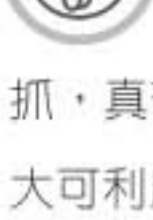


## 遊戲 2. 眼看手又動 (1)

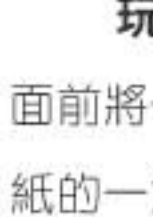
遊戲目的：訓練手眼協調



## 初生至1歲：抓物件

每當寶寶看到眼前有東西時，就會本能地伸手去抓，真有趣！所以，為了訓練他的手眼協調及反應的敏捷性，你大可利用一些玩具或物件去吸引寶寶的伸手動作。

**玩法：**首先準備一些能吸引寶寶的玩具，如：大小適中的鈴鐺，大約能讓他用手抓著的大小。然後在孩子的眼前慢慢搖晃，用聲音去逗他，吸引他伸手去抓住這個玩具。當寶寶伸手去抓並且快要抓到時，你可以把玩具移開一點讓他撲個空！再次在他眼前搖晃著，但這次要讓他抓著了，並稍微用力去拉，與他角力一番。如是者重複著，直至寶寶能用與爸媽角力為止。



## 1至2歲：撕報紙

當寶寶能夠掌握用手指抓緊物件時，爸媽可以進行以下一個能訓練創造能力和運動手指的遊戲。

**玩法：**先準備多張紙張，如：舊報紙、舊雜誌等，在寶寶面前將一個拉頁拿出來，但先不要拉開拉頁。父母再讓寶寶拿著紙的一角，自己則拿著另一角並慢慢把拉頁拉開，甚至把拉頁撕成兩半。當寶寶見到一張紙由小變大、由一變二時，他會覺得非常有趣與興奮的，而且在寶寶拉緊紙的一角的同時，便可訓練他利用手指抓緊物件。

## 0-3歲親子活動



## 2至3歲：夾衣夾

到了這階段，寶寶手指的活動能力及力度都會相應提高了。

**玩法：**這時，爸媽可預備一個沒蓋子的鞋盒，在鞋盒邊緣上夾滿了晾衣夾，但晾衣夾不能太大，否則寶寶無法用手指把它們拿下來了。請你拿起寶寶的手，並教導他運用大拇指及食指把晾衣夾拿下來，放回鞋盒內。當父母教寶寶拿下了幾個晾衣夾後，就可以讓他自己嘗試去把衣夾拿下來了。



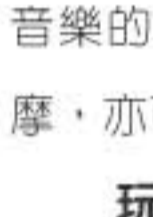
## 給爸媽的話：

在撕紙的遊戲中，爸媽更可把紙撕成紙條，然後利用透明膠紙把部分紙條貼在一根用紙造的棒子上，造成一個紙製沙捶，或者用一張大紙張把所有紙條包起來，製成一個紙球來跟他玩。

爸媽更要提醒寶寶，不可隨便拿紙張來撕開，要先問爸媽呀！

## 遊戲 20. 爬行跑跳

遊戲目的：訓練手部及腳部的肌肉



## 初生至1歲：轉轉爬爬

幫助寶寶學會爬行、跑、跳，要多訓練他們的手部及腳部的肌肉。爸媽應每天定時給寶寶做四肢運動，例如利用聽音樂的時間，幫寶寶伸展身體、四肢、手指、腳趾及做適量按摩，亦可做以下的轉身和爬行運動。

**玩法：**當寶寶能夠以前臂支撐身體俯臥抬起頭時，父母不妨利用能發聲的玩具，吸引寶寶轉身。最初會有點困難的，所以一定要選擇寶寶最喜愛的玩具吸引他看啊！若寶寶不能轉左邊，可引他嘗試轉右邊，直到他能轉身，但爸媽緊記左右兩邊都要有平均的訓練。當寶寶能轉身後，可嘗試引他向前爬行。建議大家利用一根繩子綁著一條毛巾的一端，然後牽著繩子將毛巾向前拉，逗寶寶跟著毛巾向前爬。父母亦可將毛巾向上慢慢拉，讓寶寶嘗試站起來。



## 1至2歲：起步行

寶寶學習走路時，最重要是多練習。

**玩法：**爸媽放膽嘗試與他保持距離，手持他最愛的玩具，逗他走到自己的身邊，最初的距離最好只有兩至三步，讓他有步向前的感覺便足夠。當寶寶走路已走得不錯時，可把一個沙灘球向前滾，跟寶寶一起追著它，慢慢增加沙灘球滾出的速度，讓寶寶學跑。

## 0-3歲親子活動



## 2至3歲：跳跳跳

這回又要利用之前提過的道具了：繩子綁毛巾。

**玩法：**父母站立，將繩子向上下拉動並轉動身體，叫寶寶嘗試抓住毛巾。要注意向上拉毛巾時不要太高，因為這只是想吸引寶寶嘗試跳躍，在

他失去興趣之前，讓

他抓住毛巾吧！



## 給爸媽的話：

爬行、跑、跳是寶寶必須學習的，過程著重多嘗試，多練習。寶寶的進度可能未如理想，但爸媽不必勉強他一定要成功，只要嘗試過就足夠，多些鼓勵他及引起他的興趣去練習才是最重要的。

## 遊戲 20. 找出不同之處

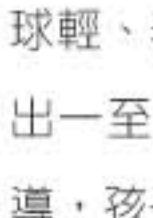
遊戲目的：訓練觀察力，擴闊思考



## 3至4歲：比一比

**玩法：**這個活動是與孩子進行比較，爸媽只需隨便找來兩件物件，再配合一些誇張的動作比較，讓孩子學習如：大小、軟硬、厚薄、長短等比較、相對的概念。

譬如說：爸媽找來一個籃球及一個乒乓球，告訴孩子：「這是一個籃球（可與孩子一齊碰碰它），這是一個乒乓球（也一起碰碰它），你看，籃球比乒乓球大（爸媽拿著孩子的雙手憑空打一個誇張的大圈），乒乓球比籃球小（爸媽拿著孩子的雙手憑空打一個很小的圈）。」這樣，父母與孩子偶爾碰碰物件，做做動作，活動便變得更有意思，也因為有動作的配合，孩子會容易記得這些形容詞。



## 4至5歲：找不同

**玩法：**當孩子漸漸掌握這些形容詞和概念後，爸媽可進一步拿兩種比較類似的東西給他作比較，請他說出不同之處，如：乒乓球與網球、大碟與醬油碟、爸爸與孩子、毛衣與襯衣等。例如乒乓球與網球，差異之處有：乒乓球比網球小、比網球輕、表面比網球滑、彈力比網球小等。但孩子最初或許只能指出一至三個不同之處，這是不重要的，只要父母多加鼓勵和引導，孩子多練習及觀察，便會進步得很快。

## 3-6歲親子活動



## 5至6歲：自編故事

**玩法：**又是時候增加難度了。這次選擇兩種完全不同性質的東西給孩子作比較及舉出不同之處，看起來較以上兩個容易，因為孩子可以說出更多，但父母還要請他以此說出一個故事，那就變得更有意思了！

以「枕頭」和「平底煎鍋」為例：枕頭較平底煎鍋輕、枕頭較軟、枕頭較大、平底煎鍋較耐熱等，都可以是孩子的答案。但最後孩子可以怎樣因應這兩種完全不同的東西編成故事呢？那才是更難之處。



## 給爸媽的話：

家長不要小看這些活動的重要性，它能鼓勵孩子從多方面作觀察及比較，擴闊孩子思維的範疇和思考的層面，對培養孩子的分析能力有很大的幫助。