

# 得心應手

## ～幼兒手部動作教學活動

蔡昆瀛、黃淑萍、劉欣欣、許瓊理、胡智坤 共同編著

教育部特教小組 委辦編製

臺北市立教育大學特殊教育中心 發行

99.12

## 目 錄

使用說明	…3
教學前，您必須知道的事	…7
活動設計	…10

# 使用說明

## 1. 編製背景與目的

「手」是你我日常生活中的重要媒介，手部動作的發展自應幼兒時期開始發展，儘管每個人的生長速度不一，但卻是循著相同的步驟前進；萬丈高樓平地起，想要有靈巧的雙手，必須透過身體許多部位的串連，才能伸展自如。

多年的教學觀察和與家長溝通的經驗，使我們有感於現代的孩子很小就開始拿筆、拿筷，但姿勢多半是錯誤的。持筆或持筷的姿勢其實並非我們最在意的點，我們看重的是孩子的手部發展是否足以支撐其未來逐漸複雜的生活事物，他（她）是不是能夠獨立完成自己的日常事務卻不感到費力，還是經常因為手痠而中途放棄或是需要更長的完成時間？抑或總是因為協調性不佳而被形容成笨手笨腳多？當然，我們還碰過不少積極關心孩子成長發展的家長焦急地問：「老師，我的孩子需不需要去醫院做職能治療或是感覺統合訓練？」

其實，多數幼兒的動作訓練可以透過平日舉手可得的素材或生活事物的操作經驗達到練習的效果，只要掌握住對的順序和技巧，就可以輕鬆幫助孩子奠定成熟的手部動作基礎。尤其，對於現在多數安置在普通班級中的特殊需求幼兒和疑似特殊需求幼兒而言，專業團隊到校服務的資源總是供不應求。而且，巡迴治療師能夠提供的是發展問題的評估與訓練建議，無法提供長期與密集式的直接服務。因此，希望透過這套教材的整理，能夠幫助一般幼托園所教師和家長可以隨時採用有系統且有策略的方式以協助幼兒發展手部動作能力。

## 2. 編製原則與特色

本套教材係以一般幼托園所和日常居家常見且容易取得的器材和素材為出發，彙整與發展一系列與手部動作訓練有關的活動設計。本教材可分為「玩具/遊戲器材類」、「美勞素材/工具類」、「日常生活用品類」等三大類，共計49項媒材，上百個活動。

同時，結合治療師的專業角度，點出每個活動的訓練重點，期盼幫助讀者可以從中掌握訓練的概念。仔細閱讀，您會發現一些您耳熟能詳的小活動其實蘊含著相當重要的發展概念，透過索引表與活動設計中「訓練重點」的搜尋，即使專業治療師不常在身邊，您還是可以循著治療師給的建議，多元運用不同素材和活動來達到單一技巧的重複訓練。而且，透過遊戲與操作的方式進行，孩子的學習可以兼顧樂趣與訓練。

「活動說明」的撰寫並非固定不可改變的流程，從「備註」與「教學大

聲公」欄位的提醒，搭配您對於孩子能力個別差異的瞭解與環境條件的差異，可以靈活調整實際活動的進行方式。同時，搭配活動照片的呈現，希望能幫助您更快掌握每個活動的精神。最後，以索引表的方式將活動設計與訓練重點做縱橫對照的呈現，期盼幫助您快速檢索以方便使用。由於兼顧使用與操作的彈性，因此，本教材適用於一般正常幼兒與特殊需求幼兒、團體教學與個別教學、以及能提供普通教師、特殊教育、家長與治療師等角色做為教學執行、訓練與活動建議提供的參考。此外，誠如前面所及—大多數人的手部動作發展是循著一定的順序，倘若你身邊有學齡以上但手部功能不佳的孩子，這套教材同樣適用，惟運用時請留意孩子的生理年齡，需斟酌調整。

### 3. 訓練重點的介紹

本教學活動設計中的一大特色即為「訓練重點」，在「教學前，您必須知道的事」一文中，邀請治療師從發展的角度為大家簡單介紹幼兒手部動作發展的概念，並且在隨後的每個活動中列出該活動與手部動作發展有關的訓練重點。其中，不乏特殊教育與醫療復健常使用的專有名詞，為增加您對於活動的掌握，茲分別針對每個訓練能力做如下說明，提醒您不必刻意強記，在閱讀活動或實際執行過程中，若有所疑惑，可隨時回來翻閱這個部分的名詞解釋。

- 手眼協調

指視覺傳導的神經反應，與手部動作反應的展現。簡單地說，手拿起物體後透過眼睛傳遞訊息，並可以最快速且正確的將手中物體放置相對應位置的能力。例如：透過孩子在投擲遊戲中，透過視覺傳遞標的物的位置，在透過肢體的控制，將手中的物品準確的投擲命中標的物。

- 肌力

指肌肉對抗某種阻力時所發出力量，一般而言是指肌肉在一次收縮時所能產生的最大力量。簡單地說，泛指身體的肌肉在活動時，所能展現出的力量表現。例如：搬運物品時，手部及腿部因應物品重量所必須產生的力量表現；投擲物品時，手部因應要投擲的物品重量及需要投擲的距離長短，所必須花費的力量表現。

- 虎口穩定度

指大拇指與食指的虎口張開的大小及穩定度，會影響手部指尖的操作的靈活與否。因為當虎口穩定度不足時，會使用上臂的代償動作來操作物品而顯得笨拙，增加虎口的穩定度可促使手部指尖活動的靈巧度以及操作物品的效率。例如：握筆書寫時，若虎口穩定度不足，手部肌肉會無法透過感覺輸

入的調整，建立出輕鬆合宜的握筆姿勢，反而會透過大拇指下壓食指或是縮入食指內側，透過手臂書寫，導致書寫時的力量過度用力或是書寫上的困難。

- 掌指分側化

手部掌指可分為橈側（橈骨側）與尺側（尺骨側）。橈側包含大拇指、食指、中指，此三指的發展對於精細動作的操作、拇指的對掌能力以及有效率的操作物品相當重要；尺側包含無名指及小指，此二指的發展有利於抓握、施力以及維持手部的穩定。手部兩側的分側化，有利於發展出良好的書寫速度、持續度以及寫出工整的字。一般約在 40 個月時，才能做出手指個別的動作及手部的側化發展。

- 掌內操作能力

指可以用五個手指將手掌內的小物品移動調整到適合操作或使用的位  
置，在操作的過程並不需要靠另一隻手或身體的其他部位或桌面來調整。例如：調整筆的位置到適合書寫的位置、拿取一串鑰匙時單手選出要開門的鑰匙、拿取數個硬幣頭販賣機或數錢幣等。掌內的操作能力包括位移（翻書、算紙鈔）、旋轉（轉筆、轉陀螺）、轉移（小物品由手指移至掌間、掌間移至手指）。

掌指分側化的發展會影響到掌內操作能力的發展，由於掌內操作能力的動作以是屬於技巧性的動作，因此大多由橈側前三指的指頭動作來完成，因此建議老師在訓練孩子掌內操作能力時，請先留意孩子的掌指分側化以及對掌能力的發展狀況。

- 手弓發展及穩定度

手弓的角色在於協助手指形成適合物品大小的形狀以利抓握，且手弓可以使手掌與物品的接觸面積增加，提昇抓握的穩定性及增加感覺回饋，若手掌缺乏手弓會影響功能性活動的操作手弓；且手弓的發展也會影響到對掌能力的表現。

- 對掌能力

指大拇指尖碰觸其餘四指指尖的動作。對掌動作在精細動作的操作能力有相當重要的角色，舉凡掌內的操作、抓握物品的動作都會需要對掌動作的能力。例如：抓取桌上的錢幣時需要拇指食指的對掌動作、投硬幣入販賣機或使用鑰匙開門時，需要拇指與食指的對掌動作、拿取桌上的杯子時，需要拇指與其餘四指的對掌動作。

- 上肢雙側協調

指左右手一起使用操作完成物品的能力，例如：在使用剪刀時，一隻手

要移動紙張的方向，另一支手要操作剪刀。雙側協調困難的孩子對於要使用雙手操作的活動會出現困難，甚至會出現變換左右手來操作較為精細的活動，雙手無法合作反而成為競爭；或是在書寫時容易出現左右相反的數字或是字、無法平順的轉折筆劃等。

### ● 關節活動度

身體每個關節都有其固定的動作方向及角度的大小，身體的關節主要的包括球窩關節（肩關節、髖關節，可以各個方向運動）、鞍狀關節（大拇指與掌骨關節，可以在兩個方向運動）、樞紐關節（肘關節，只有一條運動軸，只能做伸屈）、車軸關節（尺骨、橈骨間動作）、平面關節（如脊椎關節）、雙踝關節（膝關節）；各個關節都有其可運動的方向以及動作活動度的大小，目的在於提供操作時所必須要的活動度，以完成操作活動的需要。若關節活動度有所限制，將會影響到可動作的範圍及功能。例如：肩關節活動度不足，將會影響到舉手或勢將手抬高的動作，影響到搬運、投擲、甚至穿脫衣服的能力。

上肢關節的動作說明：

1. 肩關節：球窩關節，可 360 度的旋轉動作。
2. 肘關節：樞紐關節，僅有單一方向的伸直、彎曲動作。
3. 腕關節：包含車軸關節（橈骨、尺骨間的動作）、鞍狀關節（手腕小骨關節），可以做出內外轉、前後移動的動作。
4. 手指關節：鞍狀關節，僅可做出單一方向的伸直、彎曲動作。

### ● 關節穩定度

由於身體的各個關節皆有可運動的方向以及角度的大小，但是在操作活動時，有部分的關節必須要能固定不動，提供其他關節活動的穩定基礎，因此關節的穩定度為關節力量協調拮抗的展現。若關節的穩定度不佳，則容易出現動作上的協調困難以及操作品質的低落，例如：肩關節穩定度不佳，書寫或是精細操作的活動中，容易出現晃動，進而影響動作操作的表現。

# 教學前，您必須知道的事

## 一、 前言

大多數的老師所關心孩子的精細動作問題，通常都是由日常生活中或是課程進行中所觀察出來的。有很大的比例都是發現孩子在書寫時握筆有問題、操作美勞用具時有困難、或是孩子在處理自己的事務時出現困難；在筆者臨床的觀察經驗上，發現多數的老師容易以孩子學不會的角度或是認知發展尚未到達的角度去解釋孩子所遭遇到的問題，因此經常就是要求孩子重複的操作、一再的練習、甚至用行為操作制約的模式介入，筆者認為，若是孩子單純的是經驗不足或是缺乏練習所造成的結果，透過重複的練習，的確可以達到預期的效果；但是從筆者的專業認知以及經驗上的觀察結果，發現有相當大的部份，並非單純的是認知上的不足或是經驗上的缺乏，而是的確有動作發展上的障礙或是問題。因此筆者希望透過動作發展歷程的簡單說明，可以幫助老師進一步觀察或判斷孩子在精細動作操作上所出現的問題，真正的原因何在？可以協助老師對症下藥，及早的引導孩子補足發展上的缺陷，協助孩子更能有效、有品質的完成想要完成的動作。

## 二、 動作發展歷程

若要從孩子發展的歷程來了解精細動作的表現，必須要先給老師們一個有關動作發展歷程的概念；正所謂『萬丈高樓平地起』，絕大多數動作的發展，基礎動作的發展是相當重要的。以精細動作能力的發展而言，我們所觀察到的通常都是手指間的操作表現、靈活度、協調性等，也就是老師們通常口中所謂的手部是否靈巧的表現；但是，卻常常忽略了必須要先去觀察孩子的近端關節動作的穩定度及活動度是否已經有相當良好、穩定的表現。

先簡單的解釋何謂『近端關節』及『遠端關節』：一般而言，手指的部份在身體部位的區分中稱為『遠端』，而靠近身體軀幹的部份，如肩部，則稱為『近端』。以動作發展學的角度，『近端』身體軀幹主要的工作是在穩定身體、維持姿勢、提供遠端動作一個穩定的條件，而『遠端』的手腕、手指、甚至包括腳踝及腳，主要的工作則是在提供身體靈活的操作表現或是行走的動作能力；人說『樹腳若是站的穩，就不怕樹頂做風災』，因此往往身體近端穩定能力的好壞一定會影響到身體遠端的操作能力，試想一個運筆操作能力相當好的人，可以寫出一手好字，但身體卻無法維持穩定且良好的姿勢，讓上身搖搖晃晃，連坐都坐不好，如何可以安安穩穩的坐在位子上，讓手去展現它的能力，寫出一幅幅的好字呢？因此，在判斷或評估精細動作的表現能力時，往往必須要去評估肩部的動作表現、再到手肘的動作表現、進而評估手腕的動作表現、最後再評估手指間的動作表現，才能完整的看到精細動作的的能力，也就是一般我們所看到的手部功能操作的能力以及書寫運筆的能力。

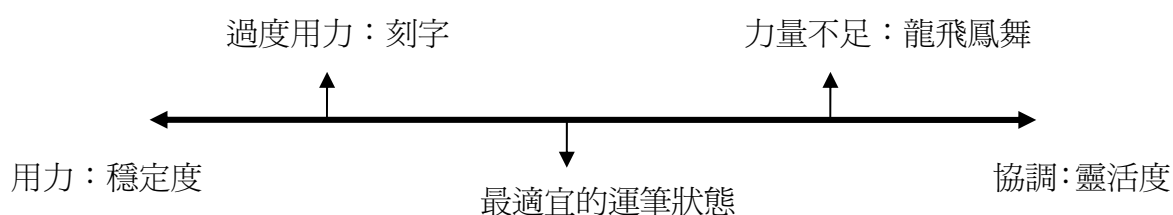
因此，動作發展的歷程中我們可以發現，很多孩子在精細動作操作表現出現困難時，的確是手指間的動作表現笨拙或是協調困難，但有可能是因為受到肩膀關節動作的發展或是肘關節動作的發展甚至是腕關節動作發展困難所造成的影響，而並非是因為認知不足或是經驗不足所造成的問題。所以筆者希望透過動作發展歷程的介紹，可以讓老師在認知發展的考量中，加入動作發展的因素，更為準確的判斷出孩子動作困難的真正原因為何？進而對症下藥，而本教案所希望提供的建議，也正是希望可以透過動作發展歷程的訓練，幫助孩子由根基開始訓練，進而使動作可以有更有品質的展現。

因此筆者建議可以透過肩膀關節、肘關節、腕關節以及手指關節的穩定度及活動度表現，還觀察並訓練孩子的動作表現，進而給予訓練，增加近端關節的穩定度，提高遠端關節的活動度，將可以有效的改善孩子精細動作的表現。

### 三、 動作穩定度及活動度的關係

正如筆者先前所說的，遠端關節活動度的品質表現會因為近端關節動作穩定度的影響，例如：很多的家長都會希望自己的孩子不要輸在起跑點上，因此會很早讓孩子拿筆，不管是塗鴉、繪畫、書寫，多半將目光都集中在孩子會畫怎樣的畫、會不會寫自己的名字、會不會書寫數字、注音符號，或是是不是比別人的小孩厲害；或是很早就讓孩子試著拿筷子、剪刀，關心孩子是不是很厲害，可以在較小的年紀就會使用別人不會使用的工具；但是此時的家長卻常常忽略到孩子有可能因為力量的不足，會出現不對的姿勢來代償力量不足的表現，因此很多孩子在寫字時，會出現趴姿、歪頭、錯誤的握筆姿勢等，多數的家長看不到這個行為的嚴重性，多半都是到了孩子有較大的年紀，發現孩子握筆的姿勢錯誤、使用筷子的姿勢錯誤、寫字不漂亮，才去責怪孩子怎會拿筆拿成那樣、筷子亂拿等，甚至會怪孩子不用心、說了不聽不肯學，卻沒想到，造成自己的孩子有如此的問題，多半元兇都是大人；因為精細動作的發展，除了動作的靈巧性之外，仍要搭配合適的手部力量發展，往往過早的要孩子開始使用手部的小肌肉來進行較為精細的動作，孩子的手部肌肉發展若是尚未具備操作工具的能力，經常就會使用代償的方式的完成操作的動作，例如運筆操作是相當高級的三指協調動作的展現，必須使用到拇指、食指、及中指之間的微妙協調控制，力量控制必須要恰到好處，因為若是過度出力以尋求控制筆的運行，就容易出現握筆姿勢怪異進而形成刻字的現象；力量不足就容易出現握筆過輕進而形成龍飛鳳舞的狀況或是輕描淡寫的現象，這些都是在孩子求學中經常容易出現的問題。為何會出現這樣的問題呢？就以簡單的直線圖來解釋這個現象：





因此，多數的精細動作操作，必須要透過肩、肘關節的動作穩定度來提供腕、指關節活動度的穩定基礎，且手指精細操作的發展，也必須要先有良好的動作穩定度的表現，才能有協調靈活度的展現；因此筆者希望透過肩、肘、腕、指關節的動作穩定度及活動度的活動建議，搭配不同的教材，給予老師針對孩子動作發展的表現訓練的參考，進而協助孩子可以發展出有品質的動作表現。

#### 四、 結語

因此，正確的精細動作訓練或是表現，必須要同時留意力量的表現以及動作協調發展的狀況，而多數的動作表現也必須要有足夠的肌肉力量後，再搭配上協調靈活度的發展，才能有預期的動作表現；正因為如此，從精細動作發展的角度回頭看訓練孩子的方法，強烈的建議老師們必須要先確定孩子的力量發展表現以及關節穩定性是否達到足以應付緊接而來的工具使用後，再透過協調性的訓練增加操作的靈活度與操作技巧，才能讓孩子的精細動作表現有良好的發展與表現；因此建議老師必須要了解精細動作的發展及展現，並非只是將注意力放在手指間的表現，仍必須要從肩膀關節的表現進而留意肘關節、腕關節，最後再看手指間的力量表現以及靈活度的表現；以下所建議的活動，將會依照上述的順序，給予老師活動的參考，透過步驟性的訓練以及目的性的給予，將有助於孩子發展出適宜的精細動作表現。

# 活動項目總覽

## 壹、玩具/遊戲器材類

- 一、 氣球
- 二、 大龍球
- 三、 小皮球
- 四、 球池的球
- 五、 滑板
- 六、 輪胎
- 七、 呼拉圈
- 八、 橡皮筋
- 九、 積木
- 十、 沙包
- 十一、 陀螺
- 十二、 串珠
- 十三、 雪花片
- 十四、 發條玩具
- 十五、 洞洞板
- 十六、 穿線筆
- 十七、 撲克牌
- 十八、 巧巧環
- 十九、 智慧豆
- 二十、 螺絲、螺帽
- 二十一、 水槍

## 貳、美勞素材/工具類

- 一、 各式筆類
- 二、 粉筆
- 三、 油蠟筆、粉蠟筆
- 四、 水彩
- 五、 紙類
- 六、 圓點貼紙
- 七、 黏土
- 八、 剪刀
- 九、 印章
- 十、 打洞器

## 參、日常生活用品類

- 一、 容器
- 二、 布
- 三、 海綿
- 四、 襪子、手套
- 五、 湯匙、勺子
- 六、 筷子
- 七、 夾子
- 八、 錢幣
- 九、 鈕扣
- 十、 吸管
- 十一、 毛線、塑膠繩
- 十二、 迴紋針
- 十三、 光碟片
- 十四、 滴管
- 十五、 針筒
- 十六、 噴水器
- 十七、 手動榨汁器
- 十八、 氣泡布

## 活動設計

### 壹、 玩具/遊戲器材類

- 一、 氣球
- 二、 大龍球
- 三、 小皮球
- 四、 球池的球
- 五、 滑板
- 六、 輪胎
- 七、 呼拉圈
- 八、 橡皮筋
- 九、 積木
- 十、 沙包
- 十一、 陀螺
- 十二、 串珠
- 十三、 雪花片
- 十四、 發條玩具
- 十五、 洞洞板
- 十六、 穿線筆
- 十七、 撲克牌
- 十八、 巧巧環
- 十九、 智慧豆
- 二十、 螺絲、螺帽
- 二十一、 水槍

## 一、氣球

教學材料：氣球、繩子、紙棒、貼地線或巧拼地墊、音樂

(一) 活動名稱： 從天而降

- 訓練重點：
1. 拍—肩腕關節穩定度、腕關節活動度、手眼協調
  2. 跳拍—肩肘腕關節活動度、手眼協調、肌力
  3. 紙棒敲打—肩肘腕關節活動度、手眼協調、肌力、對掌能力

