

兒童握筆姿勢發展



高雄醫學大學附設中和紀念醫院

復健科

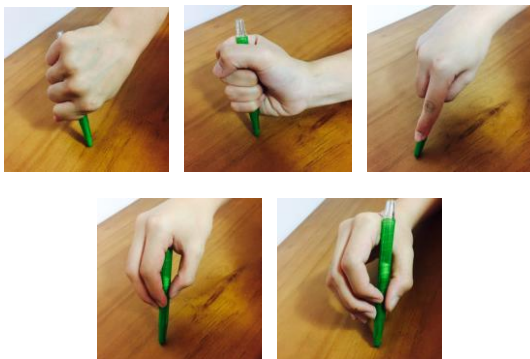
一、什麼時候開始讓孩子握筆

大部分的孩子約一歲至一歲半可以開始握著彩色筆塗鴉，這個時候孩子多以握拳且拇指向下的方式抓住筆畫，而兩歲至三歲的孩子，則可以開始仿畫水平、垂直、圓形；大概四歲半的孩子，握筆的方式會漸漸成熟，便開始可以書寫一些簡單的數字、形狀，或是進行塗色遊戲了。

二、握筆姿勢的發展順序

握筆姿勢分成三階段：原始抓握→過渡期→成熟握筆。

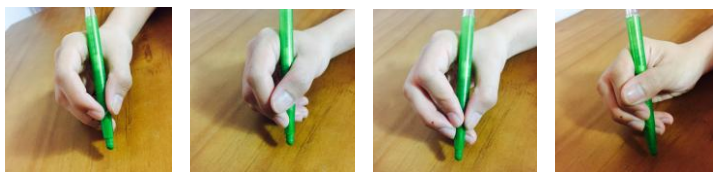
原始抓握(1~3 歲)



過渡期(3~5 歲)



成熟握筆(5 歲以上)



三、在家可讓孩子練習的小遊戲

- 1.在公園的沙地上可藉由將手弓起來，兩手一起撈沙子進沙桶，增進手部穩定度。
- 2.家人在曬衣服的時候，也可以讓孩子協助幫忙夾襪子，增進前三指動作、兩側分化。
- 3.讓孩子投錢進存錢筒時，可藉由將錢幣放在孩子掌心，讓孩子自然的練習將錢幣從掌心送至手

指的動作;也可轉換存錢筒洞口的方向，來練習手指旋轉物品的能力。

4.孩子畫畫時，可藉由著色喜歡卡通人物或是描虛線的玩法，來提升孩子視覺動作整合能力。

5. 可使用鑷子來讓孩子練習夾物品，增進前三指動作，夾取的物品可從小紙團、圓珠、豆子等練習。

參考文獻：

1. Schneck, Colleen M., and Anne Henderson. "Descriptive analysis of the developmental progression of grip position for pencil and crayon control in nondysfunctional children." *American Journal of Occupational Therapy* 44.10 (1990): 893-900.
2. Tseng, Mei Hui. "Development of pencil grip position in preschool children." *OTJR: Occupation, Participation and Health* 18.4 (1998): 207-224.
3. Case-Smith, Jane, and Jane Clifford O'Brien. *Occupational therapy for children*. Elsevier Health Sciences, 2013.