



桃寶寶發展123

雙月刊

發行單位：桃園市政府
 發行人：桃園市政府社會局
 編輯：桃園市兒童發展通報轉介中心
 承辦單位：財團法人伊甸社會福利基金會
 電話/傳真：03-3330210 / 03-3359557
 地址：330桃園市桃園區四維街12號
 電子信箱：dep122@eden.org.tw

桃園兒童發展通報轉介中心



News 活動報

本期目錄 News 活動報…P1

親子齊步走……P3

好書推薦…… P6

愛兒補給站……P7

★111 學年度第二次鑑定安置期程

發展遲緩兒童，欲透過鑑定安置申請入公立幼兒園/入國小轉銜：

☆注意事項：本梯次申請者為餘額申請，等第一梯次申請個案安置協調完畢後，如有餘額才會進行安置。

身份	申請時間		送件方式	送件處	應備文件
	起始日	截止日			
滿 2 足歲未入學 (有餘額才能進行安置)	111/3/14 (一)	111/3/16 (三)	家長親送 (復興區可郵寄)	鑑輔會 (東門國小) 9-12 點 13-16 點	1. 戶口名簿 2. 兒童 2 吋照片 3. 申請表單 4. 身障證明或發 展遲緩相關證明 5. 28 元標準回郵 信封*3
已就學幼兒園欲 轉安置其他班型公幼 (未能於第一階段提出)			幼兒園造冊 統一送件		
在校生申請巡輔					
未就學 111 年將入國小	111/2/18 (五)	111/3/1 (二)	家長親送	戶籍學區 國小輔導室 9-12 點 13-16 點	6. 28 元標準回郵 信封*3
已就學 111 年將入國小			幼兒園造冊 統一送件		

◎補充說明：

1. 鑑輔會：桃園市特殊教育學生鑑定及就學輔導會，簡稱”鑑輔會”，主要受理學童在特教需求相關服務申請。

2. 鑑輔會資訊-

位置：桃園市東門國小內(桃園區東國街 14 號)

連絡電話：(03)339-4572

幼兒園申請	分機轉 831、832、835	
入國小申請	中壢/楊梅/新屋/龍潭/平鎮/觀音	分機轉 828、830、838
	桃園/八德/龜山/大園/大溪/蘆竹/復興	分機轉 829、841、848

3. 相關表單及應備文件下載路徑，請電洽鑑輔會或可與本中心聯繫。

☆下方活動資訊，時間、地點將視疫情做調整，最新資訊詳見本中心臉書粉絲專頁公告，或可電洽活動聯絡人。

辦理單位	聯絡電話	活動聯絡人	活動地點	活動名稱	活動內容	活動時間
桃園市兒童發展通報轉介中心	(03)3330210 分機 13 何督導	分機 11-20	111 年第一季桃園市發展遲緩兒童療育補助 【申請 111 年 1-3 月療育補助】 地點：桃園市政府 4 樓社會局志工服務台 (桃園區縣府路 1 號) ◆因應國內疫情變化關係，將依桃園市政府 防疫準則適時調整上述補助親送地點 ◆相關資訊請留意本中心臉書粉絲專頁公告 建議多採取掛號郵寄方式送件申請	送件申請期間： 111/4/1-111/4/15 可掛號郵寄 或 親送：於上班日 (周一至週五 09:00-17:00) 國定假日未收件		

111 年第一季免費親職/心理諮詢服務【限本中心服務對象】



本中心辦理親職諮詢計畫，由領有臨床心理師證照的心理師以及本中心社工師，提供家有早療兒童的家長一個紓解壓力、與人聊聊的機會，說出自己的煩惱、釐清自己的問題，也讓家長學會照顧自己身、心、靈。

★預約諮詢專線：

(03) 333-0210 分機 12

★可預約日期：

1 月：1/6、1/13、1/20、1/27

2 月：2/10、2/17、2/24

3 月：3/3、3/10、3/17、3/24、3/31

親子齊步走

作息本位的活動安排建議(下)