活動說明： 將氣球從天花板垂吊，可分別進行下列各項活動：

1. 拍：

- (1) 將氣球垂吊的距離調整至幼兒站立、伸手可及的高度，請幼兒輪流用左/右手拍打氣球。
- (2) 也可以請幼兒躺在地墊上，在用手拍打氣球。

2. 跳拍：

將氣球垂吊的距離調整至幼兒需經跳躍、伸手拍打方可及的高度，請幼兒輪流用左/右手拍打氣球。

3. 紙棒敲打：

將氣球垂吊的距離調整至幼兒手持紙棒可打到氣球的高度，請幼兒用雙手握住事先準備好的紙棒敲打氣球。

- 備註：
1. 可依幼兒個別能力差異、生理限制、對於本活動的精熟程度，進行分別或同時調整以下各元素來豐富本活動的變化性，如：氣球的大小、紙棒的粗細、時間的長短、活動空間的範圍……等。
  2. 上述拍打的活動也可將繩索垂降至用腳可及的高度，延伸訓練幼兒以站姿或躺著的姿勢來用腳拍打氣球，可訓練單腳平衡和腹肌力量。



(二) 活動名稱： 操之在我

訓練重點： 肩肘腕關節活動度、手眼協調

活動說明： 發給每位幼兒一人一顆氣球，請分別依下列方法請幼兒持續用手拍打氣球，設法不讓氣球掉落於地面上，

1. 隨意拍打：

提供一空曠的場地，在一定的時間限制下，幼兒只需維持氣球不斷保持在空中的狀態即算過關。

2. 指定範圍：

待幼兒熟練上一活動後，可將幼兒站立的空間範圍逐漸縮小，過關的條件依舊是設法使氣球不斷保持

在空中的狀態。因為有了移動空間的限制，故幼兒此時必須考量到拍打氣球的力道與方向控制，不能讓氣球飄到伸手卻無法碰觸的範圍。

備註：可依幼兒個別能力差異、生理限制、對於本活動的精熟程度，進行分別或同時調整以下各元素來豐富本活動的變化性，如：氣球的大小、紙棒的粗細、時間的長短、活動空間的範圍……等。



(三) 活動名稱：合作運球

訓練重點：關節穩定度

- 活動說明：
1. 將幼兒分成二至三隊，兩兩一組，合作用手持球將球運至對面再折返換下一組幼兒。
  2. 過程中若不慎讓氣球掉落，要原地重來，比賽看哪一組最快完成。

備註：待幼兒熟悉後，可指定特定的身體部位（如頭、肚子、背等）或不同大小尺寸的報紙來運送氣球。





(四) 活動名稱：刮鬍子

訓練重點：雙側協調、肩肘關節穩定度、腕關節活動度、手指肌力、對掌能力

- 活動說明：
1. 將吹好的氣球表面塗滿刮鬍泡。
  2. 請幼兒一手握住氣球打結處，另一手拿著刮鬍刀設法將泡沫刮乾淨。
  3. 過程中幼兒需小心不讓氣球破掉。

(五) 活動名稱：水球會師

- 訓練重點：
1. 灌水球—肩肘腕關節穩定度、肌力、對掌能力、虎口穩定度、掌內操作能力、雙側協調
  2. 水球爆破—關節穩定度、手指肌力、虎口穩定度、對掌能力
  3. 水球擲準—肩肘腕關節活動度、肌力、虎口穩定度、手眼協調、雙側協調
  4. 水球大戰—肩肘腕關節活動度、肌力、手眼協調、虎口穩定度

- 活動說明：
1. 灌水球：請幼兒設法將氣球套在水龍頭下方，訓練幼兒觀察維持適當水量後將水球打結。
  2. 水球爆破：請幼兒用力將水球捏破或擲破。
  3. 水球擲準：設定標的物或範圍，請幼兒設法將水球投擲至指定區域。
  4. 水球大戰：讓幼兒用水球互砸，避免直接丟擲頭部和臉部。

備註：留意安全性





## 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭ㄉ圖片？）

1. 上述的氣球相關活動間，在訓練的時候，各有不同的強調重點，技巧也略有不同，使用者可以依課程的需要和時間長短來決定使用活動的項目和呈現順序。
2. 氣球可以玩的身體遊戲還有很多喔！，老師也可以加入下肢、觸覺（如摩擦）的元素，讓活動更增添豐富性。

## 二、大龍球

教學材料：各式大龍球



### (一) 活動名稱：推動大龍球

訓練重點：肩肘關節穩定度、肌力、雙側協調

活動說明：1. 將幼兒依人數分成二至三隊，每次請一位幼兒用雙手將大龍球推至對向指定處後折返將球交給下一位隊友。  
2. 比賽看哪一隊最快輪完一輪即為獲勝方。

備註：

### (二) 活動名稱：人體保齡球

訓練重點：肩肘關節穩定度、肌力、雙側協調、手眼協調

活動說明：1. 玩法如同保齡球般，惟請幼兒當成球瓶，並以大龍球作為推動用的球。  
2. 計算同樣推動次數下，哪一方的幼兒可推倒較多的人數即為獲勝方。  
3. 以幼兒做為球瓶，除可增加刺激感外，更可伺機訓練幼兒在擔任球瓶時要站在定點不能亂動，且觀察當龍球靠近幼兒身體時，被球碰到的幼兒要練習倒下，過程中饒富趣味性，式教學現場中相當受歡迎的活動之一。  
4. 且以大龍球取代小球，除了更容易擊中目標外，也放慢了速度，讓推丟方與被丟方都有充足的反應機會。

### (三) 活動名稱：滾地躲避球

訓練重點：肩肘關節活動度、腕關節穩定度、肌力、雙側協調

活動說明：1. 在地上畫出一範圍，請幼兒分別擔任內外場工作，外場的人須將大龍球推向內場的人；內場的人要設法躲避外場推過來的球，碰到大龍球者要到外場去。  
2. 一開始可只開放對向兩側邊界的外場人員，讓內場幼兒

在練習轉身躲避時，不必疲於奔命。待幼兒熟練後，再開放至範圍的四個邊界都可發球。

備註：一般國小常玩的躲避球，由於球較小較硬，不太好傳接和擲準，且傳遞的速度較快，對於學前階段的幼兒比較難以掌握，故建議先使用大龍球，透過在地上推動的方式，不但目標明顯且速度較慢，對於丟球者和躲避者都比較容易上手。待幼兒熟悉和能力較佳時，可以逐漸將球的尺寸縮小並調整成一般國小階段熟悉的玩法。

(四) 活動名稱：俯臥大龍球

訓練重點：肩肘關節穩定度、肌力、雙側協調

活動說明：

1. 請幼兒以肚子俯臥在大龍球上，由大人在其身後扶住臀部或下肢。
2. 請幼兒以手掌在地面做推移來帶動龍球前進。
3. 可請幼兒推動輪球向前與其他幼兒握手。

備註：扶臀部或扶下肢係評估幼兒支撐自己的能力，能力佳者，可僅拉住幼兒的雙腳，訓練其控制身體平衡的能力。



### 三、小皮球

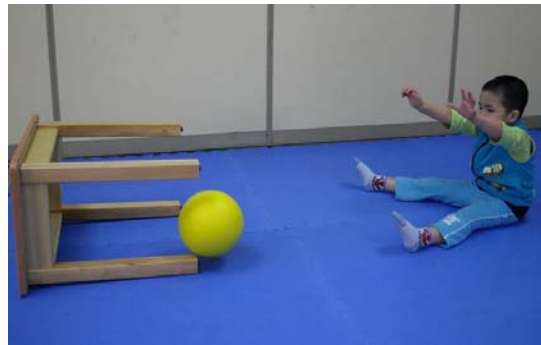
教學材料：合適尺寸之小皮球或發泡球



(一) 活動名稱：單人丟接球

- 訓練重點：
1. 向前拋擲—肩肘腕關節穩定度、腕關節活動度、肌力、雙側協調
  2. 自己拋接—肩肘腕關節穩定度、腕關節活動度、肌力、雙側協調、手眼協調
  3. 丟接彈地反彈球—肩肘關節穩定度、腕關節活動度、肌力、雙側協調、手眼協調
  4. 對牆丟接球—肩肘腕關節穩定度、肩肘關節活動度、肌力、雙側協調、手眼協調
  5. 滾地球—肩肘腕關節穩定度、肩肘腕關節活動度、肌力、雙側協調、手眼協調

- 活動說明：
1. 向前拋擲：
    - (1) 雙手/單手持球高舉過肩向前拋擲。
    - (2) 雙手持球自胸前向前拋擲。
    - (3) 雙手/單手低手持球，在相當約腿部高度處向前拋擲。
  2. 自己拋接：雙手持球向上拋接球。
  3. 丟接彈地反彈球：雙手/單手持球向下拋球，待球自地面反彈後接住/或持續拍打。
  4. 對牆丟接球：在牆面適當高度處貼/畫出一框框，請幼兒面對牆壁擲球，要設法將球丟進所框出的範圍內，然後再設法接住自牆面反彈回來的球。
  5. 滾地球：請幼兒坐在地上雙腳打開，將球放在腳間，雙手設法將球往前推動至指定範圍（如球門）內。



(二) 活動名稱： 雙人（或多人）傳接球

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘腕關節活動度、肌力、雙側協調、手眼協調、虎口穩定度

活動說明： 1. 玩法類似活動（一）單人丟接球。  
2. 滾地：肩肘關節穩定度、腕關節靈活度、虎口穩定度、肌力、雙側協調性、手眼協調性兩人面對面坐在地上（或多人圍坐成圈），設法將球滾向對方。





(三) 活動名稱： 報數

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、虎口穩定度、肌力、雙側協調、手眼協調

- 活動說明：
1. 每次指定一位幼兒抱著球，其他幼兒圍著其站列。
  2. 拿著球的幼兒需用力朝上將球丟出，並大喊其中一位幼兒的名字，例如：「小花」。
  3. 小花要趁球尚未落地前將球接住，其他幼兒則要儘速散開。
  4. 之後由小花繼續喊其他幼兒的名字，遊戲依此類推持續進行。
  5. 但若小花無法及時在球落地前將其接住，則須在撿到球的瞬間大聲喊：「停」，其他幼兒須立刻停止，不能再移動。
  6. 小花可往任何方向移動三至五步以縮短與其他幼兒的距離，然後把球丟向任意一位幼兒。
  7. 之後由被丟中者當鬼繼續此遊戲，若小花未丟中任何人則由小花繼續當鬼。
  8. 當鬼次數累積達三次者需當眾及興表演給出局休息。

(四) 活動名稱： 投籃

訓練重點： 腕指關節穩定度、肩肘腕關節活動度、虎口穩定度、肌力、雙側協調、手眼協調

活動說明： 請幼兒將球投至指定的範圍內。



(五) 活動名稱： 拍球

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、肌力、雙側協調、手眼協調

- 活動說明：
1. 原地拍球：請幼兒雙手/或單手原地拍球。
  2. 前進運球：請幼兒雙手/或單手運球前進。

(六) 活動名稱： 球拍運球

訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、對掌動作、肌力、手眼協調

活動說明： 1. 多人：

(1) 請幼兒排成一直列，分別手握羽球拍，在第一位幼兒的拍面上擺放小球，請其設法將小球傳給第二位幼兒。

(2) 依序進行，直到將小球傳給最後一位幼兒，過程中若不慎讓球掉落到地面，則須重來。

(3) 亦可分隊競賽，增加活動刺激感與樂趣。

2. 單人：

(1) 請幼兒手握羽球拍，設法將拍面上的小球平穩地運送至指定的距離處後折返交給下一位幼兒。

(2) 依序進行至所有幼兒輪完。



(七) 活動名稱： 躲避球

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、虎口穩定度、肌力、雙側協調、手眼協調

活動說明： 玩法如同上述「大龍球」中的「躲避球」一樣，惟改以準備軟硬適中且幼兒可掌握的球，如發泡排球，如此不但可訓練幼兒拋接球的能力，球的大小改變了，傳動的速度也加快了，在內場的幼兒要更迅速的移動躲避。

備註： 可視幼兒手部動作能力分別規定其使用雙手或單手持球。

(八) 活動名稱： 運籌帷幄

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、虎口穩定度、雙側協調、手眼協調

活動說明： 1. 請幼兒雙手握球，設法將球繞著肚子的前後繞圈轉動。  
2. 同樣請幼兒雙手握球，設法在跨下依「∞」字型傳動繞球。

備註： 1. 難度的調整可以先從在地面傳繞做起，可視幼兒能力決

定是否要在地面上貼「∞」字型的線條提示，待幼兒熟練後再練要求其在空中練習。





#### 四、球池的球

教學材料：球池的球、與球池球大小相同的球、乒乓球

(一) 活動名稱：指間轉動

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、虎口穩定度、掌內操作能力、雙側協調、手弓發展及穩定度

活動說明：準備幼兒手掌可抓握大小的球，請幼兒用雙手的手指分別向外或向內轉動小球。

(二) 活動名稱：單手丟接

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、手眼協調、雙側協調

活動說明：準備有彈性的小球（如網球），請幼兒向下丟球，當球向上彈起時，設法將球接住。

備註：1. 難度調整：接球的難度可以先以掌心向上接球做起，待熟練後，再訓練幼兒掌心向下接球。

(三) 活動名稱：你丟我接

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節靈活度、對掌動作、肌力、手眼協調

活動說明：1. 請一位幼兒揹著一個籃子在設定的範圍內奔跑，其他幼兒拿著小球要設法將球投入籃子中。  
2. 可將幼兒分成兩隊，各派出一個人負責揹籃子，其他幼兒要設法將球投入對方的籃子中，最後計算兩邊投進球數，多者為勝方。



(四) 活動名稱：球池遊戲

訓練重點：1. 球池尋寶：肩肘關節活動度、手眼協調  
2. 彩球四濺：肩肘腕指關節活動度、肌力

3. 色色分明：對掌能力、手眼協調

活動說明：

1. 球池尋寶：

(1) 老師預先在球池中放入各種日常生活中常見的物品，請幼兒入球池內尋找出指定的物品。

(2) 難度延伸：指定的物品亦可在尺寸的大小和顏色上做變化，以增加搜尋的困難度。

2. 彩球四濺：在安全前提下請數位幼兒坐入球池中玩耍，讓幼兒盡情在球池中擺動自己的全身，鼓勵幼兒將球池中的設法丟出或踢出池外。

3. 色色分明：(接續上個活動)發給每位幼兒一人一個籃子，分別指定其撿回不同顏色的球，給老師檢查後再倒入球池中。

(五) 活動名稱：百發百中(乒乓球)

訓練重點：肩肘關節穩定度、腕關節靈活度、肌力、手眼協調性、對掌動作

活動說明：1. 類似夜市擺攤遊戲，準備數個可容納小球的容器並緊密排列成方形。

2. 請幼兒站在指定距離遠處設法將球擲入任一容器中，遊戲結束後計算每人丟中的數量。



(六) 活動名稱：彈指神功(乒乓球)

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘指關節活動度、手眼協調、掌指分側化、虎口穩定度

活動說明：準備一淺盤，在中間畫上中線且在淺盤上擺放一乒乓球，請兩位幼兒分立兩邊，設法用手指將乒乓球彈到對方的領地。



### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勿圖片？）

1. 各種大小的球，剛開始因為幼兒力道拿捏不易，最好使用軟質的充氣球或發泡球，減少衝擊力所可能造成的傷害。
2. 其中有許多牽涉擲遠的活動，距離長短的調整亦是難度控制的項目之一。

## 五、滑板

教學材料：各式滑板、小球(約球池球的大小)、鈴鼓



(一) 活動名稱：俯臥滑動

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、雙側協調、肌力

活動說明：使用雙手或雙腳滑動滑板(路線可為直線或須繞S型或繞過障礙物)

- 備註：
1. 難度變化：亦可分隊競速、調整平面/坡面、或同時要求幼兒做出撿球、丟球(同側、換手)、拍打鈴鼓等動作。
  2. 俯臥時，鼓勵幼兒盡量將頭頸抬高，可同時訓練背肌力量。



(二) 活動名稱：盤坐滑動

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、雙側協調、肌力

活動說明：請幼兒盤腿坐在滑板上，分別作以下不同手部動作的練習：

1. 使用雙手滑動前進或後退。
2. 拉繩：將繩索固定一端，請幼兒利用左右手輪替拉動繩索的另一端，使滑板前進。
3. 划船：握棍棒左右輪流向地面支撐擺動以滑動滑板。

(三) 活動名稱： 跪姿滑動

訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、雙側協調性、肌力

活動說明： 使用雙手向前或向後滑動。



(四) 活動名稱： 拉繩滑動

訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、雙側協調、肌力

活動說明： 1. 將繩索綁在滑板上，請一位幼兒盤坐其上，請另一位幼兒用雙手拖拉繩索以移動滑板，設法將滑板拉行至指定距離處。

2. 可分隊競賽，以增加活動刺激性和流暢性。

備註： 留意繩索的選擇，避免容易刮傷幼兒手部。



### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勿圖片？）

1. 上述活動均可讓幼兒嘗試做方向改變的控制練習。
2. 留意安全，必須在成人監督陪同下使用。



## 六、輪胎

教學材料：不同直徑、高度、寬度的輪胎數個

### (一) 活動名稱：滾動達人

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、雙側協調、手眼協調、肌力

活動說明：依幼兒能力挑選寬度合適的輪胎，請幼兒使用雙手左右輪流撥動輪胎至特定距離遠。

備註：除輪胎的寬度變化外，還可以視幼兒程度，分別或同時調整場地，如行進路線為直線或曲線、水平地面或坡面、途中擺放障礙物、貼範圍地線等各種變化。



### (二) 活動名稱：投投是到

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、肌力、手眼協調

活動說明：將輪胎做為標的物，準備沙包或其它可投擲物，請幼兒分別在不同長度的距離處將投擲物拋入輪胎內圈。

備註：除了距離的調整外，輪胎的數量、大小與擺放法（如平放或直立）等都是可調整難度變化的。



### (三) 活動名稱：米其林總動員



訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、肌力

活動說明： 採個別或小組等競賽的方式，請幼兒設法將輪胎疊高。

備註： 除疊高的比賽外，亦可進行創意造型的堆疊。



(四) 活動名稱： 小農夫養成訓練班

訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、肌力、對掌能力

活動說明： 1. 將繩索綁在輪胎上，請幼兒用雙手拖拉繩索以移動平躺在地上的輪胎，設法將輪胎拖行至指定距離處。

2. 可分隊競賽，以增加活動刺激性和流暢性。

備註： 留意繩索的選擇，避免容易刮傷幼兒手部。



## 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勾圖片？）

輪胎尚有許多可以訓練下肢技巧和力量的活動，如爬行、跳躍、鑽洞……等許多不同的變化，鼓勵老師將多種不同訓練重點之輪胎活動組合設計成關卡活動。



## 七、呼拉圈

教學材料：呼拉圈

### (一) 活動名稱：轉動呼拉圈

訓練重點：肩肘關節穩定度、肩肘關節活動度、肌力

活動說明：請幼兒分別用左/右手、脖子、腰、腳等身體各個部位，轉動呼拉圈，看看誰可以讓呼拉圈持續轉動不停。



### (二) 活動名稱：彩色蜘蛛

訓練重點：肩肘關節穩定度、肩肘關節活動度、肌力、雙側協調

活動說明：1. 同樣在地上擺放各種顏色的呼拉圈，請幼兒在地上的呼拉圈間隨意爬動，但要設法讓自己不會碰到呼拉圈的框框。

2. 老師指定幼兒的手和腳分別要停留在某特定顏色的呼拉圈中，如左手在紅色、右腳在藍色。



### (三) 活動名稱：拋接呼拉圈

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、肌力、雙側協調、手眼



協調

活動說明：請幼兒用雙手或單手將呼拉圈向上高拋過自己頭頂後，設法用雙手在呼拉圈落地前接住它。



(四) 活動名稱：旋轉、跳躍

訓練重點：肩肘關節穩定度、腕指關節活動度、掌內操作能力

活動說明：請幼兒用單手（慣用手）將呼拉圈直立在地面上轉動，然後設法在呼拉圈停止轉動前跳進呼拉圈中。

備註：能力較好的幼兒，可請其在呼拉圈停止轉動前，設法跳進去再跳出來。



(五) 活動名稱：我擺你跳

訓練重點：關節活動度、手眼協調

活動說明：

1. 準備兩個呼拉圈在地上依序排列，請幼兒兩兩一組。
2. 一人負責由第一個呼拉圈往前跳進第二個呼拉圈內，請另一位幼兒隨即立刻將第一個呼拉圈往前移動排列在第二個呼拉圈之前。
3. 請負責跳躍的幼兒再由第二個呼拉圈中往前跳進剛擺放好的呼拉圈中。

4. 指定折返點距離，請幼兒至折返點後交換任務返回起點。
5. 可將幼而分成兩大組，同時競速比賽。



(六) 活動名稱：扭扭擠擠

訓練重點：關節活動度、雙側協調

活動說明：請幼兒站立在一至數個相當其肩寬大小的呼拉圈中，請幼兒在雙腳不移動的狀態下，設法將呼拉圈由腳邊往上脫離自己的身體。



(七) 活動名稱：傳動電流

訓練重點：關節活動度、雙側協調

- 活動說明：
1. 請二到數位不等的幼兒手牽手聯成一條直線或圍成一個圓圈。
  2. 將呼拉圈掛在某一端幼兒的手臂上，請幼兒在牽好的手不能鬆開狀態下，設法將呼拉圈傳送到另一端。
  3. 可分隊比賽，看看哪一隊的傳動速度較快。



