

育嬰篇 封面專題

撰文·崔倩敏 攝影·黎昭琪·崔倩敏 設計·宋詠欣

0至36個月 BB能力大爆發

「哎呀，我日日讓阿B坐學行車，又扶著他捉住腳仔教他行路，但BB仍未識行，我很擔心呀！」
「哪你的BB多大了？」
「都半歲人仔了！」
「吓？！……你未免太急進了吧！」

現今有不少心急子女成才的媽媽，不想子女慢人一步，更想BB盡快識行識走識講話，繼而識背乘數表、唐詩三百首……但人類的BB不是小鹿、小羚羊，不會在出世數分鐘內懂站懂走，就是因為人類嬰兒有一套發展進程，掌握好前面的能力才可建立更多能力。如果媽媽你不清楚BB正常的發展進程，只顧揸苗助長，到頭來BB的發展可能更慢！

Check!

你的BB能做到甚麼了？

體能

大肌肉

7個月

已經可以獨立坐起！



0至3個月

- 仰臥時頭部可左右轉動
- 俯臥時可抬頭
- 用手肘、胸腹支持俯臥，抬高頭及胸部

4至6個月

- 被扶助下可坐起來
- 可抬高頭並保持正中位置
- 可由仰臥轉至側臥
- 會玩手指及摩擦雙腳
- 在扶持下雙腳可受力站
- 可以翻身，由仰臥轉至俯臥
- 自己用單手支撐下坐穩
- 以雙手扶著桌面玩
- 用肚子支撐身體地勉強向前或後爬行



我大個仔，懂得很多東西了！

20個月

7至9個月

- 可由俯臥姿勢，伸直單手撐起身體，再扶著坐起來
- 勉強地以手腳爬行
- 可伸直腰部坐在地上，雙手不用扶東西地坐穩
- 可由跪著玩玩具，繼而扶持物件站立，雙腳支撐地面進行活動



孩子發展進程要清楚

有人說把自己的子女與別人的子女作比較不是太好，但有時候，稍作比較又的確有實際作用。不過，就算要比較自己BB的發展進度與同齡孩子的差異，也一定要先清楚發展進程，這樣才能比較BB與正常進程的差距，以及有沒有與同齡孩子差很遠。香港專業教育學院（沙田）幼兒教育及社會服務系講師鄭曉萍強調，媽咪了解正常進程後，要多靜觀BB的動作，察覺BB的發展，一些太忙太少時間留意BB的家長，又或者把BB交外傭或婆婆嫻嫻照顧的家長都很容易忽視BB已掌握的能力發展，反而一味擔心BB未能掌握的能力，這便是大錯特錯的。

當了解BB的進度後，可以與正常進度表比較一下，但家長不應對差距過份敏感，進度表只是一個大約的參考，而且人的能力總有強弱之分，如果BB與進度只是相差兩三個月的輕微進度是可以接受的，不用太擔心。但若差距太大，例如六個月，便應在母嬰健康院檢查時與醫生溝通，道出BB的發展表現，讓醫生及專業人士評估。

10至
15個月

- 可靈活地用手肘及膝蓋作四點爬行
- 雙手扶著欄干可橫行五至六呎，繼而可進一步至單手持
- 短時間可自行站立
- 推住載有重物的手推車可向前行走
- 不用扶東西可穩定地自行站穩
- 不用扶持下可步行，繼而可轉方向

16至
24個月

- 能穩定地保持蹲下
- 站立時能夠彎身拾物
- 能穩定地向前步行

25至
36個月

- 可雙手舉高物件
- 能單手拋接物件
- 可單腳自行站立短時間
- 能兩步一級地上樓梯，繼而可落樓梯
- 能以跑步動作配合踢腿動作
- 懂得原地或向前跑跳
- 能以雙腳踏三輪車
- 用力推動東西

小肌肉

0至3個月
4至6個月

- 會原始抓握，即用掌心握物件
- 會伸手抓、觸摸玩具

7至
12個月

- 用前三指，即拇指、食指、中指，抓握物件

13至
24個月

- 用前二指，即拇指、食指拾細小物件
- 能一手握物件，一手敲擊疊高
- 能做到拔、壓、推拉、疊高等動作

25至
36個月

- 懂得揭頁翻書
- 能用雙手拼合玩具、給玩具上鏈、拼簡單拼圖、穿珠

配合地輔助·培育·刺激

掌握清楚BB的發展，最重要目的就是要按其進度有所配合地作出合適的輔助和刺激，促進BB發展。鄭曉萍表示，家長可以利用BB喜歡的食物或玩具吸引BB做大小肌肉的動作，當BB做到的話就不要吝嗇地給予鼓勵，不過動作表情一定要夠誇張，大動作拍掌、滿面笑容就最正確，因為BB視力發育未完全，如鼓勵動作太低調，BB可能接收不到你的意思喔。另外，家

長要保持不急進、不過份保護的正確態度，逐漸減少對BB的支持，多給BB自己嘗試的機會。

有方法、有正確態度，也不忘在環境及物件器材上配合。家長可以使用家居中常見的物品作遊戲或刺激輔助，例如以大攢枕協助BB坐起、以玩具箱讓BB扶企、給小椅子BB扶着推行等，不需刻意添置器材作輔助，而且環境要注意安全及方便BB活動。

