

# 「感・動・連繫」親子遊戲

## 小貼士

2/6/2023

**PART 1 :**

「感」知「動」作發展與遊戲

21/7/2023

**PART 2 :**

「連繫」—與嬰幼兒的親子互動貼士



早產嬰家長支援計劃 - 同路人聊天室

協康會職業治療師 張瑋珊女士





PART 1 :

「感」知「動」作發展與遊戲

2/6/2023

協康會職業治療師 張瑋珊女士

# 內容

1. 何謂「感知動作期」
2. 感知動作發展的重要性
3. 感覺系統「5」+「3」
4. 嬰幼兒及早產兒的感知動作發展
5. 有助感知動作發展小遊戲





何謂「感知動作期」

# 何謂「感知動作期」

- 瑞士兒童心理學家Jean Piaget (1896—1980) 的認知發展理論
  - 有個別差異，發展順序不變
  - 每個階段的思考模式不同
  - 0至2歲「**感知動作期**」是**認知發展**的重要**基礎**



形式運思期

具體運思期

前運思期

感知動作期

A decorative dotted line in a light blue color, starting from the top left, curving across the top, and ending on the right side.

# 感知動作發展的重要性

# 感知動作發展的重要性

學前階段腦部發育速度最快

- 0歲: ~ 成人腦的25% (400g)
- 1歲: ~ 成人腦的66%
- 2歲: ~ 成人腦的75%
- 6-7歲: 重量與成人相若

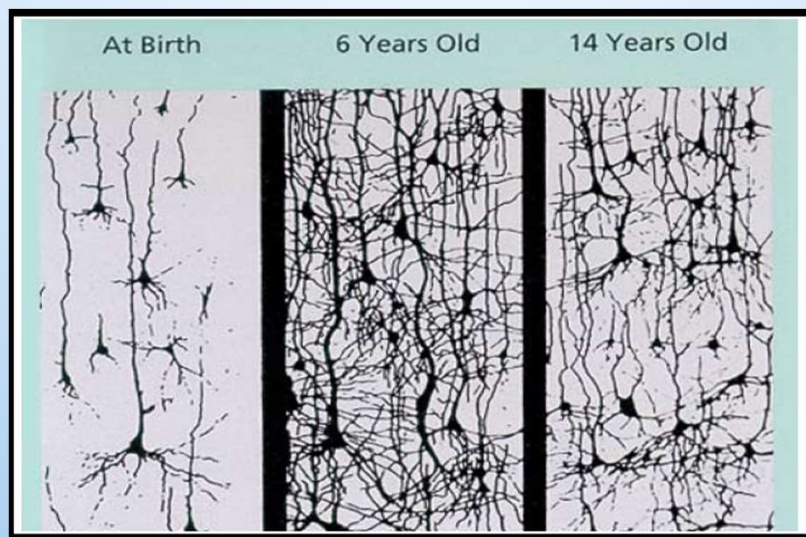


食物 = 身體營養

感知動作經驗 = 腦部營養

# 感知動作發展的重要性

- 初生嬰兒的腦部約有**1500**億個神經細胞，但神經細胞間的**連結**相當少
- 透過**環境刺激**，神經細胞會**增加體積及複雜性**來促進腦部的成長



(Shore, 1997)

# 感知動作發展的重要性

- 環境的刺激決定那些神經細胞不斷生長，那些被刪除，這個修剪過程 (synaptic pruning) 能增加神經系統的效率
- 早期的感覺經驗不單決定腦部接收什麼類型的感覺訊息，更影響腦部如何處理這些訊息



# 感知動作發展的重要性

- 0至2歲「感知動作期」





感覺系統「5」+「3」

# 感覺系統「5」+「3」



視覺



嗅覺



味覺



聽覺



觸覺



前庭平衡覺



本體感覺



內感覺

# 感覺系統「5」+「3」

## 1. 前庭平衡覺

- 地上滾動、由俯臥到坐立、或轉動頭仔望向父母
- 內耳偵測頭部空間位置、移動方向及速度變化
- 引發身體調整肌肉張力，保持平衡
- 建立身體知覺、眼球控制、視覺動作協調、空間概念及動作計劃等技巧



