

偕同

Haai⁴ Tung⁴

26

2021
六月

焦點主題 | 小肌的應用
教養專題 | 小肌發明家
專家解說 | 細看小肌發展

情緒專題 | 大小肌遊戲心聲大募集
社區專題 | K3 升小奇想
美感專題 | 對稱剪摺樂



香港聖公會福利協會有限公司
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED



Kids

愛·孩子
在學前單位提供社工服務先導計劃

偕同

—— 陪伴家長與孩子，彼此支持成長同行。
—— 同創共聚的空間，享受暖心親子時光。 ——

目錄

01-04
焦點主題

小肌的應用



05-13
教養專題

小肌發明家

專家解說

細看小肌發展



14-20
情緒專題

大小肌遊戲心聲大募集

社區專題

K3升小奇想

美感專題

對稱剪摺樂



↑ 有興趣的家長可掃描此QR Code或按 <https://wa.me/85263799575> 加入本刊Whatsapp成為聯絡人，接收電子報資訊。
如需透過電郵收閱或索取印刷版《偕同》，請與 貴校愛孩子計劃駐校社工聯絡。

《偕同》電子月報 2021年6月第二十六期
策劃及編輯：黃若詩 陳美如 林麗君 黃惠婷 馬卓群
封面插圖：TMY Illustration
設計排版：黃穎諮
編審：李美玲

香港聖公會福利協會有限公司
愛·孩子——在學前單位提供社工服務先導計劃
電話：2111 2055
地址：九龍紅磡馬頭圍道37-39號紅磡商業中心A座12樓06室

偕：原讀為「佳」，亦可讀作「孩」，服務以孩童為本，因而命名。

小肌肉的發展特徵

	日常生活	積木	泥膠	穿珠	摺紙	填色	繪畫	書寫	文具運用
 兩至三歲	<ul style="list-style-type: none"> 能拆開包著糖果的紙張 能一頁一頁地翻書本 能扭開瓶蓋 	<ul style="list-style-type: none"> 能疊積木 	<ul style="list-style-type: none"> 懂得用手作搓、搥、擠、壓、拉等動作 	<ul style="list-style-type: none"> 能用繩穿大珠 	<ul style="list-style-type: none"> 能嘗試摺紙 		<ul style="list-style-type: none"> 能仿畫橫線、直線、圓形等 		<ul style="list-style-type: none"> 能嘗試用剪刀
 三至四歲	<ul style="list-style-type: none"> 能搥木條 能扭緊瓶蓋 能自行解開及扣上鈕扣 	<ul style="list-style-type: none"> 能疊高十塊以上小積木 				<ul style="list-style-type: none"> 嘗試填色，初時只能胡亂地把顏色塗上，後期則很少出界 	<ul style="list-style-type: none"> 能畫十字、斜線 	<ul style="list-style-type: none"> 開始像成人般執筆 	<ul style="list-style-type: none"> 能用剪刀剪紙條自行塗膠水

小肌肉的發展特徵(續)



	日常生活	積木	泥膠	穿珠	摺紙	填色	繪畫	書寫	文具運用
 <p>四至五歲</p>			<ul style="list-style-type: none"> 能牢固地接合數塊泥膠 	<ul style="list-style-type: none"> 能穿小珠鏈 	<ul style="list-style-type: none"> 能沿斜線摺紙 		<ul style="list-style-type: none"> 能畫四方形 能繪畫簡單圖畫如人、屋、樹、車等 		<ul style="list-style-type: none"> 開始做簡單剪貼 能剪出簡單圖形
 <p>五至六歲</p>	<ul style="list-style-type: none"> 能把小豆放進樽內 能拿起十多磅的物件 能穿鞋帶 玩鞦韆時，能自行搖盪 				<ul style="list-style-type: none"> 能準確地把紙摺一半，再摺為四分之一 	<ul style="list-style-type: none"> 填色時很少出界 	<ul style="list-style-type: none"> 能用間尺畫直線 能畫菱形和三角形 	<ul style="list-style-type: none"> 能運用前三指抄寫數字及簡單的中、英文字 	<ul style="list-style-type: none"> 剪出不規則的圖案 能用筆刨刨筆 能用擦膠擦紙而不會把紙撕破

資料來源：
第二章-學前兒童的成長發展-二至六歲兒童的發展特徵
https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/edu-system/preprimary-kindergarten/comprehensive-child-development-service/3_Chapter%20II.pdf



