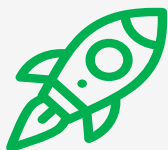




香港保護兒童會

Hong Kong Society for the Protection of Children



# 提高幼兒書寫能力的 三個學習策略



職業治療師-李姑娘



香港保護兒童會

Hong Kong Society for the Protection of Children

01

手部能力發展與  
執筆姿勢的關係

02

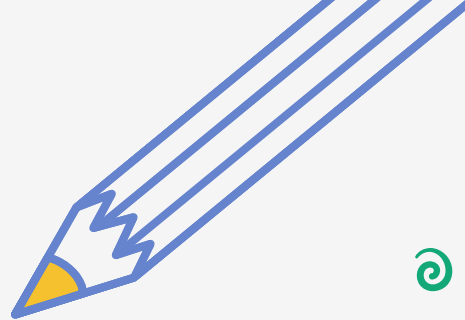
認識正確的  
執筆姿勢

04

寫字的里程碑

03

視覺系統與寫  
字的關係



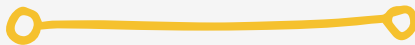


香港保護兒童會

Hong Kong Society for the Protection of Children



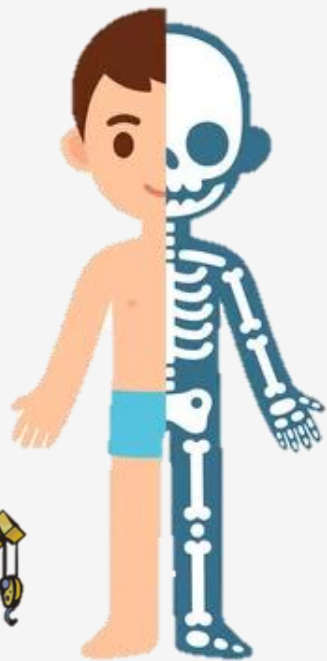
手部能力發展與執筆姿勢的關係





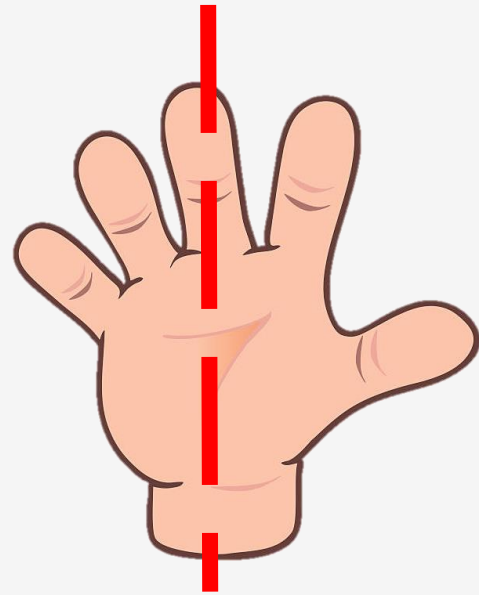
## 肌能發展準則

- 近端 (proximal) → 遠端 (distal)
- 大肌 (gross motor) → 小肌 (fine motor)
- 穩定性 (stability) → 靈活性 (mobility)



## 抓握發展

- 尺側 (ulnar side) → 橈側 (radial side)
- 掌心 (palmar) → 手指 (fingers)
- 外表肌 (extrinsic muscles) → 本質肌 (intrinsic muscles)



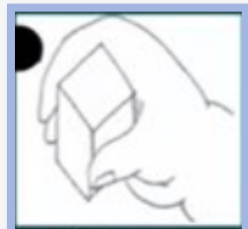
## 抓握發展



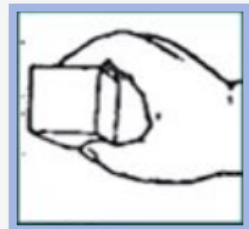
4個月  
尺側掌心抓握



5個月  
掌心抓握



6-7個月  
橈側掌心抓握



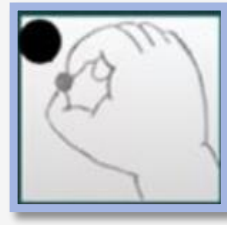
8個月  
橈側抓握



8個月  
剪刀式



9個月  
拇指及食指側抓握



12個月  
精細手指抓握





## 初期執筆方法 (Primitive pencil grip pattern)

## 過渡性執筆方法 (Transitional pencil grip pattern)



**FISTED GRIP**  
1-2 years old

Children often hold their writing tool like a dagger, scribbling using their whole arm.



OR



**DIGITAL PRONATE GRIP**  
2-3 years old

All fingers are holding the writing tool but the wrist is turned so that the palm is facing down towards the page. Movement now comes mostly from the elbow. Children should start being able to copy a horizontal, vertical and circular line.



**4 FINGER GRIP**  
3-4 years old

4 fingers are held on the writing tool. Movement is mostly from the wrist and the hand and fingers move as one.

橈側掌心執筆

尺側掌心/手指執筆

手指執筆

(Colleen, 2020)





## 成熟執筆方法 (Mature pencil grip pattern)



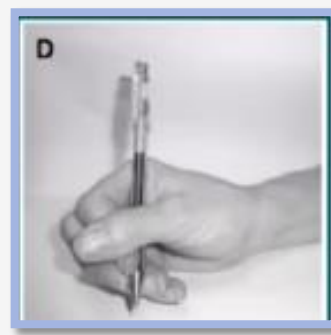
動態前三指執筆



動態前四指執筆



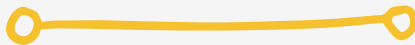
靜態前三指執筆



靜態前四指執筆

香港兒童2.5-3歲發展出靜態前三指執筆法







## 影響書寫表現的因素

### 年齡

年輕的人較年長的  
寫字快

### 執筆姿勢

前三指執筆並非唯一達  
至功能所需的執筆姿勢



### A review of factors that influence adult handwriting performance

Nadege van Drempt<sup>1</sup>, Annie McCluskey, Natasha A Lannin

Affiliations + expand

PMID: 21957916 DOI: 10.1111/j.1440-1630.2011.00960.x

#### Abstract

**Background:** Handwriting is an important activity for people of all ages. Handwriting is frequently affected after stroke and other neurological conditions. However, research on the handwriting of healthy adults is difficult to find. This review aims to advance the development of evidence-informed handwriting assessment and retraining.

**Aim:** The aim of this paper was to review factors that influence the handwriting performance of unimpaired adults, some of which are amenable to intervention.

**Methods:** Searches were conducted of eight electronic databases up to April 2009 and again in November 2010. Reference lists were also used to identify potential studies of interest. No limits were placed on study design.

**Findings:** Age: Younger adults write more legibly and faster than older adults. Gender: Women write faster and more legibly than men. Pencil grip: Grips other than the traditional dynamic tripod are functional, producing legible text in an acceptable time. Pen pressure: Pressure varied with different letters, words, text size, speed and across a page of text. Error corrections and a mixed writing style occur in healthy adult handwriting. Research was inconclusive about the association between speed, pressure and upper limb movements on handwriting performance. Other factors able to predict adult handwriting legibility have been largely unexplored.

**Discussion:** A number of knowledge and research gaps about adult handwriting were identified, including the need for more contemporary normative data.



### 性別

女性寫字較男性快  
及整齊

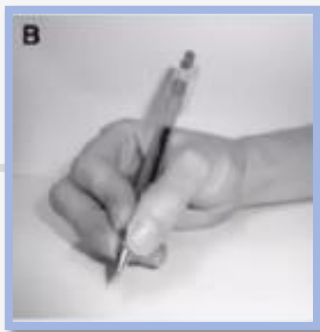
(Van Drempt et al., 2011)