泰安醫院作者群：職能治療師 張瀞心、職能治療師 黃詩涵

物理治療師 徐瑩純、語言治療師 黃冠寧

上一期的刊物內容，我們透過題目選項來了解孩子偏向哪類型的氣質，並依孩子的氣質面向結合了發展，提供作息安排的建議及規劃，這一期我們延續了前期內容將各個類別的活動建議分享如下表，家長們可以依照孩子的特質規劃適合的活動內容，也可以從日常生活中陪著孩子玩玩看這些有趣的活動喔！若想再多了解上一期內容可搜尋右側的 QR CODE。



粗大動作活動

(A) 提升警醒度建議

A1. 壽司捲捲樂→金蟬脫殼：

用棉被或大毛巾將孩子捲起來，然後爸爸媽媽再拉棉被或毛巾邊緣，讓孩子從被子中滾出來，鼓勵孩子用棉被或大毛巾把自己捲起來，然後再從裡面爬出來。

A2. 人體盪鞦韆→火車嘟嘟嘟：

適合年齡較小的寶寶，寶寶背對爸爸媽媽，爸爸媽媽從孩子背後雙手穿過孩子腋下抱起，然後前後搖擺，爸爸媽媽四肢伸直撐地變成山洞，然後讓寶寶以爬姿或匍匐前進姿勢穿過山洞。

A3. 毛巾過山車→海浪滔滔：

適合年齡 3 歲以上的孩子，可以請孩子坐在毛巾的一邊，然後爸爸媽媽拉著另一側移動坐在毛巾上的孩子，爸爸媽媽與孩子，分別各拉毛巾一邊，毛巾上面放許多小球或絨毛娃娃，小孩用力抖動毛巾讓球或娃娃從毛巾上掉落。

A4. 紙箱噗噗車→小小計程車：

較小的孩子可以坐在紙箱中由爸爸媽媽來回左右的推動，或是紙箱一側綁繩子，爸爸媽媽拉繩子移動，在客廳某角放一堆絨毛娃娃，讓孩子推紙箱一次載一位絨毛娃娃客人到另一個角落。

A5. 滾滾棉被山：

請孩子用力將枕頭棉被堆高成小山丘，並鼓勵孩子自己爬到最高點再側滾下來(此活動建議父母要在旁監督)。

A6. 其他常見提升警醒度活動：

搔癢癢、折返跑、前滾翻、跳跳繩等。

(B) 提升穩定度活動建議：

B1. 搖床慢慢盪：

適合年齡較小的寶寶，爸爸媽媽以緩慢有規律的速度與動作幅度搖晃搖床，此活動也很適合在寶寶情緒不佳時給予安撫使用。

B2. 緩和的音樂律動：

以輕音樂或緩慢的兒歌當作媒介，讓孩子做出緩慢有規律的連續動作，如坐著左右輕輕搖擺或雙手舉起像雲一樣擺動。

B3. 逃出棉被五指山：

用棉被捲起孩子，再讓孩子自己出力掙脫。

B4. 袋鼠跳跳樂：

看誰跳最遠(跳遠)，利用反覆不斷出力的活動讓孩子穩定下來。

B5. 我是小幫手：

適用於任何需要搬重物的活動，如：媽媽掃地孩子搬椅子、幫忙搬洗衣籃等，只要是需要出力的活動都可以。

B6. 小牛耕田：

孩子的雙手撐在地板上，家長抓起孩子的下肢讓孩子往前爬(可在 3-5 公尺處放置拼圖，讓孩子來回拼)，家長雙手可支撐在小孩的骨盆、大腿、膝蓋或腳踝，當支撐部位越來越低時，孩子需控制的部位越多，難度會提升。

