

讓嬰兒在遊戲中學習：3 至 6 個月大

伸手、抓握與互動交流

遊戲意念

鏡子



對寶寶有何幫助？

透過理解學習

- 視覺專注及認出鏡中自己
- 探索
- 學習集中注意及跟隨影像

安撫布娃娃



感官球



積木



從探索學習

- 伸手、抓握、握緊和放手
- 把物件由一隻手交到另一隻手
- 觸摸不同質地的物件
- 把物件放進口裡

附有簡單圖畫而質料柔軟的圖書



用感官學習

- 看圖
- 學習兩手並用
- 觸摸不同物料
- 每天聽取你說出的詞彙

肥皂泡



令寶寶活用眼和腦

- 觀看、追蹤和捕捉肥皂泡
- 當玩耍時，寶寶會聽取你所說的淺易字，例如：「泡泡」、「爆爆」等

螺旋多彩掛件玩具



從郁動中學習

- 伸手抓握
- 舉起雙腳踢玩具
- 為轉身作準備

避免屏幕時間



保護寶寶的學習動機

- 一些研究顯示有看電視、手機或屏幕的嬰兒專注力和語言發展會較差
- 當寶寶在房內，應該關上電視，以免他們被屏幕吸引而分心

你知道嗎？

嬰孩透過親子交談、玩耍和親密接觸，發展他們的認知能力、語言能力和體能。

遊戲是兒童學習的途徑。此單張是提供一些活動建議作參考，有助發展幼兒的語言、認知和體能。
本單張並不旨在推廣特定品牌或列舉玩具清單。由於幼兒成長因人而異，當遇上任何問題，請與家庭醫生商討。
© 2018 by B. Hutchon and S. Powell – Paediatric Occupational Therapy Dept. Royal Free London with Dr. A. Fernandez-Neonatologist San Jose Hospital, Chile. Our deepest thanks to the many parents and colleagues who contributed to this leaflet.

讓寶寶在遊戲中更參與的小貼士：3 至 6 個月大

以不同姿態與寶寶一起玩耍

小肚子時間



將鏡子放在寶寶前面，
用一些色彩鮮艷的玩具或
假裝餵動物進食

學坐



將寶寶放在你的兩腿之間一起坐在地，
讓他學習坐起。
將寶寶喜歡的玩具放前面

用手和口探索



把不同類型玩具放在寶寶身旁
或放在他手裡，
讓他自行拿起用口探索

謹記重點 ...

善用不同的面部表情



你的表情可以吸引到寶寶的
注意力，促進交流

兒歌及歌謠



唱兒歌時可配合動作加強寶寶
的注意力，例如：一閃一閃小
星星、月光光等

發展社交情緒



透過一起大笑、識別樣貌、
模仿表情、和別人共同享受一起
玩的樂趣，均有助發展關係

保障寶寶安全 ...

切忌趴著睡



趴著睡會增加嬰兒死亡風險。
俯臥的活動只能在嬰兒醒覺時進行

使用安全玩具避免窒息



必須確保所有玩具均通過安全測試。
(若玩具小於 5.7 厘米長，3.1 厘米寬，
能進入管道，這玩具不適合這年齡
的嬰孩把玩)

避免使用模製座椅



這種設計會妨礙寶寶坐著，爬行時
調整姿勢及肌肉控制的自然發展

你知道嗎？

六個月大的嬰兒開始對自己的名字有反應。學習坐起玩耍是將來爬行、站立及步行的基石。

遊戲是兒童學習的途徑。此單張是提供一些活動建議作參考，有助發展幼兒的語言、認知和體能。

本單張並不旨在推廣特定品牌或列舉玩具清單。由於幼兒成長因人而異，當遇上任何問題，請與家庭醫生商討。

© 2018 by B. Hutchon and S. Powell – Paediatric Occupational Therapy Dept. Royal Free London with Dr. A. Fernandez-Neonatologist San Jose Hospital, Chile. Our deepest thanks to the many parents and colleagues who contributed to this leaflet.

Translated by Hong Kong Occupational Therapy Association



香港職業治療學會翻譯