孩子在學校其中一個學習活動就是小肌活動，今期小編邀請了香港聖公會聖西門良景幼兒學校黃佩玲老師分享，如何運用簡單物資與不同年級的孩子進行小肌活動。家長可以在家與孩子嘗試，促進親子互動。此外，孩子亦可以運用不同物資，啟發創意，創作出屬於自己的小肌活動，成為「小小發明家」。



K2至K3

活動四：前二指單手開瓶蓋
 目標：訓練手指靈活性、前二指運用。
 溫馨提示：尾三指需要夾緊瓶身，用前二指開瓶蓋。

N至K1

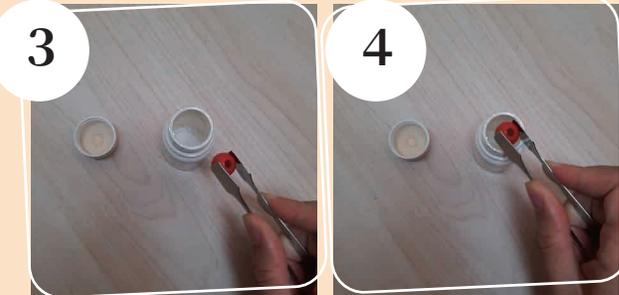
活動一：雙手開瓶蓋
 目標：雙手協調、雙手配合運用。

活動三：用方糖夾把物件夾進瓶內
 目標：手眼協調、物件運用。

物資一 小瓶



活動二：用前二指把物件放入瓶內
 目標：手眼協調、前二指運用。
 溫馨提示：請留意瓶蓋及物件大小。如其中一隻手固定小瓶，另一隻手放入物件，可以訓練到雙手配合運用。





物資二 錢箱及錢幣

N至K1

活動一：把錢幣放入錢箱
目標：前二指運用、手眼協調。

1



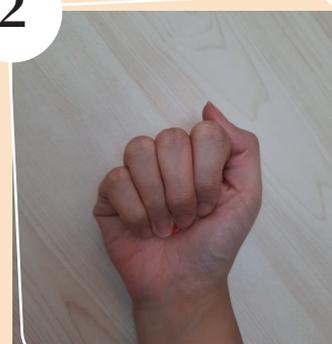
K2至K3

活動一：單手合十，放在手心中間，之後單手慢慢移上前二指，把錢幣放入錢箱。
目標：整隻手的肌肉運用及協調、前二指運用、手眼協調。

1



2



3



4

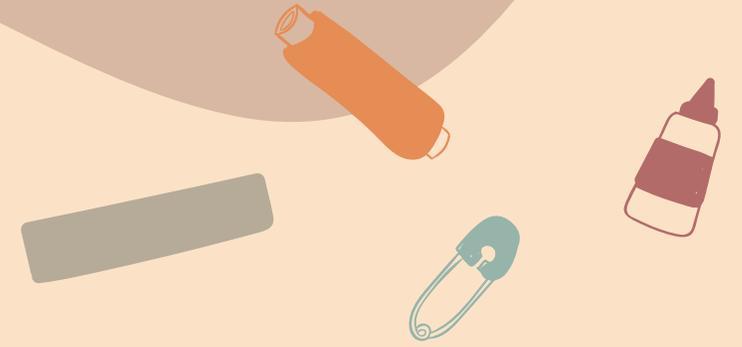
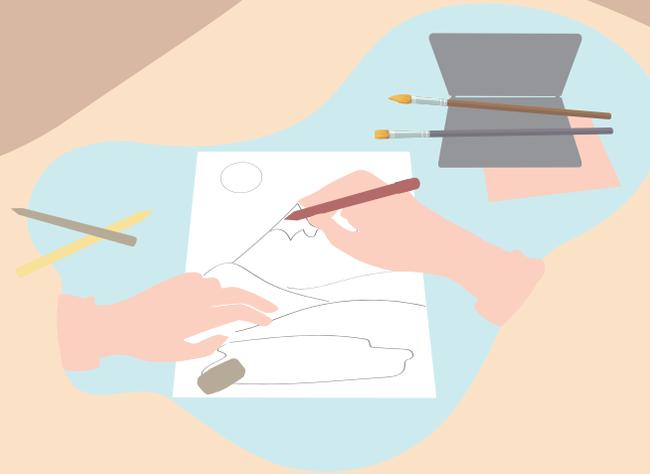


5





物資三 毛巾



N至K1

活動一：抹枱
 目標：手部運用。
 進階：可請孩子單手或雙手抹枱。



活動二：把毛巾對摺二次
 目標：手眼協調。
 溫馨提示：主要建議給K1孩子。

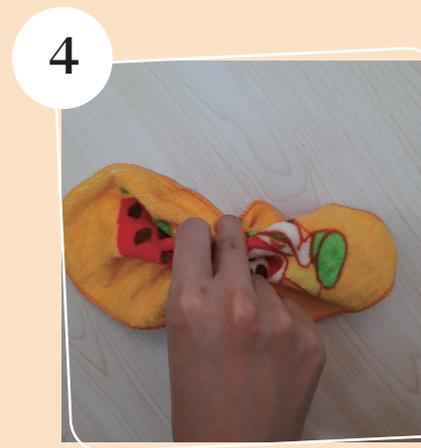


K2至K3

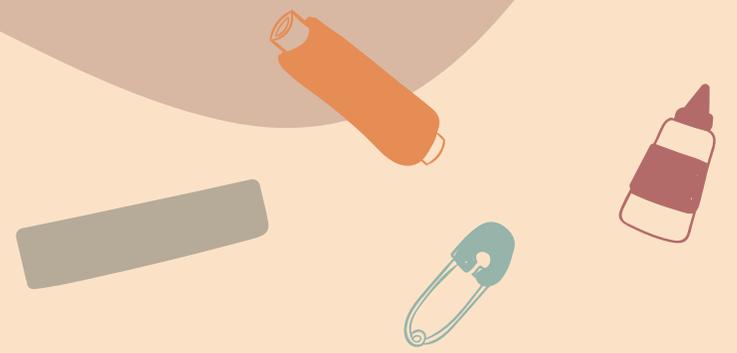
活動一：扭毛巾
 目標：雙手配合運用。



活動二：運用手指把毛巾拉近自己
 目標：手指靈活性。



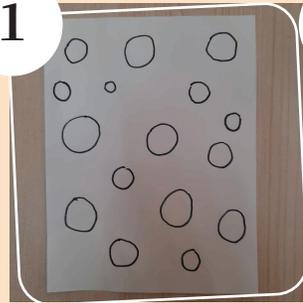
物資四 印章



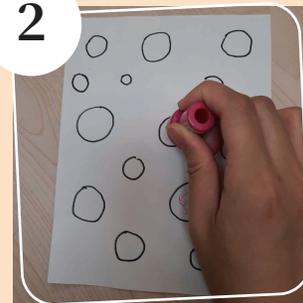
K2

活動一：家長在紙上畫上不同大小不一的圓形，請孩子在該圓形上蓋印。
目標：手眼協調、雙手配合運用、用品操作。

1



2

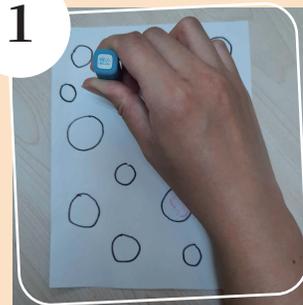


3

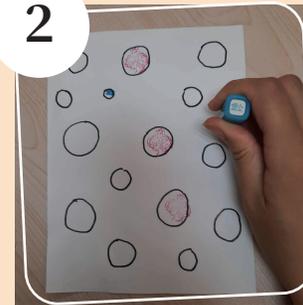


溫馨提示：除了大印章外，亦可運用小印章。

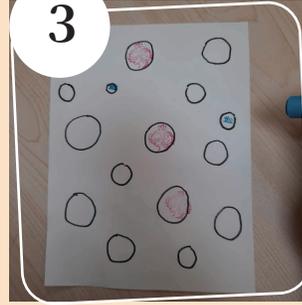
1



2



3



N

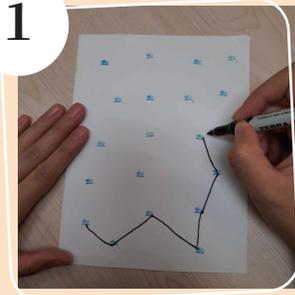
活動一：隨意紙上蓋印
目標：用品操作。
溫馨提示：宜運用較粗身的印仔 / 圓形印仔。