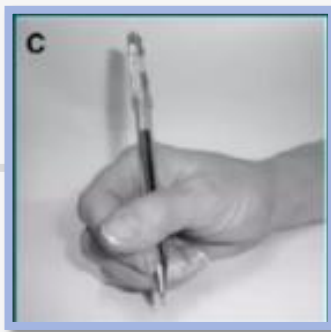
# 正確的執筆姿勢



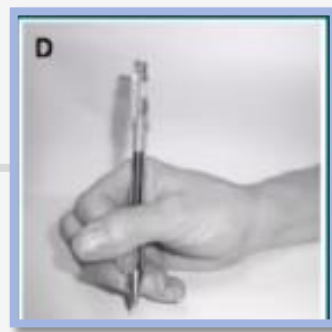
動態前三指執筆



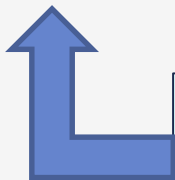
動態前四指執筆



靜態前三指執筆



靜態前四指執筆



香港兒童4-5歲發展  
出動態前三指執筆  
法



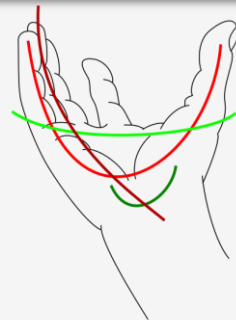
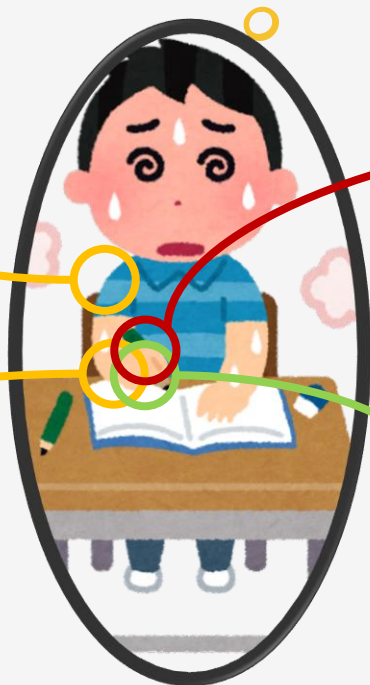
# 不正確執筆的成因-較弱的上肢穩定狀態

肩膀

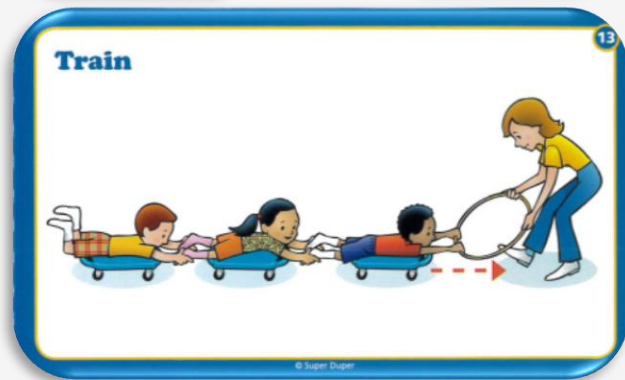
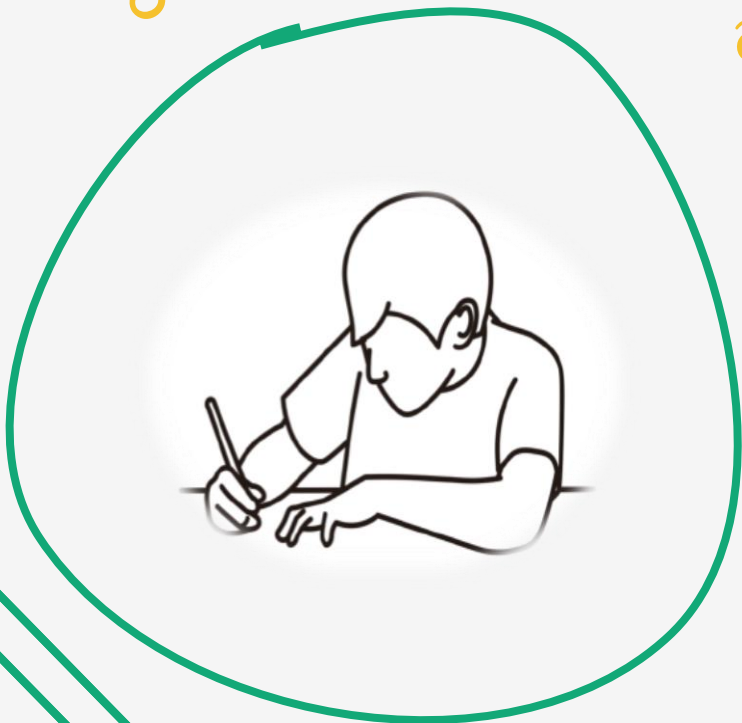
手腕

