

活動名稱

夾子躲貓貓

參考年齡

1歲6個月~2歲

作息時間

遊戲時段

遊戲目標

能搜尋出衣夾、能以「扯掉」方式成功拔取衣夾

遊戲方式

1. 初階：準備小毛巾、小手帕、幼兒衣物等，隨意將夾子夾於其中，有些是提示清楚，有些則需翻動後才能找到，增加遊戲豐富度。
2. 進階：直接將夾子夾在幼兒的身上穿著的衣褲，引導幼兒進行搜尋，找到後將夾子拔落；遊戲中可依幼兒狀態與能力來增減夾子的數量、夾取的部位等。
(夾於幼兒後背時，搜尋難度最高，也可夾於衣服內。)



溫馨小提醒

1. 可選擇彈力較鬆衣夾來進行此遊戲，避免過於用力拉扯造成的意外(反作用力跌倒)。
2. 此遊戲方式適宜夾取衣物，切勿玩笑的夾在幼兒或照顧者的臉上與身體皮膚各處。



▲從拔取夾在衣物夾子的過程中，加強幼兒的搜尋能力，也能增進手部的發展，更有提升身體意識的練習呢！

活動名稱

這樣玩夾子

參考年齡

2歲6個月以上(依能力與目標相異，適合不同年齡層)

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能使用前三指或前兩指打開衣夾、能依指令完成任務、能雙手合作

遊戲方式

- (由簡而難依序：薄紙箱、厚紙版、紙張、毛巾或手帕)
1. 隨意夾：引導孩子將夾子夾住上述不同類型的目標物。
 2. 有目標的夾：
 - 圓點貼：
 - 在不同類型的目標物貼上圓點貼，引導幼兒使用夾子夾住。
 - 可貼不同顏色的圓點貼，再請幼兒夾住指定的顏色(例：夾完黃色再夾綠色)。
 - 可於圓點貼寫上數字，再請幼兒夾住指定的圓點(例：請夾數字3)。
 - 貼紙：可使用動物、蔬菜、水果、生活用品貼紙，加入認知的元素在裡面(例：請夾住松鼠)。
 - 特別任務：可請幼兒將兩張以上的名片、卡片、紙張夾在一起



溫馨小提醒

可邀請幼兒在不同類型目標物貼上圓點貼或貼紙，增加幼兒活動的參與度。



▲專注的夾夾子過程，除了問題解決能力的提升外，親子互動的溫馨氛圍，更是活動中的甜蜜回饋。



室內拖鞋



活動名稱

我會分類

參考年齡

2歲~3歲

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

1. 能將同樣式或顏色之室內鞋放在一起。
2. 能將一雙鞋，左右正確放在一起。

遊戲方式

家長邀請幼兒一起幫忙做家事，引起幼兒的興趣，再把家中室內拖鞋拿出，請幼兒把室內拖鞋幫忙分類好，示範一次給幼兒看，讓幼兒自己試試看，照顧者從旁引導，之後可延伸至協助排好家中室外鞋，養成做家事的好習慣。

溫馨小提醒

1. 提醒幼兒，完成分類後，記得將手洗乾淨。
2. 當幼兒還沒有分類概念時，家長可先放一支鞋，引導幼兒找出相同鞋子做配對遊戲，待幼兒理解配對規則後，再進一步完成多雙鞋子的分類練習。

▲引導幼兒將雜亂的拖鞋逐一分類後，並將相同的擺放在一起。



活動名稱

腳印跑跳碰(進階版遊戲)

參考年齡

3歲~6歲

作息時間

休閒、遊戲時間

遊戲目標

1. 能保持平衡，依序走在拖鞋上，腳不踩到外面。
2. 能依指令踩在指定拖鞋上。
3. 能踩在拖鞋上維持單腳站立的姿勢。

遊戲方式

1. 引導幼兒將拖鞋排列成一列或圈圈，踩在拖鞋上，不斷的重複行走，再配合停止與開始的指令或音樂，讓幼兒能在兩種刺激下，能專注完成。
2. 將各式不同的室內拖鞋，隨意放置在一個區域，引導幼兒繞著拖鞋行走並唱著兒歌，當照顧者給予指令時，幼兒要依指令，踩在指定的拖鞋上或做出指定動作(單腳站、動物動作等)。



