

自我成長—毛毛蟲階段

滿「12 個月大」的學步兒，只要有機會都想展現自己的能力，他能自由的探索環境，自己吃飯，自由選擇教具的操作，對於熟悉的環境會四處探索遊玩，表現對外界的好奇與興趣，並會尋找熟悉且位置固定的東西。

蒙特梭利博士覺得此階段的孩子會不自覺的專注地、自發地、積極地吸收其周圍環境中的一切印象。這種自發有特殊的精神狀態稱為吸收的心智。

在此特別規劃出與嬰幼兒時期不同的的學習空間與課程活動，藉此讓孩子的每日生活作息規律與提供豐富且多元的課程活動，提升孩子的各項學習智能與培養良好的生活習慣。

而此階段的孩子一定會重複練習他自己選擇的教具，而且選擇對他合適的活動，是現階段成長歷程中他最感興趣的事，同時重複的次數也會應順著他的需要而增加。蒙特梭利課程項目包含：日常生活的練習、感官教育、語文認知等。

日常生活練習

◆ 以現實日常生活為基礎的練習，分四大類：

1. 基本的運動：基本運動不光是注意手指的動作也包括整各身體的活動在內如：走路、坐、站、搬運等。
2. 社交的行為：社交的行為是指以人為對象，為了使社會生活順利進行所要學習的社會禮儀、規則。如打招呼、致謝、道歉、應答的方法。
3. 對環境的關心：泛指人類之外的生物，無生物為對象，作為美化環境、整理打掃環境；照顧、飼養及管理動植物等事情。如打掃、澆水、動物照料。
4. 對自己的照顧：培養自立精神，而學習的必要能力，對象只自我本身。如穿脫鞋襪、東西的拿法、洗手、擦臉。

照顧自己	環境照顧	社交行為	基本的運動
✓ 辨識自己的物品	✓ 撿丟垃圾	✓ 分享	✓ 托盤拿取
✓ 進餐學習	✓ 物品歸位	✓ 打招呼	✓ 教具搬運
✓ 開水飲用		✓ 再見禮儀	✓ 椅子的搬運
✓ 脫掉鞋襪		✓ 與同學互動	✓ 坐(線上、椅子)

蒙特梭利感官活動

感官教育：感覺教育的目的在於幫助幼兒各種感官的發展，因此蒙特梭利

博士的原則「協助幼兒自然的心理和生理發展」。為了讓幼兒

接受到這種感覺以合理的方法發展，我們必須對各刺激加以系統的引導，這種感覺教育必能為幼兒的認知建立良好的基礎。

利用來訓練幼兒的視、聽、嗅、觸、味、壓覺，使幼兒能有敏銳的感官，產生內在的自發性，因而能產生邏輯概念，有了這種序列、大小、粗細、長短的具體概念，才能轉移至數學的抽象概念。

蒙特梭利博士的感覺教育不只是在刺激感覺器官或訓練各種感官，同時也在促進感覺、知覺的發展以形成概念為目的。

工作名稱	行為目標
直立迷宮和球	培養是雙眼追視物品的能力
形狀投入盒	透過視覺訓練手眼協調將圓形、正方形做投入的練習
套套杯	透過視覺訓練手眼協調將造型動物由大到小依序疊高
動物嵌板	透過視覺訓練手眼協調將造型動物放入正確的位置
大圓柱體投入盒	透過視覺訓練手眼協調將大圓柱體做投入的練習
單片圖形嵌板○	透過視覺訓練認識形狀
托盤式投入盒	透過視覺訓練手眼協調將球投入盒子內的練習
觸覺版 1	孩子會辨別粗細、光滑的不同

蒙特梭利語文認知活動

語言教育：

蒙特梭利認為吸收性心智再兒童前 6 歲時最為活躍，此心智使得孩子們無選擇性且輕易的吸收環境的訊息、孩子所在的一切語言環境都經由吸收性心智接收，並將發展為其母語。兩個月到五歲 孩子的語言敏感期，其注意力由生活經驗引導至環境中的語言，因此透過生活語言、對話、故事 兒韻、歌謠和遊戲等方式，將口語生動有趣地傳 給兒童，讓兒童充分接受聽得懂的口語學習，提升孩子在語言、認字及閱讀理解等能力。

短文	兒歌欣賞	繪本賞析
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 小鴨子 ✓ 小葉子 ✓ 養雞生蛋 ✓ 猜猜我是誰 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 大象 ✓ 小星星 ✓ 不倒翁 ✓ 螢火蟲 ✓ 兩隻老虎 ✓ 手在哪裡 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 抱抱 ✓ 紅雞媽媽 ✓ 最棒的小熊 ✓ 好餓的毛毛蟲 ✓ 小老鼠吃香蕉 ✓ 大熊撿到三顆蛋 ✓ 我們一起玩好嗎？

<u>小鴨子</u>	<u>小葉子</u>	<u>養雞生蛋</u>	<u>猜猜我是誰</u>
小鴨子，扁嘴巴 一天到晚想喝水 喝了開水燙了嘴 噁哩咕嚕滾下水	小葉子綠油油 秋天一到換紅衣	叩！叩！叩 小 小雞，鑽出蛋餵 點水，餵點飯快 快長大生雞蛋	小尖嘴，啄破殼 拍拍翅膀跳出窩 樹的醫生就是我

自我成長一蛹的階段

蒙特梭利博士孩子約「一歲半左右」會出現對秩序的敏感期，因此當物品的擺放位置、時間的經過順序、約定等具有非常嚴格的要求。因為物品的擺放位置或時間順序有若和平日有差異，孩子便會感到非常困擾挫折。這就是蒙特梭利博士所強調建立孩子的秩序感就是在這個時候。