# 感覺系統「5」+「3」

## 2. 本體覺

- 偵測身體及手腳肌肉關節的活動
- 調節動作的活動幅度及力度
- 促進嬰幼兒對身體不同部位的意識
- 經過與前庭平衡覺及觸覺的統合過程，發展出空間概念及動作計劃技巧



# 感覺系統「5」+「3」

## 3. 內感覺

- 偵測身體內部狀態的感覺
  - 如嬰兒階段感到肚餓會哭鬧，感到飽肚後滿足
  - 幼兒階段開始戒片時，對便意及小便感有意識
- 經大腦整合
- 透過自主神經系統調節生理狀態及規律，有助加強自我意識及維持生理平衡。



A decorative dotted line in a light blue color, starting from the top left, curving across the top, and ending with a small loop on the right side.

# 嬰幼兒的感知動作發展

# 嬰幼兒的感知動作發展

非自主  
原始反射動作模式

感覺經驗



身體動作

更複雜、精細的動作及協調技巧



不同的活動及遊戲模式



# 嬰幼兒的感知動作發展

## 0至6個月：感知小天使

### 0至3個月

- 接收環境中的不同感覺訊息
- 以原始反射動作及重複的動作為主
- 俯臥時撐起上身及稍微抬頭



# 嬰幼兒的感知動作發展

## 0至6個月：感知小天使

3至6個月：

- 喜歡**注視**鏡子中的自己
- 能以視覺**辨認**出熟悉的人
- 對別人的叫喚作出**回應**
- 由**仰臥**轉至坐立
- 建立**身體與身體關係**的意識(仰臥時用手握小腳把玩、雙手放中線互相抓握)



# 嬰幼兒的感知動作發展

## 9至18個月：小小探索家



### 9至12個月

- 追蹤找尋跌下的玩具
- 以聲音辨別方向、用手或口部辨別質感
- 由坐到站，或扶著可走路
- 模仿簡單的聲音及動作
- 身體與物件/物件與物件關係的意識(放物件入口、以物件敲物件、放波入洞)



# 嬰幼兒的感知動作發展

## 9至18個月：小小探索家



12至18個月：

- 自如走路及蹲下
- 物件與物件關係
  - 操作簡單工具
  - 疊高積木
  - 粗略握筆塗鴉
  - 開始運用餐具





# 嬰幼兒的感知動作發展



## 18至24個月：行動實驗派

18至24個月：

- 蹲下時保持平衡
- 開始扶欄杆上落樓梯
- 更複雜及精準的物件與物件關係  
(用繩穿大珠、疊高積木)
- 精細抓握/前三指控制
- 建立慣用手



A decorative dotted line in a light blue color, starting from the top left, curving across the top, and ending on the right side.