溫馨小提醒

1. 建議使用有止滑效果的拖鞋。
2. 當幼兒尚不知遊戲規則時，照顧者可牽著幼兒的手移動，配合口語及肢體動作，引導幼兒做出停止及指定動作，待幼兒理解時，再讓幼兒自行操作。



▲將拖鞋排列成圓形，引導幼兒走在上面，配合音樂，也可利用止滑墊或巧拼墊自製不同顏色的腳印來玩喔！



活動名稱

同手同腳(進階版遊戲)

參考年齡

4歲~6歲

作息時間

休閒、遊戲時間

遊戲目標

1. 能分辨左右邊(手套與拖鞋)，並擺放好順序。
2. 能和口、手、腳一致，跟著手足印(拖鞋和手套)，邊走邊說出左手、右腳、右手、左腳…等順序。

遊戲方式

將拖鞋和手套一對一對擺放，以一雙拖鞋一雙手套排成直線方式，排列各五雙，照顧者先示範一次，手腳移動時，要配合口語說出，例如：右手-左腳-左手-右腳-右手…，交互往前爬行，至全部走完。

溫馨小提醒

1. 與幼兒一同自製手足印各5組，放在地面上或瑜珈墊上，防止滑動，材質可使用厚一點的紙箱或巧拼墊，增加手腳的觸感。
2. 當孩子對左右概念尚在建立時，可以在右手上貼上貼紙提示“右手在哪裡”，或剛開始照顧者配合口語及觸碰手及腳部來提示幼兒，建立其自信心。



▲將家裡手套與拖鞋排列成直線，引導幼兒將其手腳放在手腳印上，依指令活動，也可自製手足印來玩喔！

瓶瓶罐罐

活動名稱

千變萬化

參考年齡

3個月~6個月

作息時間

遊戲時段(嬰兒清醒時間)

遊戲目標

能追視目標物、趴姿時能保持抬頭、仰臥時能左右轉頭、提供聽覺與視覺感官刺激、增進親子互動。

遊戲方式

1. 利用透明瓶罐放入各式材質(小鈴鐺、有不同頻率顏色閃亮的燈籠燈心、紅豆綠豆等，以能夠發出聲音、光亮的物品尤佳)，於幼兒清醒時段透過互動的方式吸引其注意力，達到追視目標物的效果。
2. 過程中，可輔以輕聲歌唱或輕柔說話的方式與幼兒互動。

溫馨小提醒

若使用玻璃瓶罐時，請留意放入小物的材質，避免搖動過程中使玻璃破損。



▲照顧者與幼兒玩耍時，除了搖動瓶罐外，也能加以歌唱或說話的方式，引發幼兒的專注。



活動名稱

我是大力士

參考年齡

6個月~12個月

作息時間

遊戲時段(幼兒清醒時間)

遊戲目標

能追視目標物、能主動伸手做出欲抓取目標物的動作、能準確抓握目標物、能搖晃目標物。

遊戲方式

1. 誘發幼兒伸手抓取目標物的興趣，並引導其隨目標物移動而有相對應的動作，於幼兒成功抓握住目標物時給予正增強回饋。
2. 幼兒抓握目標物一段時間後，可再引導其配合「給我」的指令而有正確動作反應。