孩子受敏感期所湧出的強烈生命力所影響，以燃燒般的熱情去接觸環境中的特定事物。同時以智慧為核心的人類生命力會促進人格做為選擇的標準。此外他們受到該時期僅有一次的生命衝動影響，孩子以內心深處個人的節奏去和環境接觸。這樣與環境發生的關係就成為孩子為實現自我所進行的整體人格性質的活動。像這樣被敏感期的原動力所激發，以整體人格來選擇，以內心深處個人的節奏與環境產生整體人格的活動，蒙特梭利博士稱之為「孩子的工作」。

因此當孩子每日所自由選取的操作教具時間我們會將它定義為「工作時間」也就是「孩子的工作時間」。孩子的智能、情緒、秩序感、安定感、社會性及善意感，全由孩子集中注意力所產生。

蒙特梭利日常生活活動

我會照顧自己		社交行為		環境照顧
✓ 椅子搬運	✓ 穿、脫襪子	✓ 分享	✓ 接納新朋友	✓ 撿丟垃圾
✓ 托盤拿取	✓ 穿、脫鞋子	✓ 排隊	✓ 傾聽的態度	✓ 物品歸位
✓ 開水飲用	✓ 洗手的方法	✓ 打招呼	✓ 應答的方法	✓ 書籍歸位
✓ 進餐練習	✓ 辨識自己的物品	✓ 發言禮儀	✓ 輪流與等待	✓ 教具收拾歸位

基本的運動

工作名稱	行為目標
五指抓—毛線球	孩子能專注地、動作協調運用五指工作
物品投入—球	孩子能專注地、手眼協調將物品投入容器內
物品投入—圓柱體	孩子能專注地、手眼協調將物品投入容器內
物品投入—代幣	孩子能專注地、手眼協調將物品投入容器內
切切樂	孩子能專注地、手眼協調將物品切開
倒乾物—絨球	孩子能專注地、手眼協調將物品倒入容器內
小豬學習撲滿	孩子能專注地、手眼協調將物品投入容器內
拼拼樂毛毛	孩子能專注地、手眼協調將形狀作正確的嵌入配對

蒙特梭利感官課程

工作名稱	行為目標
小圓柱體投盒	透過視覺訓練手眼協調將大圓柱體做投入的練習
正方體投入盒	透過視覺訓練手眼協調將正方體做投入的練習
環形直立式套入	孩子透過視覺訓練手眼協調地將環型採直立式套入
單片圖形嵌板□	透過視覺訓練認識形狀
幾何圖形投影盒	孩子透過視覺手眼協調地將幾何學立體投入盒子內
0—3 歲圓形嵌板	孩子透過視覺辨識大小
色板 1	孩子會辨別顏色並加以配對
圓形套套杯	透過視覺訓練手眼協調將圓形杯由大到小依序收起

蒙特梭利語文認知課程

語文區

工作名稱	行為目標
汽車嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出汽車
水果嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出水果名稱
動物嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出動物名稱
形狀嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出形狀名稱
水果模型	孩子能正確唸出水果名稱
動物模型	孩子能正確唸出動物名稱
蔬菜嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出蔬菜名稱
人形臉譜	孩子除了能正確指出外也能正確唸出五官名稱
餐具實務配對	孩子能正確配對並做命名的練習

短文		台語童謠	
✓ 我最棒	✓ 好鄰居	✓ 月娘娘	✓ 風
✓ 保護自己	✓ 蓋房子	✓ 老鼠	✓ 三隻豬
✓ 水真好玩	✓ 牧場	✓ 鴨	✓ 筊白筍
✓ 跑、跳	✓ 山裡的動物	✓ 柚子	✓ 點呀點茶鼓
		✓ 暗摸摸	✓ 一隻蝶仔
兒歌欣賞		繪本賞析	
✓ 拔蘿蔔	✓ 倫敦鐵橋垮下	✓ 下雨天的球球	✓ 球球感冒了
✓ 造飛機	✓ 只要我長大	✓ 誰掉了手套	✓ 勇敢的灰灰
✓ 捕魚歌	✓ 生日快樂	✓ 球球和布娃娃	✓ 哈啾是什麼
✓ 三輪車	✓ 一個拇指動一動	✓ 圓圓的鏡子	