(八) 活動名稱：套圈圈

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、手眼協調、對掌能力

- 活動說明：
1. 準備高腳圓板凳、矮旗桿或將桌子翻面使桌腳朝上等目標物，請幼兒站在特定距離處，設法將呼拉圈套中目標物。
  2. 待幼兒熟練後，可將呼拉圈逐漸替換成更小的尺寸，以增加難度。
  3. 亦可將目標物換成是幼兒所喜愛的增強物，以提高動機。



(九) 活動名稱：mission impossible

訓練重點：關節活動度、雙側協調

- 活動說明：將數個呼拉圈依不同高度懸掛，請幼兒設法依序穿越各個呼拉圈。

(十) 活動名稱：火車快飛

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、肌力、對掌能力

- 活動說明：請幼兒站在呼拉圈內且雙手抓握呼拉圈，將數個呼拉圈依序透過幼兒串聯成列，可搭配哼唱兒歌「火車快飛」讓火車前進、後退、或過山洞等增加想像情境樂趣。

備註： 留意速度安全性



## 八、橡皮筋

教學材料：橡皮筋

(一) 活動名稱：靈活的手指

訓練重點：手指關節活動度、掌指分側化、掌內操作能力

活動說明：1. 暖身活動：(手指體操)

(1) 配合口訣「早上起來做早操呀！做早操呀！」，讓食指動一動！預備動作為雙手食指伸直，動的順序為A. 雙手食指彎曲、B. 雙手食指指尖相對、C. 雙手食指彎曲、D. 回復為雙手食指伸直。

(2) 神槍手打老鼠：左手比手槍的姿勢（手比7），右手比1【口訣：我是神槍手呀，打中1隻小老鼠】；雙手交換，右手比手槍的姿勢，左手比2【口訣：我是神槍手呀，打中2隻小老鼠】…依序練習至5。

2. 請幼兒輪流用雙手的大拇指、食指、中指、無名指和小指傳遞橡皮筋。

備註：1. 在暖身運動及神槍手打老鼠的兩個活動，剛開始練習時可以先放慢唸口訣的速度，讓手指可以熟悉與口訣互相配合的動作待孩子熟練後再逐漸回復正常速度或加快速度。

2. 透過遊戲的方式及有趣的口訣，孩子通常都會玩的很開心，更棒的是在玩的過程中手的力量及靈活度都提升了。

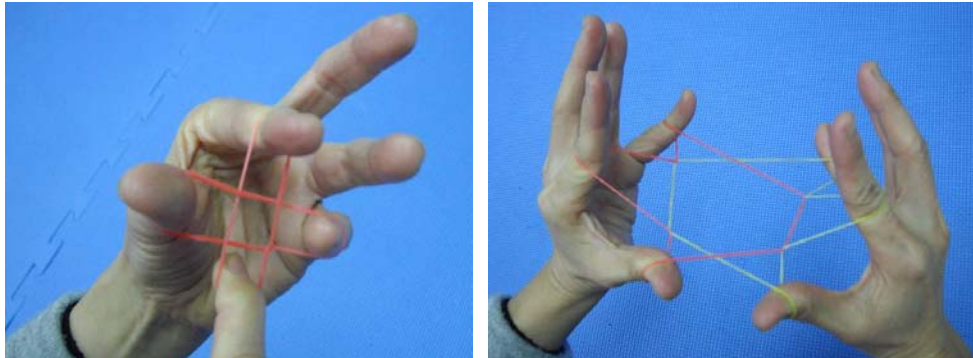
3. 因為是簡單的小遊戲，平常就可以玩，家長陪著孩子一起玩更可提升親子間的互動喔。



(二) 活動名稱： 掌指之間

訓練重點： 手指關節活動度、掌指分側化、手指肌力、雙側協調、虎口穩定度、手弓發展及穩定度

活動說明： 1. 幼兒仿照老師的示範，逐步將掌中的橡皮筋分別拉撐成十字星、六角星、熱氣球……等圖案。  
2. 玩法類似上述步驟中的「六角星」活動，請幼兒雙手分別套上不同顏色的橡皮筋，請幼兒設法將左右手的橡皮筋對調。



(三) 活動名稱： 神射手

訓練重點： 手指關節穩定度、手指關節活動度、掌指分側化、手指肌力、手眼協調、雙側協調

活動說明： 1. 請幼兒用橡皮筋彈射衛生紙、報紙或養樂多瓶，設法將其彈破（或彈倒）。  
2. 準備小紙張，請幼兒先練習將紙條摺成「V」字形狀。  
3. 請幼兒用非慣用手的拇指和食指拉撐橡皮筋，用慣用手持V字紙條並設法將紙條的中間凹槽由身體外側向內套住橡皮筋。  
4. 持橡皮筋的手保持不動，持紙條的手向身體近端側拉動以延展橡皮筋的彈性，後放開紙條。  
5. 觀察紙條彈飛至何處。

備註： 留意橡皮筋彈射時的安全，避免幼兒對著他人彈射與小心不要反彈到自己。

(四) 活動名稱： 接龍

訓練重點： 手指關節靈活度、雙側協調、掌內操作能力

活動說明： 請幼兒將橡皮筋兩兩相接，接成一條很長的繩子。

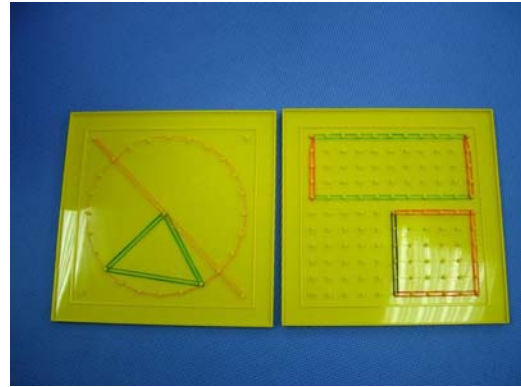




(五) 活動名稱：釘板

訓練重點：手指關節活動度、掌內操作能力、雙側協調性、對掌能力

活動說明：自製方型釘板或買現成教具亦可，請幼兒使用橡皮筋在釘板上分別排出正方形、長方形、三角形、菱形……等各種幾合圖形或自由造型創作。



(六) 活動名稱：跳繩

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力（甩跳繩者）

活動說明：

1. 小皮球、香蕉油：請兩位幼兒分別持握長橡皮筋繩的兩端，且在地面上左右擺動，請其他幼兒一邊唸兒謠「小皮球，香蕉油，滿地開花二十一；二五六，二五七，二八、二九、三十一、……」，同時一邊在長橡皮筋繩上跳躍，規則是不能碰到擺動中的橡皮筋繩，計算誰可以連續跳躍最多下。
2. 牛仔很忙：請老師或一位幼兒蹲或站手持長橡皮筋繩並且以自己為圓心，手甩大圈，每個圈都要碰到地面，請其他幼兒在圈上跳躍，規則是不能碰到甩動中的橡皮筋繩，計算每人可連續跳過的次數。
3. 雙人跳：兩人面對面站立，其中一人手握橡皮筋繩分別向前（或向後）擺動繩子，兩人須同時跳躍通過擺動中的橡皮筋繩，計算哪一組可連續跳躍最多下。（看不懂

怎玩?)

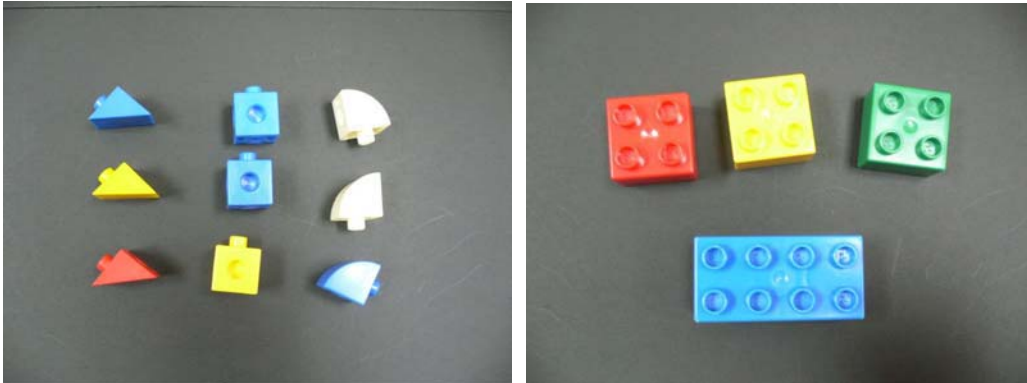
4. 單人跳：玩法類似上述「兩人一組」，惟改成單人獨自擺動繩索並跳躍。



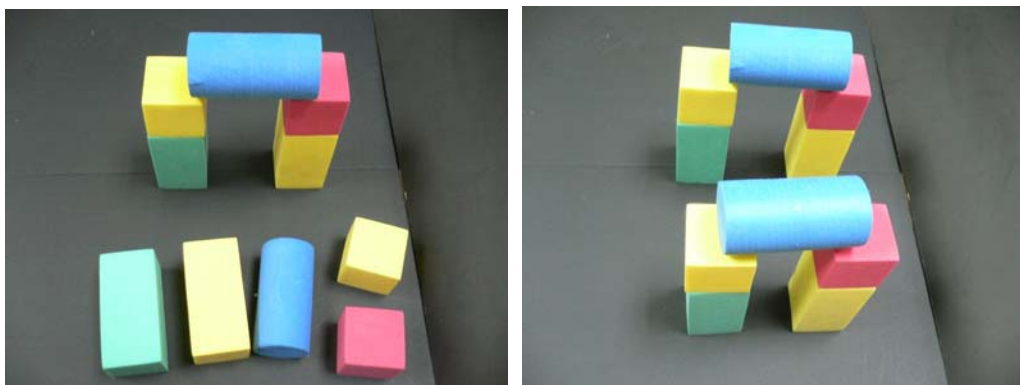


## 九、積木

教學材料：泡綿積木、樂高積木、木頭積木、幾何連接塊……等各式積木



- (一) 活動名稱：堆疊摩天樓  
訓練重點：關節穩定度、對掌能力、手眼協調  
活動說明：準備大小相同的積木數個，請幼兒比賽看誰可以向上堆疊得較高。
- (二) 活動名稱：抽地樁  
訓練重點：關節穩定度、對掌能力、手眼協調  
活動說明：在疊高的積木堆中，請幼兒設法在不讓積木塔垮落的前提下，輪流抽取積木，由先讓積木塔垮落的一方算輸。
- (三) 活動名稱：連鎖效應  
訓練重點：肩肘腕關節穩定度、虎口穩定度、手眼協調、對掌能力  
活動說明：準備可直立的積木，請幼兒依適當間距依序直立排列積木，看看誰可以在使積木不倒下的規則中，連續排列最多的積木。
- (四) 活動名稱：一樣不一樣  
訓練重點：肩肘腕關節穩定度、手指關節活動度、虎口穩定度、手眼協調性、對掌能力  
活動說明：  
1. 請幼兒仿排老師所排出的圖像。  
2. 亦可請幼兒擔任出題者，除可訓練其構思計畫的能力外，更可提供其擔任小老師的成就感，提高學習動機。  
備註：積木的數量、顏色的種類、圖案的複雜度等都是可以做為難度調整的變化，可依幼兒程度彈性斟酌。

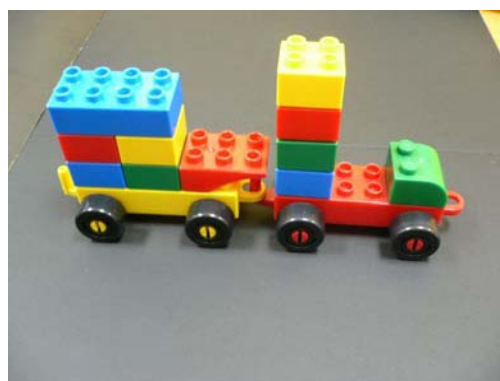


(五) 活動名稱： 千變萬化

訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、手指關節活動度、手指肌力、雙側協調、手眼協調、對掌能力

活動說明： 1. 準備可拼接的積木，請幼兒依特定主題或隨意創作。  
2. 鼓勵幼兒自由創作、表達介紹、彼此分享觀摩、進而嘗試模仿甚至是激發出屬於自己的創作。

備註： 1. 別以為特殊需求幼兒就無法在創造發展的領域有所表現喔！除了可以鼓勵同儕間的模仿學習外，我們還嘗試過將這份作業放入親子作業中，讓家長和幼兒們共同組裝，引導幼兒對自己的作品多做口語表達練習，再於課堂上共同觀摩分享，不論是普通生還是特殊生都相當喜愛這份作業喔！  
2. 對於能力較佳的幼兒，還可以限制時間，讓幼兒在有限的材料和時間規定內，嘗試挑戰自我的極限！  
3. 延伸活動：分類、命名等認知教學活動—積木擁有平面/立體、顏色、形狀等多種的變化，在組搭的過程中還可以融入各種單元主題，是基本認知教學和主題教學時，相當容易利用的素材之一。



## 十、沙包

教學材料：沙包、幾何形狀洞板

(一) 活動名稱：請你跟我這樣做

訓練重點：肩肘關節活動度、雙側協調、手眼協調

活動說明：1. 暖身活動：先從簡單緩慢的肢體動作模仿做起，請幼兒模仿大人的動作。  
2. 準備兩套各種顏色（或花色、形狀）的沙包，請幼兒與大人面對面坐，請幼兒依大人所排的圖示仿排。

備註：1. 留意暖身活動時，宜先從同側的動作做起，再逐漸變化至跨中線的動作。  
2. 可要求幼兒只能使用單手，以訓練其跨中線的能力。

(二) 活動名稱：沙包不離身

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、肩肘腕關節活動度

活動說明：1. 請幼兒分別練習將沙包停留在身體的各個部位，如頭頂、手臂、肩膀、夾在脖子等各處。  
2. 並在行進間設法保持讓沙包不掉落。



(三) 活動名稱：in or out

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力、上臂肌力、手眼協調

活動說明：以幾何形狀洞板為目標物，單手將沙包往前投擲，視幼兒投擲的力量調整與形狀洞板的距離。

備註：洞板的種類很多，一開始可以使用洞口較大的洞板，增加幼兒的成就感！



(四) 活動名稱： 動盪年代

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力、上臂肌力、手眼協調

活動說明： 坐在秋千上擺盪，以幾何形狀洞板為目標物，單手將沙包往前投擲，視幼兒投擲的力量調整與形狀洞板的距離。



(五) 活動名稱： 單人沙包丟接樂

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、雙側協調、手眼協調

活動說明：

1. 坐在地板上，雙手/或單手將沙包往上丟，高度至少須超過頭頂，並設法讓沙包落在指定範圍中。
2. 請幼兒單手高舉過頭並手心向下抓握沙包讓其向下掉落，另一手要設法在沙包掉落在地上前接住沙包，左右手輪替練習。
3. 坐或站均可，單手將沙包往上丟，高度至少須超過頭頂，並且設法在沙包落地之前用雙手接住。
4. 坐或站均可，單手將沙包往上丟，高度至少須超過頭頂，並且設法在沙包落地之前用另一隻手接住，如左手丟右手接。
5. 坐或站均可，單手將沙包往上丟，高度至少須超過頭頂，設法在沙包落地之前先拍一下手之後再分別使用雙



手/或單手將沙包接住，在動作熟練後可嘗試設法在沙包落地之前先拍二下手之後再將沙包接住。



(六) 活動名稱：左顧右盼

訓練重點：對掌能力、上臂肌力、雙側協調

活動說明：請幼兒抱著一籃裝有紅、藍兩色的沙包，站在地線的一端向另一端前進，並於地線的兩端分別放置紅、藍兩色的桶子，請幼兒在前進途中定點投擲紅、藍沙包。



(七) 活動名稱：投擲標靶

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力、肌力

活動說明：在適當距離遠處的地面上畫有數個同心圓，由圓心開始

依序向外在每個圈分別標示遞減的分數，請幼兒設法將沙包投擲進圓圈中，計算幼兒得分。

(八) 活動名稱： 星際大戰

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力、肌力

活動說明： 1. 將全體幼兒分成兩隊，分別站在兩端，中間用大塊布圍起隔開。  
2. 分別在兩隊的領地上佈滿許多同色的沙包(或小布球)。  
3. 請兩隊幼兒於特定時間內，捨法將沙包(或小布球)丟至對方的領地內，遊戲時間結束後計算兩邊的沙包數量，比較哪一隊所剩數量較少即為勝方。

備註： 布的高度會影響幼兒投擲時需要耗費的力量，一開始可以先降低布帷的高度，逐次拉高以增加投擲的困難度。

(九) 活動名稱： 雙(多)人沙包丟接樂

訓練重點： 腕關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力、肌力、手眼協調

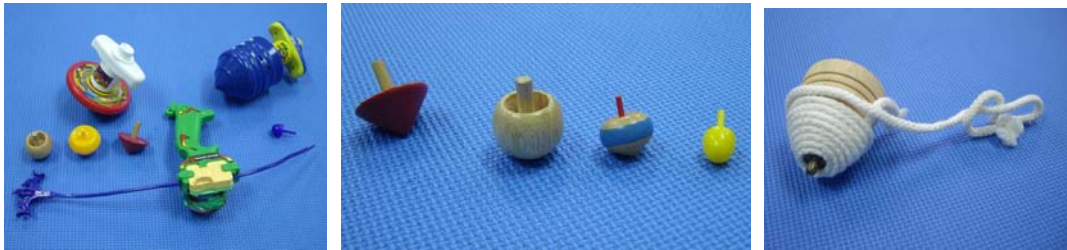
活動說明： 由一幼兒丟沙包，另一或多名幼兒用手或以器具如籃子來接沙包。

### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭ㄉ圖片？）

上述有關沙包丟接樂的各項活動有難易程度的差別，在選擇進行的活動之前需考量幼兒的能力狀況決定合適的活動，避免讓幼兒產生過大挫折感。

## 十一、陀螺

教學材料：各式陀螺



### (一) 活動名稱：戰鬥陀螺

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、虎口穩定度、掌內操作能力、手指肌力、對掌能力

活動說明：在遊戲中訓練幼兒組裝陀螺和按壓開關的技巧。



### (二) 活動名稱：小陀螺

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、手指關節活動度、對掌能力

活動說明：1. 同樣是練習手指前三指旋轉的協調性和技巧，適合給手指具有一定旋轉力量的幼兒使用。  
2. 要使小陀螺能夠順利地持續旋轉，除了手指要有一定的力量外，手指間還必須具有相當的靈活度與協調穩定性。

### (三) 活動名稱：傳統陀螺

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、肩肘腕關節活動度、掌內操作能力、雙側協調

活動說明：中國傳統童玩的陀螺需要用線繩整齊且緊密的纏繞，需要相當的手掌穩定度與雙手協調性，之後再配合手腕甩放陀螺並抽回繩索的連續動作，方能使陀螺持續旋轉，對學前階段的幼兒而言，是一項相當具挑戰性的動作。

## 十二、串珠

教學材料：各種顏色、形狀、大小的串珠

(一) 活動名稱：分一分，說一說

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、手指關節活動度、對掌能力

活動說明：利用串珠的顏色、形狀、大小等不同類別請幼兒分別做配對、分類與命名的練習。

(二) 活動名稱：排一排，串一串

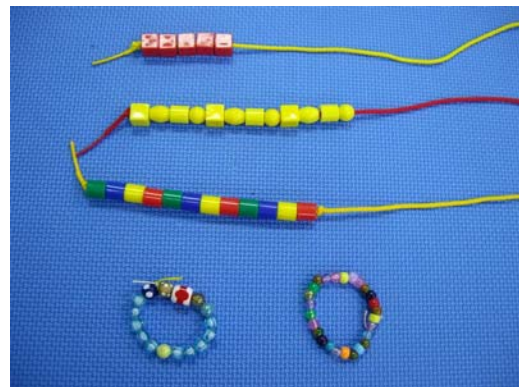
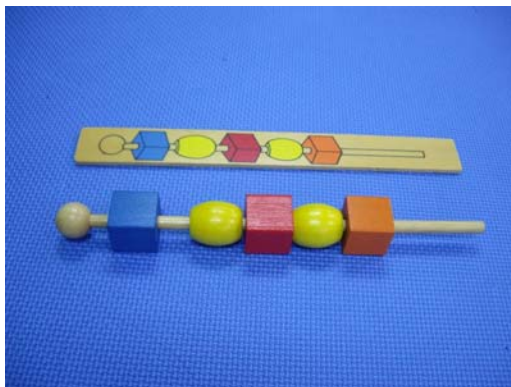
訓練重點：肩肘腕關節穩定度、手指關節活動度、雙側協調、手眼協調、對掌能力