K1

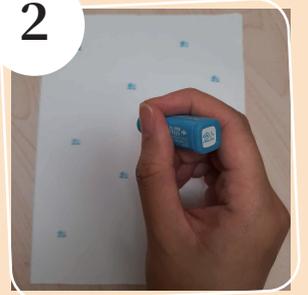
活動一：一隻手按著紙張，另一隻手隨意紙上蓋印。
目標：雙手配合運用、用品操作。

活動二：孩子可以隨意紙上用小印章蓋印，之後用筆把印章連線。
目標：手眼協調、雙手配合運用、用品操作。

1



2



K3

活動一：孩子可以隨意紙上用小印章蓋印，之後用筆及間尺把印章連線。
目標：手眼協調、雙手配合運用、用品操作。

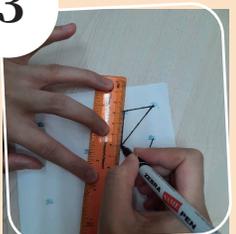
1



2



3



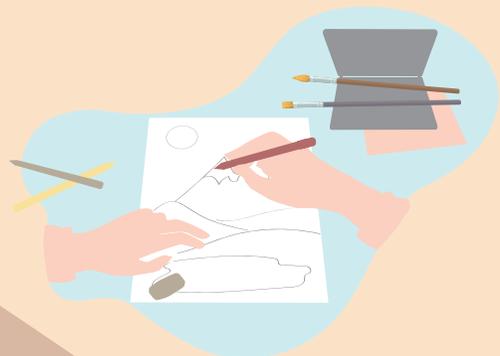
讓我們一起思考，啟發創意，發明你的小肌活動！



物資

目標

小肌活動玩法



專家解說 「細看小肌發展」



香港聖公會福利協會轄下香港聖公會愛童行計劃透過跨專業團隊，提供一站式、全面及專業的服務，持續支援有特殊需要的兒童及其家庭。今期偕同，小編邀請到團隊的**職業治療師林倩雯姑娘**與我們分享交流。





幼兒做功課很慢，常常拖延，每次寫字都說很難，這些表現和小肌發展有關係嗎？

前設能力與書寫能力息息相關

前設能力如手肌控制、空間配置、視覺感知、眼球肌肉控制正屬於小肌發展範疇，小肌發展與幼兒書寫能力和速度息息相關。



小肌能力發展，與幼兒心理及生理發展有甚麼關係？



提升小肌能力有助提升幼兒自信心

幼兒一般未對寫字抱有興趣，尤其難以掌握中文字書寫。小肌發展可為幼兒開始進入書寫階段奠定根基：眼球肌肉發展讓幼兒在寫字時眼球能追蹤到寫字筆劃，小肌能力較弱的幼兒因做功課速度慢，會容易感到挫敗，自信心低落。而在生理方面，幼兒可能抓不住玩具及工具：砌LEGO、搓泥膠及做小手工等任務，應付起來會較吃力。



小肌能力如何留意？如何培養？

先天主導手的小肌能力會較強

大部分人天生的主導手為右手，故在寫字及使用餐具時成人很自然會教導幼兒使用右手。然而，有部分主導手為左手的幼兒因使用了非主導手學習，故在習字時未必能協調。因此，家長不妨多觀察幼兒在拿取物件或日常生活多使用哪一隻手，最常伸出的通常為主導手。

學習自理 = 訓練小肌能力

除了先天因素影響，後天因素如自理安排也有關係。一歲多的幼兒應可自行用匙羹，而兩歲多的幼兒可自行扣衫鈕，家長應留意平日照顧有否過度替代幼兒完成，因此減少機會學習應付自理任務。



小訓練遇瓶頸，辦法總比困難多

提升幼兒做功課信心之秘訣

適當的口頭提示：有助幼兒正確書寫

接納幼兒：不懲罰、減少擦字重寫

理解幼兒能力而給予適切練習：手肌弱的幼兒書寫能力弱為前設能力問題，即使不斷操練抄寫作用不大。

認可孩子的努力及進步

幼兒學習寫字並不容易，家長學習不與其他人比較，肯定自己孩子的個人進步，多讚賞幼兒，尊重孩子的成長步伐，對幼兒是一大鼓勵，而他們的自信心亦會提升。

家長宜多讚賞自己

在指導幼兒做功課時，遇到他們寫字緩慢又情緒不穩，家長亦難免感到疲累。因此，家長除了讚賞幼兒外，懂得欣賞自己亦十分重要。你對孩子的重視、陪伴、耐心及接納，都值得自我讚賞。