短文		
<u>我最棒</u> 我最棒、哪裡棒 有禮貌、愛幫忙 我最棒、哪裡棒 不會挑食身體棒	<u>跑、跳</u> 小小白兔要回家 跳跳跳、跳到樹底下 小小馬兒跑得快 跑跑跑、跑到大門外	<u>保護自己</u> 嘿嘿小貝比. 快來我這裡 糖果我請你 帶你找媽咪 都說不可以
<u>好鄰居</u> 小貓小貓你別跳 小狗小狗你別叫 隔壁寶寶要睡覺 吵醒大家不太好	<u>水真好玩</u> 夏天水裡真好玩 搖擺雙手來划船 游泳姿勢花樣多 彎腰下水把水潑	<u>牧場</u> 牧場真熱鬧 小羊咩咩叫 小牛吃青草 小豬呼呼在睡覺
<u>山裡的動物</u> 大黑熊、梅花鹿 還有猴子和松鼠 都是山裡的動物	<u>蓋房子</u> 一隻腳 穿鞋子 一張床 蓋被子 兩塊板子蓋房子	/
台語童謠		
<u>月娘娘</u> 月娘娘 月弟弟 你阿兄 我小弟 不通割我的雙邊耳	<u>老鼠</u> 老鼠老鼠三更半暝 偷吃米食著芭樂籽 嘴齒落三齒	<u>鴨</u> 鴨洒水搖尾溜 用腳免用手 藏水謎免瞞目睷
<u>柚子</u> 青布包白布 白布包柴梳 柴梳包蝦米 蝦米包酸醋	<u>暗摸摸</u> 暗摸摸，烏索索 出門行路攏看無 貓咪仔，目睷金 三更半暝四界賴賴趁	<u>風</u> 有聽著聲 無看到影 摸味到邊 吃味出鹹淡
<u>三隻豬</u> 三隻豬、三支鼻 六蕊目睷六塊耳 跋一倒，十二支腳翹上天	<u>筊白筍</u> 絞白筍借問你 蘆筍親像箸，敢是恁小弟 竹筍大大籮，敢是恁丫姑	<u>點呀點茶鼓</u> 點呀點茶鼓 啥人今晚欲娶某點呀點茶甌 啥人今晚欲來阮兜
<u>一隻蝶仔</u> 一隻蝶仔、兩隻蜂 三隻蒼蠅、四隻蚊 相招欲香港飛五天煞飛去台	/	/

嬰幼兒語言認知發展

語言發展

在平常的生活經驗當中，成人可讓孩子了解一些簡單的指令，諸如：「打開門」、「拿著球」、「上廁所」，讓孩子理解並行動，同時也知道自己的名字及身體各部位的名稱，也可和孩子一起看圖畫書，成人在旁指出圖物說出各項的名稱。增加語言的理解力及語言表達，是此階段語言發展的重要工作。

認知發展

這時期的孩子，可以指導他們認識簡單的形狀、顏色，但要注意與孩子的生活結合，且生動有趣，不是每一次僅拿著顏色卡、形狀卡，要求孩子說出名稱，對於抽象的概念(顏色、形狀即屬之)，孩子必需把這些名詞與具體的理解意義相互結合，在認知架構當中形成一個永久的理解，而非僅是複誦著成人所說的字句。

我們可以拿著他最心愛的小熊，指著小熊身上所穿的衣服說：

「衣服」、「紅色」、「紅色衣服」。當孩子在吃蘋果的時候「蘋果」、「紅色」、「紅色蘋果」，我們也可以運用簡單的指偶套在手上，穿著一身紅衣，說著小紅的故事，孩子有了這些經驗及成人的指導，透過環境的刺激而內在化，成為認知發展的一部分。除了顏色、形狀之外，各項用品、動作、人物……等的名稱、功能，都是我們可以教導嬰幼兒學習的主要內容。

自我成長—展翅的蝴蝶

學習的意義：手的運作是很重要的一拿取、搬運物品、和感官的積極參與。當兒童以雙手反覆做一個動作時，兒童即與所接觸的事物產生生命上的交流活動，並以此來打開他的心智活動來提昇自我。(當孩子每天重複做相同的活動，即表示孩子對此項活動的敏感期正是來臨，可提供大量機會讓孩子練習。)工作是人類精神心智與人格發展正常之路。「透過動手作來思考」是蒙特梭利教育體系的核心。

蒙特梭利日常生活

我會照顧自己		社交行為		環境照顧
✓ 開水飲用	✓ 口罩的使用	✓ 打招呼	✓ 輪流與等待	✓ 撿丟垃圾
✓ 穿脫褲子	✓ 擤鼻涕的方法	✓ 打噴嚏	✓ 同意與拒絕	✓ 物品歸位
✓ 如廁學習	✓ 認識自己的書包	✓ 遞交物品	✓ 經驗的分享	✓ 書籍歸位
✓ 拿取尿布	櫃	✓ 自我介紹	✓ 懂得使用謝謝、	✓ 教具收拾歸
✓ 洗手方法			請、對不起	位

基本的運動

工作名稱	行為目標
三指抓一絨球	孩子能專注地、動作協調運用五指工作
物品投入—冰棒棍	孩子能專注地、手眼協調將物品投入容器內
倒—花豆	孩子能專注地、手眼協調將物品倒入容器內
舀的工作	培養孩子的專注力、動作協調能力、次序感
舀—木珠	孩子能專注地、動作協調地將內容物完全不漏地舀入另一容器裡
舀—通心麵	孩子能專注地、動作協調地將內容物完全不漏地舀入另一容器裡
轉的工作	培養孩子專注地、動作協調地作轉開及轉回的工作
轉—螺絲	孩子能專注地、手眼協調將螺絲轉開及轉回的練習
轉—瓶蓋	孩子能專注地、手眼協調將瓶蓋旋轉開及轉回的練習
轉—酒桶	孩子能專注地、手眼協調將酒桶旋轉開及轉回的練習
轉—小丑螺絲	孩子能專注地、手眼協調將螺絲旋轉開及轉回的練習
打磚人	孩子能專注地、手眼協調進行敲打
夾夾樂	孩子能專注地、手眼協調將夾子打開並夾在指定位置
剝—蛋	孩子能專注地、手眼協調將蛋殼剝乾淨

