

目 錄

| | |
|---------|----|
| 序言 | 5 |
| 內容簡介 | 6 |
| 顧問委員會名單 | 8 |
| 工作小組名單 | 9 |
| 鳴謝 | 10 |
| | |
| 第一章 大肌肉 | 11 |
| 移動性活動 | 14 |
| 操作性活動技能 | 24 |
| | |
| 第二章 小肌肉 | 29 |
| 伸手拾放物件 | 31 |
| 基本操作能力 | 34 |
| 雙手配合運用 | 37 |
| 手眼協調 | 40 |
| 執筆寫畫 | 43 |
| 文具及用品操作 | 49 |
| | |
| 第三章 自理 | 54 |
| 進食技能 | 56 |
| 如廁技能 | 59 |
| 穿衣技能 | 61 |
| 梳洗技能 | 65 |
| 家居技能 | 68 |
| | |
| 第四章 認知 | 71 |
| 感覺知覺 | 73 |
| 因果關係 | 78 |
| 空間概念 | 81 |
| 物件概念 | 86 |
| 顏色概念 | 89 |
| 形狀概念 | 92 |
| 數學概念 | 95 |



| | |
|-----------|-----|
| 第五章 語言 | 101 |
| 語言表達 | 103 |
| 語言理解 | 112 |
| 第六章 社交與情緒 | 119 |
| 自我概念 | 121 |
| 社交溝通 | 124 |
| 遊戲技巧 | 127 |
| 社會適應 | 130 |
| 情緒表現 | 136 |



序 言

影響兒童成長及學習的因素是多樣的，但無論如何，當發現有問題時，適當的早期介入是可以改善兒童的情況，促進他們的身心發展與學前的預備能力。《兒童學習綱領》和《兒童發展評估表（修訂版）》的出版緣起，正是希望為同工及家長提供一套全面的幼兒發展指南及評估標準，為兒童的發展奠下穩固基礎。

本教材自二零零六年出版，一直是香港、內地、澳門、台灣等地學前教育同工及家長的必備教材，至今已第四次印刷了，足見同工及家長對專業幼兒發展教材的渴求，以及社會人士對幼兒健康成長的日益關注及理解。回顧本教材的編寫過程，滿載了本會對幼兒全面發展的熱誠和努力。

八十年代初期，本港特殊教育界極需一套專業而完整的訓練指南及發展評估表，以幫助教師和家長識別兒童的發展，本會不惜用上六年時間發展及編寫一套以普通兒童發展為藍本的《兒童訓練指南》，內含一套有系統的「兒童發展評估表」及五本「活動指引」。該套指南不但提升了香港早期特殊教育的水平，亦有助發掘有發展障礙兒童的學習潛能，因而廣為世界各地的華人社區採用。

九零年代後期，因應老師的教學要求及幼兒的成長進程發展，我們認為有效的訓練兒童方法和評估策略必須配合時代的需要而更新，遂決定修訂「兒童發展評估表」的內容，並派老師為百多名零至六歲的幼兒進行多方面的測試，同時又出版一套全新的《兒童學習綱領》，讓老師更有效地編訂兒童訓練課程。

我們編寫本教材時不但邀請了香港兒科及教育界的專家成立顧問委員會，負責督導工作，更增聘心理學家研究有關修訂。由於整個編寫過程需要反復審閱及整理繁複的資料，本會動員了數十位專業同事在不同層面參與編寫和校正工作，並在本會屬下的中心進行多番測試及修正，務求精益求精，使本教材更能切合時代所需。

本教材得以順利完成，我們衷心感謝顧問委員會及工作小組每位成員的積極參與，亦多謝本會所有中心同事的鼎力幫助；還有衛生署兒童體能智力測驗中心與各大教育機構的專家隊伍義務給予寶貴的編寫指導。我們也非常感謝多間幼兒園為「效度檢定研究」借出場地及安排兒童進行測試，並感謝優質教育基金及富達基金（香港）有限公司的慷慨撥款，讓我們可以完成這項重任。