溫馨小提醒

1. 若使用玻璃瓶罐，請留意放入小物材質，避免搖動中使玻璃破損或幼兒抓握過程摔落而有危險等情況發生。
2. 此遊戲瓶罐的大小(粗細)需挑選適宜幼兒小手抓握。



▲伸手抓取並成功握住大小適宜的瓶罐，是家中最平價又方便的自製玩具唷！



活動名稱

搬運高手

參考年齡

1歲3個月~1歲6個月

作息時間

遊戲時段

遊戲目標

能較長時間抓握目標物、能聽取指令完成任務

遊戲方式

1. 準備數個適合幼兒抓握的瓶罐，可裝入小物增加感官刺激，也可透過瓶罐重量的增加而讓任務更具挑戰性。
2. 請幼兒依序拿取瓶罐，並聽取指令將瓶罐拿至指定處，例如：桌子上、椅子上、矮櫃上等。
3. 進階：也可提供格狀紙箱，再請幼兒將瓶罐放入紙箱的格子內，此方式可引導幼兒學習「一格放一個、把格子放滿...等」抽象邏輯思考。

溫馨小提醒

1. 若使用玻璃瓶罐，請留意放入小物材質，避免搖動中使玻璃破損或幼兒抓握過程摔落而有危險等情況發生。
2. 此遊戲瓶罐的大小(粗細)需挑選適宜幼兒小手抓握。
3. 此階段的幼兒因剛習得獨走技能，遊戲中需留意週邊環境的安全性，可挑選較為空曠的空間。



活動名稱

手部運動

參考年齡

2歲以上

作息時間

遊戲時段

遊戲目標

能配對正確瓶罐與瓶蓋、能靈活雙手合作提升按壓扭轉拔等手指精細動作的技能。

遊戲方式

1. 準備數組有瓶蓋的瓶罐，全部分開擺放後，引導幼兒進行配對的任務挑戰。(奶粉罐、1公升優格罐、大瓶裝水等均適宜...)
2. 因各式各樣的瓶罐與瓶蓋的開合均有相異的方式，過程中能讓雙手合作與手指、手掌之間的各項能力提升。
3. 情境題：刻意將一組配對的物件換成錯誤的，可觀察幼兒問題解決的反應與能力，進而引導較深層的思考能力。

溫馨
小提醒

1. 若使用玻璃瓶罐，請留意放入小物材質，避免搖動中使玻璃破損或幼兒抓握中摔落而有危險等情況發生。
2. 此遊戲瓶罐的大小可隨意變化，因可藉機增加幼兒問題解決的能力，例如：當拿到單手無法握取的瓶罐時該如何因應等動動腦的機會。
3. 配對遊戲過程中，瓶罐與瓶蓋的數量可隨幼兒的能力而有所增減。

▲觀察瓶口的大小，再配對相對應的蓋子，是多面向能力的綜合表現。



活動名稱

五彩繽紛

參考年齡

2歲6個月以上

作息時間

遊戲時段

遊戲目標

能理解指令、能享受遊戲樂趣、體驗水彩獨特性

遊戲方式

1. 準備數個瓶罐，大小均可；以及圖畫紙數張。
2. 使用各色水彩(廣告顏料)來進行瓶罐蓋印的遊戲(瓶罐底部與瓶罐上方均可嘗試)。
3. 進階：待圖畫紙的蓋印都乾了後，可反過來請幼兒尋找相對應的瓶罐放上原先蓋印處。

溫馨
小提醒

可單手握住、雙手合作抓握的瓶罐均可準備，讓幼兒靈活變通對應的方式。



▲製作瓶罐底部形狀配對的教具時，也可以讓幼兒自行完成塗鴉，增加後續配對遊戲的樂趣。

活動名稱

抓夾高手

參考年齡

依手部發展階段(抓一把、手指合作)與工具(鏟子、勺子、麵包夾、筷子)適合不同年齡層。

作息時間

遊戲時段

遊戲目標

提升手部精細能力

遊戲方式

1. 依發展能力分：
 - 5個月~1歲：引導幼兒使用四指和手掌抓握住一把物品，放入指定的瓶罐中。
 - 1歲以上：引導幼兒使用食指尖和拇指拿起小物，放入指定的瓶罐中。
2. 依使用工具分：
 - 2歲6個月以上：引導幼兒使用鏟子、勺子等工具，鏟或舀小物品，放入指定的瓶罐中。
 - 3歲~5歲：引導幼兒用麵包夾夾取小物品，放入指定的瓶罐中。
 - 4歲~5歲：引導幼兒使用筷子夾取小物品，放入指定的瓶罐中。