蒙特梭利感官活動

工作名稱	行為目標
長方體投入盒	透過視覺訓練手眼協調將正方體做投入的練習
0-3 歲幾何圖形板	孩子透過視覺訓練手眼協調地將環型採直立式套入
幾何學立體投影盒	透過視覺訓練手眼協調將正方體做投入的練習
正方體直立式套入	孩子透過視覺訓練手眼協調地將正方體採直立式套入
0-3 歲圓柱體	孩子運用視覺辨識大小
三角柱投入盒	透過視覺訓練手眼協調將三角柱做投入的練習
抽屜式投入盒	孩子透過視覺訓練手眼協調地將環型採直立式套入
迴轉套環組	透過視覺訓練手眼協調地進行轉出與套入的練習
色板 2	孩子會分辨顏色並加以配對
神秘袋	透過觸覺說出袋中物品的特徵
旋轉積木混泥車	透過視覺訓練手眼協調地將幾何學立體作正確的嵌入

蒙
特
梭
利
語
文
認
知
活
動
語
文

工作區

工作名稱	行為目標
帽子嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出帽子名稱
蘋果嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確分辨出大、小
顏色嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出顏色名稱
動物配對嵌入	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出動物名稱
交通工具嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出交通工具名稱
動物嵌板第一櫥 四隻腳動物	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出動物名稱
動物嵌板第二櫥 農莊動物	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出動物名稱
創意磁鐵小畫板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出造型物的名稱
變變心情臉譜一男	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出五官名稱
變變心情臉譜一女	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出五官名稱
人體嵌板	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出人體部位名稱
五官辨識圖	孩子除了能正確嵌入外也能正確唸出五官名稱

一歲寶寶學走路，怎樣才算「正確引導」呢？

一歲寶寶還不會走路，到底是個性謹慎，還是有問題呢？有些寶寶一歲就會走了，有些寶寶一歲七個月才突然開竅，到底要不要每天都讓寶寶練習走，還是再等等就好呢？雖然每家寶寶發展狀況都不同，但媽媽總是不免擔心…

一、 寶寶走路發展里程

9個月
✓ 可以自己扶著桌子或家具試圖站起來
10-11個月
✓ 寶寶會喜歡扶著桌子家具側跨走至少4步
✓ 可以站一會，自己再蹲低坐下來
✓ 大人扶著寶寶腋下時，讓寶寶嘗試走路，寶寶可以有交替踏步的動作
11-12 個月
✓ 可以不扶放手自己站立 3-5 秒
✓ 爸爸媽媽牽著小手時，寶寶可以走 3-4 步
1 歲
✓ 可以放手走 3-5 步了
✓ 爸爸媽媽牽一隻小手走時，可以走 1-2 公尺的距離
✓ 寶寶即使跌倒也可以從坐自己站起來
13-15 個月
✓ 走路時會把手舉高高或打開來保持平衡，姿勢很可愛逗趣
✓ 走路中途可以蹲下去撿玩具再試著站起來
1 歲半
✓ 走路已經很穩定了，且不需再用手來維持平衡
✓ 可以玩「來抓我」的遊戲，且走路速度已經較1歲時快很多。

二、 對寶寶走路相關的常見問答：

Q1：寶寶幾歲還不會走算太慢，需要帶去給醫生評估？

這是大多數爸爸媽媽們最頭痛的問題，不曉得自己家的寶寶這樣到底算不算正常？但其實每個寶寶的發展歷程都不同，爸爸媽媽真的不需要太擔心！記得也別被其他人的閒言閒語給影響囉～

基本上現在大多數的醫生認為，如果一直到1.5歲仍沒有站立走路的動作，再帶寶寶去兒童復健科或小兒骨科評估就好了喔！（很多媽媽表示通常度過了這個轉折，本來爬不好、也不常扶走，但是突然就站起來會走囉）

Q2：太早站會有O型腿？

陳映庄醫生解釋嬰兒出生前，因為必須塞在媽媽小小的子宮裡長大，腿部也會受到壓迫，所以剛出生時本來就是O型腿，之後漸漸長大開始學習站立走路，此時為了承受體重，O型腿會看起來更明顯，這稱為「生理性O型腿」；隨著寶寶骨頭持續發育，約兩歲前，這樣的O型腿是會自然矯正的。

至於太早站會不會增加O型腿的機會，其實每個寶寶肌肉骨骼必須要發展到一定程度才有辦法站起來，所以除非坐學步車等輔具強迫站立之外，「自然」情況下是不會增加O型腿的機會。

Q3：螃蟹車或學步車是否會使寶寶走路及發展變慢？

黃琮寧醫生指出一般不建議使用螃蟹車，「螃蟹車」已經是過時的產品，對孩子的發展沒有特別的好處。但如果是「學步車」，推著跑來跑去的話是沒有關係。

周怡宏小兒科醫生也同時指出相關研究發現，學步車還是會剝奪學走路前寶寶的各項學習發展。一項來自兒童發展與行為雜誌的文獻指出，針對109位嬰兒，區分為有使用學步車及不用學步車兩組（在6～15個月之間），結果發現，使用學步車組的嬰兒，有較慢的坐、爬及走路表現，並且在貝氏量表的動作發展（PDI）及心智發展（MDI）兩項指標的得分中，都低於未使用學步車組嬰兒。

那到底要不要使用學步車呢？

張旭凱治療師表示「正確的使用學步車」才是比較重要的部分，他提出了四個使用學步車需要注意的事項：

✓ 九個月大開始使用—當寶寶開始爬行後約一個月，也就是腳部力量增加之後再讓孩子坐學步車，這可以協助穩定關節位置，並且能夠支撐體重，減少O型腿及扁平足的產生。

大人隨時陪伴—幼兒使用學步車時，大人應該隨時緊盯著孩子，並且不可讓孩子遠離大人兩公尺以上，以免發生危險時大人來不及反應。

✓ 建立安全環境—在學步車可以到達的範圍內，應該避免會造成危險的環境或設備，例如桌角、桌上的茶杯、桌巾，或是水桶、垃圾桶等，如果家中環境有樓梯，也應

該裝設柵欄。

- ✓ 每十分鐘休息—寶寶在學步車上的時間每段建議不超過十分鐘，避免雙腳過度使用。每天建議待在學步車上的時間總和不應該超過兩個小時，因為過度待在學步車上會減少寶寶練習其他動作技巧的機會。

三、 家長可以做什麼小撇步呢？

1. 引導寶寶走路—雖然大多數寶寶到一定的階段都會自己開始走路，然而爸爸、媽媽還是可以透過幾個步驟引導寶寶。

《安心放手！ 正確引導寶貝「齊步走」》文中介紹了幾個很好方法，小幫手在這邊整理給爸爸媽媽：

- ◆ 路徑確保安全— 在練習走路之前，爸爸媽媽最好先將寶寶待會兒可能會「經過」的路徑，自己先「試走」一次，移除可能帶來傷害的障礙物，確保練習安全。
- ◆ 服裝好活動— 練習「學步」前，別在寶寶身上包裹厚重衣物，以免阻礙行動力，服裝以輕便、好活動為宜。
- ◆ 以大面「牆壁」當工具— 巴著過高或過低的物體學步，都容易寶寶施力錯誤，以大面「牆壁」當工具，讓寶寶雙手平舉，輕靠在牆面上移動，適中高度，有助正確練習平衡感。
- ◆ 「赤腳」行走— 只要確定地面是乾淨、平坦且安全的，爸爸媽媽可以讓寶寶的小腳直接接觸、施力於地面，讓寶寶更能實際體會學步的技巧。
- ◆ 言語激勵— 爸爸媽媽可以從旁攙扶寶寶，等到寶寶行走能力漸趨成熟，爸爸媽媽可適時給予如：「寶貝好棒喔！媽媽在這裡等你」、「走得好穩喔，再兩步就到囉」等言語激勵，邀請寶寶前進，以建立寶寶自信。

2. 幫寶寶挑雙好鞋

台安醫院兒童發展復健中心江長奇組長提到一歲的寶寶活動範圍越來越廣，想要走路的意願也較高，所以選購鞋子時要考量到支撐性與止滑性，以完全包住腳的包鞋為佳，最好能包到腳踝處；學步鞋為了保護寶寶的腳步，也會比嬰兒鞋顯得略硬一些，整體而言也會比嬰兒鞋沉重。而剛學走路的寶寶若穿太大的鞋子，腳會在鞋子裡面滑來滑去，無法正確施力，或是碰不到鞋子使得腳尖和足跟無法獲得回饋，這樣不僅會影響走路姿勢，也會影響腳的發育。對寶寶而言，一雙舒適又不阻礙小腳生長的鞋才是雙真正的好童鞋，尺寸不合爸爸媽媽一定要幫寶寶趕快做更換喔！

3. 墊腳走路怎麼解決

治療的時間以在三歲以前為佳，因此多數醫生會建議寶寶如果到三歲若還有踮腳尖的走路，可以帶寶寶去看醫生，至於要怎麼評估看哪科醫生，張旭凱職

能治療師 建議可以透過幾點來判斷：

- 確認是否有生理問題

當孩子躺下來時，扳一扳孩子的腳底板，看看可不可以輕鬆往上翹起；請孩子躺正，看看兩隻腳長度是否有明顯不同，如果沒發現異狀，基本上墊腳尖就不是太大的問題！如果發現狀況，可以帶寶寶尋找復健科或骨科醫師協助。

- 檢查感覺統合

寶寶是否討厭衣服領口的標籤？是否害怕刷牙、洗頭、擦臉？這些問題是大腦無法妥善處理感覺刺激所造成，所以會造成腳底對於刺激敏感而踮起腳尖，若爸爸媽媽有發現此一情況，則可以循治療師的幫助，這些問題可以經由適當刺激改善。

若寶寶才開始學會走路沒有多久，墊腳尖的走法其實可以訓練腿部肌肉，王宏哲治療師建議可以適度地幫寶寶拉拉筋、做做肌力訓練。但重點是爸爸媽媽記得用提醒寶寶就好，別用責罵的方式！

4. 支持鼓勵但不要過度保護

爸爸媽媽在一旁支持和鼓勵寶寶跨出人生中的第一步是非常重要的，但 不要 太過度保護寶寶了，其實每個寶寶都會在一次又一次的跌倒中學會怎麼走路，父母不需要在寶寶跌倒時太過緊張，寶寶才不會怯懦，勇於去嘗試。

Jaguar小姐分享了當她決定換個做法，從女兒一跌倒就趕快上前去查看她是否受傷並安慰她，到運用「冷處理」，鼓勵女兒跌倒再站起來就好，才讓她發現女兒學不會走路的原因，是因為父母太害怕孩子受傷，才導致她的怯懦。我們其實只需要讓家中的寶寶知道，如果跌倒、受挫、失敗，只要他們需要爸爸媽媽，爸爸媽媽一定都在，那就夠了！大家一起加油！

文獻參考：Bananny一歲寶寶學走路，怎樣才算「正確引導」呢？ 2018-05-31

彰化基督教醫療財團法人附設彰化縣私立彰基托嬰中心
手指謠課程

週次	活動名稱	行為目標
一	歡樂開學了	
二	常規引導~我很棒	能遵守課室常規
三	鵝爸爸 鵝媽媽	能跟著老師一起做出動作並複誦歌謠
四	小花園	
五	毛毛蟲	
六	小兔子乖乖	
七	小蝌蚪	
八	小雞喝水	
九	手指運動	
十	小花貓	
十一	闔攏張開	
十二	切柚子	
十三	風車	
十四	小雞喝水	
十五	數字念謠	
十六	啄木鳥	
十七	剪刀 石頭 布	
十八	小猴子盪鞦韆	
十九	小白兔	
二十	小螞蟻	
二十一	種花	
二十二	炒蘿蔔	
二十三	姆指歌	
二十四	左手右手	
二十五	十個手指頭	
二十六	過年	