萬丈高樓平地起，我期望本教材能夠繼續發揮早期介入的功能，讓每名兒童也能身心愉快地成長。

曾蘭斯

總幹事

二零一二年三月

內容簡介

背景

八十年代初期，針對香港學前特殊教育及訓練而編寫的書籍寥寥可數，協康會意識到為本地初生至六歲幼兒設計一套合適的訓練指南和發展評估表是一項刻不容緩的任務。故特以中文編寫成《兒童訓練指南》，為學前特殊教育工作者及幼兒家長提供一套有系統的評估及訓練方法。

《兒童訓練指南》是以兒童發展的五大範疇（大肌肉、小肌肉、自理 / 社交、智能 / 學前概念、語言理解 / 語言表達）撰寫而成，全套書目包括一套五冊的「活動指引」，以及一份「兒童發展評估表」（下簡稱「評估表」），旨在幫助使用者能全面而有效地訓練初生至六歲的兒童。協康會屬下的特殊幼兒中心與早期教育及訓練中心均採用「評估表」為入讀的兒童進行評估，並根據所得結果為兒童訂立「個別教育計劃」（Individual Educational Plan）及編排訓練活動。

在二零零零年九月，本會承蒙優質教育基金慷慨撥款，開展了「評估表」修訂研究工作（有關「評估表」修訂的背景資料，請參閱《兒童發展評估表（修訂版）》一冊的「簡介」及「使用指引」）。為了令使用者更清楚認識兒童的發展進程，並明白「評估表」內每項評估項目的測試目的、相應的發展重點或發展階段，本會特別參考了文獻記載、「評估表」的研究結果及專業同工的經驗，編成《兒童學習綱領》；內容包括學習重點、項目及目標，以配合「評估表」一起使用。由於是次修訂工作並未包括「活動指引」部分，故此建議使用者繼續參考本會出版的《兒童訓練指南 - 活動指引》（1988）及《兒童發展手冊》（1995），為兒童設計最合適的訓練方法及活動。

使用對象

本《兒童學習綱領》詳列了由初生至六歲的兒童，在不同發展階段中的訓練目標，適合從事一般學前教育的工作人員、特殊幼兒導師及家長作參考之用。

編寫結構及特色

1. 新編的《兒童學習綱領》及《兒童發展評估表（修訂版）》均根據兒童的成長分為六大範疇（Domain）：即大肌肉、小肌肉、自理、認知、語言及社交與情緒。
2. 基於每個範疇包含著不同的元素，而兒童在各元素的發展進度亦不一樣，我們認為以兒童在各元素分別所達到的能力，較以單一歲數來概括他們在該範疇的能力會更為準確及有效。故此，我們在每個範疇下細分若干次範疇（Sub-domain），例如認知範疇下分七個次範疇（包括感覺知覺、物件概念、空間概念等）。在每個次範疇下，我們根據兒童能力的發展次序（Developmental Sequence）或學習次序，編寫學習綱領及相關的評估表項目。

3. 每個範疇均有一個概論，主要是對該範疇及其次範疇作簡單介紹。每個次範疇均有一個前言，內容包括「學習範疇」、「學習內容」及「編訂學習綱領之原則」。
4. 《兒童學習綱領》內容亦分為三個層次編寫，依次為『學習重點』、『項目』及『目標』，以幫助使用者了解兒童學習重點的內容。
5. 《兒童學習綱領》內提供了每項訓練目標的『參考年齡』。『參考年齡』建議了有關的訓練項目適合在哪一個年齡範圍內進行，有助使用者選取及計劃訓練項目。『參考年齡』的編訂參照了文獻記載、《兒童發展評估表（修訂版）》的研究結果及專業同工的經驗總結而成。由於個別兒童能力發展緩急有別，『參考年齡』的設計只作訓練參考之用，而並非診斷兒童發展問題的量度工具。
6. 《兒童學習綱領》內附設「評估號碼」一欄，標示了在《兒童發展評估表（修訂版）》內與部分《兒童學習綱領》訓練目標有關的評估項目。使用者可以參閱《兒童發展評估表（修訂版）》以詳細了解評估內容。

