？」或請其他幼兒躲起來，引導幼兒問：「（小明）呢？」 4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否會在日常生活中主動問出類似問句？
注意事項	如果幼兒的反應不理想（例如因聽不懂而沒有任何反應或是反應不明顯的幼兒），成人可在平常生活中和幼兒多說說話，以幫助他對語言的了解。

19-24 個月【V】

發展領域 4：認知探  
索

活動內容要項 V-4-1：能分辨冷熱、軟硬、乾濕等

說明：本活動的目的是透過簡單的觸覺讓幼兒分辨冷熱、軟硬、乾濕等。

活動名稱	22.感覺一下
環境與材料	各種冷熱、軟硬、乾濕等質感的物品
活動方式	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 準備一些軟硬、乾濕等不同特性的玩具或物品。</li><li>2. 讓幼兒一一觸摸這些物品，成人可向幼兒描述物品/玩具的特性 例如：「這個娃娃摸起來軟軟的。」、「這條毛巾摸起來濕濕的。」</li><li>3. 提供同性質的物品（如不同溫度的水瓶），詢問幼兒：「哪一個熱熱的？」「哪一個硬硬的？」</li><li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能分辨物品的特性。</li><li>5. 需注意一定要先給同性質的物品。</li></ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人需多帶著幼兒去感觸不同質感的物品。

19-24 個月【V】

發展領域 4：認知探索

活動內容要項 V-4-2：會假裝餵洋娃娃吃東西

說明：本活動的目的是藉由提供娃娃或玩偶，幫助幼兒發展假裝遊戲。

活動名稱	23.照顧小娃娃
環境與材料	1. 娃娃或玩偶 2. 扮家家酒的玩具
活動方式	1. 準備幾個娃娃或玩偶，及一些扮演玩具，告訴幼兒娃娃肚子餓了請幼兒餵他們吃東西。 2. 成人可以這樣對幼兒說：「娃娃在哭了，你泡ㄋㄟㄋㄟ給他喝。」 「娃娃口渴了，你拿水水給他喝。」 3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能玩扮演遊戲。
注意事項	如果幼兒還不能玩這個遊戲，成人可先加入幼兒的扮演遊戲中引導他

## 活動內容要項 V-4-3：能依形狀或顏色分類

說明：本活動的目的是要讓成人了解幼兒對形狀或顏色分類的認知理解狀況，並多提供練習的機會。

活動名稱	24.分類遊戲
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 常見物品</li> <li>2. 幼兒常玩的玩具</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些三種形狀（○、△及□）的積木及三個籃子。成人可先描述這些積木的形狀，例如：「這是○形（△形、□形）的積木。」</li> <li>2. 請幼兒將這三種形狀的積木依形狀分別放在三個籃子中，例如對幼兒說：「這是○形積木的家，請你讓其它的積木回到它們自己的家。」</li> <li>3. 若幼兒做對了，再請他依顏色分類。需注意一開始先以兩種形狀，等會了後再三種形狀。老師一定要先示範，再請幼兒照做。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能依形狀或顏色分類？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人可帶著幼兒進行配對的遊戲，並教幼兒依形狀指認。

## 活動內容要項 V-4-4：能分辨大小

說明：此活動的目的是要提供機會讓幼兒學習配對大與小。

活動名稱	25.大大小小
環境與材料	能配對大小的玩具
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些大小不同的玩具，成人可先描述這些玩具的大小，例如：「這裡有兩台車子，這是大車子，這是小車子。」</li> <li>2. 拿出另兩個同類的玩具請幼兒指認：「大車車給我」、「大球球放這個桶子裡」。</li> <li>3. 能正確指認的幼兒要給予讚美。需注意幼兒不能用「比較」的方式但能判斷大車車或小車車。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能配對大與小？</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可利用同性質但有大小之分的玩具，讓幼兒能感受到有大與小的差別。

## 活動內容要項 V-4-5：能拼簡單拼圖

說明：本活動的目的是藉由成人指示，培養幼兒拼簡單拼圖的能力。

活動名稱	26.我會拼圖
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 拼圖</li> <li>2. 安靜的拼圖環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一些帶柄的鑲嵌式拼圖，請幼兒將這些拼圖依圖形拼入相對應的空格中。觀察幼兒是否有能力自行完成。</li> <li>2. 若幼兒能力許可，可進一步提供 3~5 片的簡單拼圖。若無法自行做到的幼兒，成人可試著引導他：「你要不要試著轉一轉，看看是不是可以放進去？」</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能拼簡單的拼圖？</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人一開始可陪著幼兒一起玩拼圖，邊拼試著多引導幼兒：「你要不要試試看？」。</p>



## 活動內容要項 V-4-6：對塗顏色活動感興趣

說明：本活動的目的是讓幼兒能對塗顏色活動感興趣。

活動名稱	27.自由作畫
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 粗蠟筆</li> <li>2. 白報紙</li> <li>3. 安靜的塗鴉環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 準備一張大白報紙鋪在地上（或桌上），提供無毒蠟筆，讓幼兒自由在白報紙上塗鴉。</li> <li>2. 對於不太願意嘗試的幼兒可引導他，例如可對幼兒說：「你看我畫的，你要不要試試看？」</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否會對塗顏色活動感興趣？</li> <li>4. 能達到此活動目標的幼兒，則可鼓勵他有更多的顏色探索機會。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，則成人一開始可陪著幼兒一起塗鴉，邊塗可邊對幼兒介紹自己所使用的顏色。