短文	台語童謠	兒歌欣賞	繪本賞析
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 交通工具 ✓ 眼花花 ✓ 大樓 ✓ 聲音精靈 ✓ 奇妙的身體 ✓ 五官家族 ✓ 胖子瘦子 ✓ 散步 ✓ 左手右手 ✓ 蕃茄 ✓ 運動 ✓ 小魚兒 ✓ 雙手 ✓ 五官的功能 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 大水牛 ✓ 阿婆仔 ✓ 蟬 ✓ 白鷺鷥 ✓ 阿安愛吃卵 ✓ 一、二、三、四 ✓ 放雞鴨 ✓ 雞 ✓ 火金姑 ✓ 中秋 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 娃娃國 ✓ 妹妹背著洋娃 ✓ 郊遊 ✓ 頭兒肩膀膝腳趾 ✓ 馬 ✓ 當我們同在一起 ✓ 家 ✓ 哈巴狗 ✓ 魚而水中游 ✓ 醜小鴨 ✓ 小毛驢 ✓ 找朋友 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 麟小弟 ✓ 猜猜我有多愛你 ✓ 我爸爸 ✓ 鱷魚怕怕牙醫怕怕 ✓ 我們來洗手 ✓ 我們來刷牙 ✓ 寂寞的凸凸 ✓ 小黑交朋友 ✓ 彎彎的生日會 ✓ 毛毛當哥哥 ✓ 菲菲生氣了 ✓ 是誰在裡面

台語童謠

<p>大水牛</p> <p>大水牛講話大大聲 觸人痛痛痛 白鷺鷥攏不驚 爬起伊的胛脊背</p>	<p>中秋</p> <p>八月十五是中秋 有人歡喜有人愁 有人愛吃月餅 有人愛吃文旦柚</p>	<p>阿婆仔</p> <p>一、二、三阿婆仔去洗衫 四、五、六阿婆仔去斗六 七、八、九阿婆仔去海口 十、十一、十二阿婆沃雨走味離</p>
<p>白鷺鷥</p> <p>白鷺鷥，車畚箕 車到溪仔墘 跌一倒，拾著一仙錢 一、二、三、四 一、二、三、四 仔人脫衫，無代誌 土地公伯仔會保庇</p>	<p>火金姑</p> <p>火金姑來食茶 茶燒燒食芎蕉 芎蕉冷冷食龍眼 龍眼要剝殼 換來食藍菝仔 藍菝仔全全籽 害阮食一下落嘴齒</p>	<p>阿安愛食卵</p> <p>阿安阿安愛食卵 滷卵煎卵蔡脯卵 雞卵鴨卵烏仔卵 攏總好配飯 若有卵！阿安加食兩碗飯</p>
<p>蟬</p> <p>一隻蟬大舌大舌 一二三四算賣離 卡算攏是一一一</p>	<p>雞</p> <p>一隻雞、睏草埔 草埔暗搔搔 伊喊烏！烏！烏</p>	<p>放雞鴨</p> <p>一放雞二放鴨 三分開四相疊 五拍胸六拍手 七紡紗八摸鼻九拉耳十撿起</p>