溫馨小提醒

1. 幼兒年紀尚小時，需留意小物品放入嘴巴中造成的危險。
2. 夾取的小物品亦可依照幼兒能力來進行適宜的變換，增加成功的經驗以利建構幼兒內在的自信心。



▲依據各階段年齡層的發展，提供適合的工具，來完成活動，增加幼兒的自信心。



紙箱遊戲



活動名稱

過山洞

參考年齡

9個月以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能爬進山洞和鑽出來

遊戲方式

準備乾淨的紙箱將兩端打開固定好，照顧者在山洞另一端吸引幼兒爬過來找大人。



溫馨小提醒

如果幼兒停在原地沒有嘗試，假設紙箱容許大人鑽過去，照顧者可先示範鑽山洞或運用玩具吸引幼兒，但不強迫幼兒鑽進山洞裡。



▲搭配會移動玩具，如：球、小汽車等，能讓幼兒爬得更起勁。



活動名稱

找找在哪裡

參考年齡

9個月以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

提升物體恆存概念，幼兒學會找大人在哪裡。

遊戲方式

一開始照顧者可從幼兒視線前躲進大紙箱、家具後方，發出聲音呼喚幼兒，吸引幼兒爬去找。

溫馨小提醒

當幼兒沒有主動爬過來時，照顧者可以先露出身體一部分讓幼兒看到，並持續用聲音吸引幼兒。



▲當幼兒找到時，照顧者立即開心興奮地說：「找到了！」更能增加趣味性。

活動名稱

我會收拾玩具

參考年齡

1歲以上

作息時間

整理時間

遊戲目標

能將物品放入紙箱裡

遊戲方式

照顧者一邊說：「收玩具」，一邊示範將玩具放入箱子中，等待幼兒將玩具放入箱子中。



溫馨
小提醒

年齡越小的幼兒越需要照顧者陪伴收東西，剛開始收拾物品數量不宜過多，可從2-4個物品開始。



▲如果幼兒沒有動作，照顧者再帶著幼兒將玩具放入紙箱裡，完成後照顧者立即表示：「好棒！」或拍拍手鼓勵。

活動名稱

散步小巨人

參考年齡

1歲~1歲6個月

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

在協助下走幾步

遊戲方式

選擇底面積寬、稍有重量的紙箱，照顧者帶著幼兒扶著站起來並推動紙箱走幾步。



溫馨
小提醒

可以在箱子裡放一些重物(如：書本)增加穩定度，需注意磁磚地面是否太光滑？需幫幼兒適度剎車，別讓幼兒摔倒。能穩穩的推紙箱走後，也可試試看推穩固的小椅子！



▲當幼兒還不會推著走，大人可以在幼兒後方協助幼兒一起向前移動，如果幼兒已經推著走得很好，大人可以跟幼兒面對面鼓勵孩子向前走，增加走路的動機。

活動名稱

紙箱疊高高

參考年齡

1歲6個月

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能雙手堆疊大積木或物品

遊戲方式

1. 準備3個小紙箱或鞋盒，用膠帶將箱口封起來。
2. 照顧者和幼兒一起玩堆疊紙箱。



溫馨
小提醒

1. 如果手部力量較弱，雙手一起拿紙箱不穩，可以在生活中讓幼兒多練習自己拿東西，如：雙手拿水壺喝水、拿奶瓶喝牛奶、玩球等。
2. 如果幼兒較無法掌握堆疊的技巧，照顧者能牽著幼兒的手嘗試一起堆疊，並讓幼兒練習堆疊動作。



▲完成疊高紙箱後，照顧者可開心的鼓勵幼兒說：「好棒！」

活動名稱

小小足球員

參考年齡

2歲

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能將球踢進大紙箱裡

遊戲方式

準備大紙箱，讓紙箱橫躺放在地上，將球放在紙箱前方定點不動，讓幼兒將球踢進紙箱中。



溫馨
小提醒

如果幼兒無法做出踢球動作，照顧者能一手牽著幼兒的手，另一手帶著幼兒的腳，練習將球踢出去。因為球會滾動較不易瞄準，也可以先將球換成紙球或罐子等較易固定的物品，讓孩子先專注練習踢的動作。



