



孩子们在玩耍时通过触摸、看、听、闻、品尝和运动来用身体学习。每一天，都有新的事物需要探索。玩耍还有助于培养孩子的社交能力、语言能力等多种能力！

玩耍非常重要！

当孩子玩耍时，他们：

- 学习了解他们的世界和其中的人；
- 发展思考能力，包括解决问题的能力 and 组织能力；
- 身体变得强壮；
- 学会自我控制；
- 学习更好地理解、倾听和说话；
- 感觉与他人亲近，并结交朋友；
- 发挥他们的想象力和创造力；而且
- 非常开心！

假扮游戏

当孩子假装自己是动物、老师、店员或父母，这被称为假扮游戏或假想游戏。

假扮游戏有助于孩子发挥想象力、解决问题、提高语言能力、记住过去发生的事和理解他人。日常活动，如做饭、购物和洗澡都可以带入假扮游戏。孩子也可以用在住家附近或户外看到的事情来创造自己的假扮游戏。

关于孩子通过玩耍来学习的一些例子

尤尼是一名11个月的宝宝。他的妈妈正在唱一首他最喜欢的家乡歌曲。尤尼跟着歌曲的节奏摆动双腿，并以不同的音高发出咿呀的声音。妈妈将他抱起来，他们一起唱歌跳舞。尤尼正在学习辨别不同的音高。他能够按照节奏控制自己身体的活动。他在游戏中感觉和妈妈很亲近。

艾莎是一名18个月的宝宝。她正在玩几个不同大小的塑料碗。她在最大的碗里放了一个球，并在移动碗时观察球的旋转。她将球倒入小碗中，观察球以不同的方式旋转。然后，她将碗擦起来，做成一个塔。当碗倒下时，她很高兴听到碗发出的声音。她正在学习协调自己的身体，并且进行预测和试验。当她能够弄出很大的声响时，她感觉自己很强大。

罗伯特是一名3岁的幼儿。他正在排列几个大小相似的玩具汽车，按照它们的用途进行分类（例如赛车、卡车、警车和救护车）。他的哥哥递给他一辆大一些的汽车。罗伯特将排列改为火车形式，将最大的汽车放在前面。他的哥哥向他展示了如何将第二辆车的前轮放在第一辆车上来做“火车”。罗伯特正在学习不同的类别、调整他的游戏、解决问题并学习新的词汇来描述自己的行为。他也在学习接受和使用别人的想法。

孩子玩耍时需要：

感到安全、放心和被关爱

和孩子一起玩耍。坐在地板上，让孩子能够看到你的脸。和他们谈论他们在做什么（例如，“砰！你把球放进去了。”）。

大量的时间和空间

减少分散注意力的东西。关掉电视，放下手机。如果你的孩子是婴儿，请注意，他们有时需要趴着，这样才能伸手够到玩具并自由移动自己的身体。要注意保持游戏区域没有杂物。

可以玩的东西

注意观察孩子喜欢玩什么，并添加几样东西让他们的游戏更丰富。一次只拿出几个玩具，以避免玩具过多让孩子不知道该玩什么，保留一些玩具以便在孩子不愿等候时供其玩耍（例如，在诊所或你做饭的时候）。

花费不多且适合家庭的游戏

- 敲击锅和盆。堆叠碗或盒子。用不同的家居用品来做分类游戏。
- 准备一盆水和一些玩水的东西。加入海绵、肥皂和其他东西来清洗。
- 用勺子碰不同的物品，听它们发出的声音。
- 用你的衣服或哥哥姐姐的衣服来玩装扮游戏。
- 一起准备食物（例如，混合预先切好的水果或蔬菜来做沙拉、烤饼干等）。
- 用湿布和干毛巾一起来做清洁。
- 把东西藏起来，然后给出提示（例如，“热”表示近，“冷”表示离得远）。
- 用靠垫和被子来搭建堡垒，还可加入毛绒玩具或布娃娃。
- 玩假扮游戏：购物、做客、旅行、紧急情况/火灾。
- 画画，制作书籍或卡片。
- 将纸板箱变成火车、房屋或停放玩具车的车库。
- 边唱歌边做动作和跳舞。

请访问 cmascanada.ca/cnc/parents，查看更多多语种的育儿信息



SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT
Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada