



# 2、3、4 歲

## 邊玩邊學做家務

學做家務能訓練小朋友學自理、培養責任感和對家庭有歸屬感，但家長有何方法令只得2、3、4歲的孩子學做家務？其實透過遊戲便可訓練小朋友跟父母一起做家務，今期請來專家講述幼兒做家務的好處，並由幼稚園校長分享如何以遊戲形式，讓他們邊玩邊學做家務。



撰文：Kris Lo 攝影：李偉佳 插圖：鄧本邦  
模特兒：張智程、馮嘉妍、李姿穎  
資料提供：



何敏茵/基督教樂道幼稚園校長、關珮淇/父母教練

# 幼兒做家務八大好處

資料提供：父母教練關希羨



## 1 訓練手眼協調和訓練大腦

父母教練關希羨表示，對於2至4歲的孩子，他們可以做的家務大多是收拾玩具、摺衣服和輕量的打掃工作。做家務需要大量使用手部的小肌肉，而幼稚園時期的孩子正需要這方面的訓練。當孩子收拾玩具，把玩具放回玩具箱，又或是把衣服放回衣櫃時，同時可訓練他們的手眼協調能力。另外，家長在準備洗衣服時，可以請孩子幫忙分開淺色和深色衣服，或是把已洗好的襪子配對，這些都是簡單而有助訓練孩子大腦發育的活動。做家務同時訓練孩子大腦，可謂一舉兩得。

## 2 培養孩子責任心

教孩子做家務，先要讓他們養成一種習慣。只要養成了習慣，孩子很自然地會產生強烈的責任感，要對家庭負責。要訓練孩子明白「自己的事自己做」，家長可以讓孩子從保持整潔做起，例如回家脫鞋後需要放進鞋櫃；遊戲結束後需要把玩具放回原位；自己的衣服自己放進衣櫃。剛開始嘗試時，孩子難免會有遺漏，但只要耐心提點和鼓勵，慢慢便可以培養他們的責任心，知道做事要有始有終，對孩子以後的人生都會有很大的幫助。

## 3 建立自信

大部份孩子都喜歡幫助父母，因為孩子天性好奇，總想着可以快點長大。家長在處理家務時，如果可以讓孩子幫忙完成，他們亦能從中獲得成功感，繼而展現出發自內心的驕傲和自信。父母適時的讚許，也會照亮孩子的內心，幫助他們建立自信，家長不妨透過讚賞孩子和感謝他們的幫忙，讓孩子感受到自我價值，培養出自信心。

## 4 培養參與度和歸屬感

有些家長抱怨孩子對家中事務漠不關心，參與度不足。其實，讓孩子參與家務，是為了讓他們逐漸意識到自己也是家庭的一份子，有責任讓所有家庭成員生活得更舒適。每個家庭成員都需要做好自己的本份，維持家中的整潔，大家才能一起舒適地生活。讓孩子了解到對家庭的歸屬感，同時能讓家中成員更加團結。

進行配對襪子等簡單家務，對孩子也有不少好處。



學做家務，既可提升孩子的自信，更有助他們建立人際關係。



## 5 建立良好人際關係

不少會做家務的孩子都會帶有一股自信，正是因為這種小氣場的吸引力，令很多孩子都喜歡跟這位自信的孩子做朋友。自信的孩子不但具有說服力，更懂得照顧別人，形象一般較為討好，人際關係亦會比較好。

## 6 磨練孩子意志力

一些較為需要體力勞動的家務，對幼兒來說並不容易。以抹枱為例，先要將枱面上的東西搬走，也要用抹布均勻地抹得乾淨淨，並不是每位孩子能做得好，而且需要一定的耐心。家長可以鼓勵孩子把拿走的物品放回原處，做到有始有終，慢慢鍛煉孩子的意志力，然後提升難度。