修訂及撰寫工作

新編撰的《兒童學習綱領》及《兒童發展評估表（修訂版）》先後經過多年有關兒童發展、學前教育課程及評估工具的文獻資料整理，並與顧問委員會和本會資深員工（包括心理學家、言語、職業及物理治療師、幼兒導師等）研究撰寫，於二零零三年在本會的特殊幼兒中心和早期教育及訓練中心內試用。期間，我們亦不斷收集改良的建議，於二零零五年八月完成最後的撰寫及修訂工作。本會感謝所有參與是次修訂及撰寫工作的人士，希望這本《兒童學習綱領》及《兒童發展評估表（修訂版）》能增加使用者對兒童早期發展的認識，方便他們編寫更適切的個別教育計劃。內容尚有未完善之處，歡迎各界提供意見，以作日後修訂之參考。

第一章 大肌肉



引言

「大肌肉」是指「全身性的體能活動」，最容易觀察兒童大肌肉發展的方法便是從「發展里程碑」開始，即是兒童在某年齡的常見體能表現。兒童透過大肌肉活動去探索及認識四周的人物和事物。由初生嬰兒開始轉頭，至一、兩歲幼兒發展爬行、扶物橫行、步行、跳躍等，均是生活上的重要技能，亦是滿足個人發展需要和建立學習基礎的重要工具。三歲以後兒童「大肌肉」的發展，開始著重較進一步的體能發展，例如：跳得高些、遠些；跑得快些、靈活些；較高難度的平衡動作，例如：單腳站；進而至四歲以後能做出有韻律性的動作及技能，例如：跳飛機和舞蹈，與及各種不同的操作性技能，例如：拍、捉、擊等。「大肌肉」發展有助應付日常生活的需要之外，同時亦幫助兒童在學習、身體健康和體育方面的發展。在學習上，可透過大肌肉運動增進動作概念（Movement Concept）的學習，例如：時間性、方向性及空間等的概念；在健康及體育方面，則有助增強兒童體適能（Children Fitness），其中包括健康及技能的發展要素，前者有心肺功能、肌力、肌耐力、身體柔軟度及身體組織比例；後者有動作平衡、敏捷、協調、力量和速度的發展。從小開始，大肌肉訓練有助培養兒童主動及恰當地參與體能活動的習慣，以建立健康的身體、生活習慣及正常的社交行為，是培養兒童成長不可缺少的一環。

學習範疇

「大肌肉」的學習範疇主要劃分為兩個次範疇：

1. 移動性活動（Locomotor Skills）
移動性活動是指整個身體在空間移動的各種不同動作
2. 操作性活動技能（Manipulative Skills）
操作性活動技能是指運用四肢操作物件的動作

學習內容

移動性活動的學習內容包括有：

1. 地上活動能力
概括了初生至步行階段的兒童在地上進行的各種活動：仰臥、俯臥、側坐、滾動、四點跪、爬行、直跪、長坐、單膝跪、坐橇。
2. 基礎移動能力
概括了攀爬、站立及步行等活動和動作的變化：蹲、單腳站、前腳掌站、前腳掌步行、腳跟步行。

3. 進階移動能力

概括了在步行以後其他較高難度的組合動作的發展：跨步、上落樓梯、雙腳跳、單腳跳、馬躍步、踏跳、跨跳、側滑步、跑。

編訂學習綱領之原則

1. 「大肌肉」的發展是包含著多個不同的元素，Carl Gabbard, et al (1987) 已提出兒童體育發展項目是由：

- 1) 動作意識 (Movement Awareness)
- 2) 移動性活動 (Locomotor Skills)
- 3) 穩定性活動 (Stability) 及
- 4) 操作性活動技能 (Manipulative Skills)

相互配合才可組成 (見圖一)。學習體能遊戲、體育項目及舞蹈等的過程當中，如缺少以上的能力，便會影響活動的表現。舉例說，兒童如要做到 LO67 項：連續側滑步 10 呎，他需要運用「視覺」去觀察訓練員的示範，「運動知覺」去了解身體、空間及方向的關係，並要掌握「時間性」去做出側滑步的節拍，最基礎的還要有向側踏步的「移動性活動」能力。故此，兒童需要在學前教育時期掌握大肌肉發展基礎。