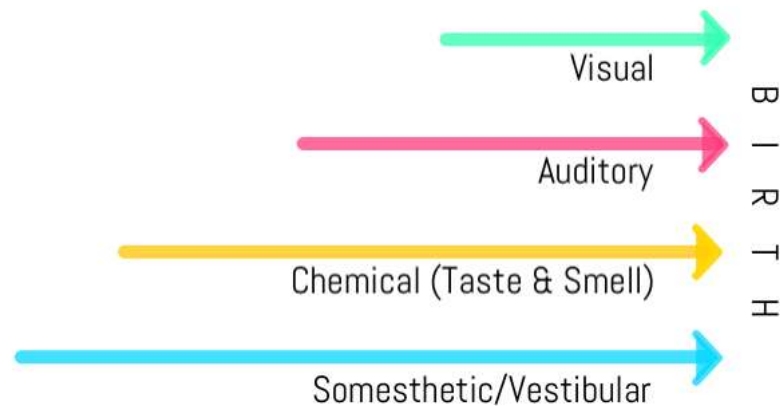
# 早產兒的感知動作發展

# 早產兒的感知動作發展

## 1. 感覺系統發展：

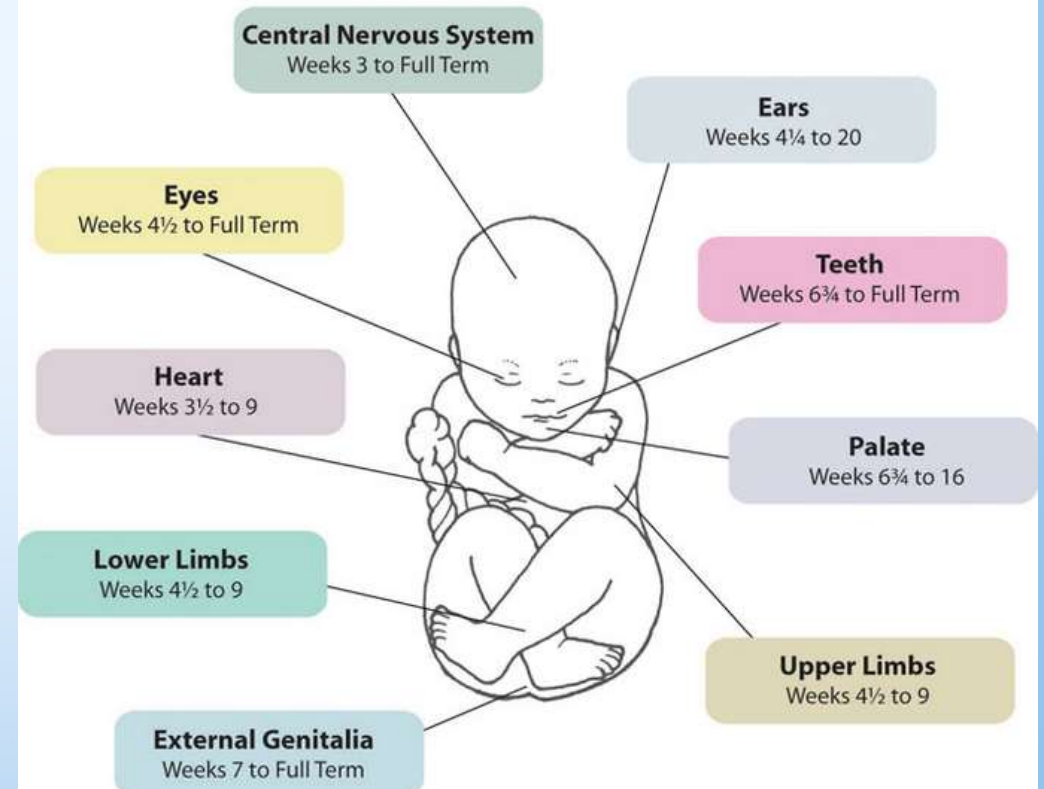
- 於胎兒不同階段開始

### Prenatal Sensory Development



(The Sensory Coach Inc., 2023)

### Periods of Fetal Development



# 早產兒的感知動作發展

## 2. 感覺訊息處理表現：

- 感覺系統發展不成熟可能會引致感覺訊息處理問題
- 較常見感覺訊息處理問題如：
  - a. 容易出現不安、緊張、驚恐情緒
  - b. 口腔敏感
  - c. 對聲音表現敏感
  - d. 不喜歡觸摸不同物料的東西
  - e. 喜歡走來走去，動個不停
  - f. 害怕站在高處或盪鞦韆
  - g. 大小肌肉動作協調困難



# 早產兒的感知動作發展

## 3. 大肌及小肌肉發展：

- 研究比較兩組早產兒的大肌及小肌肉發展
  - a. 中期早產： $< 32$ 週
  - b. 輕度早產：32 至 36週

▪ 結果：

→8個月實齡時：大小肌肉均有數據上明顯差別

→12個月實齡、8及12個月矯正年齡時：

只小肌肉表現有數據上明顯差別

(Piper, M.C. et. Al, 1989)



# 早產兒的感知動作發展

## 4. 感知與動作發展的關係：

- 早產兒的感覺處理及肌能發展於數據上有強關聯性  
(Celik, 2017)