▲將球踢進紙箱是需要練習的，一開始選擇越大的紙箱越佳，孩子和紙箱的距離也可以從短距離開始，製造成功的機會，讓孩子喜歡上體能活動。

活動名稱

紙箱小火車

參考年齡

2歲以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能玩想像遊戲、說出語詞

遊戲方式

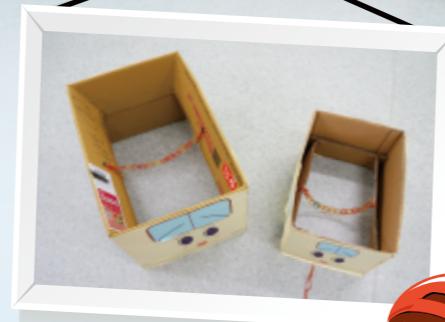
1. 將紙箱接成一輛火車，親子一起設計製作火車外觀，用有色膠帶貼地板或拼巧拼墊當鐵軌。
2. 將紙箱套在身上，一邊假裝是火車與列車長說出：「嘟嘟~、出發~、火車進站、請上車」等語詞，一邊帶著紙箱走在鐵軌或路線上。
3. 將紙箱底穩固封緊，拉一條繩子，讓幼兒坐在紙箱中，輪流拉或推動小火車。

溫馨小提醒

繩子需固定牢固，長度不宜過長，易造成絆倒，注意勿讓繩子纏繞幼兒避免窒息。遊戲過程不強迫孩子說出語詞，可以先由照顧者開心的陪幼兒玩，當孩子玩的開心時自然就比較容易開口。



▲推著車子走，可以增加幼兒們的肌肉力量。



▲用橡皮筋繩讓孩子掛在身上，能讓幼兒能輕易的帶著車子走。



▲車子前方綁一條短繩就能讓幼兒載著喜愛的玩具走。



活動名稱

我會分類玩具

參考年齡

3歲以上

作息時間

收拾時間

遊戲目標

能分類並將玩具放入相對應的箱子中

遊戲方式

1. 事先準備2-3個紙箱或整理箱，在箱子上貼照片做玩具標示。
2. 玩玩具後引導幼兒將玩具放入相對應的箱子中，最後再放入玩具的家，如：玩具櫃或指定的位子。
3. 完成後立即給予鼓勵和讚美。



▲照顧者引導幼兒找玩具的照片

溫馨小提醒

1. 幼兒開始玩玩具，其實就可以開始引導收拾的概念，經驗越多的孩子收拾的能力更佳，如果在3歲以前經驗較少的孩子，需要照顧者更多協助，多練習幼兒就會越來越了解收拾玩具的意思。

2. 如果幼兒還不太會分類，照顧者能引導幼兒拿著玩具找玩具的照片，再告訴幼兒放入紙箱裡。
3. 讓幼兒們收納的物品不要過多，若是玩具過多，整理就會變得困難，收拾玩具應給予鼓勵，並自然養成習慣。



▲讓幼兒養成收拾的好習慣

活動名稱

紙箱大富翁

參考年齡

4歲6個月以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

照顧者與幼兒能一起動手做、遊戲時能輪流等待並遵守規則

遊戲方式

1. 準備5-6個以上的紙箱，將紙箱拆開剪裁並用膠帶固定圍圈相連起來。
2. 照顧者與幼兒一起討論關卡的內容與規則，在小卡上一起設計機會、命運內容，如：將玩具收好，前進一格、親媽咪一下，得20元等，就可以開始專屬的大富翁遊戲囉。