2. 移動性活動及操作性活動技能的學習內容及性質略有不同，編訂學習綱領的方法亦各有不同，其分別將在各次範疇中詳細例明。概括而言，編訂大肌肉學習綱領是根據：

- 1) 兒童的發展里程碑
- 2) 每個基礎動作配合「動作意識」
- 3) 每個基礎動作配合「穩定性活動」的元素延展出來的

大肌肉・次範疇（一）

移動性活動：前言

學習內容

此範疇主要分為以下三個學習重點：

1. 地上活動能力 - 包括仰臥、俯臥、側坐、滾動、爬行、四點跪、直跪、長坐、單膝跪、坐橇
2. 基礎移動能力 - 包括攀爬、站立、蹲、單腳站、前腳掌站立、步行、前腳掌步行、腳跟步行
3. 進階移動能力 - 包括跨步、上落樓梯、雙腳跳、單腳跳、馬躍步、踏跳、跨跳、側滑步及跑

部分動作的定義如下：

| 動作 | 定義 |
|-----|-------------------------------------|
| 直跪 | 雙膝著地，大腿與身軀成一直線 |
| 單膝跪 | 單膝著地，負重側的大腿與身軀成一直線，對側的膝關節成九十度 |
| 跑 | 當前腳跨出時，後腳也跟著離地，雙腳有同時離地的時間 |
| 跨步 | 跑步的伸展，每一步盡量跨前，日常動作中可以左右腿輪流或單一邊進行 |
| 馬躍步 | 踏步與躍的配合，由始到終用一邊腿保持帶前，另一邊跟隨在後 |
| 側滑步 | 動作等同向側進行的馬躍步 |
| 跳 | 雙腳同時起跳及著地 |
| 單腳跳 | 起跳與著地皆用同一邊腿 |
| 踏跳 | 踏步與單腳跳的配合，兒童動作的發展初期單一邊進行，之後可左右腿輪流進行 |

編訂學習綱領之原則

移動性活動的學習綱領是以基礎移動活動（包括地上活動、基礎移動能力及進階移動能力）為主幹，根據 Carl Gabbard, et al「基本技能及動作意識的基礎」(圖一)而編寫，每個活動是按不同年齡的兒童能力而編排，由移動性活動配合「動作意識」及「穩定性活動」的元素延展出各個不同的活動，總括是根據以下的七個重點而變化：