## 活動內容要項 V-5-1：能用湯匙進食

說明：自理能力對幼兒來說是一項終生必備的技能，因為長大後能自我照顧的幼兒，對於進入團體時的適應能力會較佳，自信心也會較足夠。本活動的目的是鼓勵幼兒能開始學習使用湯匙來進食，會使用湯匙進食後，表示幼兒能吃更多樣化的食物，營養會更均衡。

活動名稱	28.用湯匙吃東西
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的幼兒專用餐具</li> <li>2. 小方巾、衛生紙</li> <li>3. 適合幼兒高度的桌椅</li> <li>4. 一個溫馨的用餐環境</li> </ol>
活動方式	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 此活動可在每日用餐時段進行。</li> <li>■ 讓幼兒坐在餐椅上，將盛有稀飯的碗及一根湯匙交給他，請幼兒用湯匙將稀飯自行舀出來並送入口中（注意稀飯不要太燙）。</li> <li>■ 本活動觀察重點為：觀察幼兒使用湯匙的情形為何？</li> <li>■ 能達到此活動目標的幼兒，則可鼓勵他用湯匙吃更多種類的食物。</li> </ul>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可先幫幼兒餵食，等幼兒吞嚥能力較好之後，成人可握著幼兒的手，協助他將湯匙內的食物送入口中，並在口頭上多給予引導及鼓勵，提供更多練習的機會，或觀摩別的幼兒使用情形。</p>

## 活動內容要項 V-5-2：能咀嚼固體食物

說明：隨著幼兒月齡的增加，幼兒的口腔咀嚼能力也越來越成熟。本活動的目的是鼓勵幼兒進食固體食物，一方面除了培養幼兒的自助技能外，也可以讓幼兒學習咀嚼的技巧，增進手眼協調的能力（能確實地將手中的食物送入口中），另外還能培養細嚼慢嚥的好習慣。

活動名稱	29.咬一咬
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消毒過的幼兒專用餐具</li> <li>2. 小方巾、衛生紙</li> <li>3. 適合幼兒高度的桌椅</li> <li>4. 一個溫馨的用餐環境</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日點心時段進行。</li> <li>2. 提供固體食物（如切片蘋果、餅乾等）給幼兒，提醒幼兒要咬咬後才可以吞下去。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒進食時咀嚼的情形如何？</li> <li>4. 能達到此活動目標的幼兒，則可鼓勵他開始更多樣接受大人在吃的食物。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可先將固體食物切成體積更小一點的塊狀，多提供幼兒練習的機會。

## 活動內容要項 V-5-3：能自己脫褲子及鞋子

說明：自行穿脫衣物對幼兒來說也是一項很重要的自助技能，因為這不但對於他們將來進入團體生活中較易適應之外，能自己知道天冷加衣天熱脫衣，也能讓幼兒保持基本的身體健康。本活動的目的是提供機會讓幼兒練習脫褲子及鞋子的技能。

活動名稱	30.自己脫
環境與材料	幼兒衣褲
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日例行活動中進行。例如如廁前或洗澡前，讓幼兒練習脫褲子、冬天進門後讓幼兒練習脫外套、襪子及鞋子。</li> <li>2. 一開始成人可提供部份協助，如解開扣子、拉下褲頭等，慢慢請幼兒自己完成。若幼兒自行完成，要給予讚美。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能自己脫褲子及鞋子？</li> <li>4. 能達到此活動目標的幼兒，則可在凡遇到該脫褲子及鞋子的機會時，鼓勵幼兒自己脫。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可提供更多次的協助，並適時給予他練習的機會，視幼兒的能力可適時放手讓他自己完成。

活動內容要項 V-5-4：能在協助下練習穿衣服

說明：自行穿脫衣物對幼兒來說也是一項很重要的自助技能，因為這不但對於他們將來進入團體生活中較易適應之外，能自己知道天冷加衣天熱脫衣也能讓幼兒保持基本的身體健康。本活動的目的是提供機會讓幼兒練習脫褲子及鞋子的技能。

活動名稱	31.練習穿衣服
環境與材料	幼兒衣褲
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日例行活動中進行。</li> <li>2. 在有需要更衣的時刻（例如流汗要換衣服時或洗澡後），成人可將穿衣服的步驟分解（例如穿褲子時把腳伸到褲管裡），並協助幼兒完成穿衣服的動作。</li> <li>3. 若幼兒有配合做到即要給予讚美。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能自己穿衣服？</li> <li>5. 能達到此活動目標的幼兒，則可在凡遇到該穿衣服的機會時，鼓勵幼兒自己穿上衣服。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的幼兒，成人可提供更多次的協助，並適時給予他練習的機會，視幼兒的能力可適時放手讓他自己完成。