活動說明：視幼兒個別差異做以下各種方式的模仿排列/或模仿穿串，(難度變化調整詳見下方「備註」欄位說明)

1. 左右橫列：請幼兒由左至右依序排列/或穿串串珠。

2. 上下直列：請幼兒由上至下依序排列/或穿串串珠。

備註：在仿排和穿串，當幼兒能力較弱時，可以先提供視覺線索提示，提示的難度調整可以從立體實物的完整示範(如下圖一)、平面圖卡的示範(如下圖二、圖三)、到僅提供口語要求的提示，如「請依紅→藍→紅→藍→……的順序排列，形狀不拘」、「請用方形的串珠並依紅→藍→紅→藍→……的順序排列」。





### 十三、雪花片

教學材料：不同顏色、形狀、大小的雪花片、治療黏土、彩晶膠帶



(一) 活動名稱：眼花撩亂

訓練重點：對掌能力、手眼協調

活動說明：請依幼兒個別能力狀況分別進行顏色/形狀/大小等不同向度的配對、分類或依序模仿排列的練習。

(二) 活動名稱：花花世界

訓練重點：掌指分側化、手指肌力、雙側協調、對掌能力

活動說明：雪花片的組合方式有二，一為利用其上的凹痕處做兩兩鑲嵌；二為每片小雪花片的平面上皆有一個圓形凹洞和一個圓形凸起物，可以將甲片的凹洞與乙片的凸起物做扣合。

請依幼兒個別能力狀況分別進行以下各種不同數量與圖形的組合模仿練習，如兩片、三片、花朵和項鍊。

1. 自由創作：提供幼兒大量或定量雪花片，請幼兒自由發揮、隨意組成立體作品或在圖畫紙上排列成平面作品。

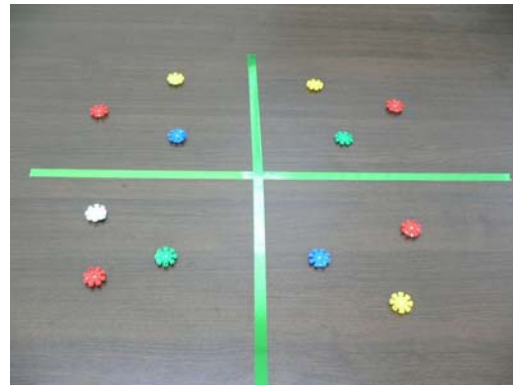
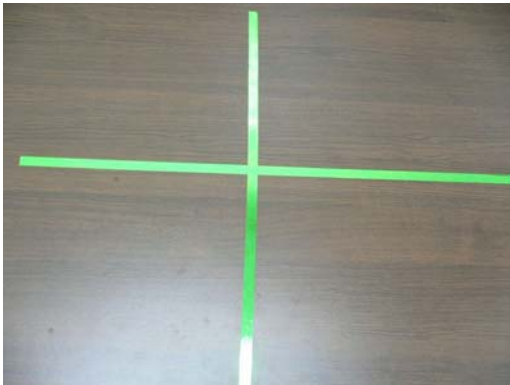


(三) 活動名稱： 十字雪花貼

訓練重點： 手眼協調、對掌動作

活動說明： 利用彩晶膠帶在桌面上貼出水平線或直線或十字線，區隔出上下/左右兩個空間或四個空間方位。

在不同的區塊灑上各種顏色的雪花片，請幼兒依老師的指令找出不同方位區塊的雪花片，如「請在左上方拿兩片藍色的雪花片給我」，藉以訓練幼兒的空間感、聽知覺、和視覺搜尋能力。



## 十四、發條玩具

教學材料：各式發條玩具，如後拉式和旋轉式等



### (一) 活動名稱：拉出速度

訓練重點：腕指關節穩定度、肩肘關節活動度、對掌能力、雙側協調

- 活動說明：
1. 閃電賽車：請幼兒在桌面上或地上練習將迴力車向後拉至極限後鬆手，看看誰的迴力車可以跑的最遠。
  2. 鱷魚怕怕：請幼兒一手持鱷魚發條玩具，另一手拉其後方繩索至極限後鬆手，鱷魚的嘴巴會不停開合。



### (二) 活動名稱：轉出活力

訓練重點：肩肘關節穩定度、腕指關節活動度、手指肌力、掌指分側化、雙側協調

- 活動說明：
1. 一手握住玩具，用另一手的前三指將發條轉到最緊，並將玩具放置桌面或地面後才鬆開發條。
  2. 使用到會向前移動的發條玩具(如小雞)時，可設定距離，讓幼兒比賽誰先達到指定點。



## 十五、洞洞板

教學材料：各式洞板



(一) 活動名稱：穿洞趣

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、手指關節活動度、手眼協調、對掌能力

活動說明：可讓幼兒依個別能力差異和使用經驗，分別作以下不同穿串方法的練習：

1. 隨意穿：適合能力較弱且無穿串經驗的幼兒，不加以設限，鼓勵幼兒只要能設法將線繩進洞板的洞裡後練習將繩子拉緊即可。
2. 依序穿：請幼兒依洞板上洞孔的排列順序，依序穿串，不要漏洞。
3. 同方向穿：請幼兒在依序穿串的同時，要維持讓線繩從同一個方向進入洞孔中，如一致地從上方向下進入或一致地從下方向上穿出。
4. 一上一下穿：請幼兒在依序穿串的同時，練習讓線繩一上一下的方式穿進穿出，設法不讓線繩從板子的邊緣經過。
5. 交叉穿：請幼兒分別使用兩條線繩穿串，設法讓線繩在板上呈現出交叉的圖樣。
6. 兩片穿：請幼兒設法將兩塊洞板重疊，並用線繩同時穿過兩塊洞板。

備註：許多坊間販賣的洞板有各種不同圖案，洞孔的排列也有直線、曲線、甚至是呈現不規則排列的，在挑選上，宜考量幼兒在穿串方面的動作能力、專注力和認知程度等條件，避免讓幼兒產生視覺干擾或太大的挫折感。





## 十六、穿線筆

教學材料：穿線筆組



(一) 活動名稱：穿線畫

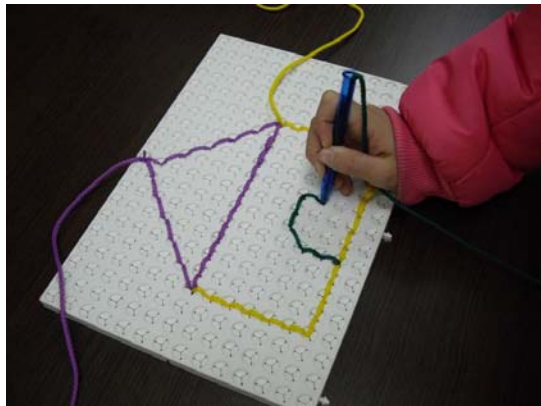
訓練重點：肩肘腕指關節穩定度、對掌能力、手弓發展及穩定度、手眼協調

活動說明：

1. 請幼兒自己練習將線繩正確穿入空心的筆管中。
2. 請幼兒依圖示分別完成不同複雜度的穿洞練習。
3. 讓幼兒自由隨意創作畫面。

備註：

1. 觀察幼兒使用穿線筆連續刺入洞板時，是否能穩定控制線繩的長短，亦即排除隨意創作的狀況，觀察幼兒是否能在要求下，設法讓線繩不突起、平整連續地穿刺。
2. 白色洞板可以兩兩相接以擴增版面大小。





## 十七、撲克牌

教學材料：不同大小尺寸的撲克牌

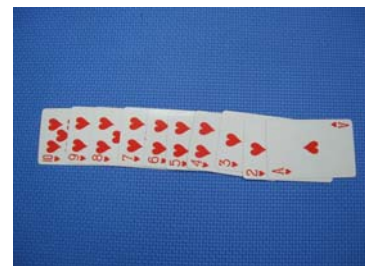
(一) 活動名稱：撲克牌饗宴

訓練重點：肩肘腕指關節穩定度、腕指關節靈活度、虎口穩定度、掌指分側化、雙側協調、對掌能力

- 活動說明：
1. 顏色、花色、數量的區辨和分類：請幼兒分別依指令做兩種顏色、四種花色、1-10 數量以及數字/人偶牌別的區辨和分類。
  2. 記憶配對樂：撲克牌洗牌後圖案向下排放在桌面上，請幼兒每次任選兩張牌卡翻面，翻到相同數字者可將該組牌卡收回，遊戲結束時計算每位幼兒分別所獲得的牌組數，多者為勝。※可依幼兒能力差異調整單次呈現的牌組數與牌卡排列的方式是否規則。
  3. 抓鬼：於整副撲克牌中加入一張鬼牌，並將幼兒分成每 3~6 人一組的小組，請一位幼兒負責洗牌和發牌，將所牌均分給小組內的每一位幼兒，請幼兒拿到自己的牌後，嘗試將牌卡依扇形樣式張開並用單手握著。請幼兒檢視自己的牌卡，將數字相同的牌卡兩兩一組抽出擺放於桌面，後依逆時針方向依序向右手邊的幼兒抽取一張牌卡，將該牌卡與自己手中既有的牌卡比較，遇有數字相同者同樣兩兩抽出，最先將手中牌卡全數脫出者即為優勝者。最後手中握有鬼牌者即為輸的一方，要負責洗牌和發放下一輪的排。
  4. 心臟病：將幼兒分成每 3~5 人一組的小組，請幼兒先將 J、Q、K 等圖樣的牌卡過濾掉，後請一位幼兒負責洗牌和發牌，將所牌均分給小組內的每一位幼兒。遊戲進行時，幼兒不能看到牌卡的內容，依逆時針方向輪流翻開一張牌卡至桌面上，翻牌的同時要依序喊出 1~10 的數字，當其中一位幼兒所翻開的牌卡數字和其口中所喊出的數字相同時，所有幼兒均要伸手拍打該牌卡，速度最慢者要將桌面上已呈現過的牌卡均收為己有。能最先將手中牌卡全數脫出者為勝，遊戲可持續進行至排出名次順序後告停。
  5. 同花色比大小：
    - (1) 可 2~數人一起玩，每個人發五張牌，剩下的牌牌面向下疊放在桌子中央，翻一張牌作為指定花色。

- (2) 請幼兒一逆時針方向輪流出一張與指定牌同花色的牌，若輪到者手中無同花色的牌就要翻取一張中央的牌作為自己的牌，直到翻到與指定牌同花色的牌為止。
  - (3) 每一輪要比較大家打出來的牌中，誰的牌面數字較大，牌面數字最大者可以獲得下一輪的花色指定出牌權。
  - (4) 依序類推，先將手中牌卡打完脫手者為勝。
6. 接龍：請幼兒先將牌卡依不同花色分開且過濾 J、Q、K 等牌卡，後嚐試將牌卡依 1~10 的順序排列。或可隨意抽出依個數字(如 5)作為標的，請幼兒從該數字(如 5)開始，分別向兩邊依序延伸排列。
  7. 買賣遊戲：利用撲克牌上的數字作為代幣，進行買賣的扮演遊戲。若幼兒尚無數量與數字概念時，可忽略牌卡上的數字，改以花色或張數替代。
  8. 合成：
    - (1) 排除 J、Q、K 等牌卡，將剩下的牌卡散亂排列於桌面或地板上，每次由老師指定要合成的數字(如 5)，後老師再隨意抽取一個數字(如 4)，請幼兒設法找出可以與該指定牌卡之數量(如 4)合起來為目標數字(如 5)的牌卡，在這個例子中，幼兒必須找出「1」這個數字。
    - (2) 合成數字的大小、幼兒需找出的張數等都是可以調整難易的向度。在幼兒需找出的張數方面，是指如欲請幼兒兩張找出可以和 1 合起來是 5 的牌卡，幼兒需同時找出 1 和 3 或是同時拿出兩張 2。

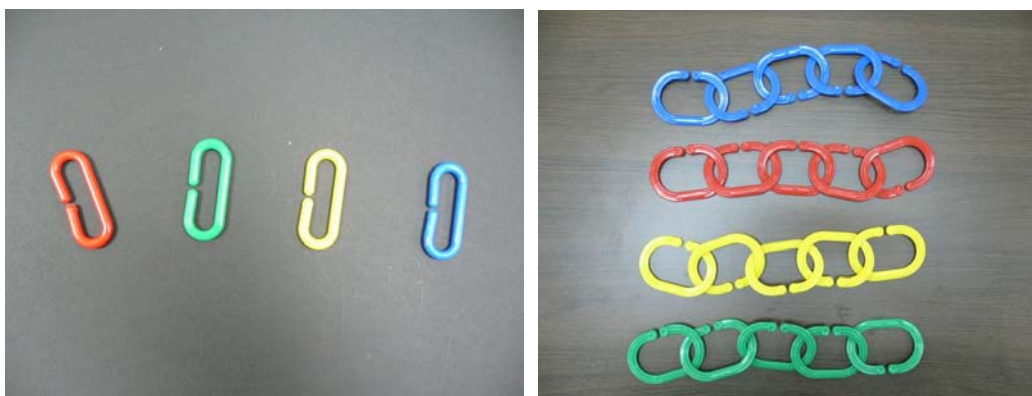
備註：撲克牌的遊戲很多但其共通的訓練活動係要從盒子中抽出整副牌、拿牌（扇形）、抽牌（設法使其他牌不掉落）、洗牌、發牌（虎口穩定、推出單張牌卡、雙側協調、按照順序發放）、將整副牌收回紙盒中等手部動作能力。





## 十八、巧巧環

教學材料：巧巧環、排列圖卡



(一) 活動名稱：環扣之間

訓練重點：肩肘關節穩定度、腕指關節活動度、雙側協調、掌指分側化、對掌能力

活動說明：1. 隨意扣：

(2) 準備單色或多種顏色的巧巧環於淺盤中，請幼兒隨意拿取並依序將之扣接一起。

(3) 長度比一比：待幼兒扣完後，可讓其比較彼此所完成鍊子的長度。

2. 依序扣：扣法如同上述，惟扣入的順序可以加入「依顏色」的變化。

(1) 視覺提示：(如圖)準備視覺提示卡，請幼兒仿照卡片中的顏色順序依序仿扣。

(2) 聽覺提示：對於能力較佳的幼兒可以指定其依一定的順序仿扣，如口頭告知「紅黃藍綠」，幼兒必須依照指定的顏色順序不斷重複仿扣。

備註：1. 指定的顏色端是幼兒的個別能力差異做2~4種的調整，顏色也可以重複，如「紅紅藍」。

2. 巧巧環也有較大的尺寸(如圖)，除了更方便幼兒抓握拿取外，在接扣時可以較不費力，適合給能力較弱或是腦性麻痺的幼兒練習。

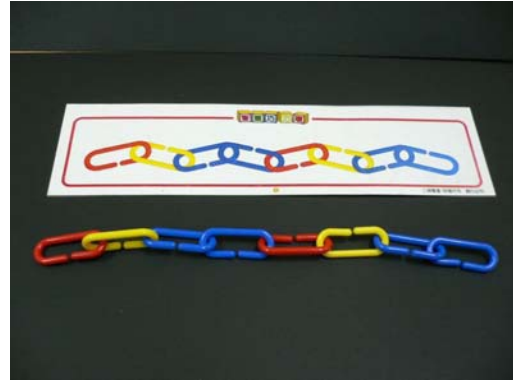
3. 開始練習時，若幼兒運用前三指操作的能力仍不成熟，可先不限制幼兒手指運用方式，待掌指側化能力提升後，再限制只用前三指來進行。

4. 延伸活動：

(1) 顏色分一分：巧巧環還可加入分類的概念在其中喔，在一開始提供素材給幼兒時，可以要求他們先

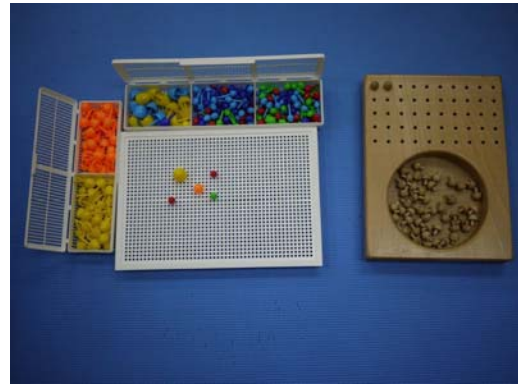
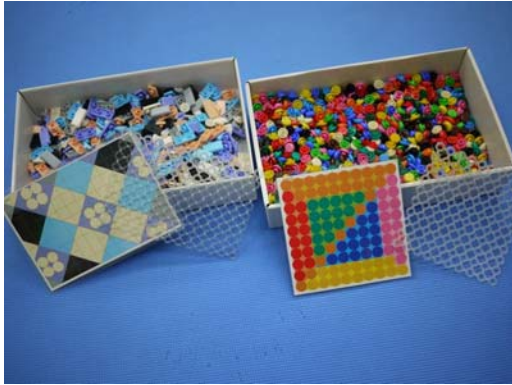
將混有不同顏色的巧巧環依顏色分放在不同的盤子中不同的盤子中，再開始上述項目的練習。

- (2) 大小比一比：在一開始提供素材給幼兒時，可以要求他們先將混有不同大小的巧巧環依大小分放在不同的盤子中不同的盤子中，再開始上述項目的練習。



## 十九、智慧豆

教學材料：智慧豆組、小彩豆組、馬賽克組、小籃子或淺盤



### (一) 活動名稱：天女散花

訓練重點：肩肘關節活動度、手眼協調、虎口穩定度、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力

活動說明：

1. 將所有的盒內的智慧豆、小彩豆或馬賽克片分裝於小籃子後，發給所有幼兒。
2. 請幼兒分別練習以左右手或雙手抓取最多的量，然後同時往上拋丟。
3. 給予幼兒不同的顏色規定，請幼兒用大拇指和食指一一將地上的智慧豆、小彩豆或馬賽克片撿入籃中做收拾的動作

備註：能力較弱的幼兒可以搭配容器來操作，請幼兒在抓取後，在容器口放開手，做放入的動作練習，而所發出的聲音則為其回饋或增強。

### (二) 活動名稱：來排隊囉！

訓練重點：手眼協調、掌指分側化、對掌能力

活動說明：

1. 將所有的盒內的智慧豆或馬賽克片分裝於小籃子後，發給所有幼兒。
2. 請幼兒用大拇指和食指分別依圖例或範例將智慧豆或馬賽克片做序列的排列。

### (三) 活動名稱：拼拼湊湊創意畫

訓練重點：手眼協調、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力

活動說明：

1. 將所有的盒內的智慧豆或馬賽克片分裝於小籃子或淺盤後，發給所有幼兒。
2. 另發下教具組內所附之塑膠洞片及圖片，請幼兒依圖片

上的顏色，用大拇指和食指一一拿取智慧豆或馬賽克片，按扣入洞片中，完成相對應的圖案。

- 備註：
1. 圖片可以放在洞片下，供幼兒以配對完成作品；待幼兒較熟練後，則可放在旁邊請幼兒自行對應相對位置完成。
  2. 幼兒亦可以不使用圖片，自行創作圖案。
  3. 亦可以請幼兒嘗試以大拇指和中指、大拇指和無名指、大拇指和小指練習拿取智慧豆或馬賽克片，並使用不同手指頭做按扣的動作。

### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勺圖片？）

坊間智慧豆的教具組款式不盡相同，內含智慧豆、小彩豆或馬賽克片均有，操作的方式其實大同小異，就看大家喜歡用哪一種囉！



## 二十、螺絲、螺帽

教學材料：教學材料：螺絲、螺帽、塑膠玩具螺絲、螺帽、工具台組



(一) 活動名稱：螺絲螺帽一家親

訓練重點：手眼協調、虎口穩定度、掌指分側化、掌內操作能力、對掌能力

活動說明：

1. 將 1~4 種不同大小的螺絲和螺帽混合放在一個淺盤中，請幼兒利用大拇指和食指將螺絲和螺帽分別放入另外兩個淺盤中。
2. 接著請幼兒隨意拿取一根螺絲，再從混合裝有不同大小的螺帽盤中選取出和該螺絲相對應大小的螺帽。
3. 承接上個步驟，請幼兒利用前三指將大小相互對應的螺帽依序旋轉轉入螺絲釘上。

備註：

1. 一般常見的螺絲和螺帽，可以在五金行買到，有各種不同大小的尺寸。
2. 坊間有塑膠螺絲玩具，惟塑膠玩具螺絲的尺寸較大，彼此之間沒有大小的差別，卻有形狀和顏色的不同。較大的尺寸適合給手部功能較差的幼兒或腦性麻痺幼兒做為訓練手指（手掌/手腕）旋轉練習使用；不同的形狀和顏色同樣可以在旋轉前做分類和配對的練習。
3. 我們也有找到坊間還有兩種設計成工具台組的教具，其操作原理同一般螺絲螺帽，惟此類工具台組較具功能性，符合實際情境，幼兒操作動機也會較強。