1. 配合「穩定性活動」延展

例如：項目「步行」中，配合「穩定性活動」的「彎曲」而成「彎身步行」的一項活動。

2. 動作的方向性

例如：項目「步行」中，配合活動的「方向性」而成為橫、前、後、側、曲線等變化。

3. 動作的力度

例如：項目「雙腳跳」中，跳出的距離由近至遠改變。

4. 平衡的能力

例如：項目「前腳掌步行」中，由雙手扶持下步行至沿直線上步行，逐漸增加平衡要求。

5. 重複動作的協調能力

例如：項目「馬躍步」中，由做動作一次至連續重複動作十次。隨著兒童的肌肉耐力及動作的協調能力增加，重複的次數亦會增多。

6. 動作的時間性

例如：項目「側滑步」及「跑」中，動作要求由慢至快。

7. 動作在空間的控制

例如：項目「滾動」中的側滾向不同目標，及項目「跑」中的跑時能避開障礙物，都是要求動作與空間的配合。

大肌肉・次範疇（一）

移動性活動：學習綱領

| 學習重點 | 項目 | 目標 | 參考年齡 | 評估號碼 |
|--------|-----|------------------------|---------|-------|
| 地上活動能力 | 仰臥 | 仰臥時頭部保持在中線 | 0-2 個月 | LO 1 |
| | | 仰臥時頭和雙手大致保持於中線 | 3 個月 | |
| | | 由仰臥轉至側臥 | 0-3 個月 | |
| | | 當嬰兒由仰臥被拉起至坐時，頭與身保持成一直線 | 3-6 個月 | |
| | | 仰臥時用雙手觸摸腳趾 | 6-7 個月 | LO 2 |
| | | 由仰臥轉至俯臥 | 6-9 個月 | LO 3 |
| | 俯臥 | 俯臥用前臂支撐時，頭轉向兩邊 | 0-3 個月 | LO 4 |
| | | 俯臥用直臂支撐時，抬頭向上望 | 3-4 個月 | LO 5 |
| | | 用前臂支撐時俯臥，一邊手可向前伸展取玩具 | 5-6 個月 | |
| | | 俯臥時樞軸轉 180° | 5-6 個月 | LO 6 |
| | | 由俯臥轉至仰臥 | 6-7 個月 | LO 7 |
| | | 用直臂支撐時俯臥，一邊手可向前伸展取玩具 | 7-8 個月 | |
| | | 俯臥時雙手、雙腳和頭一同抬起，只用軀幹貼地 | 7-12 個月 | |
| | 側坐 | 側坐保持平衡 | 7-12 個月 | |
| | | 由側坐轉至四點跪 | 7-12 個月 | |
| | 滾動 | 在地上連續側滾 | 8-12 個月 | |
| | | 由仰臥向一邊連續側滾 12 呎 | 3-4 歲 | |
| | | 由仰臥側滾向不同方向的目標 | 4-5 歲 | |
| | 爬行 | 匍匐爬行（爬行時腹部著地） | 7-12 個月 | |
| | | 手膝爬行 10 呎 | 8-12 個月 | LO 9 |
| | | 從地上爬上離地 1 呎半高的傢具 | 1-2 歲 | |
| | | 爬過隧道 | 1-2 歲 | LO 10 |
| | 四點跪 | 保持四點跪 | 7-12 個月 | |
| | | 由四點跪轉至側坐 | 7-12 個月 | |
| | | 四點跪時單手伸前取玩具 | 8-9 個月 | LO 8 |
| | 直跪 | 扶著傢具直跪 | 7-12 個月 | |
| | | 直跪向前行 | 1-2 歲 | |

| 學習重點 | 項目 | 目標 | 參考年齡 | 評估號碼 | |
|---------------|--------|-------------------------|-------------|-------|--|
| 地上活動能力 (續) | 長坐 | 雙手按著地坐，上身傾向前 | 0-6 個月 | | |
| | | 不需雙手按著地長坐 | 7-8 個月 | LO 11 | |
| | | 坐立時，雙手離身，上身可轉向兩邊 | 7-9 個月 | | |
| | | 坐著往前跌時，向前伸手按地 | 7-8 個月 | | |
| | | 坐在地上雙手離地時，樞軸轉 | 7-8 個月 | LO 12 | |
| | | 坐著往旁邊跌時，向旁伸手按地 | 9-12 個月 | LO 13 | |
| | | 由仰臥轉至側臥坐起 | 9-12 個月 | LO 14 | |
| | 單膝跪 | 扶著傢具保持單膝跪 | 7-12 個月 | | |
| | | 扶著傢具，由雙膝跪轉至單膝跪，再轉到蹲，並站起 | 7-12 個月 | | |
| | 坐橈 | 獨自坐在矮橈上 | 1-2 歲 | LO 15 | |
| | | 坐在高橈上保持平衡 | 1-2 歲 | LO 16 | |
| | | 坐在矮橈時樞軸迴轉 | 1-2 歲 | | |
| | | 坐在矮橈上彎腰拾起地上玩具 | 1-2 歲 | LO 17 | |
| | | 坐在矮橈上自行按橈站起 | 1-2 歲 | LO 18 | |
| | | 由坐地轉至坐矮橈 | 1-2 歲 | LO 19 | |
| | 基礎移動能力 | 攀爬 | 爬上滑梯 | 1-2 歲 | |
| | | | 爬上直立攀架，兩步一格 | 2-3 歲 | |
| | | | 爬落直立攀架，兩步一格 | 2-3 歲 | |
| | | | 爬上直立攀架，一步一格 | 3-4 歲 | |
| 爬落直立攀架，一步一格 | | | 3-4 歲 | | |
| 站立 | | 按著桌子站立 | 8-9 個月 | LO 20 | |
| | | 一邊手按著傢具企立，另一邊手玩玩具 10 秒 | 9-12 個月 | | |
| | | 獨自站立 1-2 秒 | 9-12 個月 | | |
| | | 扶著桌子由站轉至坐地 | 10-12 個月 | LO 21 | |
| | | 扶著桌子，由雙膝跪轉至單膝跪，並站起 | 10-12 個月 | LO 22 | |
| | | 獨自站立 5 秒 | 1-2 歲 | LO 23 | |
| | | 站立時能彎低身拾起地上的物件 | 1-2 歲 | LO 24 | |
| | | 站立時向後轉身 | 1-2 歲 | | |

