兒童的發展里程碑

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **粗大動作部份** | 大約二個月時 | 仰臥下能把頭抬向約四十五度 | 俯臥下能把頭轉側 |
| 抱直立時能把頭維持在中問直立姿勢 | 仰臥時會交替式踢腳 |
| 三 至五個月時 | 俯臥下能用雙手挺胸把頭抬高九十度 | 俯臥下能用雙手伸直挺胸 |
| 當拉孩子從仰臥姿至坐立姿時頭不會往後掉 | 能從俯臥下翻轉身至仰臥姿 |
| 抱直立時雙腳能承受部份重量 |  |
| 六至八個月時 | 坐在椅子上身體能夠維持直立姿勢 | 能自己坐立幾秒鐘 |
| 能從仰臥姿翻轉身至俯臥姿 | 肚子貼地方式爬行 |
| 肚臍著地頭腳離地做出像超人飛行姿勢 | 站立姿勢下能上下移動身體 |
| 站立姿勢下想要抬腳做跨步的動作 | 坐姿下想要拉東西牽引身體往上 |
| 能從俯臥姿或四點跪立姿下引身能至坐立姿 |  |
| 九至十一個月時 | 能獨立坐姿下維持十分鐘 | 肚子離地方式爬行 |
| 能從坐姿下拉著家俱牽引身體站起來 | 能從站姿坐側地板 |
| 大人能牽著小孩一隻手走路 | 能扶延著家俱走 |
| 能獨立站立維持約四秒鐘 |  |
| 十二至十五個月時 | 站立姿勢下玩丟球遊戲 | 能放手自己走路 |
| 站姿時能自己轉身 | 能扶扶手爬上樓梯 |
| 能從仰臥姿下自己站立起來 | 能後退走路 |
| 十六至十九個月時 | 能夠小跑步但跑起來有些僵硬 | 能夠側身走路 |
| 能用一手扶扶手爬上樓梯 | 一手扶著單腳站 |
| 用爬下方式下樓梯 |  |
| 二十至二十三個月時 | 能用一手扶扶手下樓梯 | 雙腳跳躍的動作 |
| 二十四至二十七個月時 | 獨自上下樓梯 | 能夠踢球 |
| 雙腳一起跳躍的動作 |  |
| 二十八至三十一個月時 | 墊腳尖方式走路 | 垂直向上丟球 |
| 可以在平衡木上走 |  |
| 三十二至三十六個月時 | 腳尖緊接著腳跟走路 | 騎三輪車 |
| 雙腳交替方式上樓梯 | 自由自在跑路 |
| 三至四歲時 | 會雙腳跳過的十公分高的繩子 | 會蹲著玩 |
| 雙手抓住單槓前後搖晃 | 單腳站立五秒鐘 |
| 雙腳併隴自高處跳下 | 自己騎三輪腳踏車 |
| 俯臥滑板上用雙手撐地向前後滑動 | 玩丟接球遊戲 |
| 四至五歲時 | 雙腳併隴向前跳 | 玩拔河遊戲 |
| 學螃蟹走路方式走 | 用腳尖跑步 |
| 玩捉迷藏遊戲 |  |
| 五至六歲時 | 單腳站十秒鐘 | 會作前滾翻 |
| 自己走過約十五公分寬的平衡木 | 連續拍接球 |
| 六至七歲時 | 連續側滾翻 | 伏地挺身 |
| 玩跳方格遊戲 | 伏地抬腿 |
|  | | | |
| **精細動作部份** | 二個月時 | 抓握反射 |  |
| 三至五個月時 | 有目的性的伸出手及伸向物體。 | 眼睛會注視雙手 |
| 尺側手指與掌抓東西 | 雙手在前面一起合握 |
| 以手指與掌抓東西但拇指內收 | 會兩手傳遞玩具 |
| 六至八個月時 | 拿兩個積木後還能第三個 | 伸手時手能外旋手掌朝上 |
| 會尋找掉落的毛線球 | 以四指及手掌抓東西 |
| 九至十一個月時 | 用食指戳東西． | 拿兩個積木互敲 |
| 以拇指和食中指指腹拿東西 |  |
| 十二至十五個月時 | 會翻書卡 | 以握拳方式握筆 |
| 會疊兩個積木 | 持筆亂戳 |
| 十六至十九個月時 | 拿筆亂畫 | 放置小圓木棒 |
| 會疊三個積木 |  |
| 二十至二十三個月時 | 會模仿摺紙 | 把積木排成直線如火卓 |
| 會疊六個積木 |  |
| 二十四至三十六個月時 | 穿大孔的珠子 | 拿筆畫直線及圓形 |
| 會揉黏土 | 轉動門把打開門 |
| 三至四歲時 | 會操作各式各樣門栓操作板 | 會拿剪刀 |
| 將錢幣放入撲滿 | 玩貼紙遊戲" |
| 四至五歲時 | 將水壺內的水倒入小杯子 | 會將點連成線 |
| 畫簡單的圖案例如身體手腳 | 折疊衛生紙手帕 |
| 五至六歲時 | 會畫三角形及房子 | 沿曲線剪紙 |
| 會描寫簡單的字及自已的名字 |  |
| 六至七歲時 | 拿鑰匙開門 | 拿鋸子鋸木板 |
| 會用安全別針夾東西 |  |
| **生活自理部份** | 四個月時 | 有咬合反射會拿東西入口 |  |
| 六個月時 | 會從湯匙吃東西 |  |
| 九個月時 | 會自他人拿的杯子喝水 |  |
| 十二個月時 | 雙手拿杯子喝水 |  |
| 十八個月時 | 會用湯匙吃東西 |  |
| 二十四個月時 | 會用吸管吸飲料 |  |
| 三十個月時 | 會用叉子吃東西 |  |
| 三至四歲時 | 會用筷子夾葡萄乾 | 自己會將拉鏈拉好 |
| 會自己吃飯 | 打開水龍頭洗手 |
| 四至五歲時 | 自己盛湯 | 幫忙做一點家事 |
| 扣上小扣子 |  |
| 五至六歲時 | 自己穿鞋及繫鞋帶 | 會自已洗澡 |
| 自己梳理頭髮 |  |
| **語言部份** | 二個月時 | 會發出笑聲 |  |
| 三個月時 | 會尖叫 |  |
| 四個月時 | 尋找聲源且會重複自己的聲音 |  |
| 六至七個月時 | 發出毋音且會玩發聲的遊戲 |  |
| 九至十個月時 | 模仿說話聲 |  |
| 十二至十五個月時 | 聽從給我的指示且不以哭表達需求 |  |
| 十八至二十四個月時 | 會說一至五個字及指出身體一部份 |  |
| 二至三歲 | 說出三種形狀，指出大小，及說出自己名字 |  |
| 三至四歲 | 唱數至十、認識顏色，說請、對不起、謝謝 |  |
| 四至五歲 | 分輕重長短及左右，與人閒聊 |  |
| 五至六歲 | 唱數至一百，能說出字意，溝通想法 |  |