

## 0~6歲兒童發展里程碑

撰文：盧奕均、張惠婷 職能治療師

修改日期：2023/02/22

	【生理動作發展】	【認知能力發展】	【社會情緒發展】
0~1歲的孩子	<p><b>粗大動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 2個月：趴著時，可以把頭抬起來</li> <li>✓ 5個月：可由趴著翻身成仰臥</li> <li>✓ 7、8個月：會自己坐</li> <li>✓ 8、9個月：可以肚子離地，手腳交替地爬</li> <li>✓ 10個月：會自己扶著東西站起來</li> <li>✓ 12個月：可以自己站或走</li> </ul> <p><b>精細動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 3~5個月：兩手會互相碰觸或把玩，會注意看自己的手</li> <li>✓ 6、7個月：會用前三指抓握小積木</li> <li>✓ 8、9個月：會用拇指和食指拿小東西，如葡萄乾</li> <li>✓ 12個月：會翻厚紙板書，會握蠟筆在紙上亂塗鴉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 3~5個月：放搖鈴在孩子的手中，當他聽到搖鈴的聲音後，為了要再聽到聲音，會再晃動搖鈴</li> <li>✓ 6~8個月：用手帕蓋住孩子的臉和他玩躲貓貓，他會把手帕拿開</li> <li>✓ 9~12個月：當孩子注意看一個玩具時，用一塊布將玩具全部蓋住，孩子會掀開布去拿玩具，或用眼神表示知道玩具在那裡。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 3~5個月：能夠辨別陌生人，媽媽和陌生人分別伸手作勢要抱他的樣子，他有明顯不同的反應。會注視著大人或媽媽進出或走過房間</li> <li>✓ 6~8個月：會對著鏡中的自己微笑並用手去觸摸</li> <li>✓ 9~12個月：伸手向孩子要他正在玩的玩具，他會遞過來（不論他是否真的有給）</li> </ul>
1~2歲的孩子	<p><b>粗大動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 1歲半後可以自己走得很好，牽著他一手，可以上下樓梯</li> <li>✓ 可以從站著坐到小椅子上，可以自己蹲下再站起來。</li> </ul> <p><b>精細動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 1歲半後會玩插棒、疊積木、形狀版（圓形、三角形、正方形）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 會更主動的、有目的地探索週遭事物，例如：會玩電線插頭、開關電燈、電視</li> <li>✓ 懂得因果關係，在桌子下面拉動綁著圓環的繩子，孩子會試著找出原因</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 會離開媽媽探索環境，但不時會回到媽媽身邊或回頭看。</li> <li>✓ 孩子有時很黏人，有時又拒絕別人的幫忙，顯示他正在發展自主性。</li> <li>✓ 打斷孩子正在玩的遊戲，他會很堅持，會哭或發脾氣。</li> </ul>
2~3歲的孩子	<p><b>粗大動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以跑跑跳跳，踮著腳尖走路，自己上下樓梯，學習騎三輪腳踏車。</li> </ul> <p><b>精細動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 會熟練地用筆塗鴉畫圈，模仿畫直線橫線，會串大珠子、疊積木塔。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 會玩假裝的遊戲，如打電話，假裝倒水喝，學小狗走路，或裝睡。</li> <li>✓ 能分辨物體的大小、形狀及紅、黃、綠三種顏色，還可以進行簡單的配對。</li> <li>✓ 了解生活中的事物有不同的功用，包括：車子、錢幣、奶瓶等。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 對其他孩子表現出明顯的興趣，如玩相似的活動，或一直和他們在一起。</li> <li>✓ 懂得輪流。告訴孩子你們輪流玩玩具，教他兩三次之後，孩子會主動將玩具遞給你，或等你玩完才拿去玩。</li> <li>✓ 孩子能短暫聽從成人的警告或提醒，但自己的想法變多，喜歡說「不」，追求獨立自主。</li> </ul>



佛教慈濟醫療財團法人

台北慈濟醫院  
Taipei Tzu Chi Hospital,  
Buddhist Tzu Chi Medical Foundation

# 復健科

<p>3~4 歲 的 孩 子</p>	<p><b>粗大動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 開始學會騎三輪車</li> <li>✓ 可以交替往上爬樓梯</li> <li>✓ 可以從樓梯上同時用雙腳跳下來</li> <li>✓ 可以往前跳</li> </ul> <p><b>精細動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 使用拇指食指中指三點握筆方式開始拿蠟筆或是鉛筆</li> <li>✓ 可以在簡單的圖案上著色</li> <li>✓ 可以開始仿畫簡單的幾何形狀</li> <li>✓ 會使用剪刀並且可以嘗試剪簡單的圖形</li> <li>✓ 可以開始進行立體的積木組合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以在遊戲時運用想像的物件，例如假想的車子或是房屋等等</li> <li>✓ 可以模仿扮家家酒</li> <li>✓ 對不同的物品進行分類</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 學會輪流的概念並且可以和他人一來一往的進行溝通</li> <li>✓ 從分別玩遊戲進步到可以大家一起玩遊戲</li> <li>✓ 開始喜歡認識其他孩子</li> </ul>
<p>4~5 歲 的 孩 子</p>	<p><b>粗大動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以投球並且瞄準目標</li> <li>✓ 可以連續往前跳四到六步</li> </ul> <p><b>精細動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以使用動態三點握筆方式拿筆</li> <li>✓ 可以完成10塊的拼圖</li> <li>✓ 可以使用剪刀剪下方型，三角形或是其他的簡單圖形</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以了解遊戲規則，並且可以在跟其他小朋友玩的時候記得規則</li> <li>✓ 可以和其他小朋友玩角色扮演遊戲</li> <li>✓ 可以和其他小朋友發展合作的表現</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 喜歡扮演爸爸媽媽等扮家家酒的角色</li> <li>✓ 可以開始進行四到六人較複雜規則並且有組織的遊戲</li> </ul>
<p>5~6 歲 的 孩 子</p>	<p><b>粗大動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以用兩手接球</li> <li>✓ 可以準確的把球踢出去</li> <li>✓ 單腳站八到十秒</li> </ul> <p><b>精細動作：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 使用雙手組合的活動，可以一手組合玩具，另一手幫忙固定玩具</li> <li>✓ 可以模仿寫出名字</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 可以進行具有較複雜規則的遊戲</li> <li>✓ 可以開始回答問題，或是解釋問題發生的原因</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 喜歡隨音樂唱歌跳舞</li> <li>✓ 開始可以同理其他人的感覺</li> </ul>



佛教慈濟醫療財團法人

**台北慈濟醫院**  
 Taipei Tzu Chi Hospital,  
 Buddhist Tzu Chi Medical Foundation