## 活動內容要項 V-5-5：能在協助下練習刷牙

說明：刷牙除了可以讓幼兒練習手部運作的能力之外，也能讓幼兒自幼養成清潔衛生的好習慣。本活動的目的就是藉由成人的引導，協助幼兒養成飯後及睡前刷牙的好習慣。

活動名稱	32.自己刷牙
環境與材料	幼兒專用小刷牙及小牙杯
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日用餐後進行。在用餐後，協助幼兒拿著小牙刷練習刷牙，並教導幼兒漱口的動作。</li> <li>2. 要小心勿讓幼兒將自來水吞下去，可以開水當漱口水。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能自己刷牙？</li> <li>4. 能達到此活動目標的幼兒，則可在凡遇到該刷牙的機會時（如飯後及睡前），鼓勵幼兒自己刷牙。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人可握著幼兒的手，引導幼兒拿著小牙刷前後上下地輕輕刷牙；也可借由相關圖畫書的引導，讓幼兒有自行刷牙的動機。

活動內容要項 V-5-6：能幫忙收拾玩具及物品

活動內容要項 V-5-7：能練習做簡單家事（如擦桌子、收碗）

說明：要培養幼兒收拾玩具或物品的能力以前，要先讓幼兒熟悉這些物品的擺放位置。本活動除了可以讓幼兒對物品的擺放空間有進一步的認知，也可培養幼兒良好的收拾習慣。

活動名稱	33.自己收玩具
環境與材料	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 幼兒常玩的消毒過的玩具</li> <li>2. 乾淨的小抹布</li> </ol>
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日例行活動中進行。</li> <li>2. 例如當幼兒玩完玩具後，成人可請幼兒幫忙收拾，可對幼兒說：「現在請你送玩具回家。」</li> <li>3. 或當用完餐後，成人可請幼兒幫忙做餐後簡單的清潔工作，例如請幼兒幫忙擦桌子或收拾自己的餐具等。</li> <li>4. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能自己收拾？</li> <li>5. 能達到此活動目標的幼兒，則可在凡遇到該收拾的機會時（如玩完玩具後），鼓勵幼兒自己收拾。</li> </ol>
注意事項	<p>如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人一開始可陪著幼兒一起收拾，邊收拾邊向幼兒介紹：「這是積木的家，我們一起送積木回家」。</p> <p>等幼兒較熟悉後，再放手讓幼兒協助收拾。</p>

## 活動內容要項 V-5-8：能練習如廁及表達需求

說明：練習表達自己需求的能力對幼兒來說是很重要的。如廁的需求表達要幼兒的擴約肌及排尿器官的肌肉發育成熟後，他才能感受到尿意及便意，等到語言發展成熟後，就能藉著語言表達出來。本活動的目的就是提供機會讓幼兒練習表達自己的需求。

活動名稱	34.坐小馬桶
環境與材料	幼兒專用小馬桶
活動方式	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此活動可在每日幼兒排便之時段進行。在接近幼兒排便時段前詢問幼兒便意，鼓勵其練習表達如廁需求。</li> <li>2. 請幼兒練習坐小馬桶解便，每次約坐個 3~5 分鐘即可。若幼兒有在小馬桶中解便時，即可予以讚美。</li> <li>3. 本活動觀察重點為：觀察幼兒是否能表達自己的如廁需求？</li> <li>4. 能達到此活動目標的幼兒，則可試著在固定時段，讓幼兒試著排便，以培養幼兒固定如廁的時間。</li> </ol>
注意事項	如果無法達到此活動目標的嬰兒，則成人不需多加以強迫，只要幼兒有如廁的反應，成人可試著詢問幼兒：「要便便嗎？」讓幼兒有更多練習表達的機會。



## 參考資料

內政部兒童局【0至2歲兒童親職教育教材】。取自 <http://babyedu.cbi.gov.tw/>

內政部兒童局【送給新手父母一份快樂的育兒祕笈】。取自

[http://www.cbi.gov.tw/CBI\\_2/internet/main/index.aspx](http://www.cbi.gov.tw/CBI_2/internet/main/index.aspx)

內政部兒童局【新手父母手冊】取自 [http://www.cbi.gov.tw/CBI\\_2/internet/main/index.aspx](http://www.cbi.gov.tw/CBI_2/internet/main/index.aspx)

李永怡、黃淑芬譯（2004）。0-3嬰幼兒創意課程（上）、（下）。台北：信誼出版社。

段慧瑩等譯（2003）。D. Cryer & T. Harms著。嬰幼兒托育照顧。台北市：洪葉文化。

楊曉苓(2010)。機構式托育:生活與學習環境規劃。載於嬰幼兒健康照護與活動設計。頁320-354。新北市：國立空中大學。

楊曉苓、段慧瑩（2007）。0-2歲嬰幼兒適性發展學習活動綱要之研究。內政部兒童局委託研究報告。

[Cryer, D., Harms, T. & Bourland, B. \(1987a\)](#)。 *Active Learning for Ones*。 [Dale Seymour Publications](#)。

[Cryer, D., Harms, T. & Bourland, B. \(1987b\)](#)。 *Active Learning for Twos*。 [Dale Seymour Publications](#)。