短文

交通工具

我是一架大飛機
飛的高 飛的低
我是一輛大火車
ㄨㄨㄨ 唱著歌
我是一艘大帆船
隨風飄動到處玩

左手右手

左手右手摸摸頭
左手右手拉耳朵
左手右手捶捶肩
左手右手扭扭腰
左手右手敲敲腿

蕃茄

圓圓的蕃茄紅又紅
躺著睡覺不說話
來了一隻大狼狗
對著蕃茄咬一口
農夫看了很生氣
快把狼狗趕出去

雙手

一對棍子輕輕打
二雙筷子裡外扒
三人小組愛說笑
四個小兵不害怕
五個朋友力氣大

五官的功能

我有雙手拍拍拍
我有雙腳踏踏踏
我有眼睛看看看
我有耳朵聽聽聽
我有嘴巴笑哈哈

聲音精靈

聲音精靈怎麼來
乘著空氣飛過來
聲音精靈怎麼去
從我耳朵鑽進去

運動

動動指頭像彈琴
轉動手腕像搖鈴
舉起雙手像大樹
轉動手臂像天空

眼花花

河邊一隻近視鴨
池塘跳出大眼蛙
追著蜻蜓到處跑
撞成一堆眼花花

大樓

大城市裡樓房高
電梯上上下下跑
大門而兜著轉人們
進進出出來來往往

散步

我牽狗公園走
花點頭搖搖頭
阿嬤牽著我的手

奇妙的身體

扭扭腰來拍拍手
彎彎膝來點點頭
伸伸腿來走一走

胖子瘦子

胖子、瘦子、小猴子戴帽子
刮鬍子、切鼻子、撒隆巴斯

小魚兒

魚兒魚兒真有趣
圓圓眼睛不會閉
身上沒手也沒腳
水裡照樣翻跟斗

彰化基督教醫療財團法人附設彰化縣私立彰基托嬰中心
音樂遊戲

週次	日期	活動名稱	行為目標
一	7/03-7/07		準備週
二	7/10-7/14	常規引導	
三	7/17-7/21		
四	7/24-7/28		
五	7/31-8/04	好玩的對比	小蝸牛VS小猴子
六	8/07-8/11		慢與快 輕與重
七	8/14-8/18		手搖鈴 西洋鼓 三角錐
八	8/21-8/25		
九	8/28-9/01	大集合	故事→韻謠→律動遊戲→音樂
十	9/04-9/08		角色扮演
十一	9/11-9/15		我會跟著唸韻謠
十二	9/18-9/22		長短拍體驗
十三	9/25-9/29	冰冰樂	手搖鈴 響棒 水果頭套
十四	10/02-10/06		挫冰 雪花飄
十五	10/09-10/13		緊張與放鬆遊戲
十六	10/16-10/20		辣齒 手搖鈴 衛生紙 小圓球
十七	10/23-10/27	叫賣遊戲	唸謠叫賣樂
十八	10/30-11/03		手搖鈴 呼拉圈
十九	11/06-11/10		搓搓樂神奇寶貝蛋
二十	11/13-11/17		放鬆與緊張
二十一	11/20-11/24	寶貝蛋	說故事
二十二	11/27-12/01		沙鈴 寶貝蛋 布巾 鬆緊帶
二十三	12/04-12/08		繪本故事
二十四	12/11-12/15	月姑娘	快樂的 生氣的 難過的
二十五	12/18-12/22		圖卡敲樂
二十六	12/25-12/29		手搖鈴 辣齒
二十七	12/25-12/29	高高與低低	評量
二十八	12/25-12/29		高低空間轉換樂
二十九	12/25-12/29		肢體律動

彰化基督教醫療財團法人附設彰化縣私立彰基托嬰中心
肢體律動

週次	日期	活動名稱	行為目標
一	7/03-7/07	準 備 週	
二	7/10-7/14	常規引導	團體生活常規引導
三	7/17-7/21		
四	7/24-7/28	火車快飛	排排隊，我們最有禮貌 不分你、我，大家都是好朋友
五	7/31-8/04	好朋友	
六	8/07-8/11	茉莉花	滾來滾去多開心
七	8/14-8/18	茉莉花	
八	8/21-8/25	蜜蜂做工	跳一跳、彈一彈，看我多厲害！
九	8/28-9/01	蜜蜂做工	
十	9/04-9/08	蝴蝶	擺擺手、擺擺頭，頭好壯壯
十一	9/11-9/15	蝴蝶	
十二	9/18-9/22	醜小鴨	右轉一圈，左轉一圈，飛飛多自由
十三	9/25-9/29	醜小鴨	
十四	10/02-10/06	爆米花	手腕動一動，變出小星星
十五	10/09-10/13	爆米花	
十六	10/16-10/20	娃娃國	後踢.前踢，迴旋踢
十七	10/23-10/27	娃娃國	
十八	10/30-11/03	哈哈笑	飛阿！飛阿！小飛俠 砰！砰！砰！好多小泡泡
十九	11/06-11/10	我愛洗澡！	
二十	11/13-11/17	我愛洗澡！	
二十一	11/20-11/24	點仔膠	前.後.左.右蹦蹦跳跳多好玩
二十二	11/27-12/01	點仔膠	
二十三	12/04-12/08	肢體協調測驗：良好的肌肉控制讓動作更流暢，舞動更輕鬆	
二十四	12/11-12/15		
二十五	12/18-12/22		
二十六	12/25-12/29	自由課程	

彰化基督教醫療財團法人附設彰化縣私立彰基托嬰中心
體能活動

週次	活動名稱	行為目標	教學資源
一	開學了		
二	常規引導	能遵守課堂常規	運動墊
三	身體動一動	能夠伸展上肢及下肢的大肌肉，來回跑步	身體、三角錐
四	滾翻遊戲	能強化身體協調性與柔軟性，在老師協助下能往前翻滾	運動墊
五	爬行運動	能訓練手臂肌耐力	廣場
六	滾熱狗	能增進全身的大肌肉，在老師協助下左右翻滾。	運動墊
七	綜合課程	能增進全身的大肌肉，及手臂肌耐力，做出滾翻及爬行動作。	身體、廣場、三角錐
八	滾球遊戲	能訓練手眼協調能力，用雙手滾動大籠球5~10公尺。	大籠球
九	滾輪大賽	能培養平衡感與身體協調性，用雙手滾動輪胎5~10公尺。	輪胎
十	看誰拋的高	訓練放鬆肌肉與關節，將沙包往上拋高的動作。	沙包
十一	綜合課程	能將輪胎往前滾動到定點再拿起沙包拋高，再滾回輪胎到原點。	輪胎、沙包
十二	套圈圈	能訓練手眼協調性與投擲能力，可將小呼拉圈投擲出去的動作。	小呼拉圈
十三	神奇飛碟	藉由飛盤會飛的特性能訓練手眼協調性與投擲能力，可將飛碟投擲出去的動作。	飛盤
十四	勇闖獨木橋	能增進平衡感的發展，在老師協助下能自己平衡的行走。	平衡木、運動墊
十五	翻山越嶺	能培養幼兒爬、走、跳躍、平衡的能力。	平衡木、運動墊
十六	綜合課程	能平衡的走在平衡木上之後再拿起小呼拉圈投擲出去。	平衡木、小呼拉圈
十七	我是小泰山	能強化手部及背部，並增強雙手握	木棍、運動墊