第二章 小肌肉

引言

「小肌肉」在兒童發展及訓練的範疇中，是指「運用手的能力」。透過雙手，兒童能接觸、探索、了解並控制環境及事物。實際上，兒童在體能及認知的發展過程中，常利用雙手去進行探索，並在探索中不斷嘗試操作物件或玩具，逐步建立在日常自理及學習上所需的手部功能。

學習範疇

「小肌肉」的學習範疇主要劃分為以下六個次範疇：

基礎能力：

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 伸手拾放物件 | 3. 雙手配合運用 |
| 2. 基本操作能力 | 4. 手眼協調 |

精細操作能力：

- | | |
|---------|------------|
| 5. 執筆寫畫 | 6. 文具及用品操作 |
|---------|------------|

學習內容

- 學習內容主要分為基礎能力及精細操作能力。
- 透過學習（1）伸手拾放物件、（2）基本操作能力、（3）雙手配合運用及（4）手眼協調的四項基礎能力而逐漸鞏固，兒童才能建立較複雜的操作能力，如：（5）執筆寫畫，及（6）文具及用品操作。從以下例子分析，說明這些基礎能力在日常學習技能中的相互關係：

學習技能：執筆在方格內畫線

分析：

| 操作技能 | 基礎能力 |
|-------------|-----------|
| 1. 伸手拾筆 | 伸手拾物、手眼協調 |
| 2. 左手按紙右手握筆 | 雙手配合運用 |
| 3. 在方格內畫線 | 操作能力、手眼協調 |
| 4. 完成後把筆放下 | 放物 |

由此可見，這四項基礎能力是建立精細操作技能（如：執筆寫畫）的重要元素。

3. 另外，這些基礎能力亦有明顯的發展里程。初生嬰兒因為視力仍未發展成熟，所以一般只會胡亂舞動雙手。當嬰兒逐漸長大，便能粗略地向著目標伸手抓握、拾取物件並進行簡單的操作。隨著視力及體能控制的提升，「小肌肉」的能力表現漸趨精細複雜，「手眼協調」及「雙手配合運用」的能力便逐漸建立。隨著年歲的增長，學前兒童在掌握基本的手部功能以後，便再進一步建立較複雜的操作技能，「執筆寫畫」及「文具及用品操作」便是幼兒園及學校日常學習中最常用的技能。因此，以上四項基礎能力及兩項精細操作技能，便成為「小肌肉」範疇中的重點學習內容，亦即是次範疇。

編訂學習綱領之原則

由於這六個次範疇各具特色，故編訂學習綱領的原則亦各有不同，每個次範疇均於前言中「編訂學習綱領之原則」一欄內詳加說明。整體而言，大致可用以下兩項原則作為劃分及編訂項目與目標的依據：

