



给父母和照料者的信息

为什么玩耍很重要

无论是婴儿、成长中的儿童还是成年人，每个人都可以享受玩耍的乐趣。

一起玩得开心很重要。但游戏不仅仅是为了好玩。当婴儿观察成人的脸或倾听他们的声音时，他/她就开始学习了。

我们玩耍时，我们学会：

探索

聚焦

专注

注意

模仿他人

尝试新的事物

千百次地做同一件事

学习我们可以做什么

了解自己感受

了解另一人

轮流

假装

等待

想象

.....

与更多的能力

与婴儿同频、放松和愉快的玩耍将会有助于他们健康、安全地成长。
这对父母和照料者也有好处，一起玩耍意味着一起成长！

不同年龄段——不同类型的玩耍

模仿游戏：孩子模仿大人动眉毛或舌头，即使是很小的婴儿也能玩得不亦乐乎。

挠痒痒游戏：像 "在花园里转啊转 "这样的挠痒痒游戏对婴儿来说非常有趣。请注意您的宝宝何时移开视线或停止大笑——他/她可能需要一点休息时间才能准备好进行下一轮互动。

躲猫猫和捉迷藏：躲猫猫和捉迷藏是帮助孩子们应对对人来来往往的的游戏.....很快，他们就可以把东西藏起来逗你玩，同时观察你的反应。

混乱游戏 (messy play)：为孩子们提供一个可以玩 playdo、沙子、颜料或胶水的地方，这有助于孩子们自信地尝试新事物。

洗澡：洗澡时间是探索和早期实验水的作用和去处的好时机。

唱歌：童谣和歌曲有助于孩子们的语言和学习。

玩偶：玩洋娃娃和玩具动物是孩子们尝试他们的想法和谈论他们感受的好方法。

“看我玩吧!”七个小贴士

·看着您的孩子玩耍——您会从他/她那里获得新的想法；

·定期与您的孩子一起度过 "特别的游戏时间"——让孩子发挥主导作用，并等待孩子的邀请；

·尝试让孩子发挥想象力的简单玩具；

·提供一个安静的玩耍空间，无需电视或屏幕；

·通过一起唱一首歌来帮助您的孩子进入新的活动；

·将孩子的绘画作品放在专门的地方或文件夹里；

·如果觉得一起玩很难，请尝试与了解您孩子的其他人交谈。