家長配合在家訓練和日常安排，困難易衝破

面對小肌能力較弱的幼兒，治療師評估後會為幼兒制定個人化的計劃並提供相關訓練，逐步提升幼兒小肌能力。此外，治療師亦會因應需要拍攝教學片段，方便家長在家配合訓練。

而在學校方面，治療師與老師協作，除了收集對幼兒的日常觀察以便進行評估及持續跟進發展外，亦會選擇為幼兒提供合適的工具如三角筆及筆膠等，以協助他們面對小肌發展弱而帶來的書寫困難。

在小肌較弱的個案中，家長若配合治療師的建議，學習並實踐在家訓練和日常生活應用，例如吃飯時自行使用食具。如每天三餐難有充裕時間訓練，則可以運用「煮飯仔」訓練幼兒進行抓實及擇等動作，以訓練手肌，另一方面，治療師會建議運用配合幼兒程度的文具和小活動，如果家長切實執行，便能事半功倍。

小編結語

孩子在學前階段做功課或文字書寫是起步階段，當中雖然遇到困難，但家長試從正面的角度看他/她的需要和已經達到的能力，調整期望，並從生活中安排發展小肌的活動，將會是孩子發展的一大助力，如有疑惑，也可尋求專業協助，盡早得到支援。

大小肌遊戲心聲大募集

家長和孩子曾經嘗試這兩期介紹的親子活動嗎？有沒有特別深刻的遊戲呢？今期心聲牆希望收集各位進行大肌或小肌遊戲時的溫馨照片及感受分享（這兩期介紹的遊戲或自創遊戲，可附加玩法），讓讀者們可一同感受親子玩樂的有趣時刻，如欲分享，可把照片及文字發送到 kidilove@skhwc.org.hk，我們將於下期《偕同》發佈。



內容：

1 遊戲名稱

（如果分享自創遊戲，可分享玩法）

2 家長觀察和孩子感受

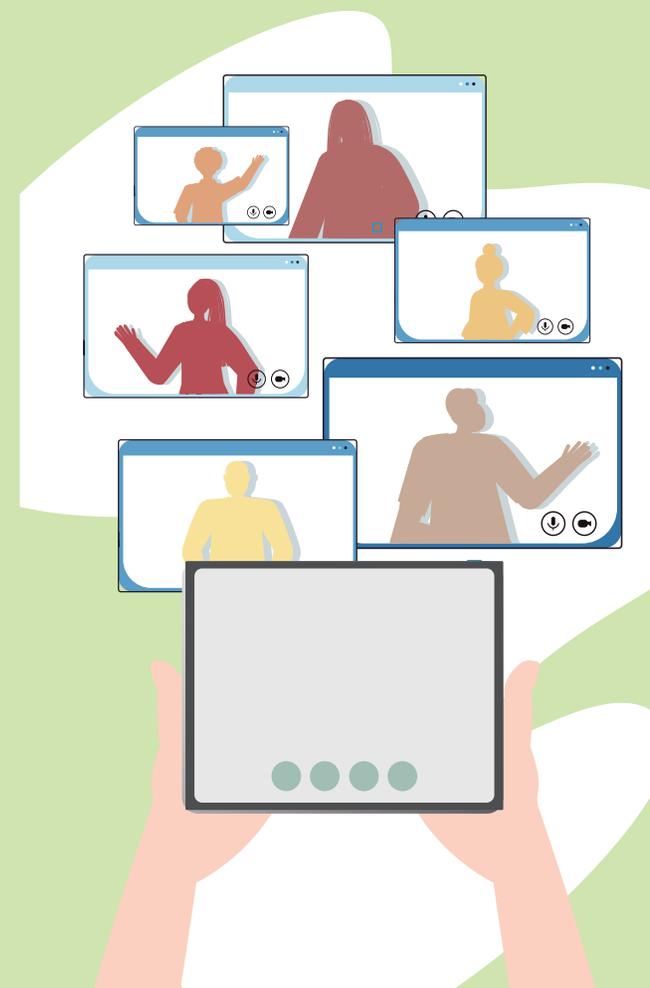


K3升小奇想

K3孩子快將畢業升小，面對全新的學習環境，孩子對升小一有什麼想像、感受和期望呢？你們又有甚麼說話想和同學分享？

《偕同》透過視像會議形式收集K3幼兒意見，集合後會以心意卡的形式發佈感想，發揮幼兒的互助力量！

如有興趣參與分享，家長可於今期《偕同》問卷內報名，如人數眾多，將會以抽籤形式進行，訪談將於6月17日下午5：00至5：45進行，會議連結將會Whatsapp 個別通知家長。