進階遊戲

大富翁上的格子也可以讓孩子在上面繪畫，如：第三格是螃蟹，跳到此格的人要學螃蟹走路、第五格是小兔子，跳到這一格的人要學小兔子跳等。

溫馨小提醒

1. 年齡較小的幼兒，對於遊戲的規則與理解，需要較多的協助與示範，照顧者或許會故意放水讓幼兒得到成功經驗，但也要適時讓幼兒練習思考如何能達成目的。
2. 可以運用家中的巧拼墊取代紙箱，排出大富翁遊戲，也很好玩喔！

▲機會、命運內容可用繪圖方式幫助幼兒能瞭解。



▲照顧者和幼兒一起練習排隊、輪流擲骰子和跳格子。



毛巾遊戲

活動名稱

飛舞的小毛巾

參考年齡

0個月~6個月

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能追視物品和轉頭

遊戲方式

幼兒躺或趴著的姿勢，在距離幼兒眼前20-90公分展示小方巾，並慢慢的逐漸向左右移動，觀察幼兒眼睛是否跟著移動或轉動頭部（追視能力）。

溫馨
小提醒

- 1-2個月的幼兒適合躺著玩，此時期視力範圍約近且持續時間短，黑白、燈光明暗更能吸引幼兒的注意。
- 進階版本：4個月以上的幼兒頭頸部比較有力氣，可以讓幼兒趴著轉頭去尋找慢慢飛舞的小方巾。



▲在距離幼兒眼前20-90公分展示小方巾

活動名稱

趴趴毛巾捲

參考年齡

4個月~8個月

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

幼兒透過上臂支撐身體的過程，增加肌肉力量。

遊戲方式

1. 將大毛巾捲成直徑約10-15公分固定，讓幼兒趴在毛巾捲上，毛巾捲放在幼兒上腹部的位置。
2. 照顧者在幼兒前方面對面講話或玩玩具，引導幼兒雙手用力將身體撐起來。

溫馨
小提醒

遊戲過程需隨時注意幼兒情形，如果雙手力量不足以撐起身體或幼兒抗拒，可以先從直接趴著玩開始，先讓幼兒習慣趴著玩，等待力量增加再試試看。



▲毛巾捲直徑約10-15公分，放在幼兒上腹部的位置，注意不要影響幼兒呼吸。

活動名稱

包春捲

參考年齡

6個月以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

提供前庭感覺刺激和翻滾的經驗

遊戲方式

1. 大毛巾攤開，讓幼兒躺在毛巾短邊一側，照顧者協助幼兒側翻，將毛巾包覆在幼兒身上，邊做動作邊跟幼兒說明：「要滾滾囉！」
2. 將毛巾邊緣小心拉高，讓幼兒試著用力、安全的側翻滾。



▲幼兒躺在毛巾短邊一側，照顧者協助幼兒側翻滾將毛巾捲在幼兒身上。

溫馨小提醒

1. 此遊戲需要幼兒能在直立姿勢下，已經能將頭抬穩才能開始玩。
2. 部分沒有經驗、個性小心翼翼、前庭覺敏感的幼兒可能會容易緊張，需要照顧者溫柔開心的陪伴遊戲。
3. 如果幼兒還是非常緊張，建議每天滾1-2圈即可休息，讓幼兒逐漸適應這種感覺或是休息幾天以後再嘗試看看，過程中不強迫幼兒，完成後立即給予稱讚。



▲緩慢的拉高毛巾，讓幼兒安全的側翻滾。

活動名稱

小馬拉車

參考年齡

1歲以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能雙手緊捉物品邊緣，穩定的坐在移動的大毛巾或棉被上。

遊戲方式

1. 將大毛巾或棉被鋪在地板上，告訴幼兒：「毛巾要變成車子了！」，請幼兒躺或坐在毛巾上，並拉住兩旁的布。
2. 照顧者抓住幼兒正前方的布，先慢慢拉動並觀察幼兒是否能坐著維持平衡，視情況調整速度，並再試著向前移動多一些、停頓、左右轉彎。
3. 若幼兒倒下來或滾出棉被外，可問幼兒「是否要再一次？」增加幼兒口語表達的機會。