- 於感知評估(TSFI)兩個項目表現較弱
  - 觸感反應及前庭平衡感反應
- 同時於動作發展評估(AIMS)表現弱

(Cabral et al, 2015)

# 有助感知動作發展 小遊戲

配合感知動作發展里程，在遊戲中加入多元及合適程度的感知元素，提供感覺及動作經驗。





# 感知動作小遊戲：

## 觸覺遊戲：「和你吹吹風」

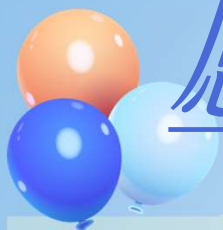
(適合6個月以上嬰幼兒)

- 準備有安全保護的小風扇
- 將風扇吹向BB
- 數三下關掉風扇或將風扇吹向自己
- 重覆並觀察他們反應



### 遊戲小貼士：

家長可配合風力的變化，加入停頓、誇張的聲音或表情，吸引嬰幼兒注意。



# 感知動作小遊戲：

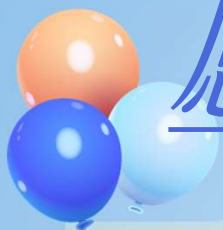
## 前庭平衡覺、觸覺及本體覺遊戲 - 「碌碌捲腸粉」 (適合9個月以上嬰幼兒)

- 準備一張能包著嬰幼兒身體的大毛巾/毛氈
- 讓BB躺臥在上面由一邊滾動身體到另一邊
- 並用大毛巾/毛氈包裹BB身體 (注意不要蓋著面部)
- 在BB身體兩側給予適量按壓
- 再慢慢滾動身體拉出大毛巾



### 遊戲小貼士：

進行時需小心留意嬰幼兒身體需成  
**直線**，不會扭傷頸部或撞傷頭部。



# 感知動作小遊戲：

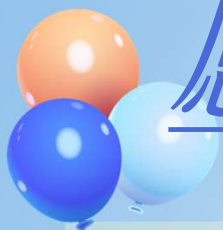
## 視覺及觸覺遊戲：「貼紙面面貼」 (適合12個月以上嬰幼兒)

- 將貼紙貼在成人面上，讓BB撕出
- 讓BB再貼在成人面上，重覆
- 亦可將貼紙貼在BB面上，讓BB觀看鏡子中的自己和成人，找出貼紙



### 遊戲小貼士：

將貼紙貼在近成人眼睛附近的位置，讓嬰幼兒更容易接觸成人視線。



# 感知動作小遊戲：

本體及前庭平衡覺遊戲：「撐地捐山窿」  
(適合18個月以上幼兒)

- 和BB一起以雙腳雙手撐地
- 讓小火車/小波波在幼兒身體下穿過



遊戲小貼士：

幼兒如能維持此姿勢一段時間，  
可讓幼兒以此姿勢進行推球遊戲。





# 感知動作小遊戲：

本體覺遊戲：「蟲蟲畫畫畫」  
(適合18個月以上幼兒)

- 在地上舖上大畫紙
- 讓BB趴在地上，以手肘撐地塗鴉畫畫



遊戲小貼士：

以俯臥姿勢進行遊戲，更可同時加強上半身的控制，有助發展良好的眼球控制及小肌肉協調能力。



# 感知動作小遊戲：

## 多感官遊戲：「七彩波子畫」 (適合18個月以上幼兒)

- 準備顏料、波子及一個放有畫紙的小盤
- 將波子放在顏料裏，讓BB以手指拾起波子放在小盤中
- 讓BB觀看波子滾動
- 可讓BB雙手握盤控制波子的滾動方向



### 遊戲小貼士：

透過活動中提供視覺、觸覺、本體覺等的多感官經驗，  
同時加強幼兒視覺專注、手眼協調及上肢控制能力。



# 總結

- 0至2歲感知動作期是認知發展的基礎
  - 透過感覺經驗、肌肉動作、環境互動認識世界
- 配合感知動作發展里程，在遊戲中提供感覺及動作經驗
  - 視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺、前庭覺、本體覺
  - 合適的「量」
  - 觀察嬰幼兒對不同感覺的反應

**THANK  
YOU!**