1. 該能力或技能的元素分析
2. 兒童的發展里程



小肌肉·次範疇（一） 伸手拾放物件：前言

學習內容

主要劃分為四個學習重點：

1. 伸手拾放物件前的準備 - 主要指視覺運用方面
2. 伸手 - 手向目標伸展
3. 拾物 - 用手抓握物件
4. 放物 - 張開手把物件放下或放入容器內

編訂學習綱領之原則

學習綱領的編排，主要分為：

1. 伸手拾放物件前的準備

所謂「準備」，在這裡主要是指視覺運用方面。在「伸手拾放物件」的過程中，一般是透過視覺的協助來判斷物件的位置，然後向目標伸手拾放。嬰兒時期視力發展仍未成熟，視野並不清晰。出生後六個月為視覺的迅速發展期，配合肌能控制能力的進展，幼兒能逐步掌握凝視 (Fixation)、追視 (Eye-tracking)、視線轉移 (Saccade) 等眼球運用的能力，而這些能力對於「伸手拾放物件」是相當重要的。故此，在編訂學習綱領時選取的目標需要配合視覺能力的發展，物件的距離、大小及色彩是否鮮明對「伸手拾放物件」均有影響。

2. 伸手

伸手主要是運用上肢（即肩、臂、手）的肌能控制向著目標伸展。兒童能否準確地對著目標方向伸展，除了視覺協助判斷目標的位置外，還要視乎肩臂是否有足夠的支撐力及活動幅度讓兒童自如地伸向目標。嬰兒出生不久，肩臂控制能力不足，只能胡亂舞動，有點兒不受控制。約三至四個月，幼兒能粗略地向著一個特定目標伸展過去，直至約十二至十五個月左右，已能向上、下、左、右伸展。

3. 拾物

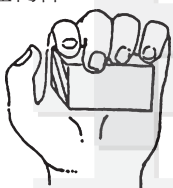


拾物是針對用手抓握物件的能力。嬰兒剛出生的首三個月，雙手經常保持握拳狀態，約三個月後，雙手逐漸張開，並出現抓握反射（即將物件輕掃嬰兒手的尾指側，嬰兒會抓著物件）。約四至六個月的嬰兒主要用掌心握物。七至九個月期間，抓握的部位逐步由掌心移至橈側（即大拇指、食指一方），並且由掌心的粗略抓握方法逐漸發展成熟，演變成前三指（即大拇指、食指及中指）及前二指（即大拇指及食指）相對的精細抓握方法。

4. 放物

「放物」的基本條件是張開手的能力，若手不能張開，便不能將物件從手釋放出來。另外，須視乎物件擺放的位置，擺放的準確性極需要手與眼的協調（即手眼協調）。嬰兒約六個月時便能將物件由一手交至另一手（即一手放物而另一手取物），至十五個月左右便能精細擺放物件。

小肌肉 • 次範疇 (一)

伸手拾放物件：學習綱領

| 學習重點 | 項目 | 目標 | 參考年齡 | 評估號碼 | |
|--------|---------------------------------|-------------------------------|---|--------|-----|
| 伸手拾放物件 | 伸手拾放物件前的準備 - 視覺運用 (參看「認知：感覺知覺」) | 眼睛凝視物件 | 0-6 個月 | | |
| | | 望著自己的雙手 | 0-6 個月 | | |
| | | 視線隨著物件從旁邊移至中線 | 0-6 個月 | | |
| | | 視線隨著物件移動 (如：左至右 / 上至下) | 0-6 個月 | | |
| | | 重複先後注視兩件在兩隻手中的物件 | 6-12 個月 | | |
| | 伸手 | 拍打或掃撥胸口附近的物件 | 3 個月 | | |
| | | 主動地向著物件伸手 | 0-6 個月 | R 1 | |
| | | 主動地向著物件伸手，並抓握該物件 | 4-6 個月 | | |
| | | 向前伸直手肘觸摸物件 | 4-6 個月 | | |
| | | 伸手至不同位置 (如：上 / 下；左 / 右；前 / 後) | 1-2 歲 | | |
| | 拾物 | 用掌心抓握物件 |  | 0-6 個月 | R 2 |
| | | 持續用掌心抓握物件而物件不易跌下 | 6-7 個月 | | |
| | | 用橈側掌心抓握物件 |  | 6-7 個月 | |
| | | 用前三指抓握物件 |  | 7-9 個月 | R 3 |
| | | 前二指拾物前的預備 - 運用食指頭指著東西 | 6-12 個月 | | |
| | | 伸直食指或拇指按物件 (如：輕按膠泥等) | 10-12 個月 | | |