B7. 趴姿下丟球：

趴在地上給予一定距離的目標，讓孩子拿球丟出。丟大球可用雙手一起拿球，會訓練較多整體背部力量難度較大；丟小球用單手將球丟出，訓練較多單側上背力量，可換邊執行。

B8. 小鴨子走：

蹲姿下雙手扶著膝蓋，將重心左右轉移交替將下肢往前移。

B9. 毛毛蟲爬：

雙手、雙腳都穿上襪子(最好不要防滑的襪子)，讓孩子四肢稱地、肚子拱起(像一個倒 V)，請孩子手先往前滑行、再換腳向前滑行，如同毛毛蟲向前爬一樣。

精細動作活動

A. 1 歲半-3 歲建議的小動作活動：

揉麵團/黏土、剝大蒜、扣鉗子、曬衣夾活動、剝菜根、用夾子夾麵包、摺衣服、收襪子、切水果、一般勞作活動(繪畫、剪貼撕)等。

B. 3 歲-6 歲建議的小動作活動：

紙杯陀螺、動力沙、親子甜點(餅乾、饅頭)、貼點點貼、手手/牙刷蓋印章、撈魚、做吸管項鍊、撕貼畫、刮畫、鑷子分綠豆/紅豆、棉花棒作畫、一般勞作活動(剪貼褶、編織)等。

認知類活動

A. 形狀/顏色分類：

分類餐具、收拾玩具、收納襪子/衣服/褲子。

B. 數字/數量：

數飛機餅乾/小饅頭、麵粉幾克、蒜仁幾顆、第幾個罐子有糖果(也可讓孩子算算要吃幾顆糖果)。

C. 相對與空間概念：

鑲嵌板、拼圖、七巧板、樂高、雪花片、仿拚積木、跟著範本畫畫。

D. 綜合性桌遊類活動：

撲克牌遊戲(UNO、牌七)、大富翁、跳棋、象棋、圍棋、蛇棋、矮人礦坑等。

語言類活動

A. 和孩子玩遊戲，例如：peek-a-boo(備註)。

B. 向他們展示故事書，告訴他們您看到什麼。同時也鼓勵他們藉由翻頁和看圖片來探索書。

C. 請孩子幫忙做家事。

D. 維持規律的閱讀習慣，孩子喜歡看有簡單圖片的書。

E. 模仿家中日常的活動，例如：「接電話」。

F. 表演想像的遊戲，喜歡扮成不同的角色，例如：「假裝是媽媽餵奶」。

G. 可以角色扮演所看到其他人正在做的事情，例如：「洗碗、煮菜」。

H. 鼓勵孩子用自己的話再講一次日常生活經驗或故事內容。

I. 教導我正確使用手機，例如：「教導我打電話給奶奶，您可以在旁邊教導孩子」。

J. 一直和您的孩子談話，告訴他您現在正在做什麼。

K. 唱歌和唱童謡，例如：小星星。

L. 每天要教一些東西的名稱或熟悉的人的名字。

M. 在孩子學會新的對話或詞語時，給予正增強和鼓勵，例如：「我看到貓咪並突然說出『貓』時，就可以立即給予口頭讚美」。

N. 當您離開孩子前，告訴孩子您要去的地方，當您回來時，在告訴孩子您回來了。

O. 向孩子解釋你或他們可以(不可以)做到哪些事情。例如：「媽咪很高，所以可以拿得到杯子」。

P. 當您的孩子在說話時，您要看著他的眼睛。

Q. 讓孩子自己做他們的事情，但當他們感到挫折時，待在他們身邊適時地給予鼓勵與引導。

R. 唸故事書給孩子聽時，詢問孩子關於該故事內容的問題(例如：這是什麼地方?)

- S. 和孩子一起玩遊戲，包含對談、推理活動。
 - T. 鼓勵孩子做模彷性的遊戲，例如：隨著音樂童謡做動作。
 - U. 重述一次您的孩子說的字，好讓他知道您懂他在說什麼。
 - V. 玩聽聲音的遊戲。適時停止和輪流分辨聽到的聲音。例如：「汽車、飛機、動物的聲音」。
 - W. 讓我幫忙完成一件事，例如：「教導我如何烘焙餅乾」。
- 備註：peek-a-boo 是大人把臉用雙手遮起來又打開來逗小孩發笑的躲貓貓遊戲。

以上作息本位的活動安排建議，除了依據孩子天生的氣質來安排外，也可依據孩子當天的情況作調整，如：今天小白兔寶寶睡得很飽、很有精力，就能改為提升穩定度的活動。代號是提供這個氣質類型小朋友的活動建議，但適不適合還是要看孩子能力和里程碑喔！