虎口位置

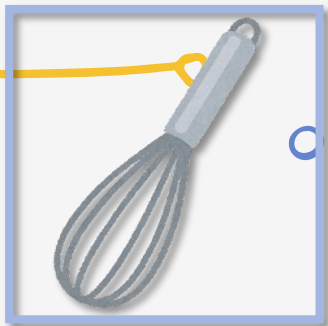
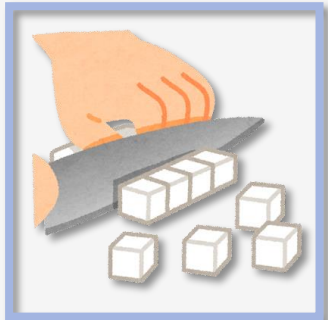
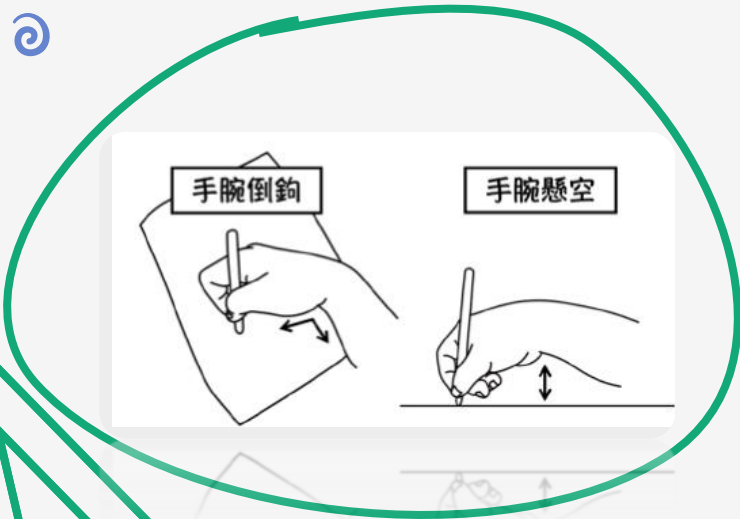
手弓



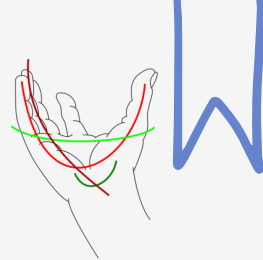
# 肩膀穩定性



# 手腕穩定性



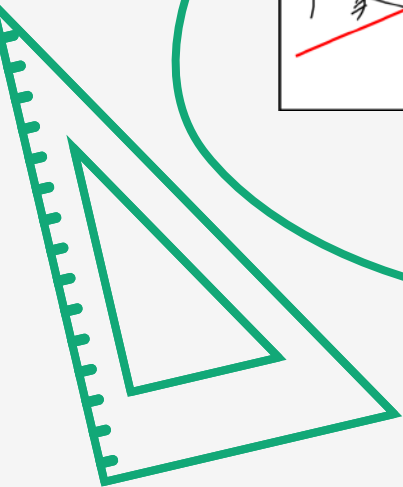
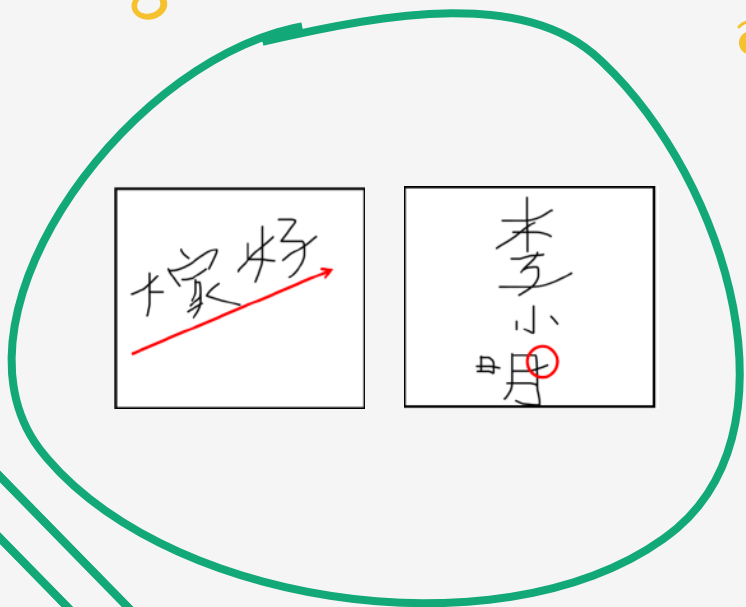
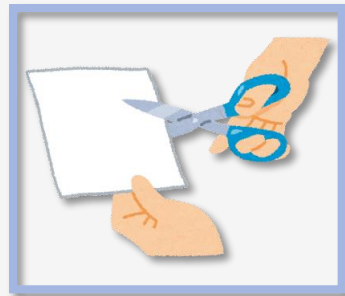
# 手弓位置



- 協助手指形成不同的抓握形狀
- 令手指動作更加靈活/精細



# 虎口穩定性及靈活運用



03.

