

# 育兒不插電 邊玩邊啟發

遊玩是孩子的天性，透過遊戲可以讓孩子探索世界。不管是動態遊戲還是靜態活動都是成長所必需，藉此累積知識、增加動作經驗並奠定發展基石。但是炎炎夏日只想待在冷氣房不想去公園曝曬或是下雨天不方便出門，孩子又該如何放電？長時間在家中擔心變成電視兒童或是手機、平板育兒。這時有個合適的玩具不僅可以增加親子互動也能讓孩子遠離3C，真是一舉數得。本篇依據年齡分層介紹挑選玩具的原則，讓家中寶貝能越玩越聰明！

## 建立感覺輸入 + 視覺追視

0  
~  
6  
個月

**適合玩具** 黑白圖卡、彩色追視卡、悅耳的搖鈴、安撫巾、不同材質觸覺布書、健力架(可抓握、踢踢玩具)

**發展重點** 追視能力、頭部控制、手眼協調(伸手抓)、觸覺刺激與探索

**專業提醒** 這個階段玩具不用多，重點是「安全、好抓、材質安全且多樣化」



## 手部操作 + 因果關係 (按了會怎樣)

6  
~  
12  
個月

**適合玩具** 疊疊杯、套套樂、形狀配對板、敲敲琴、敲打玩具、聲光玩具、軟積木、布積木、洗澡戲水玩具(擠壓、噴水)

**發展重點** 手部抓握、雙手協調、因果概念(推一下、按一下會發生什麼)、坐姿平衡與探索

**專業提醒** 此時孩子會把東西放嘴巴，玩具要符合安全尺寸，避免小零件喔！



## 大動作 + 模仿 + 探索式遊戲

1  
~  
2  
歲

**適合玩具** 推拉玩具(小推車、拉繩動物)、球類(大球、軟球)、大顆粒積木(如大樂高)、簡單拼圖(2~4片)

**發展重點** 走、跑、蹲、推拉等大動作、模仿能力(開始學大人做事)、語言理解(你把球給我、把積木放進去)

**專業提醒** 這年齡的孩子最適合「能重複玩」的玩具，不需要太多功能



## 精細動作 + 規則概念

2  
~  
3  
歲

**適合玩具** 串珠(大顆粒)、雪花片、黏土、無毒麵團、穿線板、組裝扣壓玩具、進階拼圖(6~12片)、磁力片、簡單桌遊(顏色配對、輪流)

**發展重點** 手指力量、手部靈活度、兩手協調(按、捏、拉、穿)、等待、輪流、簡單規則

**專業提醒** 孩子開始有「我要自己來」的需求，玩具要能讓孩子自己完成，增加成就感



## 角色扮演 + 想像力爆發

3  
~  
4  
歲

**適合玩具** 扮家家酒(廚房、醫生組)、人偶、動物模型、火車軌道、車子道路組、磁力片/積木進階建構、圖卡、故事書、手偶

**發展重點** 想像力、情緒表達、社交互動(扮演角色、輪流)、語言組織與敘事能力

**專業提醒** 這階段開始天馬行空，可以自由變化玩法的玩具能夠激發創造力



## 專注力 + 手部精細 + 入學準備能力

4  
~  
6  
歲

**適合玩具** 進階拼圖(20~60片)、兒童剪刀、剪貼創作、拼豆、馬賽克貼片、益智桌遊(記憶配對、UNO、簡單策略)、建構玩具(樂高、積木工程組)、書寫前訓練：迷宮、連連看、描線本

**發展重點** 專注力、抗壓性、計畫能力、手指分化、握筆前能力、規則理解、社交互動、入學準備(聽指令、完成任務)

**專業提醒** 如果孩子快上幼兒園或小一，玩具可以多選「需要坐下來完成的活動」，幫助建立桌面活動能力

## 掌握6原則，挑選無障礙

### 玩具要「孩子玩得起來」

太難 = 挫折  
太簡單 = 無聊  
選擇「孩子努力一下可以成功」的程度

### 能促進「手部操作」的玩具很重要

尤其 2~6 歲是精細動作發展關鍵期

### 安全永遠第一

避免小零件(3歲以下尤其注意)、材質無毒、可清潔

### 越多玩法越好

例如積木、磁力片、黏土，比起單一功能的聲光玩具更能刺激發展

### 能引導「互動」更好

一起玩、輪流玩、扮演玩，比孩子自己滑手機更能促進語言與社交

### 玩具不用多輪替最有效

同樣的玩具換個玩法、搭配不同情境，就能玩很久重質不重量，玩具太多反而讓孩子更難專注

## 最後提醒家長一句話~

千萬不要買了玩具只讓孩子獨自遊玩，家長在旁滑手機。玩具只是媒介，家長陪伴、親子互動則是開啟遊玩奧秘的鑰匙。玩具價值不是「買了什麼」，而是「孩子在玩什麼」。在遊戲中練到的能力，就是未來生活自理、學習與社交的基礎。