希望本文可以給予親愛的爸爸媽媽，在安排居家活動上有更多的想法與幫助，在漫漫的育兒路上，與您一同前行。但若孩子有其他特殊的狀況，建議您還是要尋求專業治療師的建議與協助。

好書推薦

◎書名：0~6 歲潛能開發親子遊戲書

◎作者：前橋明

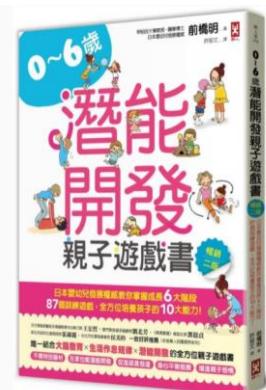
◎出版社：野人出版社

◎書籍內容：

近年來，孩子們因生活中缺乏「讓身體盡情活動與玩耍的機會」，也連帶地造成體力與學習力的下滑，作者發現造成這一切問題的主因，都是幼兒時期的作息紊亂以及親子之間的溝通不足。

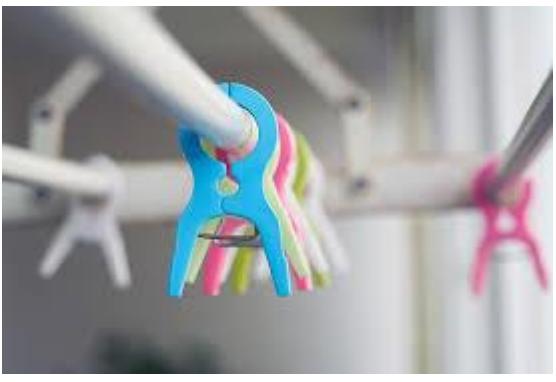
作者希望爸媽從孩子的嬰幼兒時期就應該多做親子接觸，並且讓他們多多活動身體，所以此本書納入了四種基本運動技巧，能讓身體的每個部位都均衡地發展，本書特別配合孩子們的成長，以月齡分類介紹各階段的親子遊戲，讓爸媽們也能跟孩子們一起邊玩邊運動。

親子一起遊戲，一同流汗，媽媽與爸爸能透過肌膚的接觸，切實地感受到孩子們的成長，而孩子們也能感受到獨佔父母親的滿足感。爸爸與媽媽用心稱讚孩子們的努力，讓他們擁有足夠的自信也很重要。「潛能開發親子遊戲」能讓孩子思考新的動作，進一步培養他們的創造力。



愛兒補給站

方式	居家復健技巧：3~6 歲精細動作(1)	
拉拉鍊-穿衣服	運用物品	順序
	外套、便當袋、背包	1. 拉鍊從短到長【圖 1】：便當→背包 2. 拉鍊從外面到自己：練習拉背包的拉鍊→【圖 2】再練習扣起外套鍊頭往上拉→最後，孩子可以自己扣拉鍊頭並拉好拉鍊
	【圖 1】便當袋拉鍊較短且轉折弧度較小，技巧熟練後再嘗試拉鍊較長且出現轉折的背包拉鍊。 	【圖 2】家長先協助將拉鍊頭扣好，剛開始可先帶著孩子的手一起往上拉拉鍊。 

方式	居家復健技巧：3~6 歲精細動作(2)	
家務協助 -曬衣服	運用物品	順序
	曬衣夾	先從大而鬆的曬衣夾練習、慢慢再嘗試小而緊的曬衣夾
	【圖 1】大一點的曬衣夾先練習抓握及力道的控制。 	【圖 2】小的曬衣夾需要按壓在對的位置，也要手指更多的力道，可以試著練習夾在毛巾、衣服上，或是延伸玩法如：曬衣夾顏色配對夾在不同顏色的紙片上練習。  
貼心 小提醒	有機會就多邀請孩子參與協助，曬完衣服後別忘了給予孩子讚賞鼓勵唷！家長的鼓勵是孩子願意再嘗試的原動力，若在練習過程中，孩子出現手指疲累的狀況，記得休息一下再繼續進行喔！	