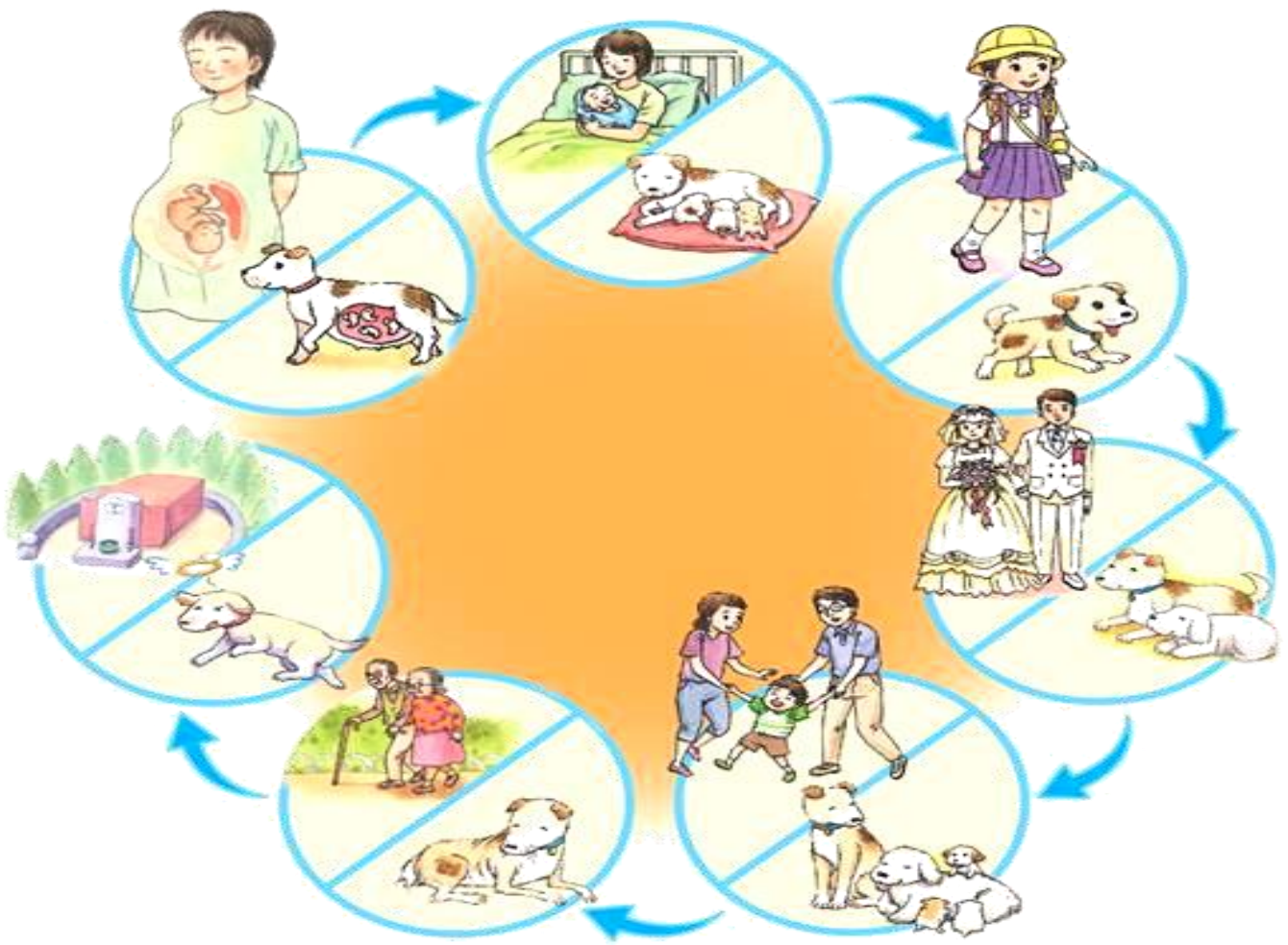




111 學年度 上學期

領域：綜合活動

指標：體會生命的價值，珍惜自己與協助

他人。(1d-IV-2、輔 Ac-IV-1、輔Ac-IV-2、生J6)