		力及操作能力。	
十八	火車開動了	能培養合作精神，小朋友能抓著繩子一起搭著火車。	童軍繩
十九	人力手推車	能訓練手臂肌耐力與敏捷性，老師協助抓握雙腳，小朋友將雙手撐在地板上往前推進到定點。	三角錐
二十	綜合課程	能運用雙手撐在地板往前走道定點，再老師互相拉住繩子拔蘿蔔。	身體、童軍繩
二十一	美麗氣球傘	能增進幼兒手部大肌肉與手指小肌肉的抓握能力。	氣球傘、小球
二十二	座椅雪橇	能培養身體的平衡感，坐在雪橇上在往前拉動時，雙手抓握座椅兩側不掉落。	雪橇
二十三	轉陀螺	能培養身體的平衡感，坐在陀螺內再轉動時雙手抓握陀螺兩側感受間的轉換。	陀螺
二十四	飛機操	能強化頸部及背部增強肌肉耐力。	廣場
二十五	小袋鼠~跳跳跳	能增進全身的大肌肉，培養幼兒跳躍、平衡的能力。	呼拉圈
二十六	綜合課程	坐在雪橇內繞著廣場一圈，最後一起玩著氣球傘。	雪橇、氣球傘

彰化基督教醫療財團法人附設彰化縣私立彰基托嬰中心
12-24個月藝術活動(112.07-112.12)

週次	活動名稱	行為目標	教學資源
一	歡樂開學了~常規引導	能遵守課室常規	無
二	蠟筆畫~男生、女生(個人)	能用無毒蠟筆塗畫在紙張上	無毒蠟筆、列印男生和女生的畫紙
三	父親節卡片~(個人)	能在襯衫上，貼出領帶	色紙兩張
四	吹泡畫(個人)	能用吸管吹出泡泡在畫紙上	直徑0.5公分、10公分長吸管， 圖畫紙16開、洗碗精、當季蔬果顏料
五	指印畫~毛毛蟲(個人)	能用手指蓋印在紙上 (老師再用畫筆點綴成毛毛蟲)	手指膏、圖畫紙
六	蓋印畫~手掌(個人)	能用手掌完成蓋印畫	無毒印泥、圖畫紙
七	蔬菜拓印畫(個人)	能用蔬菜拓印在紙張上，變成一束美麗的花朵	當季蔬果顏料、紅蘿蔔、青椒、玉米、圖畫紙
八	綜合課程(團體)	分成兩組再拿取上週蔬菜或是指印進行貼畫，變成一張大作品。	無毒蠟筆、全開白色壁報紙
九	黏土創作~水餃(個人)	能用水餃壓模器做出壓的動作，製作成一盤美味水餃	水餃壓模器、麵團
十	滾筒畫~國旗(個人)	能用滾筒沾水果顏料，在圖畫紙上滾出紅色色彩。	圖畫紙、火龍果汁、滾筒刷
十一	蠟筆畫~月亮	能用無毒蠟筆塗畫在紙張上	無毒蠟筆、列印月亮的畫紙
十二	月亮撕貼畫(個人)	能將紙張撕開撕的小小的，並將撕下的紙貼在空白紙上	黃色影印紙、圖畫紙、漿糊
十三	綜合課程(個人) 揉紙工~球	能用不同尺寸大小紙張揉成大小不一的球體，再用漿糊貼於圖畫紙上。	大小色紙、圖畫紙16開、漿糊
十四	撕貼畫~好吃的水果(個人)	能做撕的動作並將紙撕成一條一條的，貼上水果圖案上	西瓜圖案紙、黑色壁報紙
十五	滾珠畫(個人)	能將彈珠沾上顏料在籃子內滾動，完成圖畫	彈珠、托盤、甜菜根汁、菠菜汁、蝶豆花汁

十六	豆子貼畫~(個人)	能用不同種仔(龍眼仔、荔枝仔)沾上漿糊,一顆一顆的黏貼在蛋糕盤上	〈龍眼仔、荔枝仔數顆、釋迦仔〉、蛋糕盤、漿糊
十七	果汁點畫~一閃一閃亮晶晶(個人)	能用棉花棒點畫在黑色紙張上,變成滿天的小星星	棉花棒、黑色壁報紙、檸檬汁、
十八	點貼畫-魚	能將小貼紙私下,並貼在正確的位置上	圖畫紙,各色豆豆貼
十九	抽繩畫~(個人)	能將繩子沾染顏料,放在對折的紙張內,再抽出繩子,完成美麗的線條作品	30公分棉繩一條、當季蔬果顏料
二十	墨水渲染畫~(個人)	能用宣紙放入墨水中,讓宣紙渲染出美麗的圖案	擦手紙、墨汁、圖畫紙
二十一	蔬菜拓印畫(個人)	能用蔬菜拓印在紙張上,變成一棵樹	當季蔬果顏料、紅蘿蔔、青椒、玉米、圖畫紙
二十二	點貼畫	能將小貼紙私下,並貼在正確的位置上	圖畫紙,各色豆豆貼
二十三	黏土創作~好吃的湯圓(個人)	能做揉圓的動作,製作成圓圓的湯圓	彩色麵團〈紅色、黃色、藍色〉
二十四	綜合課程(個人)聖誕節	能將圓點貼紙取下貼在聖誕樹上	印好聖誕樹著色、不同大小及顏色的圓點貼紙
二十五	蠟筆畫~聖誕樹	能用無毒蠟筆塗畫在紙張上	無毒蠟筆、列印聖誕節相關畫紙
二十六	拇指蓋印畫	能用手指蓋印在紙上點綴成盛開的花朵	手指膏、圖畫紙