

目錄

一日10分鐘，孩子親近我

第1章 0-3歲親子活動	1
1. 小乖乖	2
聽令取物 • 給予取得 • 指令牌	
2. 眼看手又動(1)	4
抓物件 • 撕報紙 • 夾衣夾	
3. 眼看手又動(2)	6
貼、貼、貼 • 貼膠紙 • 穿、穿、穿	
4. 毛巾遊戲	8
過來我身邊 • 我來抓你 • 舞獅	
5. 音樂之家	10
輕撫小寶寶 • 邊唱邊搖 • 創作舞姿	
6. 杯杯樂	12
我問你答 • 倒放杯子 • 倒來倒去	
7. 有趣的配對	14
蓋杯蓋 • 層層盒 • 配甚麼?	
8. 放物件	16
放入去、取出來 • 地上執到寶 • 彩虹瓶	
9. 小球運動(1)	18
抓小球 • 拍小球 • 寶寶也入樽	
10. 小球運動(2)	20
鏡中球 • 球與箱 • 打保齡	
11. 怎樣拿出來?	22
打開蓋子 • 扭開瓶蓋 • 鑰匙開鎖	
12. 動手動腳(1)	24
柔軟體操 • 過隧道 • 滾滾球	
13. 動手動腳(2)	26
香味哪裡來? • 障礙賽 • 做早操	

目錄

14. 躲貓貓	28
消失出現 • 上下左右 • 躲貓貓	
15. 洗澡樂無窮	30
玩水球 • 鴨子坐船 • 撈海星	
16. 小小金剛腿	32
用力撐 • 攀山上梯 • 跳過河	
17. 學詞彙	34
看照片找爸爸 • 自製認字卡 • 百貨公司	
18. 觸覺體驗	36
打團團 • 嗅一嗅 • 嚐一嚐	
19. 聽一聽，是甚麼?	38
聲從哪裡來? • 鈴鐺在哪裡? • 對對罐	
20. 爬行跑跳	40
轉轉爬爬 • 起步行 • 跳跳跳	
21. 假裝大師	42
小司機 • 扮媽媽 • 超級市場買東西	
22. 靠口爸爸啊!(1)	44
飛機飛 • 爬山 • 二人雙足	
23. 靠口爸爸啊!(2)	46
打鞦韆 • 騎膊馬 • 超人打怪獸	
24. 家務助手	48
清潔車 • 收拾衣服 • 掃掃地	
25. 與寶寶談話	50
我說你聽 • 我的、你的 • 你要甚麼?	
26. 有沒有?	52
有沒有 • 手裡有沒有 • 球在哪裡?	
27. 配不配?	54
穿襪子 • 一雙一對 • 選配衣物	
28. 大力「小」手	56
擠海綿 • 分棋子 • 搓粉糰	

目錄

29. 我愛棉被	58
滾來滾去 • 捲腸粉 • 又爬又鑽	
30. 摸一摸	60
觸觸摸摸 • 爬來爬去 • 手指神探	
31. 塗鴉遊戲	62
寶寶的畫廊 • 畫龍點睛 • 另類畫畫	
32. 慢慢走	64
搖搖擺擺 • 跟口走 • 大踏步	
33. 似模似樣	66
Hello Goodbye • 拍拍手 • 跟我做	
34. 甚麼表情呢?	68
笑臉、哭臉 • 這是甚麼表情? • 畫臉譜	
35. 故事時間(1)	70
爸爸講故事 • 我講你翻 • 改寫故事	
36. 故事時間(2)	72
活動連環畫 • 又看又跳 • 吸管玩偶劇	
37. 百寶袋	74
這是甚麼? • 這又是甚麼? • 摸摸索索	
38. 窗外世界	76
晴天雨天 • 窗外的東西 • 進一步	
39. 照一照	78
光線遊戲 • 捕捉螢火蟲 • 猜影子	
40. 色彩世界	80
認色 • 手口並用 • 混色	