單元：成長的變化 & 珍愛自己

學生：_____

六、成長的過程

(一) 嬰兒期：0 - 2歲

①學習坐、爬、站、走

②從喝牛奶到吃口感軟的食物

③從包尿布到學上廁所，用哭鬧來表達需求，生活需要大人照顧。

④模仿詞彙，從爸爸媽媽開始。



(二) 幼兒期：2 - 6 歲

①長得快，可以走路、跑步

②學習講話，從簡單的詞彙，到可以講出句子，如：飯→我想要吃飯。

③上幼稚園，學會自己吃飯、上廁所、整理物品等。

④練習團體生活及遵守秩序。

⑤為上小學前做準備。



(三) 兒童期：6 - 12 歲

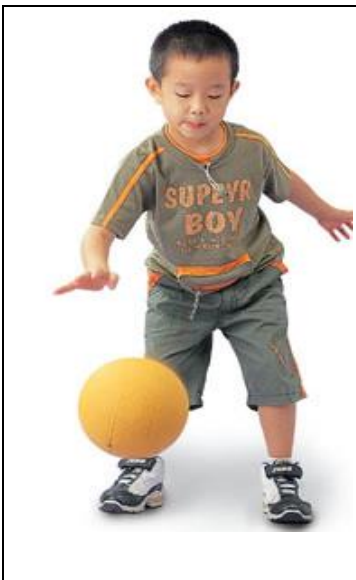
① 上國小，學習運動，如跳繩

② 學習讀書、寫字、計算

③ 穩定性、移動性和操作性技能，越來越厲害。

④ 體力變好，半天課到整天課

⑤ 服從班級及學校規定。



(四) 青少年:12 – 18 歲

- ① 出現 **第二性徵**，變高變壯
- ② 有 **自己** 的想法，有時會反抗父母或師長等權威。
- ③ 喜歡認識更多 **同學** 和朋友。
- ④ 獨立完成 **功課**，作業變多變難
- ⑤ 獨立完成 **大人交代** 事物。
- ⑥ 獨立或 **合作** 參加比賽





(五) 青年: 18-約 30 歲

- ① 停止成長，力量大。
- ② 工作賺錢，獨立生活
- ③ 判斷是非，自我約束
- ④ 為自己的行為負責任。



(六) 壯年: 約 30-50 歲

- ① 骨骼硬，柔軟度差
- ② 生兒育女。
- ③ 關心社會幫助需要的人

(七) 老年：約 50 歲之後



① 肌力退步，動作慢，

飲食保健，少油少鹽

② 退休，養成規律運動

如：爬山、快走

③ 容易有慢性疾病，如：高血壓、

糖尿病等。

一、是非題

- () 1. 國小兒童常用哭鬧來表達需求，生活需要大人照顧。
- () 2. 嬰兒會先從模仿詞彙，接著學習講話，從簡單詞彙到可以講出句子
- () 3. 上國小後學習讀書、寫字、計算，並加強運動能力。
- () 4. 上國中才開始學習服從班級及學校規定。

- () 5. 青少年時期喜歡認識更多同學及朋友，能獨立完成大人交代的事物。
- () 6. 青少年有自己的想法很正常，所以不需要在乎別人的意見。
- () 7. 高職畢業後的青年，應該學習工作賺錢，獨立生活。
- () 8. 我們的爸爸媽媽正值老年，會生兒育女，關心社會需要幫助的人。
- () 9. 爺爺奶奶年紀大，肌力退步、動作變慢，一同出門要關心他們的安全。
- () 10. 每個老年人都一定有慢性疾病，如高血壓、糖尿病等。
- () 11. 注意飲食保健，可以幫助老年人預防疾病及延緩老化。。

二、選擇題：

- () 1. 下列人生各階段成長的時期順序，何者正確？
 - (1) 嬰兒、幼兒、兒童、青少年 (2) 兒童、幼兒、嬰兒、青少年
 - (3) 青少年、嬰兒、幼兒、兒童 (4) 幼兒、嬰兒、兒童、青少年
- () 2. 下列人生各階段成長的時期順序，何者正確？
 - (1) 壯年、青年、老年 (2) 青年、壯年、老年 (3) 老年、青年、壯年
- () 3. 嬰兒期的年齡是 (1) 0-2 歲 (2) 2-6 歲 (3) 6-12 歲
- () 4. 嬰兒期特徵是 (1) 上幼稚園 (2) 學習坐爬站走 (3) 學會寫字計算
- () 5. 幼兒期的年齡是 (1) 0-2 歲 (2) 2-6 歲 (3) 6-12 歲
- () 6. 幼兒期特徵是 (1) 上幼稚園 (2) 學習坐爬站走 (3) 學會寫字計算
- () 7. 兒童期的年齡是 (1) 0-2 歲 (2) 2-6 歲 (3) 6-12 歲

- () 8. 兒童期特徵是(1)上幼稚園 (2)學習坐爬站走 (3)學會寫字計算
- () 9. 青少年期的年齡是 (1) 12-18 歲 (2) 18-30 歲 (3) 30-50 歲
- () 10. 青少年期特徵是(1)工作賺錢 (2)出現第二性徵 (3)生兒育女
- () 11. 青年期的年齡是 (1) 12-18 歲 (2) 18-30 歲 (3) 30-50 歲
- () 12. 青年期的特徵是(1)工作賺錢 (2)出現第二性徵 (3)生兒育女
- () 13. 壯年期的年齡是 (1) 12-18 歲 (2) 18-30 歲 (3) 30-50 歲
- () 14. 壯年期的特徵是(1)工作賺錢 (2)出現第二性徵 (3)生兒育女
- () 15. 老年期的特徵是(1)準備退休 (2)出現第二性徵 (3)生兒育女

三、填充題：請依據現象，寫出正確的人生階段

1. 肌力退步，動作變慢，活動量減少，準備退休。(_____)
2. 結婚生小孩，骨骼變硬，柔軟度較差。(_____)
3. 青春期第二性徵出現。(_____)
4. 上幼稚園，跑跳動作逐漸成熟，學習講話。(_____)
5. 成長最快的階段，生活都需要大人照顧。(_____)
6. 開始上班，工作賺錢。(_____)
7. 上國小，開始讀書，學習寫字。(_____)
8. 上國中高職，會與同儕進行籃球或拔河比賽等運動。(_____)
9. 學會對自己負責任，獨立生活。(_____)

四、填充題：寫出人生階段經歷的時期

幼兒、嬰兒、兒童、青年、老年、青少年、壯年、青年