## 二十一、水槍

教學材料：水槍、水、衛生紙、物品圖案、廣告顏料



(一) 活動名稱：我是神槍手

**訓練重點：** 肩肘腕關節穩定度、手指肌力、掌指分側化、手眼協調、雙側協調

**活動說明：**

1. 先將水槍裝滿水，隨意射出不指定目標。
2. 將水槍對著大牆面射。
3. 在牆面上貼一張衛生紙，用水槍將衛生紙射下。
4. 可以只貼物品的圖案（如：動物、可依單元調整），將物品圖案射下。
5. 可以將有圖案的圖畫紙貼於牆上，調好色水，用水槍將圖案著色，完成美麗的作品。

**備註：**

1. 可以給幼兒和家長學習單，於洗澡時間和幼兒玩水槍遊戲，不但可增加學習的意願和樂趣，更能增加親子間的良好關係。
2. 對於較不願動手操作或手功能甚或語言認知較弱的幼兒，可以在協助下玩或者大人射水在幼兒身體部位，並帶入身體部位或感覺（如：冰冰的、涼涼的）或需求的表達（我要、我還要）等，來增加感官觸覺的敏感度、認知和語言能力的發展。
3. 可以調整射程距離和目標物的大小，增加對準的難度。
4. 可以依教學單元設定物品的圖案，加入認知蓋唸，增加活動的趣味性。



## 貳、美勞素材/工具類

- 一、各式筆類
- 二、粉筆
- 三、油蠟筆、粉蠟筆
- 四、水彩
- 五、紙類
- 六、圓點貼紙
- 七、黏土
- 八、剪刀
- 九、印章
- 十、打洞器

## 一、各式筆類

教學材料：一般或三角鉛筆、一般或色鉛筆、彩色筆、原子筆、白板筆、奇異筆、粉筆等



### (一) 活動名稱：佛山無敵手

訓練重點：手指關節活動度、掌內操作能力

- 活動說明：
1. 準備各種類的筆，請幼兒依照大人的示範將手成握筆姿勢拿筆。
  2. 利用競賽或闖關的方式和幼兒一起來看看誰是厲害的無敵手：
    - (1) 請幼兒利用前三指將筆直立拿取，在筆作上行移動或下行移動。
    - (2) 利用前三指握筆後，讓筆頭尾在三指來回輕拋。
    - (3) 利用前三指握筆後，讓筆在三指尖旋轉轉動。



### (二) 活動名稱：彈指神功

訓練重點：掌指分側化、對掌能力

- 活動說明：
1. 請幼兒練習用大拇指和食指將可以立起來的筆依序排好。
  2. 透過競賽或積分賽的方式讓幼兒利用大拇指和食指比賽一一將立起來的筆彈倒，看誰彈倒得最多。
- 備註：
1. 活動前可以加入讓幼兒指認、命名各種有顏色的筆（如彩色筆、油/粉蠟筆、粉筆、原子筆等）。

2. 在將筆立起來的過程中，能力較佳的幼兒可請大人指定顏色列的順序，或加入吹倒活動作為引起動機。
3. 活動中，除運用大拇指和食指外，也可請幼兒練習用大拇指和中指、大拇指和無名指、大拇指和小拇指將排好的筆依序彈倒。
4. 想一想、找一找日常生活中還有哪些東西可以用來練習『彈指神功』的咧！（例如養樂多瓶……等）這些素材除了可以拿來作為「彈」的練習外，也可以請要而比較一下哪些素材比較容易被彈倒？哪些素材則需要比較費力？



（三）活動名稱：我是小畫家

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、手眼協調、掌內操作能力

活動說明：準備大小張的紙放在桌上，請幼兒使用各種不同類型的筆，搭配單元主題來做構圖、描繪或著色活動（如人體彩繪、動物素描/著色等）。

備註：建議可將紙張貼在平坦的牆上、地上，讓幼兒練習懸腕的姿勢。

（四）活動名稱：拓印高手

訓練重點：肌力、虎口穩定度、掌內操作能力、雙側協調

活動說明：利用大小紙張及各種筆（水彩筆除外）在室內或戶外找尋有興趣的物品來做拓印活動。

（五）活動名稱：我是投籃高手

訓練重點：肩關節活動度、手眼協調、上臂肌力、掌內操作能力、對掌能力

- 活動說明：
1. 請幼兒站立在某一固定位置，在其前方擺放3~5個大小不同的桶子。
  2. 請幼兒將手中的筆一一投擲到桶中，看誰投進最多。



- 備註：
1. 能力佳者可請大人指定筆類名稱或給予 2-5 種筆類順序之指令，讓幼兒依指令投擲。
  2. 本活動需考量筆是否會斷水或斷掉，故建議使用已無法再使用的筆做為廢物利用，亦或在桶中加入毛巾、地墊等物。

### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勺圖片？）

1. 筆是幼兒常接觸的物品之一，使用它來進行活動，讓幼兒用熟悉且隨手可得的物品，就可以達到不錯的訓練效果喔！
2. 可依照幼兒手指的協調能力，變換不同的手指來練習，邊玩邊提昇手指的力量及靈活度都提升了。

## 二、粉筆

教學材料：各色粉筆、長形籃、網篩、圖畫紙、瓶蓋、鈕釦或塑膠錢幣、大臉盆

(一) 活動名稱：彩繪大地

訓練重點：肩腕關節活動度、手眼協調、上下肢肌力、虎口穩定度、手弓發展及穩定度、對掌能力

活動說明：運用各色粉筆在地上畫圖或玩遊戲（井字遊戲、你畫我猜等）。

備註：彩繪大地活動建議可採蹲姿進行以訓練幼兒腳的肌耐力。

(二) 活動名稱：粉筆愛水

訓練重點：手眼協調、手指肌力、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力、雙側協調

活動說明：準備長形籃，內裝約七、八分滿的水，將網篩跨放在籃子上方（不碰到水），利用粉筆在網篩上塗擦，讓粉筆屑掉入水中，拿起網篩再將圖畫紙（空白或構圖好均可），輕蓋在水面上讓圖畫紙將漂浮在水面上的屑吸附到紙上，即可完成一幅畫。

(三) 活動名稱：許願池

訓練重點：手眼協調、手指肌力、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力、雙側協調

活動說明：請幼兒利用粉筆在地上畫形狀，並在形狀內標示數字，讓幼兒手拿1~3個瓶蓋、鈕釦或塑膠錢幣，請幼兒利用雙腳跳或單腳跳的方式依數字大小跳到另一端（跳房子遊戲），在終點處放一個大臉盆，請幼兒跳至終點處，將手中的瓶蓋、鈕釦或塑膠錢幣一一推出投擲到臉盆裡，每成功一個，即可許一個願望。

**教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勾圖片？）**

粉筆使用過請記得提醒幼兒一定要洗手。

### 三、油蠟筆、粉蠟筆

教學材料：大小粗細不同之油蠟筆、粉蠟筆、水彩、水彩筆



#### (一) 活動名稱：藝術大師

訓練重點：手指肌力、掌指分側化、掌內操作能力

- 活動說明：
1. 刮畫：給予幼兒圖畫紙或卡紙，請幼兒利用各種顏色的油蠟筆在紙上畫成一塊塊的區塊，再利用黑色粉蠟筆在紙上塗鴉將所有的區塊蓋滿；再請幼兒利用竹籤或竹筷子當筆在紙上進行刮的動作，畫出圖案來。
  2. 排水畫：請幼兒先利用油蠟筆在紙上做構圖的動作（可以配合單元主題），再利用水彩調出一個顏色，用水彩筆沾塗在所畫的圖上。
  3. 粉蠟推畫：請幼兒利用粉蠟筆在圖案輪廓內或線條上塗色，再利用手指頭將粉蠟筆向外或向內推開，形成一幅美麗的畫。

- 備註：
1. 刮畫活動可以視幼兒能力而給予大小不等的紙張；坊間現亦有現成的刮畫紙可以作為引起動機。
  2. 刮畫及排水畫活動均需提醒幼兒使用油蠟筆和粉蠟筆的力道（要用力）。
  3. 排水畫所調的水彩要淡些（水加多些）。
  4. 排水畫活動可以考慮使用螢光油蠟筆或螢光顏料，讓完成的作品可以在多感官教室使用。
  5. 粉蠟推畫活動可以讓幼兒嘗試使用不同手指頭來進行。
  6. 油蠟筆可以依幼兒能力給予粗細不同蠟筆；坊間現有一種較粗的蠟筆，可以提供給手指肌力較弱的特殊需求幼兒使用，增加其信心。

#### 四、水彩類

教學材料：水彩、廣告顏料或壓克力顏料、水彩筆或刷子、梅花調色盤、洗筆水袋、透明卡點西德或壁報紙、素色的容器（保特瓶、罐子、陶瓷初胚容器、紙捲筒等等）、水粉筆、手指膏



##### (一) 活動名稱：混色大變身 1

訓練重點：掌內操作能力、手弓發展及穩定度、對掌能力

- 活動說明：
1. 發給幼兒一盒水彩或廣告顏料及一梅花調色盤，請幼兒將兩或三種水彩擠壓出些許在同一格梅花盤中。
  2. 請幼兒練習加入一點點水，利用水彩筆將同一格內的水彩攪拌，看看變成什麼顏色。
  3. 請幼兒分別利用調出來的顏色來作畫。

##### (二) 活動名稱：我擠我畫

訓練重點：虎口穩定度、掌指分側化、掌內操作能力、對掌能力

- 活動說明：
1. 發給幼兒一盒水彩及一梅花調色盤，請幼兒選取喜歡的顏色 3-5 種。
  2. 請幼兒練習旋開水彩蓋子，利用單手或雙手的力量將水彩擠入調色盤中，並加入一點點水。
  3. 請幼兒分別以不同的手指（一次伸出一隻手指頭）將水彩與水攪拌混和後在圖畫紙上作畫。

備註：建議可以在顏料裡加入漿糊、白膠，提供觸覺刺激。

##### (三) 活動名稱：小偵探

訓練重點：手眼協調、掌內操作能力、肩肘腕關節活動度

- 活動說明：
1. 提供一大張透明卡點西德或壁報紙，請幼兒自行選擇顏料舀或擠壓到淺盤上。
  2. 加入些許水後，利用手或腳將顏料均勻攪拌。
  3. 請幼兒將手、腳沾滿顏料在卡點西德或壁報紙上蓋上手印和腳印。

- 備註：
1. 卡點西德或壁報紙建議高度與幼兒高度同高，且可以放在地上、貼在牆上，並由數個幼兒一起作畫。
  2. 廣告顏料可以用小湯匙（吃布丁用）舀到淺盤上使用，水彩則建議使用大拇指和食指擠壓使用，壓克力顏料則建議雙手擠壓使用。
  3. 亦可在卡點西德或壁報紙上劃上圖案輪廓線，請幼兒沿著輪廓線蓋上腳印、手印。

（四）活動名稱：小小畢卡索

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、手眼協調、掌內操作能力、雙側協調

- 活動說明：
1. 提供幼兒有圖案的圖畫紙以及大小粗細水彩筆，請幼兒自行在梅花盤中調出顏色後備用。
  2. 請幼兒將圖畫紙貼在牆上或站立式畫板上，請幼兒使用水彩筆沾顏料將圖案著色。

（五）活動名稱：天啊！我把容器變美麗了！

訓練重點：腕關節穩定度、手眼協調、掌指分側化、雙側協調

- 活動說明：
- 提供素色的容器（保特瓶、罐子、陶瓷初胚容器、紙捲筒等等），請幼兒拿水彩筆或用手沾壓克力顏料將容器塗上顏色。

（六）活動名稱：玻璃彩繪的好幫手

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、手眼協調、掌指分側化、對掌能力

- 活動說明：
1. 提供幼兒欣賞玻璃彩繪作品賞析。
  2. 配合單元主題讓幼兒拿水粉筆將教學環境（教室、走廊、廁所等牆面）的玻璃或磁磚做構圖彩繪。

備註：亦可以提供小玻璃片或壓克力板讓幼兒畫圖，再加工作為相框或裝飾品。

（七）活動名稱：手指玩顏色

訓練重點：手指關節穩定度、掌指分側化

- 活動說明：
1. 提供水讓幼兒利用不同手指頭沾水在地上作畫，引起幼兒利用手指頭作畫的興趣。
  2. 提供手指膏及圖案紙，讓幼兒手沾手指膏將圖案內塗滿顏色。
  3. 提供空白圖畫紙，讓幼兒利用手指膏來作畫。

備註： 提醒幼兒沾不同顏色手指膏需要用不同手指頭，以免整罐的手指膏混色。

### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭ㄉ圖片？）

1. 水彩類顏料是提供幼兒觸覺體驗及刺激相當棒的素材，大人們可以多加利用喔！
2. 需留意幼兒使用各種水彩類顏料壓擠或調水過程是否太多。



## 五、紙類

教學材料：各種紙類（衛生紙、擦手紙、廣告紙、圖畫紙、粉彩紙、雲彩紙、壁報紙、報紙、瓦楞紙、棉紙、宣紙、玻璃紙、日曆、月曆、統一發票、砂紙、色紙、西卡紙、包裝紙、皺紋紙、牛皮紙等）  
紙製品（紙杯、圖畫紙、故事書、紙盒、紙袋等）  
油蠟筆、粉蠟筆、水、玉米粉、果汁機、篩子、白膠、臉盆、

### （一）活動名稱：我的紙最硬

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、對掌能力、手弓發展及穩定、雙側協調、肌力

活動說明：1. 準備各種不同的紙，請幼兒兩兩一組透過觸摸來認識、比較不同的紙類。  
2. 請幼兒將紙左右拉一拉，選出一張自己覺得最硬的紙，來參加比賽。  
3. 請幼兒兩兩一組，各拉住紙的一端進行拉扯比賽，獲勝的紙張則再繼續與其他組獲勝的紙張比賽，找出最不容易拉扯破的紙。

備註：因為紙的種類眾多，建議先以幼兒最常接觸的紙為介紹主軸，再搭配紙張的獨有特性來設計活動，讓孩子進一步認識所有的紙類。

### （二）活動名稱：滴流畫

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、對掌能力

活動說明：準備顏料和各種紙張，讓幼兒用水彩筆沾顏料畫在不同材質的紙上，看看哪種紙的吸水性最好（顏料會在紙上呈現美麗的線條）。

### （三）活動名稱：砂紙畫

訓練重點：腕指關節穩定度、對掌能力、掌內操作能力

活動說明：設定主題讓幼兒用油蠟筆或粉蠟筆在砂紙上畫，幼兒會感受到不同於在圖畫紙上的效果哦！

### （四）活動名稱：拓印畫

訓練重點：肩肘腕關節穩定度、對掌能力、手弓發展及穩定、虎口穩定度

活動說明：1. 請幼兒在教室環境周遭尋找有立體紋路的器具。  
2. 讓幼兒自己動手嘗試用紙張和蠟筆拓印出其花紋，然後

再互相分享作品，猜猜彼此拓印的是什麼。

備註： 物品的選擇需要留意是否會戳傷手。

(五) 活動名稱： 我是小蔡倫

訓練重點： 肩肘腕關節穩定度、對掌能力、掌內操作能力、雙側協調

- 活動說明：
1. 提供紙製品和再生紙讓幼兒與紙張比較。
  2. 利用步驟圖先說明造紙的步驟，再來做紙張DIY，
    - (1) 材料介紹：報紙/統一發票、水、玉米粉、果汁機、篩子。
    - (2) 製作過程：
      - A. 先將舊報紙/統一發票撕成小片狀，泡水8小時以上。
      - B. 請幼兒將泡過水的報紙/統一發票撈抓起，放至果汁機中加水打成紙泥。
      - C. 紙泥倒入另一裝滿水的盆子中，加入玉米粉攪拌。
      - D. 攪拌成漩渦狀時，用篩子撈起，先在水中搖一搖使其均勻，避免造成紙的厚薄不平均。
      - E. 待水瀝乾之後，再倒扣在一張乾的報紙上，等乾之後就完成囉！。

- 備註：
1. 因為將紙泡水時間久一些，利用果汁機攪拌時較好攪拌，不容易傷害果汁機；所以建議可將撕紙和造紙活動分成兩天進行
  2. 如果想要再生紙有一些紋路或點狀顏色，亦可加入一些細樹枝或小草或其他有顏色的紙，這樣就會變成有漂亮紋路的紙哦！
  3. 再生紙還可以拿來做其他美術作品，如卡片、書籤、相框等。

(六) 活動名稱： 紙糊畫

訓練重點： 對掌能力、手指肌力、掌內操作能力

- 活動說明：
1. 準備各種紙，讓幼兒聽音樂盡情的撕紙。
  2. 紙撕完後，讓幼兒將紙集中至盆中，加上水、白膠，讓幼兒用手將這三樣東西混合。
  3. 拿出事先準備的瓶罐，請幼兒用手把和好的紙糊黏在瓶罐上，拿至戶外風乾，待紙糊乾燥後，為瓶子畫上美麗的顏色。

備註： 亦可以將紙糊黏在吹好的氣球上，待乾燥後將氣球戳破，紙糊即會呈現氣球造型。



(七) 活動名稱： 我們來摺紙

訓練重點： 肩肘關節活動度、雙側協調、手指肌力

活動說明： 配合單元可以透過摺紙步驟圖帶幼兒來進行摺紙活動，如紙飛機、紙船、小狗、衣服、褲子、動物等等。

- 備註：
1. 亦可以請幼兒將折好的作品貼在紙上，加上畫圖，完成一個情境畫作品。
  2. 如摺了紙飛機可以讓幼兒一起到戶外空曠處比賽射飛機。
  3. 如摺了紙船則可以讓幼兒將紙船放在大臉盆裡，用嘴巴對著紙船吹氣，比賽看誰的紙船先抵達對岸。讓幼兒帶著自己做的紙船兩兩一組，進行吹紙船比賽，獲勝者繼續進行比賽，最後選出一位冠軍，可以獲得老師親手製作的紙皇冠。

(八) 活動名稱： 抓尾巴

訓練重點： 肩肘腕關節活動度、掌內操作能力、雙側協調

- 活動說明：
1. 提供各式紙類，請幼兒從紙的一角開始做捲紙的動作，將紙張捲成紙棒。
  2. 請幼兒將捲好的紙棒插在臀部的褲頭裡，讓幼兒每人都露出一條尾巴。
  3. 幼兒分成兩組，要抓掉另一隊的尾巴，抓下的尾巴則自己用另一隻手拿住，活動結束時，看誰抓到的尾巴最多。

(九) 活動名稱： 撕紙樂

訓練重點： 對掌能力、掌內操作能力

- 活動說明：
1. 提供幼兒各類紙張，請幼兒設法將紙撕成最長的紙條，並將自己撕好的紙條在桌上或地上接起來，看看誰的最長。
  2. 接下來請幼兒撕小紙塊，放在淺盤中備用，提供幼兒有圖案的圖畫紙，請幼兒將小紙塊沾膠水黏貼在圖案範圍內裝飾（像馬賽克拼貼的感覺）。

- 備註：
1. 幼兒如不是很熟練撕紙的技巧，建議可以撕開紙頭，再讓幼兒自行完成撕紙的動作。
  2. 活動說明 2. 如使用棉紙會有毛邊的感覺，更漂亮唷！

(十) 活動名稱：玻璃紙變身秀

- 訓練重點：
1. 朦朧美—手弓發展及穩定度、虎口穩定度、對掌能力
  2. 魔鏡～魔鏡！—對掌能力、掌內操作能力、手眼協調、雙側協調
  3. 美麗的蝴蝶—掌指分側化、雙側協調、對掌能力
  4. 糖果—雙側協調、掌指分側化、雙側協調、對掌能力、掌內操作能力

- 活動說明：
1. 朦朧美：提供約 5~10 公分平方的正方形玻璃紙，請幼兒將玻璃紙包住手電筒，再用橡皮筋固定，關掉電燈、拉上窗簾，讓幼兒看看包上玻璃紙的手電筒有什麼改變。
  2. 魔鏡～魔鏡！：提供幼兒放大鏡或眼鏡的框架（卡紙製），請幼兒自行剪裁所需大小的玻璃紙，利用膠帶台來黏貼製作鏡片。
  3. 美麗的蝴蝶：準備長方形的玻璃紙，讓幼兒用兩手的前三指抓住中間位置，兩隻手反方向轉動，就會有蝴蝶結的樣子出來，最後用圓點貼紙從蝴蝶結的中心位置貼在圖畫紙上，加上觸角，就成為美麗的蝴蝶了。
  4. 糖果：
    - (1) 準備紙和玻璃紙，讓幼兒分別觸摸，認識不同紙張的觸感。
    - (2) 請幼兒先練習將紙搓揉成小球狀，能力稍弱的幼兒建議用雙手練習；能力較佳的幼兒則可嘗試用單手練習。
    - (3) 將搓揉好的紙球放在玻璃紙一端的中間，請幼兒練習用玻璃紙將衛生紙球包裹住並捲成長條狀。
    - (4) 最後再將玻璃紙條的兩端分別扭緊，能力稍弱