認知

0至
6個月

- 能見到黑白物件、對光線的強弱敏感，但視線模糊

7至
12個月

- 能見到彩色圖畫
- 對聲音有反應，會尋找聲音，眼睛能追視移動

13至
18個月

- 憑視覺辨別物件，辨認自己物件，辨別幾何形狀
- 能認出熟悉人物聲音

19至
24個月

- 會辨別相片中人、圖片

感知

因果關係

6至
12個月

- 為得到別人反應，會發出聲音或做某種動作
- 懂得玩不同玩具以製造出不同效果，例如拉繩子以拉動火車
- 會利用視線接觸、動作或叫聲等，要求繼續重覆有趣東西

13至
24個月

- 明白行為會導致物件之間產生效果，例如敲打東西會有聲
- 知道某些行動會產生甚麼後果

空間概念

6至
12個月

- 主動接觸空間內物件，發現障礙物，運用發展中的肌動能力來探索環境
- 會爬行或步行地移動身體以擴展可接觸的範圍
- 利用物件擴展自己在空間內可接觸到的範圍
- 會把物件放入盛器中
- 會對突然消失的物件表示好奇

13至
24個月

- 會探索平面空間
- 能把物件從盛器中取出
- 知道某些物件有固定的擺放方式
- 主動取物、尋找物件，會繞過障礙物找出消失在其後的物件
- 能疊高兩塊積木
- 能拼兩至三塊簡單拼圖



香港專業教育學院（沙田）
幼兒教育及社會服務系講師

鄭曉萍

察覺孩子發展有否異常，父母的角色特別重要，因為父母最了解孩子平常的表現，若只靠定期見醫生的短短數十分鐘，是很難判斷孩子的全面發展。

發展遲緩的警號

除了比較發展時間表，鄭曉萍指家長也要留意孩子有否出現咬字不清、大小肌肉乏力、身體手腳不協調等情況，因為這些表現可能是發展遲緩的表現，若家長仔細觀察後發現孩子

確實有這些問題，不要慌張，不需認為孩子發展遲緩就是有特殊問題，應記錄孩子的表現，然後尋求醫生、老師或專業治療師的意見，接受政府或私營機構的專業發展評估，因為愈早介入，對改善孩子的發展愈有幫助。



顏色、形狀、數學概念

0至
6個月

- 能認出照顧者的樣貌和常見用品

7至
12個月

- 會對顏色鮮明的物件作出反應
- 對圓形或滾動的玩意產生興趣
- 對圓形洞產生好奇

13至
18個月

- 能配對圓形、正方形立體積木與開口

19至
24個月

- 對塗顏色活動產生興趣
- 會對一至兩種顏色的名稱有興趣
- 能取一數量的物件
- 會模仿唱一二三、數數一至三

社交及情緒

0至
6個月

- 會注視別人面孔
- 對聲音、逗弄有反應
- 會對人微笑
- 會追視在身旁走動的人
- 用簡單方式去吸引人注意
- 把玩自己雙手、身體

7至
12個月

- 會對主要照顧者建立情感依附
- 能對自己的名字作反應
- 對友善或不友善的語氣會有不同反應
- 可以用簡單動作、聲音表達自己需要
- 對模仿成人的簡單動作

13至
24個月

- 在成人要求下能把物件給予他人
- 能遵從成人的簡單指示
- 在成人提示下能做基本社交動作
- 能在其他幼兒身旁獨自玩耍一段時間

25至
36個月

- 在成人的口頭指示下懂得輪候
- 能與其他幼兒一起進行相類似的活動，更會觀察及模仿對方



比媽媽咩~

係！



資料提供 · 鄭曉萍 (香港專業教育學院(沙田)幼兒教育及社會服務系講師)

轉下頁

親子雜誌 220 · MARCH 2012 41

一起與BB玩！ 有助發展的8大遊戲

每個小朋友都喜歡玩遊戲！所以遊戲是促進BB發展的理想途徑！爸爸媽媽不妨多與BB玩以下的遊戲！

1 Freestyle敲擊 有助：理解因果關係

讓孩子用不同方法敲擊不同材質的物件，例如膠杯、膠碗、木盒、銅鑊子等，讓孩子感受不同聲音，以及敲打物件會發出聲音這個因果關係。

2 手偶有禮配音 有助：社交發展

父母與孩子各拿著手偶公仔，模擬不同情景玩角色扮演遊戲，父母要示範及引導孩子說出「唔該」、「多謝」、「早晨」等禮貌用詞。

3 篤泡泡 有助：手眼協調、 小肌肉發展

家長負責吹泡泡，初期可讓孩子追著泡泡用手掌拍打，後段可增加難度，要求孩子用食指篤破泡泡，從而培養視覺追蹤能力及手指靈活性。

4 媽咪話 有助：理解空間感

像「老師話」遊戲一樣，家長可以換成「媽咪話」，要求孩子在家中不同位置做不同動作，例如趴在桌上、圍著椅子走、躲在衣櫃內，讓孩子利用身體感受不同空間。

5 疊疊樂 有助：培養數字、 空間概念

與幼兒一起疊高積木，同時數著一塊、兩塊、三塊等等，不但可以增加孩子對高低的空間概念，更可數數字。

6 穿出漂亮項鍊 有助：小肌肉發展

孩子年紀細的時候可給他粗線和大珠，與孩子一起，一手拿線一手拿珠，看準珠珠的小孔，再把線穿進珠孔，一粒粒接著穿，隨後可增加難度把大珠換成中珠、小珠。

7 手作連連看 有助：小肌肉發 展、認知能力

家長用打孔機在卡紙上依不同形狀打孔，讓孩子拿線穿過小孔，看看得出甚麼形狀或動物，可增強手腕靈活性、手眼協調，以及認知能力。

8 我是小動物！ 有助：大肌肉發展

因應孩子的能力，家長與孩子一起模仿蟲蟲用肚子爬行、模仿小狗用四肢爬行、模仿兔子用雙腳跳，可以刺激及訓練孩子的大肌肉力量。 **Baby**

