

訓練內容範例 - 目標與活動因應幼兒程度而改變

大約時間	目標	活動
5分鐘 打招呼	社交 - 加強動作模仿的能力 - 能以動作打招呼 - 投入參與唱歌活動	- 代入人物名稱唱出《早晨歌》 - 請小朋友填充歌詞 - 請小朋友向導師以動作打招呼 - 一邊做動作，一邊唱關於當日天氣的歌
5分鐘 暖身	社交 - 互動參與 - 預備學習	- 玩小狗去花園、點蟲蟲、peekaboo等簡單互動遊戲等 - 健腦操：脊柱行走、點點頭蓋骨等基礎健腦操(被動式)
5分鐘 早操	社交 模仿動作	播於歌曲《做運動》，並模仿導師跟隨歌曲歌詞做動作
15分鐘 上堂	認知/語言訓練 - 能按口頭指示挑選物品：波、車 - 提升視覺專注	- 導師一邊唱出歌曲《吹波波》一邊泵氣球 - 數1,2,3然後放手，請學童看著氣球飛走，然後找回，重覆玩數次 - 一邊唱出歌曲《齊來滾車車》一邊在桌子上推車給學小朋友，請小朋友用籃子接著玩具車，重覆3次以上 - 請小朋友把車和波配對放入桌上已放有相同的車和波的籃子 - 請小朋友跨過障礙物把車和波配對放入障礙物後已放有相同的車和波的籃子 - 導師說出「車」或「波」，請小朋友按指示取車/波放入籃子
10分鐘 玩玩具時間/地板	社交 - 提升遊戲技巧 - 增加與人互動	- 讓小朋友在三份玩具中選擇，然後模仿小朋友玩法 - 期間加入新玩法和互動，例如讓小朋友發現新玩法後，使小朋友想導師操作再給他看，等小朋友拉導師手時，導師就幫他操作
15分鐘 大肌活動	大肌運用 - 能原地跳起一次 - 能接著從1米距離拋胸前的氣球	- 一邊唱歌《我有手可以拍》，一邊用觸感球按摩四肢 - 請學童蹲下拿起小圈，再站起來從柱頂把圈穿到柱底 - 請學童踏上腳踏，在扶助下跳下來 - 一邊唱歌《腳仔跳跳跳》，在唱到跳字時，請小朋友在扶持雙手下跳起 - 一邊唱歌《翩翩舞姿》一邊拋絲給小朋友，請小朋友雙手接住 - 請小朋友接住拋氣球胸前的氣球
15分鐘 排洗+茶點	自理 能用杯子進飲30ml的水	- 一起唱《食mum mum》 - 吃茶點，並協助小朋友用杯子飲30ml水，重覆2次 - 口頭提示小朋友抹嘴
10分鐘 小肌活動	小肌運用 - 塗鴉至填滿大小約10cm x 10cm圖形的80% - 能疊起4塊2cmx2cm的積木	- 用不同顏色的粗蠟筆在印有皮球圖案的工作紙上塗鴉 - 請小朋友疊起積木，然後推玩具車撞向疊起的積木
10分鐘 輕鬆獎勵+整理+再見	社交 - 模仿動作 - 增加互動	- 玩小朋友喜歡的玩具或遊戲，如：搖小船、氹氹轉等 - 請小朋友收起今天在上課時做過的工作紙和用過的水杯等，進行整理 - 一邊唱《拜拜歌》一邊模仿老師動作