的幼兒建議一手（輔助手）固定紙球的位置，另一手（優勢手）旋轉玻璃紙，完成後再換到另一邊做同樣的練習；能力較佳的幼兒則可同時握住玻璃紙的兩端分別做不同方向的旋轉，使其成糖果狀。



（十一）活動名稱： 我們來撈魚

訓練重點： 掌內操作能力、手眼協調

- 活動說明：
1. 利用鐵絲或毛根彎成放大鏡外框形狀備用。
  2. 提供各種紙，讓幼兒嘗試包住外框，變成一支如夜市撈魚遊戲之撈網。
  3. 在大臉盆裡放水，將魚片積木、乒乓球或其他浮起來的物品放入臉盆裡，請幼兒用自製的撈網玩撈魚遊戲，限時看看誰撈得多。

- 備註：
1. 鐵絲和毛根在扭轉塑形時，需留意安全。
  2. 活動過程可以讓幼兒透過實驗來體驗紙張不同的吸水性。

（十二）活動名稱： 渲染畫

訓練重點： 虎口穩定度、掌指分側化、掌內操作能力、對掌能力

- 活動說明：
1. 請幼兒選一張棉紙、宣紙、擦手紙等吸水性較強的紙張，並告訴幼兒等一下我們要將大家所選的紙變成漂亮的紙。
  2. 請幼兒將所選的紙張沿邊或沿角一直對摺到最小。
  3. 在桌上調色盤內準備幾個顏色，用手拿紙沾顏料，並將紙沾滿顏色。
  4. 然後小心攤開放在鋪在地上的報紙上待乾。

- 備註：
1. 紙沾顏料的量要留意，以免攤開時會滴灑。

2. 完成的渲染紙可以拿來再做成其他的作品。

(十三)活動名稱：紙團投擲賽

訓練重點：腕關節穩定度、肩肘關節活動度、手眼協調、雙側協調

- 活動說明：
1. 提供各種紙張，請幼兒用雙手將紙揉成大大小小的紙團。
  2. 在一個定點擺一個大籃子，請幼兒將自己揉好的紙團往籃子中投擲，看誰投進最多個。

- 備註：
1. 請幼兒要用力將紙揉到最緊，不會打開。
  2. 投擲距離的遠近可是幼兒的能力來調整。

(十四)活動名稱：皺紋紙變變變

訓練重點：1. 彩帶舞—腕關節穩定度、對掌能力、雙側協調、肩肘關節活動度

2. 彩色小紙段—對掌能力、手指肌力、掌指分側化

3. 搓一搓—掌指分側化、雙側協調

4. 數一數—掌指分側化

5. 貼一貼—掌內操作能力、對掌能力

活動說明：1. 彩帶舞：請幼兒利用大拇指和食指拉出一段皺紋紙，利用膠帶台撕下膠帶將皺紋紙黏貼在筷子的一端，手抓住筷子的另一端甩動，讓皺紋紙在空中成波浪狀擺動。

2. 彩色小紙段：請幼兒將皺紋紙利用大拇指和食指撕成一小段一小段。

3. 搓一搓：訓練幼兒搓揉小紙球時，要求幼兒要用前三指來搓揉，並提醒要把每一顆小紙球搓揉扎實。

4. 數一數：請幼兒伸出食指，點數自己總共搓揉了幾顆小紙球。

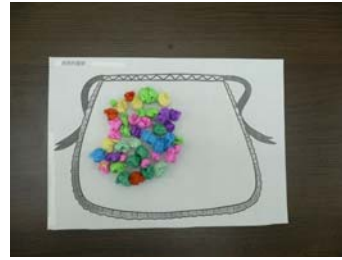
5. 貼一貼：再請幼兒將搓揉好的彩色小紙球貼在圖案輪廓線上或圖案內，完成一幅色彩繽紛的貼畫。

備註：1. 進行彩帶舞活動可以搭配音樂進行，且在甩動時，可以請幼兒先練習單手，再練習雙手；動作有畫大圓（動到肩膀）、畫中圓（動手肘，肩膀不動），還有畫小圓（只動手腕）。

2. 彩帶可依孩子的能力調整長度。

3. 甩彩帶可以配合音樂讓幼兒自由跳彩帶舞。





## 六、圓點貼紙

教學材料：不同大小及顏色圓點貼紙、黑色書面紙、白色圖畫紙、蠟筆

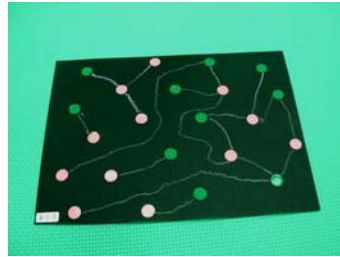
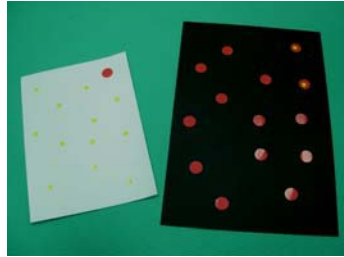
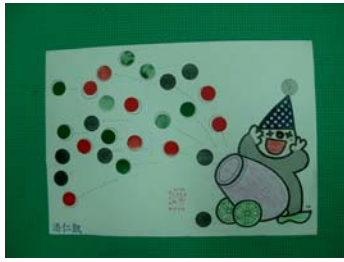


(一) 活動名稱：小小圓點妙用大

訓練重點：手眼協調、肌力、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力

- 活動說明：
1. 將圓點貼紙貼在圖案紙上的圖形範圍內，再用蠟筆將其他部分塗上顏色，塗顏色的時候盡量不要超出圖案輪廓範圍。
  2. 將圓點貼紙貼在圖形範圍內標示的定點上，再用蠟筆將圖案的其他部分塗上顏色，塗顏色的時候盡量不要超出圖案輪廓範圍。
  3. 將圓點貼紙沿著圖案的輪廓線貼，再用蠟筆將圖案塗上顏色。
  4. 以黑(白)色書面紙為底，將較大的圓點貼紙完全覆蓋在較小的圓點貼紙上，並用蠟筆將任意兩個圓點點畫直線連在一起。
  5. 以黑(白)色書面紙為底，將較小的圓點貼紙貼在較大的圓點貼紙上，並用蠟筆將任意兩個圓點點畫直線連在一起。

- 備註：
1. 撕貼紙需要有好的手指動作的控制能力，在幼兒的手指動作控制尚未有足夠能力可以撕起貼紙時，協助撕起貼紙一角可幫助幼兒更快學會撕貼紙這個動作。
  2. 使用黑色底紙對幼兒在視知覺能力方面的提升效果不同於白色底紙，強烈的視覺對比更能增加幼兒操作時的專注程度。



(二) 活動名稱： 找一找 • 貼一貼

訓練重點： 手眼協調、上下肢肌力、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力

活動說明： 在教室數張課桌椅下方貼上一個不同顏色的圓點貼紙，發給幼兒有數種顏色圓點貼紙，請幼兒以蹲姿或爬姿尋找每張課桌椅下方的圓點貼紙顏色，並將手中有同色的圓點貼紙貼在課桌椅下方(配對)。

### 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭勾圖片？）

1. 在活動進行的過程中，可視幼兒的能力及進步的情形，調整圓點貼紙間的距離或改變圓點貼紙的大小來做難易程度變化。
2. 圓點貼紙亦是幼兒在勞作、廢物工製作過程中相當重要的素材，大人可以多鼓勵幼兒發揮創意，將圓點貼紙當成各種物品（眼睛、釦子、車燈、毛毛蟲身體等等），以豐富自己的作品。

## 七、黏土

教學材料：各類黏土（治療黏土、各色紙黏土、油黏土、樹脂土、陶土、軟陶土、培樂多、超輕紙黏土）、小雪花片、錢幣、花豆（外殼不會脫落為佳）、黏土工具



(一) 活動名稱：左搓右揉

訓練重點：手指肌力、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力、手指關節活動度、腕指關節穩定度

活動說明：請幼兒先將拿出來的黏土，搓一搓、揉一揉、拉一拉或捏一捏。

(二) 活動名稱：水晶球變身三部曲

訓練重點：手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、掌內操作能力、手弓發展及穩定度、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明：1. 請幼兒將手中的黏土在桌上或兩手掌心間搓揉成一顆水晶球。  
2. 請幼兒將水晶球稍加輕拍，接著將併攏的五隻手指頭放在黏土上，運用手指頭的力氣，共同將黏土撐開。  
3. 請幼兒再將黏土搓揉成水晶球，接著輪流用雙手的力量將水球拍扁成薄餅狀，再將小雪花片當成佐料，用力壓黏嵌入黏土中，當成美味可口的 Pizza 喔！

備註：活動說明 2. 較適合使用治療黏土來進行，因治療黏土較具延展性。



(三) 活動名稱： 藏藏找找

訓練重點： 手指肌力、掌內操作能力、虎口穩定度

活動說明： 將黏土包覆雪花片後搓揉成球狀，再請幼兒將雪花片一片一片慢慢找出來。

備註： 包覆的雪花片可以用其他物品來替代，如塑膠錢幣、大小彈珠、積木等等。



(四) 活動名稱： 蛋捲？蛋糕？

訓練重點： 手指肌力、虎口穩定度、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明： 3. 將黏土搓揉成圓形，接著拍成薄餅狀後，運用雙手將黏土由一端捲起，成為一根好吃的蛋捲了！

4. 將黏土再次揉成圓形後，再搓成長條狀並稍微拍扁，再捲成如蛋捲般，最後在上方架上雪花片裝飾(將雪花片假裝成蠟燭、草莓…等)，請幼兒模仿唱生日歌並吹蠟燭等動作。

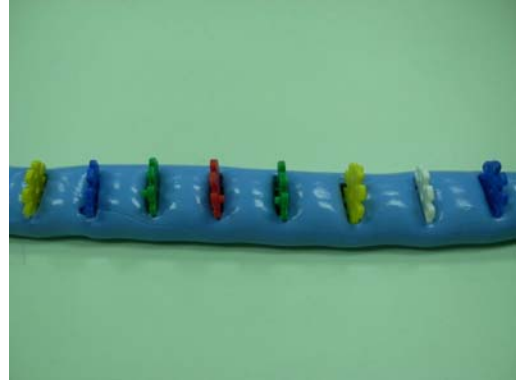


(五) 活動名稱： 變變變～

訓練重點： 手指肌力、虎口穩定度、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明： 1. 請幼兒將黏土搓揉成圓形後，利用兩手的力量將治療黏土搓揉成一根大熱狗。

2. 請幼兒將雪花片(或錢幣)一片一片架在黏土上方，讓雪花片(或錢幣)變成一個個神氣的阿兵哥。



(六) 活動名稱：好吃的麻花捲

訓練重點：手指肌力、虎口穩定度、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明：將黏土搓揉成更長的長條狀，接著便將其稍彎曲作對折狀，然後如綁辮子般，交叉做成好吃的麻花捲。



(七) 活動名稱：小湯圓

訓練重點：手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明：1. 將長條狀的黏土，撕捏下一塊一塊的，接著將這一塊一塊都搓揉成一顆顆小湯圓。  
2. 老師握拿住大熱狗的一端，請幼兒以『掐斷』的方式，將治療黏土弄成一塊一塊的，目的是訓練幼兒手指瞬間的力量。

備註：本活動僅適合使用治療黏土進行。

(八) 活動名稱：播種種豆

訓練重點：手指肌力、掌指分側化、手指關節穩定度

活動說明：將黏土搓揉成一顆大球後，將其用雙手掌心的力量，輕拍後練習以不同的手指頭在黏土上搓洞，將花豆灑入一個一個洞中。

備註：1. 本活動可請幼兒將其完全包覆起來，再將花豆一顆顆找



出來。

2. 亦可請幼兒在搓洞時手指頭不能彎，要直挺挺地向下搓洞，以增加手指頭的肌力。

(九) 活動名稱： 看我的厲害

訓練重點： 手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌內操作能力、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明： 配合單元主題，請幼兒將黏土透過搓揉或黏土工具輔助做塑形，如動物、人物、小物品等等。

備註： 本活動不適合以治療黏土做為材料來進行活動。

(十) 活動名稱： 混色大變身 2

訓練重點： 手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、掌內操作能力、對掌能力

活動說明： 1. 配合單元或實驗，事先發下設計好的混色學習單。  
2. 發給幼兒超輕紙黏土，請幼兒捏撕下一點點三原色黏土，利用前三指做搓揉的動作將黏土兩兩或三色混色，請幼兒將搓揉後的結果記錄在學習單上。

備註： 1. 本活動較適合利用坊間可購得之超輕紙黏土來進行。  
2. 坊間超輕紙黏土為一包裝，內有五種顏色（紅黃藍黑白）。  
3. 需要提醒幼兒混色結果會因使用黏土的比例不同而稍有差異。

(十一) 活動名稱： 黏土鑲嵌畫

訓練重點： 手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、掌內操作能力、對掌能力

活動說明： 1. 事先利用素楞板、紙箱瓦楞紙板剪出不同圖案輪廓，讓幼兒選擇喜歡的板子備用。  
2. 發給幼兒黏土，請幼兒搓揉拍打成圓扁狀後，放在圖案板子上，利用手指的力量（尤其是大拇指）將黏土推鋪滿在板子上（厚薄最好差不多一致）。  
3. 請幼兒利用亮片、豆子或彈珠等小物按鑲在黏土裡，變成一個吊飾作品或再擺上相片做成相框作品。

備註： 本活動不適合以治療黏土做為材料來進行活動。

## 教學大聲公（放個豬頭拿大喇叭ㄉ圖片？）

1. 活動照片主要以治療黏土作為示範，但其實其他黏土也有異曲同工之妙喔！
2. 紙黏土請加少許水使用，作品組合過程可搭配白膠沾黏，待乾之後可以顏料上色，最後在噴上透明漆保存。
3. 想提供幼兒更多的觸覺體驗，建議可以使用麵粉和水揉搓成麵糰來玩，或是配合單元進行搓湯圓、麵疙瘩的烹煮活動。
4. 坊間有很多實用的工具可以搭配培樂多黏土使用，讓幼兒玩黏土的動機更高。
5. 現今坊間還有雪花泥黏土、沾水黏土供選擇，筆者還未使用過，提供給大家參考，不妨試試！
6. 治療黏土是訓練幼兒手指力量相當棒的教具，依軟硬度分成四種顏色（代表四種不同磅數，膚色或黃色最軟，依序是橘色、綠色，藍色最硬，四種顏色不能互相混合），將治療黏土分裝在小密封盒中，請幼兒自行打開蓋子，想辦法將治療黏土拿出來；另外，將治療黏土加上不同的素材（雪花片、錢幣、花豆等等），還能變化出不同的玩法，也因為加入這些素材，可以引起幼兒更高的學習興趣，讓幼兒在玩的情境當中學習。
7. 另外因為治療黏土有不同的硬度，一般較軟的治療黏土以提供觸覺刺激為主要目的，因此不適合拿來與其他素材結合，容易導致素材相當不易與治療黏土分離的現象發生。
8. 最後則是治療黏土的形狀會隨著所在的位置或容器而慢慢變成，因此需要特別小心其擺放的位置，以免沾黏在無法完全分離的物品上面（如衣服、木製教具等），造成無法挽救的情況！
9. 而針對較重度或手部動作意願較低的幼兒，可以運用不同硬度的治療黏土將幼兒的手完全包覆起來，一則提供不同的觸覺刺激，一則誘發幼兒手部動作。



## 八、剪刀

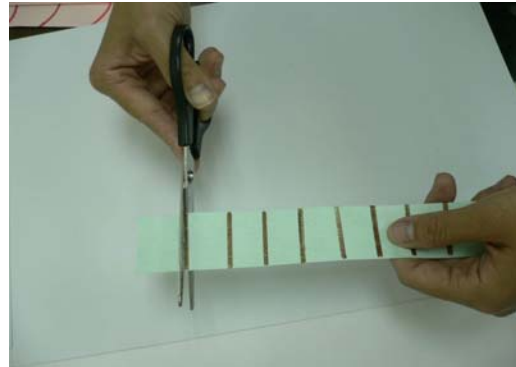
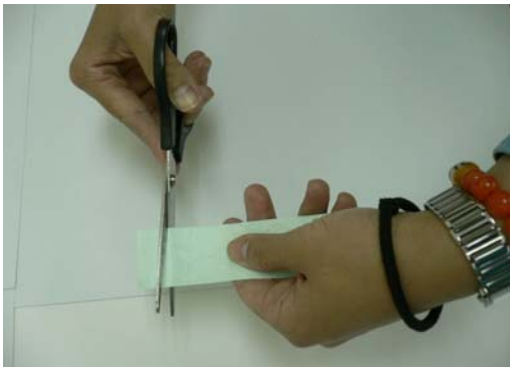
教學材料：各式剪刀（彈力剪刀、壓式剪刀、四孔剪刀、左手剪刀、一般幼兒剪刀、花邊剪刀）

### （一）活動名稱：一刀斃命

訓練重點：手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明：1. 隨意剪：準備寬約 2~3 公分的長條紙，讓幼兒使用剪刀開合一次地隨意將紙條剪成小片狀。  
2. 有視覺線條提示：訓練幼兒使用剪刀開合一次地沿著線條、依序將長條紙剪成片狀。

備註：當幼兒使用剪刀的計巧具有一定程度時，建議將紙張改成吸管將吸管作為素材，因其原理類似使用較厚的紙張，除了可以增加難度外，更可以增添活動的變化性喔！例如將剪下來的吸管串成項鍊或做貼畫，這樣又可以達到不同的訓練目的喔！



### （二）活動名稱：剪剪剪

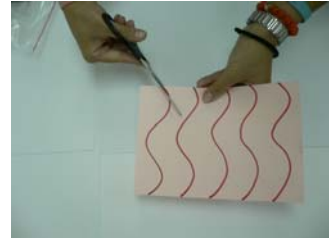
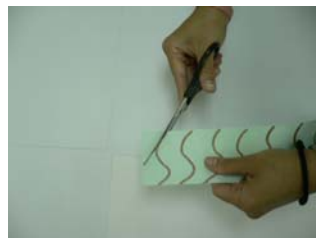
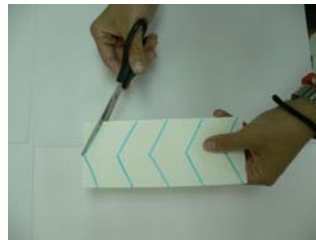
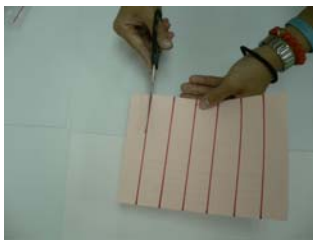
訓練重點：手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、對掌能力、上肢雙側協調

活動說明：1. 準備寬約 5~10 公分不等且畫有線條（短直線）的紙張，請幼兒依線條連續開合剪刀將所有線條序剪斷。  
2. 準備寬約 10~20 公分不等且畫有線條（長直線）的紙張，請幼兒依線條連續開合剪刀將所有線條序剪斷。  
3. 準備寬約 5~10 公分不等且畫有一次折線的紙張，請幼兒依線條連續開合剪刀將所有線條序剪斷，提醒幼兒在轉折次要稍微移動剪刀或是移動紙張，以順應剪刀開合前進時的角度順暢。  
4. 準備寬約 10~20 公分不等且畫有多個連續轉折線條

(連續折線)的紙，請幼兒依線條連續開合剪刀將所有線條序剪斷，提醒幼兒在轉折次要稍微移動剪刀或是移動紙張，以順應剪刀開合前進時的角度順暢。

5. 準備寬約3~8公分不等且畫有弧線的紙張，供幼兒練習如何剪出滑順曲線的技巧；弧線角度可依幼兒能力差異做變化。
6. 準備畫有S型線條的紙張做為弧線的延伸，進一步訓練幼兒掌握滑順使用剪刀連續開合的技巧。
7. 提供幼兒畫有幾何形狀、圖案線條的紙張，其為綜合直線、折線、弧線、曲線等各種需要不同技巧來剪的線條，訓練幼兒熟練剪刀的使用，並可以將剪下的圖案來做創意拼貼，完成一幅作品。

備註：本活動的順序係按照一般常理原則排列的，並不表示所有的幼兒均會按照此順序發展剪工喔！實際在指導幼兒使用剪刀時，仍須找出幼兒出現問題的真正原因，再思考如何使用有效的指導策略。



## 教學/活動大聲公？：(放個豬頭拿大喇叭ㄉ圖片？)

1. 要訓練幼兒「剪工」的能力有許多漸進的方法，為了因應幼兒的個別能力差異或是在不同的訓練階段也可能使用到不同功能性的剪刀，茲分別說明如下：
  - (1) 桌上型彈力剪刀～  
適合給如腦性麻痺等較重度的幼兒使用，大人協助拿著紙張抵在刀口，幼兒只需用手掌做下壓的動作。雖然重度、極重度甚至是多障的