## 7 豐富生活知識

做家務不但需要勞動，更要手腦並用。親身的體驗遠遠勝於只能學習書本上的道理，讓孩子直接接觸各種事物，刺激感官之餘，同時也可積累生活知識。做家務的過程中，透過大人對孩子發號施令，亦可以豐富他們對日常接觸的物件和動作的詞彙，加強語言能力。另一方面，孩子經常動手做家務，手部逐漸變得靈活，還能促進大腦中樞神經發展，動作更協調，從而變得更「醒目」。

## 8 做事有條理

從小培養孩子做家務，當他們入讀幼稚園時，自理能力不但較同齡小朋友好，還知道要將玩完的玩具收拾。如得到老師的讚美、同學的欣賞，都能令他們更添自信，認定自我價值。回家後，如懂得將鞋子放鞋櫃內、掛好校服、把自己的房間收拾得整整齊齊，孩子的思維方式也會變得更有條理。



# 2 歲愛探索 給予指示學做家務

資料提供：何敏茵校長



## 喜愛探索

何敏茵校長表示，2歲幼兒充滿好奇心，喜愛透過感官探索不同的事物。在成人的接納及鼓勵下，樂於嘗試操弄不同物品。在認知發展方面，幼兒開始能憑觸覺分辨日常用品，例如玩具、鞋子及毛巾等。他們開始表現出記憶力，或會突然想起一些心愛的物件，然後尋找它們。至於體能發展方面，他們能自如地步行，並能手眼協調地將物品放好。

## 遊戲 1

### 將玩具收回玩具箱

步驟



1 預備2至3件幼兒常玩的玩具及玩具箱。

## 跟隨常規

在日常生活的安排上，家長給予2歲幼兒清晰的指示及步驟十分重要，這樣才能讓他們較容易跟從及掌握，並學習如何在日常生活中運用。他們喜愛與家人一起進行遊戲及活動，他們大多會跟隨固定常規，不喜歡改變。在日常生活中，幼兒喜歡被人稱讚，所以家長予以具體的讚賞，能夠化作正面的鼓勵，建立幼兒的自我形象及自信心。此外，2歲幼兒的語言發展迅速，何校長建議家長與幼兒進行不同的假裝遊戲，增加幼兒聆聽的機會，同時學習不同的詞彙及簡單句子，有助加強他們的說話能力。



2 家長取出玩具，讓幼兒玩玩具。



3 幼兒將玩具一件接一件放回玩具箱。



4 幼兒蓋上箱子。

## 遊戲 2 將鞋子放在指定的位置

步驟



1 幼兒穿上鞋子，雙腳踏在白紙上。



2 家長拿筆繞着幼兒的鞋子，畫出鞋印圖案。



3 家長與幼兒一同進行簡單運動；運動後，幼兒自行脫鞋子。



4 幼兒把鞋子放回鞋印圖案上。

## 遊戲 3 摺毛巾放入毛巾盒

步驟



1 家長在幼兒面前打開毛巾盒，取出毛巾。



2 家長示範摺毛巾的摺法。



3 幼兒將毛巾放回毛巾盒。



4 幼兒蓋上盒子。

### 遊戲重點

- 完成 3 個遊戲後，可讓 2 歲幼兒增加不同日常用品的認知，同時逐漸掌握到將物品放回原處的概念；
- 家長應給予幼兒讚賞及鼓勵，同時有助孩子建立自我形象及自信心。



# 3 歲愛被讚賞 樂於做家務

## 認識不同情緒

何校長表示，自3歲起，幼兒開始踏進幼稚園上學，在各方面的發展持續提升。他們喜歡參加由成人領導的遊戲，依從遊戲規則。在學習的過程中，他們表現主動及積極參與，有時候或會表現出自我中心，但從中亦可認識自己不同的情緒，感受快樂、傷心、害怕、生氣和平靜。在正面的情緒下，幼兒對學習新事物更有動力，故此家長予以正面帶動，例如口頭的讚賞、從旁的鼓勵及支持，均能有效幫助幼兒各方面情緒的發展。

