

9-12個月寶寶的活動與作息綱要

月齡	九 ~十二 個月	
遊戲 (活動) 時間	活動內容 (看、聽、感覺、運動)	<ul style="list-style-type: none"> ● 追逐遊戲 ● 看窗外的雲、鳥、樹 ● 和其他的孩子玩
		<ul style="list-style-type: none"> ※ 發現和探究 ● 觸摸遊戲 ● 藏起來-找到了 ● 推玩具車 ● 撕紙 ● 替娃娃穿衣服、梳頭髮 ● 玩具排隊站好 ※ 促進協調能力 ● 溜滑梯 ● 學步車 ● 咕咕雞 ● 撿小玩具 ● 套環玩具、序列玩具 ● 玩拍手遊戲，唱拍手歌 ● 滾球給孩子玩 ● 玩推拉玩具 ※ 解決問題 ● 序列玩具 ● 把葡萄乾、小餅乾放在小罐子裡 ● 把孩子的玩具放在透明塑膠罐內，讓孩子想辦法拿出來 ● 把玩具丟到籃子內 (練習收拾) ● 教他拿東西給保母
日常生活作息	餐點時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 餵玩具熊吃東西 ● 讓寶寶坐在高腳梯上看保母做飯 ● 自己打開，自己吃 ● 自己用湯匙餵食 ● 淺嚐冰淇淋
	洗澡時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 讓孩子自己洗玩具 ● 指示孩子做動作洗澡 ● 給孩子玩漏斗狀遊戲 ● 玩肥皂球 ● 玩小船、球、洗澡偶
	換尿布 (上廁所)	<ul style="list-style-type: none"> ● 邊換尿布邊念兒歌或遊戲 ● 孩子爬時抓著孩子的腳說：「我抓到了！」
	安靜時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 一起看書 ● 跳慢舞 ● 聽催眠曲 (或任何能讓孩子易入睡的錄音帶)