

亲爱的家长们,

玩耍是儿童学习和成长的重要组成部分。儿童在玩得开心、做自己喜欢的事情时,学习效果最好!您是孩子第一个也是最重要的玩伴之一。玩耍可以很简单,比如一起做鬼脸或唱歌。早期联结 (Early Connections) 团队将这些想法汇总起来,帮助您和孩子享受其中的乐趣。

发展预期

孩子的玩耍方式会随着他们的成长而改变。

- **适应世界:** 婴儿开始平静下来,留意周遭的世界。他们通过移动身体来了解会发生什么。这些是玩耍和学习的第一步。
- **与家人建立联系:** 婴儿开始与周围的人接触。他们通过发出声音或做出姿势,来表示他们已经准备好与他人建立联系。
- **互动交流:** 婴儿在学会说话之前就已经开始“交流”了!这可能表现为轮流发出声音、把球滚给别人,或回以微笑。
- **为学习而沟通:** 幼儿开始解决问题。他们通过操作物体来观察会发生什么。同时也会对人进行类似的“实验”。他们可能会指向某个方向,看着您,并发出声音,让您转头查看。
- **假装:** 孩子开始学会假装。他们可能会模仿父母的行为,例如假装扫地或做饭。他们也可能用玩具动物或洋娃娃来进行假装游戏。
- **讲故事:** “假装”开始变得更加复杂。孩子开始讲述玩耍的故事。他们可能会告诉您当天发生的一些事情。他们也会问很多问题。

为何要陪孩子玩耍?

- 帮助增进您与孩子之间的亲密感
- 减轻您和孩子的压力
- 帮助您的孩子应对新事物和不同的感受
- 培养孩子的听说技能
- 教会孩子如何轮流和集中注意力
- 帮助您了解孩子的感受,让他们感到安全和被倾听
- 培养创造力





给看护人的快速应对技巧

如何通过玩耍帮助孩子成长

跟随孩子的脚步: 当玩耍内容与孩子的兴趣相符合时, 孩子会更享受这一过程。如果孩子看着镜子, 和他们一起看。如果他们唱歌, 就跟着一起唱!

模仿孩子: 做孩子正在做的事情。如果孩子对您微笑, 就回以微笑。如果孩子堆叠积木, 您也可以堆叠积木。这有助于孩子学习如何在玩耍中进行互动。

重复并扩展: 重复孩子所说的话, 并在此基础上增加一些内容。如果孩子说“卡车”, 您可以回答: “是的! 那是一辆红色的卡车!” 这有助于孩子学习新词汇。

描述孩子的行为: 谈论孩子正在做的事情。如果他们拿起一个玩具, 您可以说: “你拿起的是恐龙玩具!” 您也可以描述他们可能的感受: “你看起来很兴奋!”

轮流: 轮流可以教会您的孩子如何与他人一起玩耍。您可以与孩子来回滚球、玩躲猫猫, 或者轮流发出声音或发言。

享受其中, 珍惜共度的时光: 孩子喜欢与父母一起玩耍, 开心玩耍有助于孩子的大脑发育。



可获取更多信息的资源



幼儿期玩耍: 玩耍在任何环境中的作用

哈佛大学儿童发展中心

视频: bit.ly/44mbp4F



通过玩耍促进大脑发育: 适合婴幼儿和儿童的活动

哈佛大学儿童发展中心

developingchild.harvard.edu/resources/handouts-tools/brainbuildingthroughplay/



我与幼儿孩子: 通过玩耍与幼儿建立联系

Karitane

视频: bit.ly/4nFEOOJ



玩耍

Pathways

pathways.org/topics-of-development/play



帮助提升孩子大脑能力的建议

vroom.org



玩耍在儿童早期发展中的重要性

美国儿科学会

www.aap.org/en/patient-care/early-childhood/early-childhood-health-and-development/power-of-play/



面向家庭的儿童发展资源

Zero to Three

www.zerotothree.org/resources/for-families/



STEIN TIKUN OLAM EARLY CONNECTIONS PROGRAM CHILDREN'S HOSPITAL LOS ANGELES

4650 Sunset Blvd., Los Angeles, CA 90027 • CHLA.org

扫描二维码, 获取 CHLA 专家提供的更多早期儿童资源。