

托育階段身體動作領域活動實施的實務限制與省思

周佩諭

馬偕學校財團法人馬偕醫護管理專科學校幼兒保育科助理教授

一、前言

「零至六歲國家一起養 2.0」政策以建構平價、優質且具可近性的托育支持系統為主要目標，近年來持續擴充公共與準公共托育服務量能。依據衛生福利部社會及家庭署（2023）統計，截至 2022 年底，全國公私立托嬰中心共計 1,502 所，分布於全國（含離島）22 個縣市，其中 385 所為公辦公營或公設民營性質，顯示政府在托育服務公共化與普及化方面已有相當進展，使更多家庭能實際使用托育服務。

然而，托育服務的發展不僅關乎量能的增加，更涉及服務內涵與專業品質的深化。Laevers（1997）指出，嬰幼兒在學習情境中的參與投入程度，與環境中可運用的材料資源，以及照顧者是否具備專業敏感度並能持續精進專業能力，具有密切關聯。基於此，現行制度規範托育人員每年須完成至少 18 小時在職進修，並透過政府部門的輔導與評鑑機制，引導托育機構關注零至二歲嬰幼兒的整體發展需求，以提升托育服務品質。

在政策與制度架構下，托育現場各項活動領域的實際實施情形，特別是與嬰幼兒身體發展與健康基礎密切相關的身體動作領域，是否已能在日常照顧中被妥善理解與落實，仍有進一步檢視與省思的必要。

二、托育階段實施身體動作領域活動的「學」與「用」落差

（一）政府部門對身體動作領域活動的關注

以雙北市托嬰中心的輔導與評鑑經驗為例，政府部門對嬰兒粗大肢體活動與循環式體能活動的實施向來相當重視。實務上亦觀察到，部分托育人員對粗大動作活動之專業知能理解不足，或對相關概念產生誤解，導致活動設計未能兼顧發展適切性與安全性，例如動線安排不當而增加嬰兒碰撞風險等情形。因此，在輔導實務中，常建議托育人員以整體性角度規劃身體動作活動內容，包含活動空間配置、動線安排，以及騎乘或移動性遊具的使用方式，透過具結構性的活動設計，降低安全疑慮，同時回應嬰幼兒探索與動作發展的需求。

（二）相關研究所呈現的實務落差

從托育服務品質的角度來看，多數研究指出，托育人員仍有必要透過在職研習或機構輔導，持續強化嬰兒粗大肢體動作活動的專業知能，以深化其對大肌肉活動在嬰幼兒身體動作發展中所扮演角色的理解。同時，戶外活動空間與

設備的規劃，亦不宜僅由托育人員個別判斷，而應由機構層級進行整體性規劃與支持。托育人員在實務上較少主動安排嬰兒粗大肢體動作活動，其原因多半源於認為嬰兒年齡尚小，或認為其動作能力會隨發展自然成熟，因而不需特別設計相關活動（詹宛豫、涂妙如，2010；楊曉苓，2022）。

吳冠群（2024）指出，托育人員對專業資源的判斷，亦會影響其教學實施的信心與滿意度；多數托育人員雖普遍肯認嬰兒運動的重要性，但若無法正確理解嬰兒的實際需求，並將專業認知轉化為日常照顧與活動安排，身體動作領域的實施仍易停留於理念層次。在專業支持面向上，托育人員普遍期待能有系統性的嬰兒運動主題研習，以及可直接應用於現場的活動設計資源。

國內外相關指南建議，嬰兒每日應安排至少三十分鐘的俯臥活動，且俯臥的時間偏好、活動頻率與實施品質，皆有助於促進嬰兒的健康與身體動作發展；因此，照顧嬰兒的專業人員應具備實施嬰兒運動活動與戶外遊戲的基本知識與能力（Dinkel et al., 2021；Lindert, 2012）。身體活動不僅有助於嬰兒身體健康，亦能促進其社交互動、自信心建立，以及情緒調節與表達能力，相關粗大肢體動作活動的設計，應以讓嬰兒獲得成功經驗為重要考量（Eastman, 1977）。相較之下，國內目前仍缺乏具系統性且可供托育人員直接運用的嬰兒身體動作活動設計範例。

此外，研究指出，若托育人員對嬰兒身體活動缺乏正確的認知與專業信念，容易低估嬰兒每日所需的身體活動量，甚至形成「嬰兒會自然發展，無須特別安排活動」的專業迷思（Hesketh et al., 2015）。事實上，適切的身體動作活動不僅有助於嬰幼兒的全人發展，也能協助托育人員更細緻地理解嬰兒的動作能力與發展差異，進而提供更為適切的照顧與引導（李卓菁，2021）。

許玉齡與周婉湘（2010）亦指出，托育人員在實施嬰兒肢體動作活動時，常面臨活動設計難以延伸，以及教學過程中難以同時回應不同發展月齡嬰兒需求的困境。此一現象顯示，無論在職前培育或在職進修階段，均有必要持續強化托育人員於嬰幼兒發展、肢體動作活動設計與課室管理等面向的專業知能，以縮短理論學習與實務操作之間的落差。