幼兒在日常生活中要從事剪工的機會較少且實用性較低，但是作為體驗性來使用，也讓腦性麻痺的幼兒有和其他功能較好的幼兒從事同樣主題活動的機會可讓腦麻的幼兒獲得很大的成就感喔！



## (2) 壓式剪刀～

以下四種均是壓式剪刀，使用原理和桌上型彈力剪刀相當，惟少去固定式底座，在使用上更具機動性。



## (3) 可調式彈力剪刀～

兩握柄中間有一調整閥，將調整閥轉上可使剪刀持續保持張開的狀態，適合已經會拿剪刀但尚不太會控制連續開合動作的幼兒使用，幼兒只需做「壓合」的動作，剪刀就會自動彈開，幼兒除了可以練習「壓合」的動作，更可以體驗剪刀「彈開」的感受。使用原理和桌上型彈力剪刀相當，惟少去固定式底座，在使用上更具機動性。



## (4) 四孔剪刀～

幼兒握住上端較小的兩孔，大人在幼兒的後方握住剪刀下端較大的兩孔，可引導幼兒一起做剪刀開合的動作，讓幼兒感受體驗手部要如何操作剪刀。





(5) 一般幼兒剪刀～

如同一般坊間常見的剪刀，惟尺寸上較大人的事務剪刀小，更適合幼兒使用。



(6) 左手剪刀～

顧名思義，是專為慣用手（優勢手）在左側（以下簡稱「左利」）的幼兒所設計的，剪刀的刀柄處開合面正好和一般常用的右手剪刀相反，左手剪刀的刀柄開合面向左，方便左利的幼兒使用。

值得一提的是，左利者並非不能使用一般刀柄面向右的剪刀，以大人來說，手部肌肉的控制能力較好，即使是慣用左手的人使用右手剪刀也不會有太大的困難，但是對於手部肌肉發展尚未成熟且控制能力不佳的幼兒（甚至是特殊需求幼兒）來說，若能使用設計較符合人體工學的剪刀，在練習上會是比較方便的。



2. 紙張的厚薄也會影響幼兒剪工的進行，厚度適中的紙張（如圖畫紙或粉彩紙）可以增加幼兒使用剪刀時的流暢度，太薄或太厚的紙張對於剛開始練習使用剪刀的幼兒比較容易有挫折。但當幼兒掌握剪刀的能力較穩定時，考慮使用較薄或較厚的紙張反而是另一種難度更高的訓練喔！

3. 教學現場讓我們發現許多家長都會提出「我們家的寶貝剪刀怎麼教都教不會？」、「要怎樣訓練孩子使用剪刀？」、「我的孩子拿剪刀的姿勢好奇怪，但我就是不知道問題出在哪裡？」…等許多和幼兒使用剪刀的相關問題，因此我們整理了一些如何循序漸進指導特殊需求幼兒使用剪刀的方法，希望引導家長學習觀察孩子當下的能力與嘗試找到正確介入的方法。

更重要的是，很多時候我們也發現許多幼兒剪刀使用得不好，並非是因為抓不到技巧，而是問題根本的癥結出在孩子手部動作尚未發展成熟至可以流暢使用剪刀，如手部肌肉的力量不足、雙手協調性不佳、手眼協調性差、手腕和虎口的穩定度差…等因素都可能是造成孩子無法流暢使用剪刀的發展因素，此時要加強的重點就不再是勤加練習剪刀，反而是需要靠其他運動的練習來加強手部的肌耐力與穩定度，如抓握單槓、小牛犁田、提適當重量的重物…等都是可以訓練手臂力量的活動喔！



## 九、印章

教學材料：各式印章、各式各色大小印台



- (一) 活動名稱：印章馬賽克  
訓練重點：手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力  
活動說明：在書面紙或圖畫紙上畫上圖案的輪廓線，再將紙貼放在牆上（平視距離與頭頂上方距離）、地上或桌下，利用各種印章（各式大小、有無握柄）在圖案範圍內蓋滿。
- (二) 活動名稱：交叉蓋  
訓練重點：手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力、上肢雙側協調  
活動說明：事先在紙的左右兩方蓋上兩個圖案，將紙貼放在牆上（平視距離與頭頂上方距離）、地上或桌下，請幼兒左右手拿與圖案方為相反的印章，讓幼兒需以交叉的方式來將手上的印章蓋在與紙相同的
- (三) 活動名稱：密碼畫  
訓練重點：手眼協調、手指肌力、虎口穩定度、掌指分側化、手弓發展及穩定度、對掌能力  
活動說明：
  1. 給予幼兒一張寫有符號（注音、數字、簡筆畫國字等）或由幼兒自行畫一簡單線條的圖案。
  2. 請幼兒利用各式印章蓋在圖案上，讓圖案盡量蓋滿看不清楚。
  3. 和其他幼兒交換，看看彼此猜不猜得出來原來的圖案是什麼。

## 十、打洞器

教學材料：各式打洞器、紙卡、鞋帶或串珠線、塑膠繩、毛根或緞帶、毛線



(一) 活動名稱：自製形狀洞洞板

訓練重點：

- 活動說明：
1. 在卡紙上畫上各式形狀輪廓線，請幼兒利用單孔打洞器沿著輪廓線打洞。
  2. 給予幼兒鞋帶或串珠線，讓幼兒進行穿洞洞板活動。



(二) 活動名稱：許願卡

訓練重點：

- 活動說明：
1. 將紙裁成相同大小的小卡，請幼兒在小卡上方打一個洞。
  2. 接著請幼兒在小卡上畫上想祝福的人，也可以請大人幫忙寫字。
  3. 接著給幼兒一段塑膠繩，請幼兒用塑膠繩將小卡一一串起來，並請大人協助懸掛起來，當成環境佈置。

(三) 活動名稱：我的皮包

訓練重點：

- 活動說明：
1. 提供不同的紙類，讓幼兒透過美勞素材塗滿或貼滿在紙

上。

2. 請幼兒練習將紙沿邊對摺，在利用雙孔或單孔打洞器在紙的左右及下方打洞。
3. 提供毛線，請幼兒將毛線依同方向穿或一上一下穿完三邊。
4. 在紙的上方打上兩個洞，穿上毛根或緞帶作為提把，即可完成獨一無二的自製皮包。

備註：如擔心幼兒打歪或間距過大或過密，可以協助幼兒用筆在紙上做記號，請幼兒根據記號來打洞即可。



(四) 活動名稱：缺角美卡片

訓練重點：

活動說明：提供幼兒不同紙張，並提供各式打洞器或其他素材，請幼兒自行設計自己的卡片，完成後再彼此欣賞分享

備註：打洞器有很多種款式，幼兒可以保留洞或利用打洞器所打下來的圖案進行拼貼設計，甚至還有花邊剪刀讓卡片不會都是四四方方的。

### 參、日常生活用品類

- 一、 容 器
- 二、 布
- 三、 海綿
- 四、 襪子、手套
- 五、 湯匙、勺子
- 六、 筷子
- 七、 夾子
- 八、 錢幣
- 九、 鈕扣
- 十、 吸管
- 十一、 毛線、塑膠繩
- 十二、 迴紋針
- 十三、 光碟片
- 十四、 滴管
- 十五、 針筒
- 十六、 噴水器
- 十七、 手動榨汁器
- 十八、 氣泡布

## 一、容器

教學材料：寬口罐子、寶特瓶、家庭號牛奶罐、洗髮精空罐子、瓶蓋、盒子、鐵罐

### (一) 活動名稱：瓶蓋旋轉樂

訓練重點：腕關節穩定度、手指力量、手指靈活度、手眼協調

活動說明：

1. 日常生活中有相當多不同大小的瓶瓶罐罐(如圖)都可以拿來作為訓練幼兒手掌旋轉力量與手腕穩定度的素材。訓練的重點可分為「轉開」和「轉緊」兩個部分。提醒您，實際在練習的時候，若只是單純的要求幼兒不斷重複「轉開」和「轉緊」的動作，**幼兒**們很快就會失去興趣的，建議您不妨在瓶罐中加入豆子、鈴鐺、小積木…等素材，更增添活動的變化性與趣味性。
2. 在透明瓶罐中放入增強物(葡萄乾、小饅頭)，或是飲料(增加動機)，讓幼兒有動機轉動瓶蓋將瓶罐中的物品拿出來，可以吃掉或喝掉。

備註：

1. 可以依幼兒能力給不同大小的瓶蓋。
2. 瓶蓋大小有：手掌轉、五指轉、前三指轉



### (二) 活動名稱：澆花趣

訓練重點：肩關節力量、肩關節穩定度、腕關節穩定度、手指力量、對掌能力

活動說明：

1. 旋開瓶蓋裝水於罐中，蓋上瓶蓋提至校園中散步，找一處有種植花或樹的位置，幫植物澆水。
2. 依能力給予不同的瓶罐、不同的重量、不同的操作方式(旋轉的、按壓的、捏擠的)，讓幼兒練習。
3. 每次澆水的位置可以有所更換或分區輪流澆水。
4. 如果校園中有水龍頭可以加水，亦可以將罐子家好水帶

回教室中，下次用。

- 備註：
1. 於平常生活中可以讓幼兒幫忙提拿物品。
  2. 家庭號牛奶罐有提把，很適合幼兒提拿。
  3. 罐中的水可以增減適合幼兒拿的重量，隨次數慢慢增加水量。
  4. 家中其他的容器罐子(如洗髮精罐子、生理食鹽水罐等)也可以拿來和幼兒一起玩擠壓射水的遊戲，看看誰讓水射得最遠。



(三) 活動名稱： 抓抓樂 (罐子、盒子)

訓練重點： 對掌能力、側化能力、手拍能力

- 活動說明：
1. 準備一個面紙盒子和一個有塑膠蓋子鐵罐子(如：桂格大燕麥，在蓋子上挖洞)
  2. 放一些彈珠或串珠在面紙盒裡面。
  3. 幼兒用手到盒子內將彈珠或串珠一顆一顆拿出來，再放到罐子內。
  4. 可以讓幼兒一次拿出一把(約2-3顆)，再一顆顆放入罐子中，訓練前三指推物的協調。



5. 可以將盒子的洞口變小，讓幼兒只用五指或前三指去抓出。
6. 滾珠畫：讓幼兒將拿出的彈珠分別放入不同顏色的廣告顏料中，再將沾滿顏料的彈珠，夾進裝有圖畫紙的淺盤中，讓彈珠在紙上滾動，就可以變成一幅美麗的圖畫囉！

- 備註：
1. 這活動可以讓小小孩，練習抓放的動作和手眼協調。
  2. 彈珠或串珠可以依幼兒的能力調整大小。
  3. 罐子的洞口也可調整大小。
  4. 也可用鈴鐺有聲音增加幼兒的注意力。

## 二、布

教學材料：大浴巾（床單）、絲巾、毛巾、小皮球、球池的球、玻璃紙、手帕、衛生紙、音樂

（一）活動名稱：雲霄飛車

訓練重點：肩關節穩定度、手指力量

活動說明：

1. 幼兒坐在大浴巾上，雙手抓住浴巾兩邊，盤腿坐下，老師或大人拉動浴巾，使其在地板上行走。
2. 大人拉可以換成幼兒互拉（兩人拉一人坐），三人互換位置。
3. 可以坐 2-3 名幼兒，由老師拉浴巾在地板上滑行，可以一下左一下右，增加身體平衡能力。

備註：

1. 坐在浴巾上，可以試著面或背對拉者。
2. 拉者可以控制拉的速度和方向的變換（可以快慢交錯、瞬間拉、左右轉）。
3. 玩時要注意孩子有沒有拉緊，會不會往後跌倒。
4. 這是一個很好玩的親子遊戲，可以鼓勵家長和孩子一起玩。

（二）活動名稱：盪鞦韆

訓練重點：

活動說明：

兩個大人各拉一邊，孩子坐在浴巾的中間，手抓住浴巾兩邊，大人左右搖晃浴巾，剛開始慢慢盪，視孩子的反應，漸漸加快或是不規則的盪（前後左右），讓孩子自己保持身體的平衡。

（三）活動名稱：蹦蹦跳跳

訓練重點：肩肘穩定度、腕關節靈活度、掌指抓握能力、手眼協調

活動說明：

1. 準備一塊大浴巾或是床單，玩類似氣球傘的遊戲，讓 4~6 位幼兒（視浴巾的大小）分別抓住浴巾的邊緣，放進行曲的音樂，讓幼兒跟著音樂行進，老師可以下指令原地或左邊右邊行進。
2. 站在原地雙手抓住邊緣，揮動做出大海浪小海浪、微風、大風、颱風等動作，也可以依舉高放下的指令作出動作。
3. 在浴巾內放置一顆海灘球或是小皮球，大家一起讓球在

布面上跳動，數一數大家可以讓球連續跳動幾下。

4. 在浴巾內放置數顆球池的球，大家一起讓球在布面上跳動，不可以讓球跳出浴巾外面。

- 備註：
1. 用拇指在下方，其餘四指在上的方式抓住浴巾邊緣。
  2. 隨時提醒幼兒要抓緊不要放掉。

(四) 活動名稱：舞動絲巾

訓練重點：肩肘穩定度、手腕的穩定度、掌指抓握力道、雙手協調

- 活動說明：
1. 發給幼兒一人一張絲巾，讓其抓住一個角，跟著音樂上下左右前後位置揮動絲巾，可以換手揮。
  2. 抓住兩個角，雙手舉高放低，模仿飛機飛行的樣子。
  3. 幼兒兩兩一組，共用一條絲巾，輪流用絲巾幫對方搨風。

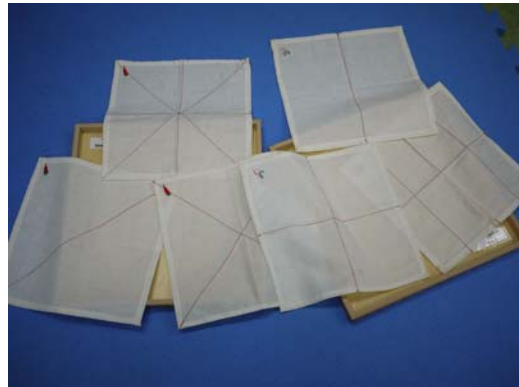
- 備註：
1. 這個活動可以配合音樂跳律動或玩音樂遊戲。
  2. 注意活動空間的寬敞和安全。

(五) 活動名稱：手帕摺一摺

訓練重點：

活動說明：利用現成的手帕讓幼兒練習沿邊對摺或沿角對摺

- 備註：
- 坊間有賣畫有視覺提示線的手帕盒，讓幼兒練習對摺、三摺甚至是四摺的動作。



(六) 活動名稱：毛巾擰擰樂

訓練重點：手腕的穩定度、掌指抓握力道、手部肌力

活動說明：1. 單手擰：

- (1) 老師示範如何將毛巾對摺成短棒狀後，雙手同時握住毛巾，一手（輔助手）固定住不動，另一手（優勢手）向身體內側用力轉動毛巾，重複動作直到將毛巾擰乾。

(2) 依序發給每位幼兒毛巾和水桶，請幼兒分別嘗試練習，老師和治療師於過程中，視幼兒個別狀況給予適當的提醒和協助。

2. 雙手同時擰：

(1) 老師示範如何將毛巾對摺成短棒狀後，雙手同時握住毛巾，一手（優勢手）向身體內側用力轉動毛巾，另一手（輔助手）同時向身體外側用力轉動毛巾，重複動作直到將毛巾擰乾。

(2) 依序發給每位幼兒毛巾和水桶，請幼兒分別嘗試練習，老師和治療師於過程中，視幼兒個別狀況給予適當的提醒和協助。

- 備註：
1. 這是一個擰加轉的動作，可以訓練手掌和手指的力量。
  2. 由手掌開始練習到前三指的練習，是一個很好的寫前練習活動喔！
  3. 擰毛巾可以結合日常生活活動，在每天洗臉或是擦桌子洗抹布時練習，更具意義。

(七) 活動名稱：強棒出擊

訓練重點：肩關節活動度、手指力量、手眼協調、雙側協調

- 活動說明：
1. 捲毛巾：將毛巾攤平雙手捲成長條狀。
  2. 握住捲好毛巾的一頭，另一頭打結，練習甩（上下左右）。
  3. 在桌上放寶特瓶或其他容器，請幼兒將瓶子一一打倒。
  4. 打地鼠：孩子大人可以一起玩，大人先當地鼠左右躲，小孩左右打，等幼兒熟悉規則之後，可以兩兩一起玩，地鼠被打到了就換人。

- 備註：
1. 毛巾可以改成紙捲棒，或紙管棒都可以讓幼兒練習捲。
  2. 甩的目標物可以由大漸漸變小，增加難度。

### 三、海綿

教學材料：海綿



(一) 活動名稱：捏捏樂

訓練重點：對掌能力、手指力量、雙側協調

- 活動說明：
1. 乾海綿擠放練習。
  2. 海綿不見了：可以將海綿剪成形狀或造型，比幼兒手掌大一些，讓幼兒用單手掌將海綿握住藏起來，大家猜在哪一手中（老師或同伴可以一一扳開手指找）。
  3. 拿海綿將桌上或盆中的水吸乾，再將水擠出（可以用捏的、也可以用擰的），老師可以製造情境，讓幼兒有重複練習的機會。
  4. 洗臉樂：剛開始訓練幼兒洗臉時，可以先用洗臉海綿，讓幼兒練習自己洗臉。將海綿泡水擠乾，就可以洗臉了，等孩子手掌力氣大一些時再換成小毛巾，幼兒就會自己洗臉了。

- 備註：
1. 這是生活教育，如果不小心把水打翻了，可以讓幼兒幫忙擦乾，只要將工具準備好，帶幼兒做幾次之後，相信就可以獨立完成。
  2. 很多教學活動是可以融入日常生活當中，是一種生活教育，常常做甚至每天做，幼兒的精細操作就會在不知不覺中建立起來。
  3. 此活動更可以讓幼兒參與分擔家事處理的機會和能力，也是一種很好的親子互動模式哦！





## 四、襪子、手套

教學材料：襪子、手套、橡皮筋、球



(一) 活動名稱：我會自己做

訓練重點：腕關節穩定度、手指的靈活度、雙手協調

活動說明：

1. 兒歌律動：讓幼兒戴上手套唱「合攏張開」，跟著歌詞比動作；襪子也可以唱哦！
2. 找一找我的襪子在哪裡？：讓幼兒將襪子脫下，全部交給老師保管，然後大家一起出來找到自己的襪子穿起來，看誰穿得最快？穿得最好？
3. 對於不會穿脫襪子的幼兒，可以用工作分析的步驟：
  - (1) 脫：先脫下至腳踝處→讓幼兒自己拉下→練習兩隻手拉兩邊脫下襪子；
  - (2) 穿：先穿至腳踝處→讓幼兒用兩手往上拉→套至腳趾頭→讓幼兒往上→捲好襪子→讓幼兒套在腳上並往上拉→教幼兒捲襪子並穿上，慢慢退除協助達到自我完成。

備註：

1. 剛開始可以選擇鬆一點的襪子，比較容易穿脫。
2. 穿脫襪子是日常生活的活動，平常午睡時就可以讓幼兒脫襪子睡覺，等起床之後，再把襪子穿上，如此每天重複，很快就學會穿襪子了。只要讓幼兒自己動手做很快就可以學會。
3. 手套雖然不是天天穿戴，但是可以拿來玩各種手指謔的活動，也可以和同伴玩對話遊戲，增加社會互動。

(二) 活動名稱：襪中取物

訓練重點：腕關節穩定度、手指穩定和力量

活動說明：

1. 襪子和手套都可以拿來玩對話遊戲或是做成各種造型偶。

2. 手套：讓幼兒戴上手套，跟著「猜拳歌」邊唱邊猜拳，最後變成一列火車，開火車過山洞。
3. 手套一家人：先畫好臉譜→貼在手套上（剛開始可以只貼兩張，兩手的食指）→自己和自己或是自己和同伴一起對話。再慢慢增加貼的手指數。
4. 你塞我拿：將襪子或手套固定再一個位置上，開口留著，準備一顆球池大小的球，將球套進襪子或手套裡面，讓幼兒將球取出。也可以讓幼兒依指定的顏色將球套入襪子或手套中，兩兩比賽看誰拿的多或套的多。