進階版遊戲

可以搭配音樂節奏或讓幼童試著選擇及表達出想要的速度，照顧者做出「快快的、慢慢的、停」等調整。

溫馨小提醒

1. 可以搭配兒歌進行遊戲，如：開車~叭~叭、火車快飛等更好玩，幼兒玩熟練後，也可以換載著娃娃走。
2. 轉彎時，速度不能太快，避免幼兒摔落。



▲較易緊張或年紀較小的幼兒，可讓幼兒躺在毛巾上試著感受毛巾移動的感覺。



▲照顧者和幼兒面對面方式拉車，能觀察到幼兒表情，立即跟幼兒互動。

▲讓幼兒倒著坐拉車，也很好玩。

活動名稱

小小運動員-跨越障礙物

參考年齡

1歲6個月~2歲

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能瞬間單腳承重、跨越障礙物時能維持平衡

遊戲方式

1. 將大毛巾捲成直徑約5公分長條並用橡皮圈固定好。
2. 將小球放在一側，引導幼兒拿著球跨越障礙物到對側放入盒子裡。

溫馨小提醒

1. 一開始照顧者可以先單手牽著幼兒，讓他練習跨越毛巾捲，越走越穩後，逐漸放手讓幼兒自己跨越，當幼兒完成後立即給予大大的擁抱或稱讚喔。
2. 生活中可以在照顧者看顧下，讓幼兒練習跨越浴室門檻、扶著上樓梯。



▲一邊放置玩具，讓幼兒跨越毛巾走過去放玩具。

▲搭配幼兒喜愛的玩具，讓他跨越毛巾後能順利擺放，增加遊戲的豐富度。

活動名稱

丟丟毛巾球

參考年齡

1歲6個月以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能將毛巾或小球丟出去

遊戲方式

將小毛巾捲成球狀，滾、丟給幼兒或幼兒站在巧拼墊上丟進籃子裡。

溫馨小提醒

1. 年齡越小幼兒可能會隨意丟出去，1歲6個月後的幼兒可以開始練習丟進目標物或丟給指定的人，經驗越多成功率越高喔！
2. 洗澡時間，可以將換下來的衣服讓幼兒丟進籃子裡。



▲家長可以先示範一邊講一邊做的方式，讓幼兒了解玩法，完成後別忘了給幼兒鼓勵喔！

活動名稱

親子拔河

參考年齡

3歲以上

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能持續用力

遊戲方式

1. 準備一條長毛巾或毯子，在中間綁上繩結記號，地上放1-2塊巧拼墊。
2. 照顧者和幼兒各拉一側，將繩結拉出巧拼墊的一方即獲勝。



溫馨小提醒

堅持度高的幼兒玩起比賽遊戲來，常會非勝利不可，堅持度低的孩子，做事情容易半途而廢或草草了事，照顧者不妨讓幼兒適時的體驗輸或贏，贏了給讚美，輸了給鼓勵，引導幼兒正向思考，重點在照顧者與幼兒能共同遊戲。



▲照顧者能和幼兒維持拔河狀態一小段時間，提升幼兒肌肉力量。

活動名稱

跳過小山丘

參考年齡

3歲~4歲

作息時間

遊戲時間

遊戲目標

能屈膝跳過障礙物並穩穩的著地

遊戲方式

1. 將2-3條大毛巾捲成直徑約5公分長條並用橡皮圈固定好，間隔2步距離並行排好。
2. 讓幼兒假裝是小兔子蹲低跳過毛巾。

進階遊戲

可以讓幼兒想像自己是動物，用各種方式走過毛巾捲，如：大熊手腳撐地向前走、螃蟹橫著、小鴨蹲著走等。

溫馨小提醒

1. 如果幼兒還不會跳，照顧者可在前方牽著幼兒的雙手，引導屈膝跳過毛巾。
2. 毛巾捲也可以換成橡皮圈繩、報紙捲、掃把柄喔！



▲在適當範圍內排上2-3個毛巾捲，讓幼兒可以連續向前跳越障礙物。



▲還不會向前跳的幼兒，照顧者可在前方牽著孩子的雙手，引導幼兒屈膝跳過毛巾捲。