視覺系統與寫字的關係



# 視覺系統



視覺完整性  
Visual Integrity

視覺信息處理  
Visual Information Processing



視覺效能  
Visual Efficiency

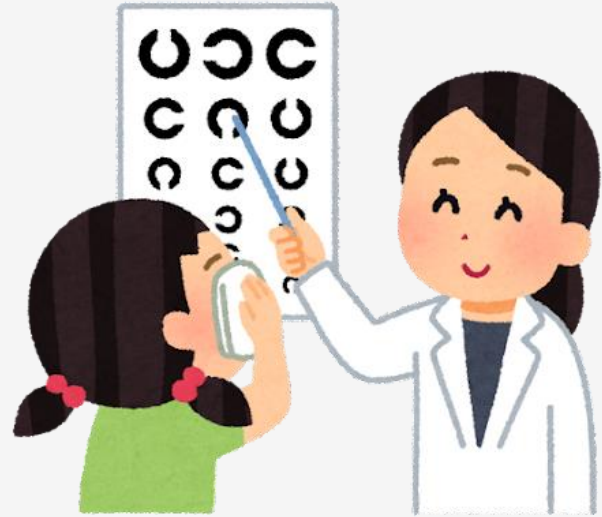




# 視覺完整性

眼睛的健康狀態及能夠清晰看到的能力

- 視力清晰度 (Visual acuity)
  - 正常視力-20/20
  - 法律定義上定義失明-20/200
- 眼睛屈光能力 (eye refraction)



# 視覺效能

能有效地、清晰地利用視覺系統來接收日常生活的視覺信息

雙眼視覺 (Binocular vision)

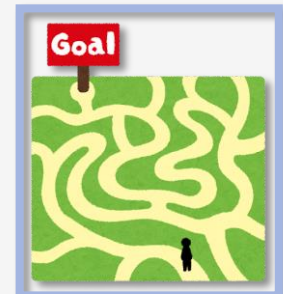
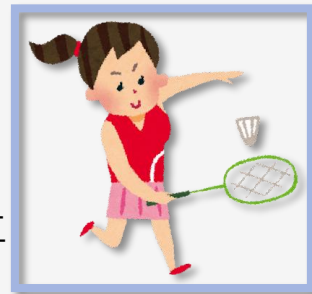
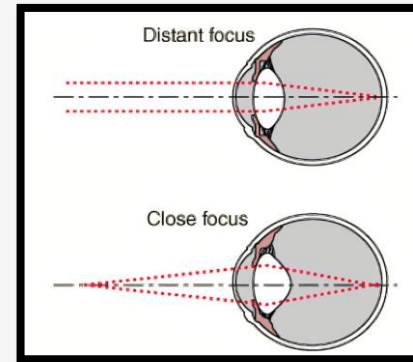
視覺調節 (visual accommodation)

眼動性 (Ocular motility)

- 凝視：雙眼注視目標
- 追視：注視移動中的目標
- 跳視：視線能一點快速地跳到另一點上



Seeing double makes it hard to read!

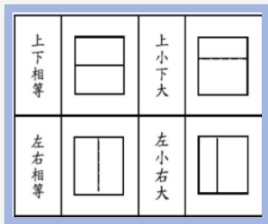


# 視覺信息處理

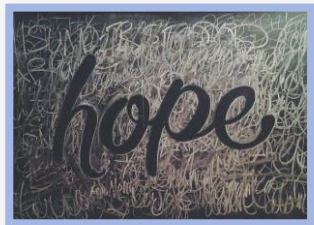
腦部解讀眼睛所接收到的視覺訊息

常見問題：

鏡面字、加減筆劃、抄寫速度慢、部件大小不一、字與字之間間距不一

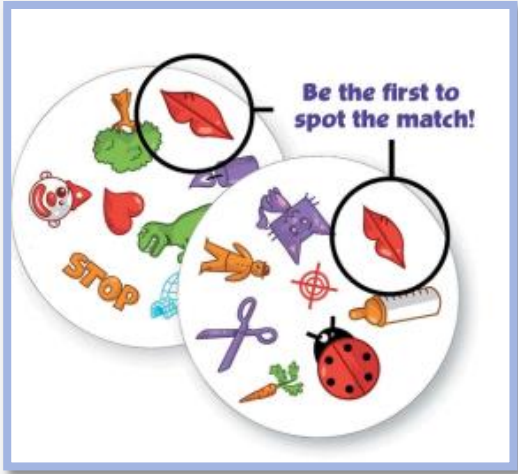


- 視覺辨識
- 視覺記憶
- 空間關係
- 感知固定概念
- 視覺完整性
- 主體與背景覺識





# 建議活動





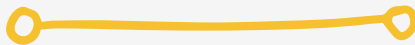
香港保護兒童會  
Hong Kong Society for the Protection of Children



04.