- 備註：
1. 市面上有賣彩色的糖果襪，彈性比較好，顏色很多，很適合拿來讓幼兒塞球。
  2. 手套可以拿來玩手指謠或玩「手指頭遊戲」的兒歌，增加趣味性。



## 五、湯匙、勺子

教學材料：勺子、湯匙、水瓢、乒乓球或其他小物



(一) 活動名稱：我是快遞高手

訓練重點：肘關節穩定度、腕關節穩定度、手腕力量、手指力量、手眼協調

活動說明：

1. 運球接力賽：用大小不一的勺子或湯匙(視幼兒的能力)將球運送至目的地。
2. 運水接力賽：用大小不一的勺子或水瓢(視幼兒的能力)勺子將水運送至目的地。
3. 傳物接力賽：將幼兒分成2-3組，坐成一排，每人一根勺子或湯匙，合作將球或豆子由甲端傳到乙端，音樂結束看哪一對的球或豆子較多，即為獲勝。

備註：

1. 運球也可以兩兩一組共同合作，將球運至目的地，是很有趣的合作遊戲。
2. 傳物接力也可以用嘴巴含吸管傳橡皮筋，增加活動的趣味性。
3. 運球和運水的活動分別可以在運送途中加一些障礙(如：走過平衡木、跨過積木、走S型、鑽過繩架等)。





## 六、筷子

教學材料：筷子、小碗、大花豆、管狀義大利麵、葡萄乾、橡皮筋、音樂、粗細吸管

### (一) 活動名稱：夾夾樂

訓練重點：手腕的穩定度、前三指的穩定度、手眼協調

- 活動說明：
1. 準備兩個小碗，將豆子或管子麵裝在碗裡，讓幼兒用筷子夾起豆子或麵，放到另一個空碗內。
  2. 準備葡萄乾讓幼兒夾起來，放到嘴巴中吃掉。
  3. 夾物競賽：將幼兒分成兩組，用筷子夾起管狀麵到指定的位置，時間到了看哪一對的麵多，即為獲勝。
  4. 夾物接力：幼兒依序坐好，夾起一條橡皮筋，傳給下一位幼兒，依此類推，最後一個幼兒要將橡皮筋放入容器內，音樂停了之後，算算看哪一隊的橡皮筋較多，即為獲勝。

- 備註：
1. 還不會使用筷子的幼兒，可以先練習用小鑷子玩遊戲。
  2. 能力好的幼兒可以在午餐時練習用筷子夾菜吃飯。

### (二) 活動名稱：取下寶物

訓練重點：手腕的穩定度、前三指的穩定度、手眼協調

- 活動說明：
1. 將幼兒分組坐在起點的一端，另一端終點的位置拉一條塑膠繩上面用衣夾夾上餅乾、海苔、襪子、手套或是圖卡。
  2. 請幼兒用滑板、踩高蹺或是開扭扭車的方式到終點，用手按開衣夾子將寶物拿下來，再回到起點換下一個人，依此輪流。
  3. 寶物可以送給幼兒或是算一算哪一隊拿得多又快，即是勝利隊伍。

- 備註：
1. 這是一個有趣的團體遊戲，可以採競賽的方式進行。
  2. 到達終點的方式可以多元，如：騎車、跳輪胎或是呼拉圈，結合粗大動作進行活動。
  3. 夾的物品也可以配合單元主題的物品或圖卡。

### (三) 活動名稱：猴子爬樹

訓練重點：對掌能力、手指力量、腕關節穩定度

- 活動說明：
1. 透過口訣讓幼兒一邊唸一邊爬，「小猴子愛爬樹，爬呀

爬！爬呀爬！往上爬！爬呀爬！爬呀爬！往下爬！」。

2. 先從一隻手開始爬，將筷子固定在桌上，由下往上爬再往下爬，左右邊分開爬，等熟練之後再兩隻手各一支筷子，將筷子固定在桌上，然後邊唸口訣手一邊往上往下爬筷子。

- 備註：
1. 小猴子可以變成其他動物或用孩子的名字來唸，口訣也可以讓孩子動腦想一想。
  2. 剛開始可以用粗一點的棒子（如：桿麵棍或是粗的吸管），再慢慢變成細的筷子，難度漸漸增加。
  3. 除了材料的變化，口訣的速度（快或慢），也可以增加操作的熟練度。



## 七、夾子

教學材料：各式夾子



(一) 活動名稱：我夾我夾我夾夾夾

訓練重點：手指力量、腕關節穩定度、對掌能力、側化能力

- 活動說明：
1. 麵包夾（最大的夾子）：練習夾取食物。
  2. 水果夾（略小一些的夾子）：夾取小一點的物品，如：切片的水果、夾菜等。
  3. 小鑷子：夾取小物品，如：葡萄乾、豆子、棉花球等。
  4. 衣夾：
    - (1) 先從夾硬紙板開始，畫一些幼兒喜愛的圖案或寫上數字在硬紙板上夾上衣夾（一對一對應、夾數量）。
    - (2) 夾毛巾：讓幼兒掛好毛巾之後，用夾子住以免吹掉。
    - (3) 傳物遊戲：開始先練習夾串珠或豆子，從甲碗到乙碗中。接著可以夾原子筆或小布偶，幼兒坐成一列傳物品，音樂停止看哪一對傳的多。
    - (4) 夾夾樂：讓幼兒把衣夾夾在一個人（剛開始可以是老師）的衣服或頭髮上，聽到音樂開始甩動，把衣夾甩下（是一項有趣味性的競賽活動）。
    - (5) 看誰夾的多：將寫有數字或數量動物或水果（視單元活動而定）的圖卡高掛在幼兒伸手可及之高度，讓幼兒依數量或數字夾上衣夾，可採分組競賽的方式，增加活動的趣味性。
  5. 長尾夾：能力較好的幼兒，可以將衣夾活動換成長尾夾，增加難度和挑戰性。

- 備註：
1. 這些夾子都可以融入日常生活當中，變成功能性的技能（夾取食物、幫忙晾收小衣物等），可以教導家長，使之成為生活的一部分，讓幼兒可以分擔家務，使訓練更有意義。
  2. 訓練活動若能連結到日常生活中或具功能性、意義性。

3. 衣夾的活動可以用團體競賽的方式進行。
4. 遊戲時可依幼兒的能力調整衣夾的鬆緊及大小。



## 八、錢幣

教學材料：各種幣值的錢幣、撲滿

(一) 活動名稱：錢幣遊戲

訓練重點：手腕的穩定度、掌指轉換、手指靈活度、手眼協調

- 活動說明：
1. 錢幣翻轉樂：準備一枚 50 元錢幣，用大拇指和中指握住錢幣的邊緣，然後透過食指的力量翻轉錢幣，幼兒必須設法練習到錢幣可以一直維持在手中持續翻轉不掉落。
  2. 錢幣轉轉樂：將一枚 50 元或是 10 元錢幣放在桌上，用前三指將錢幣轉動，等到快停止時，用手把錢幣蓋住，讓幼兒猜猜看是錢幣的哪一面？
  3. 錢幣推一推：準備一枚 10 元和一枚 50 元的錢幣，請幼兒將兩枚錢幣都握緊在手掌中，練習用大拇指和手掌的力量將錢幣從掌中推出至大拇指和時指的位置，每次只能推出一枚錢幣，10 元和 50 元的錢幣要輪流被推出來，且要設法讓錢幣不掉落。
  4. 胯下投錢幣進撲滿：請幼兒雙腳與肩同寬站立，將一撲滿放在幼兒跨下後方不遠處，準備一裝有硬幣的籃子至於幼兒前方地面或桌上，請幼兒每次拿一枚硬幣，然後彎腰並設法將手中的硬幣投入撲滿中，依此連續動作反覆練習數次。

- 備註：
1. 「錢幣翻轉樂」剛開始練習時，可以先給幼兒設定連續翻轉 3 次、5 次不等的目標，待幼兒熟練後再逐漸提高過關門檻。
  2. 待幼兒在「錢幣推一推」的活動熟練後，可以增加難度到手中同時握有三種不同大小的錢幣，2-4 人一起比賽，每次輪流指定要推出的錢幣，比比看誰推得又快又正確。





## 九、鈕釦

教學材料：各種大小的鈕釦、衣飾框、有鈕釦的衣服



(一) 活動名稱： 我會扣釦子

訓練重點： 手腕的穩定度、前三指的靈活度、雙手協調、手眼協調

活動說明： 1. 鈕釦的基本玩法和錢幣相似，也可以加入顏色和數量來玩。

2. 穿串釦子：將釦子穿入線繩中，兩手抓住線頭轉動繩子

3. 衣飾框：讓幼兒利用衣飾框教具練習扣釦子，先從大釦子練習，等熟練之後再換成小釦子。

4. 請幼兒幫老師或是同伴扣釦子。

5. 讓幼兒穿上有釦子的外套，練習自己扣外套上的釦子。

備註： 1. 鈕釦的活動亦需結合日常生活的穿脫衣物做練習，較具功能性和意義。

2. 鈕釦的種類分大小、按壓和穿洞釦等，鈕釦也是一種不錯的美勞素材唷！

## 十、吸管

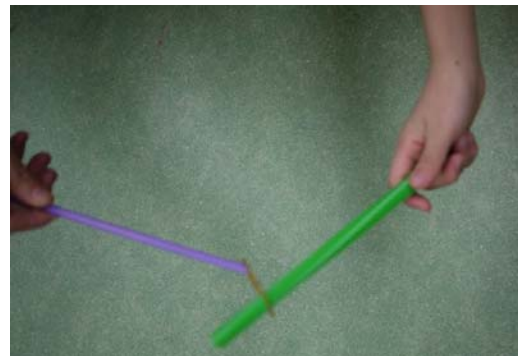
教學材料：各種粗細的吸管、橡皮筋、毛根、毛線、橘子皮〈極柑最好〉、圖畫紙、白膠

### (一) 活動名稱： 吸管傳情

#### 訓練重點：

活動說明： 準備吸管和橡皮筋，將幼兒排成一列，把橡皮筋套在吸管上，每人一根吸管，由第一個幼兒開始將橡皮筋傳給第二個幼兒，依此將橡皮筋傳到最後一個幼兒。

備註： 吸管除了手部動作的活動之外，亦可以拿來做口腔訓練的素材



### (二) 活動名稱： 吸管項鍊

#### 訓練重點：

活動說明： 將吸管剪成一段段的〈2-3公分左右長度〉，再準備一條毛根或毛線，讓幼兒將吸管穿成手環、皇冠或項鍊。



### (三) 活動名稱： 果皮貼畫

#### 訓練重點：

活動說明： 用喝珍珠奶茶的大吸管將橘子皮壓印下來，再用白膠貼在圖畫紙上形成一幅美麗的圖畫。

### (四) 活動名稱： 吸管蓋印畫



訓練重點：

活動說明： 準備印泥或廣告顏料，用粗細不一的吸管沾顏料蓋在紙上，就成了美麗的圖畫囉！

## 十一、毛線、塑膠繩

教學材料：毛線、塑膠繩、打洞器、吸管、色紙捲

(一) 活動名稱：繩子造型秀

訓練重點：手腕的穩定度、雙手協調、手眼協調

- 活動說明：
1. 創意造型：可以給一節雙手張開長度的毛線或塑膠繩，讓幼兒隨意擺放於地上或桌上，看大家放成什麼形狀？變成什麼？可以發揮想像力。
  2. 貼畫：將造型貼在紙上。也可以將毛線或塑膠繩剪得更小段，當成是頭髮，做一個髮型設計的平面畫。
  3. 穿串畫：可以畫一個獅子的頭，沿著邊緣打洞，讓幼兒將毛線或塑膠繩穿成獅子的鬃毛。
  4. 穿項鍊：用毛線和吸管或色紙捲，穿成一條美麗的項鍊，可以自己戴或是送給家人。
  5. 夏威夷草裙（啦啦隊彩球）：老師用塑膠繩做成夏威夷草裙，讓幼兒用手將塑膠繩剝開成細細的的線，看可以剝到多細，跳舞或表演時就可以拿出來穿了；有團體競賽時，可以用彩球幫忙加油，增加熱鬧的氣氛。

- 備註：
1. 穿串時，可以先用毛根比較好穿。
  2. 可以在毛線或塑膠繩的頭上貼膠帶變硬，比較好穿串。



## 十二、迴紋針

教學材料：不同尺寸之迴紋針、串珠



(一) 活動名稱：環環相扣

訓練重點：肩肘關節穩定度、腕指靈活度、視動協調性、雙側協調性、掌指側化、對掌動作

活動說明：1. 迴紋針依序扣入，方法如下：

(1) 幼兒用左右手的無名指及小指握住小珠珠(目的係為了訓練幼兒只用前三指)。

(2) 請幼兒利用左右手的前三指各拿一個迴紋針，將其中一手的迴紋針扣入另一手的迴紋針中，依序扣入做成項鍊。

2. 準備大小兩種尺寸的迴紋針請幼兒分別以不同的大小序列規則做扣串。

(1) 長→短→長→短……依序類推。

(2) 長→長→短→短→長→長→短→短……依序類推。

(3) 讓幼兒任意發揮，完成一條項鍊。

備註：1. 這個活動需要兩手一起協調進行，扣入時也需要一些技巧的掌握，因此要多給幼兒一些練習的機會及時間，並多多加以鼓勵。

2. 開始練習時，若幼兒運用前三指操作的能力仍不成熟，可先不限制幼兒手指運用方式，帶手指靈活度提升後，再限制只用前三指來進行。



## 十三、光碟片

教學材料：光碟片

(一) 活動名稱：**旋轉樂**

**訓練重點：**腕關節穩定度、肘關節穩定度、雙側協調

- 活動說明：
1. 嘟嘟嘟小汽車：用光碟片當輪子，在桌面上或是地上行走，一手扶住另一手轉動光碟片。可以畫或做成馬路或街景，標示一些交通號誌，讓幼兒模擬走在街道中。
  2. 七彩摩天輪：把光碟片貼或畫上紅黃藍三個顏色的水彩或色紙。兩隻手並用，將一隻手的一根食指套入光碟片中間的洞洞中，另一隻手的手指頭只要一撥就可以轉動光碟片。
  3. 看誰射的準：選擇大一點的空間，將光碟片當成飛盤來玩，可以讓幼兒射目標物或是射進籃子中，分隊比賽，看哪一隊射得多，射得準。
  4. 看誰轉得久：將光碟片立於桌面上，用一根手指頭固定，另一手的手指頭彈或撥光碟片，就會轉動。經過練習之後，這個活動可以一次多個幼兒一起比賽，看誰的光碟片轉的最久。

- 備註：
1. 可以利用廢棄的光碟片來玩，光碟片可以裝飾或可不裝飾。
  2. 也可以運用銅板或圓的物品來玩這些遊戲。
  3. 這是一種需要練習的活動，平常可以將光碟片放在角落中，讓幼兒在自由活動中練習。

## 十四、滴管

教學材料：滴管、水、廣告顏料、宣紙

(一) 活動名稱：暈染畫

訓練重點：前三指的力量、手指力量的控制

- 活動說明：
1. 準備數隻滴管，讓幼兒練習將滴管放入有水的杯中，壓出空氣將水吸起，再移至另一個容器中，將水壓出，如此重複。
  2. 準備廣告顏料(多種顏色)，讓幼兒將顏料用滴管吸出，滴到宣紙上，畫成一幅美麗的圖畫。
  3. 可以準備畫有線條圖案的圖畫紙，讓幼兒沿著圖案邊緣滴，變成五顏六色的圖案。
  4. 將宣紙剪成基本形狀(○□△)，讓幼兒在形狀內滴滿顏料，等乾了之後，再組合成圖案。

- 備註：
1. 調顏料的濃淡要適宜，滴出來的畫才會漂亮哦！
  2. 乾淨的滴管也可以讓幼兒吸果汁喝，增加樂趣。

## 十五、針筒

教學材料：各式大小針筒、水（色水）、透明容器



(一) 活動名稱：水撲滿

訓練重點：手指力量、手指穩定度、對掌能力、雙側協調、手眼協調

- 活動說明：
1. 練習針筒加水（在水中拉起中心棒注滿水）和推水（在水中將水推完）。
  2. 老師示範加水（五指拉），及將水推掉（掌心推）。
  3. 可以準備一個透明的容器，從水盆加水，再將水推到透明的容器內。
  4. 可以在透明的容器外加上刻度，讓幼兒注滿到指定的刻度上。
  5. 可以在班級以個別競賽的方式進行，在相同時間內，看誰裝的水較多。
  6. 也可以變成團體競賽遊戲，分組比賽，將幼兒分成兩隊或以上，每個隊員用接力的方式，在時間內看哪一隊的水最多，為獲勝隊伍。

- 備註：
1. 可以在圖畫紙上用針筒加色水畫出各種形狀或圖形。
  2. 為了讓視覺效果良好，可以將水調成色水，在透明的容器中就可以清楚看出水越來越多。
  3. 可以加上刻度，並用數字標明，加入容量的概念。



(二) 活動名稱：各個擊破



**訓練重點：**

**活動說明：** 老師將一張張擦手紙、衛生紙或宣紙等吸水性較佳的紙黏貼懸掛起來，請幼兒利用大小不同的針筒，自行吸水後發射到紙上，看誰把水弄濕掉下來。

**備註：** 亦可以將紙剪成人形，請幼兒當阿兵哥，以增加活動的趣味性。

## 十六、噴水器

教學材料：澆花或是美容院用的噴水器、水、衛生紙、尼龍繩、衣夾



(一) 活動名稱： 中箭落馬

訓練重點：

- 活動說明：
1. 準備一個裝水的噴水器和一些衛生紙〈餐巾紙、擦手紙也可以〉。
  2. 讓幼兒站在同一邊，另一邊拉起一條尼龍繩，上面夾著衛生紙。
  3. 讓幼兒用噴水器噴〈把噴嘴調成柱狀〉，就可以將衛生紙射下來。
  4. 可以採分組競賽的方式進行，增加比賽緊張的氣氛和趣味，看看哪一組射下的衛生紙最多，即為獲勝隊伍。

- 備註：
1. 剛開始可以先用衛生紙，比較容易設下，再換成廚房紙巾。
  2. 這個活動可以在戶外活動場進行，可以省去擦拭地面的麻煩哦！

(二) 活動名稱： 美麗的…

訓練重點：

- 活動說明：
1. 噴霧畫：可以將噴嘴調成霧狀，裝上調有廣告顏料或是水彩的水，噴在有放置形狀板或樹葉的圖畫紙上，會留下形狀或樹葉形狀的影子，就變成一幅漂亮的噴霧畫了。
  2. 人造彩虹：準備一個需要打氣的噴水器〈水花較可以持續〉，可以將噴嘴調成霧狀，背對著陽光往上噴水，就會出現美麗的彩虹哦！

- 備註：
1. 噴霧畫可以加入的物品很多也可以拿日常用品〈湯匙、

叉子…等〉來放。

2. 人造彩虹活動一定要在有太陽的戶外進行，才會成功。

## 十七、手動榨汁器

教學材料：手動榨汁器

活動名稱：好喝的柳丁汁

訓練重點：

- 活動說明：
1. 準備榨好的柳丁汁，讓幼兒品嚐，使其猜猜看喝的是什麼？味道如何？
  2. 再拿出完整的一顆柳丁，讓幼兒說一說：如何擠（榨）出柳丁汁來。
  3. 先將柳丁橫對切成一半，讓幼兒徒手擠柳丁汁，體驗擠壓的感覺和不易。
  4. 老師示範用榨汁器榨出柳丁汁，手掌握住柳丁→向下壓並且轉動柳丁→直到榨乾為止。
  5. 讓幼兒自己試著榨出果汁。

- 備註：
1. 壓轉兩個動作的結合，需要多練習。
  2. 生活中的轉動喇叭鎖的門把可讓幼兒開，有類似的動作。
  3. 下次想要喝柳丁汁，請讓幼兒為您準備喔！



## 十八、氣泡布

教學材料：氣泡布、膠帶台、可包覆之物品、



(一) 活動名稱： 嗶嗶啵啵

訓練重點： 手眼協調、手指的力量、前三指的靈活度

活動說明： 鼓勵幼兒用前三指的力量盡可能把氣泡布上所有的氣泡都捏破。

- 備註：
1. 將氣泡布上的氣泡捏破時因為有聲音的回饋，幼兒通常都覺得很有趣，也都會玩的很開心。
  2. 因為是身邊容易可得的物品，平常就可以玩，家長陪著幼兒一起玩更可提升親子間的互動喔。

(二) 活動名稱： 小小店員

訓練重點：

活動說明： 老師準備各種物品，讓幼兒模擬買賣遊戲，看看客人需要買什麼物品，就請小店員利用氣泡布將物品包起來售出。

(三) 活動名稱： 氣泡布球

訓練重點：

活動說明：

1. 請幼兒將大大小小塊的氣泡布揉捏起來變成一顆顆的球。
2. 請幼兒利用氣泡布球來進行星際大戰遊戲（投擲）。

- 備註：
- 家長陪幼兒進行活動時，也可以畫幼兒正在學的認知圖案貼在氣泡布下，讓幼兒操作得更有意義（如貼一人形紙，請幼兒將頭上、臉上等的氣泡捏破、把小狗身上的氣泡布都捏破）。