



六到十二歲兒童發展階段

六到八歲

	特徵	給家長的建議
生理 孩子會做些 什麼	<ul style="list-style-type: none">•學習如何控制自己的身體•動力充沛•喜歡掌握物件•在掌握小型物件或精細動作時感到困難	<ul style="list-style-type: none">•安排孩子自由玩耍的時段•每天安排體能活動，特別是在長坐的時段之後•建立良好的睡眠習慣，每晚平均睡十小時•利用遊戲讓他們練習較複雜的動作
認知 孩子了解什麼	<ul style="list-style-type: none">•從實踐中學習的效果最佳•比較能理解清楚而簡明的句子•給孩子的指示不宜過多，內容應簡短易懂•孩子集中注意力的時間不長，容易因為環境因素分心•具有豐富想像力•依照情緒做決定	<ul style="list-style-type: none">•建立做功課及家務的慣例•避免複雜及冗長的解釋•讓簡單的日常生活狀態成為學習機會例如在換燈泡時講解電力、趁上超市的機會示範金錢的使用及傳達營養相關知識•鼓勵孩子玩需要想像力的遊戲，例如高積木、蓋房子等遊戲•給孩子時間進行創意計畫，例如用馬克筆、樹葉、水、亮粉或冰棒棍做美術勞作
社交 孩子建立哪些不同種類的關係	<ul style="list-style-type: none">•可能會有些自我中心•孩子在兩人合作時表現比較團體合作好•經常需要別人提醒團體規則•喜歡表達自己，但是只有透過單刀直入的問題，才願意分享個人感受	<ul style="list-style-type: none">•鼓勵孩子多與和自己不同組的同交流，建立其他友誼關係•安排單獨活動時間•提供孩子加入團體的機會•幫助孩子找玩伴，讓他們在有成監督的環境下玩耍•花時間與孩子一對一相處，例如腳踏車、走路、吃冰淇淋等

九到十歲

	特徵	給家長的建議
<p>生理</p> <p>孩子會做些 什麼</p>	<ul style="list-style-type: none"> •活蹦亂跳，喜歡跑來跑去 •喜愛運動、跳舞及消耗體能的遊戲 •可以一直玩到筋疲力盡 •上一個活動精力無限，下一個活迅速疲軟無力 •胃又變化劇烈 	<ul style="list-style-type: none"> •把好勝精力轉移到需要團體合作的活動，讓孩子不專注於個人輸贏 •在飲食健康方面，做孩子的榜樣 •培養孩子從事訓練耐力、靈活度、專與協調的活動 •允許孩子參與各類不同的活動
<p>認知</p> <p>孩子了解什麼</p>	<ul style="list-style-type: none"> •好奇心重、喜歡學習新事物 •在具體項目中學習快速 •結果不如預期時孩子可能感到挫敗 •有健忘及懶惰的傾向，例如不想做務、維護個人衛生 •本年齡為較穩定的階段，孩子大多開心成長、好相處，如遇心情低落時，不易發情緒 	<ul style="list-style-type: none"> •提昇孩子的技能，給他們看教導修理踏車、烹飪、編織、學習運動項目的節目尋覓相關導師 •給孩子時間利用電腦科技進行個人畫攝影片、寫部落格或製作音樂，但是對於腦使用須監督與設限 •鼓勵孩子建立每天梳頭髮、刷牙的時提醒
<p>社交</p> <p>孩子建立哪些不同種類的關係</p>	<ul style="list-style-type: none"> •覺得朋友越來越重要 •喜歡團體遊戲及挑戰 •有時候好勝心強 •有能力表達喜好，但是判斷能力未完整發展 •與家長、兄弟姊妹關係親密 •常與弟妹起爭執 	<ul style="list-style-type: none"> •引導孩童表達他們內心的困擾 •鼓勵孩子用創意的角度審視問題，許情沒有單一標準答案 •計畫家庭旅遊 •注意關係密切的友誼 •鼓勵孩子拓展社交網絡

十一到十二歲

	特徵	給家長的建議
生理 孩子會做些 什麼	<ul style="list-style-type: none"> •開始出現明顯生理變化，特別是女生 •體能、精力水平各異 •可能對控制情緒感到困難 •在快速成長期可能有不協調感 	<ul style="list-style-type: none"> •仔細關注同儕關係的改變，讓孩子明白每個人成長速率不同 •這是引導孩童從事動作難度較高與需要縝密思考活動的好時機，例如武術、瑜伽、舞蹈及網球等 •自己做好榜樣，帶孩子一起去跑步、騎腳踏車，健走、游泳、上健身房，對即將進入青春期的孩子來說，建立運動習慣以維持身體形象很重要
認知 孩子了解什麼	<ul style="list-style-type: none"> •開始培養抽象思考 •透過模仿學習榜樣成效良好 •具有冒險精神、喜愛挑戰 •專注力強 	<ul style="list-style-type: none"> •強化家庭價值與行為準則 •讚許及鼓勵孩子獨自打掃房間、做功課，建立培養獨立思考能力，而不只是跟從別人 •鼓勵孩子討論實事，以增進他們做決定的能力
社交 孩子建立哪些不同種類的關係	<ul style="list-style-type: none"> •喜歡團體合作 •尋求同儕認可 •較獨立、開始敢挑戰權威 •喜歡做能幫助他人與社會正義的事 	<ul style="list-style-type: none"> •準備好讓孩子獨處，想出讓孩子短暫獨處的安全計畫 •允許孩子有自己的時間與空間 •假設孩子出言不遜，別太放在心上 •清楚規範不適當的行為與其相關後果 •不理會態度與權力鬥爭 •繼續給予獎勵與讚揚 •盡量不要與別的孩子比較 •不強調成為第一，反之，要強調盡力做到最好