三、結語

在現有文獻與實務指引中，衛生福利部出版之《托嬰中心教保活動指引》及《托嬰中心嬰幼兒適性發展活動實務指引》。兩份指引中已依嬰兒不同發展階段，提出粗大肢體動作活動之環境規劃與活動建議，惟其所呈現的教案範例，多以嬰兒各階段主要身體發展指標為核心呈現方式，容易使托育人員在閱讀與實務操作時，將粗大肢體活動簡化為「依發展階段完成動作」，而忽略評鑑指標中對於學習環境規劃、器具設備多元化與正確使用，以及提供嬰兒適切學習

經驗的整體要求。因此，托育人員往往仍需透過其他專書、研習或輔導歷程，重新整合相關專業知能，方能規劃出較為周延的嬰兒粗大肢體動作活動。

從相關文獻與幼教專業觀點來看，嬰兒身體動作活動的實施具有其必要性，其中俯臥時間與粗大動作發展之關聯尤為關鍵，國外亦已有多篇研究聚焦於六個月以下嬰兒俯臥經驗對其動作發展的影響。相較之下，國內相關實證研究的對象多集中於一歲以上嬰幼兒，使六個月以下嬰兒在粗大肢體動作活動設計上的參考基礎相對不足。雖有前橋名出版之嬰兒運動指引，提供不同月齡階段的粗大肢體活動範例，稍可作為補充資源，但在托育現場實務中，托育人員的工時負荷與專業知能整合，仍有賴於更多具彈性與可操作性的活動方案，協助其理解同一活動可進行多樣化設計的可能性。

若回到專業培育與進修體系加以檢視，大專校院幼保（教）相關科系中，嬰兒粗大動作的專業知能多僅零星納入兒童發展或托育活動設計課程的一部分；即使在托育人員在職訓練研習中，亦較少針對嬰兒粗大肢體動作進行完整且系統性的主題規劃。再加上坊間可供運用的相關教材與教學資源相對有限，國內以嬰兒期粗大身體動作發展為主軸的研究亦不多，使得托育人員在實務應用上缺乏明確依循與整合基礎，亦突顯此一議題在專業實務與研究層面的重要性。

整體而言，從托育實務現場觀察與檢視相關文獻資料結果，托育階段身體動作領域活動的實施，並非托育人員忽視其重要性，而是受限於專業培育、在職支持與可操作資源不足，使活動設計容易流於依發展階段完成動作的形式安排，難以轉化為具整體性與發展適切性的學習經驗。當身體動作活動被簡化為安全可控的例行流程，其在促進嬰幼兒全人發展中的價值，亦隨之被弱化。

在現行政策與評鑑制度已明確將身體動作學習環境與活動設計納入重點項目的情況下，如何協助托育人員將「意識重要性」轉化為「實踐推展」，成為托育專業發展中不可忽視的關鍵課題。唯有在專業培育、實務指引與現場支持之間建立更具連結性的支持系統，並透過不斷的實踐與反思，身體動作領域活動方能在托育現場中真正發揮其促進嬰幼兒身體、認知與情緒發展的核心功能。

參考文獻

- 內政部兒童局（2013）。托嬰中心嬰幼兒適性發展活動實務指引。取自 <https://reurl.cc/6ax7Ry>。
- 吳冠群（2024）。托育人員對嬰兒運動活動設計之研究。真理大學運動管理系碩士論文，未出版，新北市。
- 李卓蓀（2021）。嬰幼兒身體動作發展與活動設計之研究。國立臺東大學

教育學系碩士論文，未出版，臺東縣。

- 許玉齡、周婉湘（2010）。托嬰中心實施嬰幼兒團體肢體活動之教學初探。*幼兒教育年刊*，**21**，107-134。
- 楊曉苓（2022）。公辦民營托嬰中心之公私協力方式及托育品質探討。*人類發展與家庭教育學報*，**23**，63-98。
- 詹宛豫、涂妙如（2010）。嬰幼兒身體動作與生活自理能力學習現況之初探—以新北市公共托育中心為例。*長庚科技學刊*，**32**，35-48。
- 衛生福利部社會及家庭署（2023）。托嬰中心所數及收托人數（截至 111 年 12 月底）。取自 <https://crc.sfaa.gov.tw/Statistics/Detail/38>。
- Dinkel, D., Rech, P., Guo, Y., Bice, M., Hulse, E., Behrends, D., Burger, C., Dev, D. (2022). Examining Differences in Achievement of Physical Activity Best Practices Between Urban and Rural Child Care Facilities by Age. *Early Childhood Education Journal*, *50*, 481-491.
- Eastman(1997). Active Living: Physical Activities for Infants, Toddlers, and Preschoolers. *Early Childhood Education Journal*, *24*(3), 161-164.
- Hesketh, K. R., Sluijs, E. M., Blaine, R. E., Taveras, E.M., Gillman, M. W., Neelon, S. E. B. (2015). Assessing care providers' perceptions and beliefs about physical activity in infants and toddlers: baseline findings from the Baby NAP SACC study. *BMC Public Health*, *100*, 1-7.
- Lindert, R. (2012). Muscle memory. *Scholastic Parent & Child*, *73*.