寫字的里程碑





# 寫字的里程碑

## 三個階段

- ✓ 寫字不能出界
- ✓ 筆順要正確
- ✓ 不能有錯別字

- ✓ 字體比例要正確
- ✓ 部首部件位置安排妥當

- ✓ 能夠在限時內完成
- ✓ 且能同時做到第一及第二階段

《筆順歌》

先橫後直 要分清	十
先撇後捺 要分明	人
從上到下 心中記	三
從外到內 字成形	同
從左到右 才順手	川
進屋關門 字安定	回
先寫中央 後兩邊	水
筆順記好 字端正	😊

上下相等 朵	上小下大 花	上天下小 黑	上中下相等 鼻
左右相等 北	左小右大 河	左大右小 到	左中右相等 樹
全包圍 回	上包下 間	左上包 病	左下包 起





# 注意事項

## 教學原則及策略

- 配合幼兒的語文發展特性和步伐，為幼兒提供綜合式的語文學習經驗，把聽、說、讀、寫經驗自然融入日常教學的情境中。
- 活動配合幼兒的興趣、生活經驗和已有知識，多運用唱兒歌、聽故事、閒談、遊戲、閱讀繪本等策略，豐富幼兒的語文經驗。（有關幼兒學習語文（中文）的特質，詳見本指引《附錄三》）
- 鼓勵幼兒專注和留心別人的說話，也指導幼兒有禮貌地作回應，從而建立良好的溝通態度。
- 執筆寫字需配合幼兒身體的發展情況，學校不應要求幼兒班的幼兒執筆寫字。教師宜先透過多元化的活動，提升幼兒控制小肌肉的能力（精細動作），幫助他們協調手、眼的動作，並建立方向感和培養正確的坐姿。
- 待幼兒作好以上的寫前準備，教師可創設有意義的情境，讓幼兒從基本筆劃開始，學習執筆書寫簡單的文字。

（香港幼稚園教育課程指引 2017）

幼兒教育課程計劃表（第15/2014 號行政法規）

一至三年級		
學習領域 <sup>2</sup>	每周的教育活動時間 <sup>1</sup> (分鐘)	幼兒教育階段的教育活動 總時間 <sup>1</sup> (分鐘)
健康與體育 語言 個人、社會與人文 數學與科學 藝術	1200 至 1650	140400 至 193050
非教育		

4. 在幼兒教育一年級不得包含寫字教學。

說明：

1. 教育活動時間包括午膳及午睡時間。
2. 學校可設計跨學習領域的綜合性的學習主題及單元。
3. 幼兒教育階段每周的教育活動時間不得多於 900 分鐘，而每節課最少 25 分鐘，最多 40 分鐘。
4. 幼兒教育一年級不得包含寫字教學。
5. 每兩節課之間，須在表所規定的時間外開辦繪畫活動。
6. 每兩節課之間，須為學生安排適當的休息時間。

（澳門幼兒教育課程指引 2015）





Colleen, B. (2020). *Pencil grasp development*. <https://www.theotttoolbox.com/pencil-grasp-development/>

Van Drempt, N., McCluskey, A., & Lannin, N. A. (2011). A review of factors that influence adult handwriting performance. *Australian occupational therapy journal*, 58(5), 321-328.

澳門教育暨青年局. (2015). *幼兒教育課程指引*.

[https://www.dsedj.gov.mo/crdc/guide/data/infant\\_guide\\_2015c.pdf](https://www.dsedj.gov.mo/crdc/guide/data/infant_guide_2015c.pdf)

香港特別行政區教育局. (2017) *香港幼稚園教育課程指引*.

[https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/curriculum-development/major-level-of-edu/preprimary/TC\\_KGECG\\_2017.pdf](https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/curriculum-development/major-level-of-edu/preprimary/TC_KGECG_2017.pdf)

吳.端.文. (2020). *手能生巧-讓孩子快快樂樂寫字*. qi duan gan jue tong he jiao yu you xian gong si.

