

親子遊戲指南

unicef
for every child

每天30分鐘遊戲時間，改變孩子的一生！

開始前，建議：



將手機調成靜音



選擇具多種玩法的玩具
(例如積木、黏土)



讓孩子主導遊戲玩法



促進0-3歲幼兒發展的居家手作玩具

1. 嬰兒搖鈴

準備鈕扣、珠子或小石子，帶蓋透明塑膠瓶
(建議使用小尺寸寶特瓶)，無毒膠水

1. 將彩色鈕扣、珠子或小石子放入塑膠瓶中，約裝至1/3滿
2. 使用無毒膠水封緊瓶蓋，確保不會鬆脫造成誤食風險
3. 搖動測試聲音效果，確認無尖銳邊緣或漏膠即可使用



2. 創意造型夾

準備大量木製曬衣夾。(建議選擇無漆款以確保安全)

基礎玩法：先用衣夾拼出簡單的幾何形狀
(如三角形、正方形)

自由創作：讓孩子用衣夾自主拼接，創造
獨特造型(動物、建築等)



4個建立親子關係的玩法

童年早期是孩子未來幸福與健康的基石。為孩子提供安全、
充滿愛的成長環境，能幫助他們在情感與心智上的健全發展。
建議各位爸爸媽媽把握每個與孩子相處的珍貴時刻，共同創造美好回憶！
以下提供四個增進親子關係，同時促進孩子心智發展的玩法：

1

悄悄話時間

點玩？

- 1 搵個安靜的時間
同孩子坐下來聊聊天~
- 2 牽牽手、笑一笑
傾傾今日發生了什麼事
聽聽孩子分享，講一聲
「哇！好叻啊！」

準備好：

抱枕、毛毯

孩子會覺得好安心，
同爸爸媽媽更親密！

#居家學習

unicef | for every child

2

模仿小達人

點玩？

- 1 問孩子「你能模仿我嗎？」
- 2 可以跳舞、扮鬼臉、
學動物叫……盡情讓
孩子模仿你吧

讓孩子練習模仿，
激發小腦袋的創意！

#居家學習

unicef | for every child

3

猜猜是什麼聲音？

點玩？

- 1 在家裡走一圈，或打開窗
(如果可以到戶外更好！)
- 2 聽聽有什麼聲音
問孩子「這是什麼聲音？」
一起模仿！

訓練小耳朵
讓孩子變成
「聲音小偵探」

#居家學習

unicef | for every child

4

襪子娃娃 小劇場

點玩？

- 1 用舊襪子或衣物做出手偶
鈕扣/毛線有更多發揮空間！
- 2 用手偶同孩子說話
模仿聲音講故事：
「我是恐龍嗚嗚嗚~」

讓孩子想像力大爆發！
學會聽故事，認識「開心」
「生氣」這些情緒！

#居家學習

unicef | for every child

4個寓學習於遊戲的玩法

對幼兒來說，所有重要的學習都發生在遊戲的情境中。

遊戲就是探索，是嘗試新事物、理解因果關係，並建立對周遭事物的認知。

透過以下4個趣味玩法，為你充滿好奇心的孩子提供安全且充滿關愛的環境，激發創意

蜘蛛網大冒險

點玩？

- 1 在房間裡用繩子在家具間
纏出蜘蛛網
- 2 小心不要碰到「蜘蛛絲」
試試從網格間爬過去！

需要準備：

繩子或粗線一條

訓練小手靈活度
激發創意！

#家居一起動起來

unicef | for every child

室內籃球

點玩？

- 1 搵一個乾淨的盆或桶，
將襪子捲成球狀
- 2 輪流將襪子球投進去
每成功一次就退後一步
看看誰在限時內
入得最多球！

需要準備：

桶子或鍋子一個

襪子球一個

訓練手眼協調
還能學規則設定！

#家居一起動起來

unicef | for every child

舞動起來

點玩？

- 1 一起選擇歌曲，音樂演奏
期間盡情地舞動起來！
- 2 停止播放音樂讓孩子定格，
要求他/她定格成特定形狀
或模仿動物，發揮想像力

需要準備：

音樂和播放器

訓練聽力和協調性
還能學習遵守規則！

#家居一起動起來

unicef | for every child

小小建築師

點玩？

- 1 爸爸媽媽同孩子討論
要砌什麼~
- 2 房子、車車、動物...
什麼都可以！

需要準備：

紙箱一個

剪刀一把(爸媽用)

畫筆、顏料等裝飾材料

激發想像力、學習規劃，
還能增進親子感情！

#家居一起動起來

unicef | for every child