第2章 3-6歲親子活動

1. 手指戲法	84
手指魔術 • 拇指斷了? • 食指在哪裡?	
2. 月曆記號	86
天氣報告表 • 心情記錄表 • 大事記錄表	

目錄

3. 雞蛋小玩意	88
畫彩蛋 • 貼彩蛋 • 蛋殼花燈	
4. 善用左手	90
舀波子 • 左手寫字 • 筷子挾豆	
5. Fun Fun 果汁盒	92
看誰眼界準 • 彈球入盒 • 疊疊高	
6. 快高長大	94
種豆芽 • 種生菜 • 種花	
7. 吃水果	96
果皮雕塑 • 果汁冰塊 • 離果汁	
8. 家務小助理	98
衣物分色 • 垃圾分類 • 萬能助理	
9. 氣球玩意	100
拍氣球 • 抓尾巴 • 踩氣球	
10. 我的成長	102
舊照片 • 我的家族 • 我的成長集	
11. 膠泥大師	104
膠泥玩意 • 創意膠泥 • 紙黏土	
12. 故事高手	106
故事角色 • 廣播劇 • 演話劇	
13. 穿衣服	108
視彩遊戲 • 穿衣服 • 我幫你穿	
14. 足球小將	110
紙「人」 • 射龍門 • 桌上足球	
15. 還記得嗎?	112
找出不同 • 過目不忘 • 物歸原處	
16. 大有關係	114
配對遊戲 • 拼圖DIY • 實物配對	
17. 剪剪貼貼	116
目標為本 • 剪貼畫 • 自製生日卡	

目錄

18. 猜拳王	118
動作猜拳 • 指令卡 • 塗格子	
19. 猜猜看	120
你猜我做 • 你是誰? • 背上寫字	
20. 找出不同之處	122
比一比 • 找不同 • 自編故事	
21. 跟我做	124
照鏡子 • 我說你做 • 我導你演	
22. 要專心哦!	126
層層疊 • 豎立罐子 • 腳的考驗	
23. 不要看	128
蒙眼認物 • 蒙眼找物 • 盲公竹	
24. 語言遊戲	130
例轉講話 • 急口令 • 不一樣的說法	
25. 無窮無盡的聯想	132
顏色的聯想 • 限制顏色 • 繪形繪色	
26. 編故事	134
你一句、我一句 • 主題故事 • 故事卡	
27. 鬧鐘響了	136
尋音記 • 拆炸彈 • 計時遊戲	
28. 角色大換轉	138
木偶劇 • 幕後人物 • 編劇能手	
29. 乒乓球戲法	140
箭靶球 • 滾球 • 擲球	
30. 接不完的龍	142
接龍 • 接龍進級 • 上句接下句	
31. 嗆瓜子	144
我開你吃 • 打開瓜子殼 • 自己嗆呀!	
32. 不要跌倒!	146
燕式平衡 • 平衡力比賽 • 障礙賽	

目錄

33. 我問你答	148
常識問答 • 為甚麼? • 你會怎麼辦?	
34. 人體數字和字母	150
人體數字 • 人體字母 • 人體計算機	
35. 節日來了	152
節日佈置 • 節日Q&A • 節日活動	
36. 家裡的水族世界	154
建立寵物之家 • 照顧小龜 • 添置器材	
37. 角力賽	156
拇指角力 • 腳趾角力 • 人體角力	
38. 報紙遊戲(1)	158
最長的紙條 • 穿紙洞 • 剪剪摺摺	
39. 報紙遊戲(2)	160
紙足球 • 紙棒球 • 打野戰	
40. 我在說甚麼?	162
無聲勝有聲(1) • 無聲勝有聲(2) • 無聲勝有聲(3)	

第3章 親子手工

1. 漂亮的紙巾花	166
2. 毛線球娃娃	167
3. 紙筒八爪魚	168
4. 小丑動畫卡	169
5. 摺狐狸	170
6. 蝴蝶剪紙	171
7. 辮子手繩	172
8. 毛巾玩偶	173
9. 紙扇	174
10. 吸管蜻蜓	175

目錄

附錄——親子遊戲紙	177
1. 親子了解度小搜查	178
2. 聯聯樂	180
3. 拍一拍	181
4. 找花花	182
5. 填色樂	183
6. 最有趣的人	184
7. 來尋寶	185
8. 剪貼樂	186