3歲幼兒尤其喜愛閱讀，建議家長與幼兒每天進行親子



共讀，透過不同的繪本，以提升幼兒閱讀的興趣，同時亦可增進各方面的知識，認識不同的情緒及表達方法，從而促進幼兒社交發展的能力。

## 促進大小肌肉發展

家長與孩子的互動，有效促進幼兒於認知、語言、體能及情意和群性方面的發展。透過「玩遊戲做家務」的活動，幼兒進行假裝遊戲，模仿成人做家務，繼而在日常生活中一起動起來，有助小肌肉發展，例如加強手指的靈活度等。

## 遊戲 1 將圖書放入背包 步驟



1 家長在幼兒面前示範拉開背包的拉鍊。



2 家長把圖書放入背包內。



3 幼兒自行把圖書放入背包



4 幼兒拉上背包的拉鍊。



步驟



1 家長展示掛鈎的位置。

## 遊戲 2 將毛巾掛在鈎上



2 家長示範將毛巾掛在掛鈎上。



3 幼兒嘗試將毛巾掛在掛鈎上。

## 遊戲 3 將椅子移至原位

步驟



1 將兒童椅子放在地上，並貼上記號。



2 家長將椅子搬到其他位置。



3 幼兒將椅子放回椅子記號上。

### 遊戲重點

- 愛閱讀的 3 歲幼兒，先要學會收拾圖書及書包，方可把圖書帶回學校或帶出外。完成以上的遊戲後，有助加強幼兒小手指的靈活度；
- 家長應予以讚賞及鼓勵，令孩子對於學習新事物更有動力。





# 4 歲自理有進步 愛做小幫手



## 自理能力日漸進步

4歲幼兒在自理能力方面日漸進步，能夠幫助家長收拾碗筷、用布清理污漬。在語言方面，他們能跟他人作簡單對答，開始用複句及較長的句子表達自己，而且能夠較詳細地敘述其日常生活的經驗。4歲幼兒樂於嘗試不同的小任務，何校長建議家長為孩子設立「好寶寶獎勵計劃表」，以具體的視覺提示及讚賞，鼓勵幼兒作出良好行為，以示鼓勵及支持。

## 遊戲 1 將玩具放入玩具包裝盒

### 步驟



1 家長向幼兒展示一件新玩具。

## 給予以「動手做」機會

隨着幼兒手眼協調及小手肌的發展持續進步，家長應給予幼兒「動手做」的學習機會。孩子可以替家長做簡單的家務，例如嘗試將外套掛在衣架上、學習整理自己的物品。做家務的過程中，孩子體會到父母每天做家務的辛勞，繼而學習體恤父母，承擔責任，讓他們明白自己是家庭的一份子，更願意主動承擔家務，同時有助提升解難能力。當然，幼兒或未能一次完成，故此，成人需給予孩子清晰的示範步驟及小技巧，好讓孩子在過程中，一步一步嘗試，一步一步掌握，然後達致成功。家長的接納、鼓勵及支持，能給予幼兒無比的動力來繼續嘗試。



2 家長與幼兒一同將玩具的包裝拆開，取出玩具並一同玩耍。



3 家長在幼兒面前示範把玩具放回盒內。



4 幼兒嘗試自行把玩具放回盒內。



步驟

## 遊戲 2 將外套掛在衣架上



1 家長示範將背心外套掛在衣架上。



2 幼兒模仿家長的做法，將背心外套掛在衣架上。



3 如已掌握上述方法，可嘗試增加難度，家長可示範將長袖外套掛在衣架上。



4 幼兒將長袖外套掛在衣架上。

步驟

## 遊戲 3 用布抹桌子



1 家長假裝不小心將水倒出，讓幼兒嘗試想出辦法處理。



2 幼兒用毛巾從外抹向內，抹乾桌面的水。



### 遊戲重點

- 在生活化的情景中，進行感官探索和富趣味的學習經歷，幼兒更能學習應用不同的能力，繼而建立正面的自我形象；
- 從小培養幼兒的良好品格，也有助其全人發展；
- 家長如可定立一個獎勵計劃，可對幼兒以示鼓勵及支持。▣