

引導孩子精細動作的發展

孩子在日常生活中不論是探索環境、生活自理和遊戲等等，都需要透過雙手來完成，也就是所謂的精細動作發展；雙手觸摸探索的過程，也會幫助其他感官知覺、動作、語言或認知能力發展。

精細動作發展是有順序的，首先需要頭部、身體控制穩定，才能伸出上肢進行探索和操作，再來是從手掌的抓握逐漸到手指的指腹、指尖的靈活運用，以及從單手操作到雙手的協調，除此之外，手腕的穩定度和靈活度、手眼協調的能力、小肌肉的力量等等，都是精細動作發展的關鍵能力。成長的過程中，孩子喜歡自己動手，也喜歡玩一些生活用品，有時雖然會造成一些麻煩，在安全監督之下，就放手讓孩子自己去做做看吧！



好策略



1. 依據孩子的發展階段選擇適合的玩具。
2. 鼓勵孩子多動手，剛開始給予肢體協助、觸覺提示、視覺提示或口語提示，最後減少協助量讓孩子獨立完成活動。
3. 在孩子喜歡的活動中，增加一些些的挑戰和難度，提升其成就感和挫折容忍度。
4. 將精細動作結合粗大動作，設計好玩的闖關遊戲，增加活動的吸引力和趣味性。

