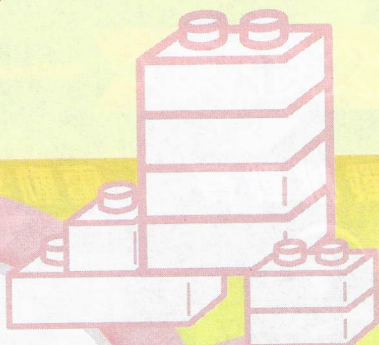


贏在 0-2 歲時
啟蒙遊戲系列

12之4

多玩積木 提升靈巧度

小肌肉強度和靈巧度有關，專家指出，這方面的能力可透過遊戲訓練。家長可替孩子選擇要用手指來玩的玩具，最好跟他們一起玩，先示範，再鼓勵他們多活動手指，發揮最佳學習效果。



教路 專家

適齡玩具作練習

「語言、社交認知、小肌肉和大肌肉是嬰幼兒發展的四大範疇。」醫匯818兒科專科何慕清醫生(左圖)解釋，其中大肌肉指像二頭肌等體積較大的肌肉，負責行走、轉頭等動作，而小肌肉則負責細微動作，像手指、手掌都是由小肌肉控制。孩子一個月大時，小肌肉的能力只限於把手部移動，隨着他們漸漸長大，動作會變得愈來愈靈活，「兩個月大的嬰兒已能把手掌單獨合起來，到七個月大更能用姆指及手掌夾住物件，八個月大則能用五指抓住東西，一歲大時就能像成人般，單靠姆指和食指撿起小物。」何慕清指，想促進孩子小肌肉的發展，應讓他們多多練習，父母可依其成長進度提供合適且安全的玩具，如大積木、串珠等，市面上的玩具大多有合用年齡標示，這些標示可信程度高，不妨參考。

遊戲1

橫、縱向砌積木

一般嬰幼兒約八個月大起便能開始玩積木。積木能鍛煉孩子的小肌肉，提升他們雙手的靈活性。此外，積木有不同大小和形狀，寶寶在玩積木過程中，按自己的想法將它們組合，便能提升創造力。家長可以準備形狀簡單，如立方體及長方體的積木讓子女玩，鼓勵他們發揮創意。



年紀較小的孩子不妨試玩串疊積木。



如孩子未到能砌積木的月齡，家長可先讓子女玩較簡單的玩具如串疊積木和串珠等。這些遊戲都是重視手指，即小肌肉運用的，多玩對發展有益，而且玩得多，更能訓練專注力。但要注意玩具本身是否適合寶貴月齡，並應由簡單的遊戲開始，因他們懂得玩，才有成功感，願意挑戰更困難的玩意。

玩法

不同年齡的孩子玩積木方法都不同，一歲左右的孩子仍未掌握堆積木方法，父母可先把積木砌好，讓孩子將它們打散，引起其興趣。若嬰幼兒開始自行玩耍，一般會由「將積木疊高」開始玩起，但往往會因難度太高做不到。這時父母可以主動示範其他玩法，比如先把積木向橫排列，打好地基再向上堆疊，或建成城堡、屋子之類的建築物。讓子女進行模仿，刺激腦內鏡像神經元。同時，為訓練寶貴雙手的靈活性，可以多鼓勵他們用雙手把玩。



遊戲2

套同色木環

玩法

以串疊積木為例，孩子一開始接觸時大多只會觸摸棍子及木環，家長這時可向子女展示將木環放入棍子中的動作，表現出快樂的樣子，讓嬰兒認為這是好玩的，希望模仿，並刺激寶貴挑戰其他玩法的欲望，例如可試試將同一顏色的木環套入棍子中。順帶一提，不妨留意子女撿起玩具的方法，可根據孩子月齡，鼓勵他們以合適方式，如用五指抓物的方式把玩，鍛煉小肌肉的靈活度。



家長可鼓勵孩子用不同方式抓起玩具。

啟發智慧產品推介

發聲形狀配對組合 \$299.9

這款玩具是加入了發聲功能的積木配對遊戲，提供限時模式，提升遊戲難度。嬰兒除了能從中學學習形狀概念，也能訓練小肌肉，並接受視覺及聽覺刺激。



新寶寶積木盒 \$109.9

積木盒中有十塊不同形狀的積木，讓寶貴能透過置放積木於相應形狀的洞中，學習形狀及配對。透過把蓋子打開、傾倒盒中積木等動作，亦能訓練手眼協調。



150塊積木套裝 \$299.9

此積木套裝由全木材製成，並有六種形狀，並包含了七十四塊原木色及七十六塊彩色積木，孩子們能從過程中學會識別形狀、發揮創意。

查詢：玩具反斗城 / 2287 1888



孩子的肌肉發展較本文所述慢，有問題嗎？

何慕清指，每個小孩的發展速度有別，亦跟練習機會多寡有關。以大肌肉發展為例，有的嬰兒不會爬行，但其後仍會在適當時間學習行走，大致上影響不大。如家長真的對子女發展進度有疑問，可帶他們求醫，並進行發展檢查，以解憂慮。☑