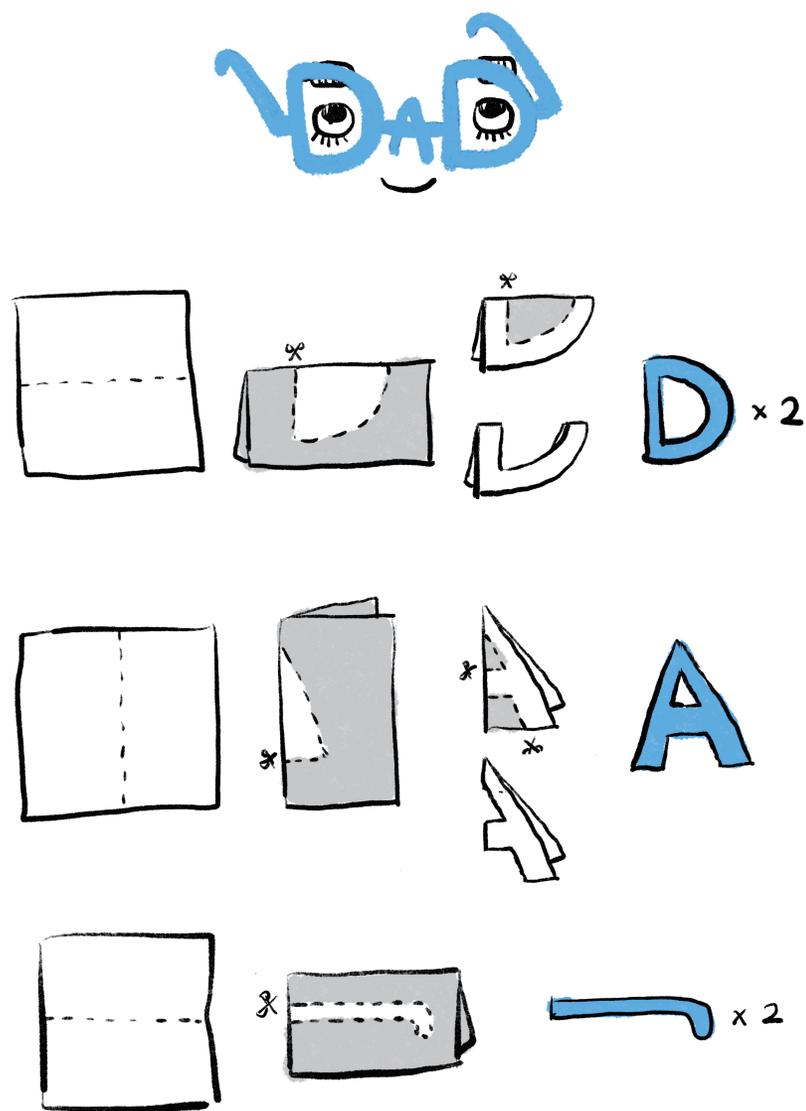


美感專題

五、六月是對父母表達感謝的月份，親子一起製作手工，一邊實踐美感概念，一邊對家人的付出表達欣賞，饒具意義。

物資準備：色紙五張、剪刀、膠紙

按圖示對摺色紙及剪出圖形：兩個D、一個A、兩個外框圖樣，之後用膠紙貼出眼鏡造型。



香港聖公會福利協會的幼稚園駐校社工團隊，特別為**本服務的幼稚園家長設立熱線電話**，家長在管教或家庭上有需要或困難，可致電本熱線作諮詢，詳情如下

熱線電話：51939481

熱線時間：星期一至五，上午九時至下午五時，公眾假期除外

若有需要，家長亦可聯絡你的駐校社工尋求支援或協助。

從來沒有人見過上帝，我們若彼此相愛，上帝就住在我們裏面，他的愛在我們裏面得以完滿了。約壹4:12

抽獎 | 體能玩具



填寫第25期至26期（共兩期）的問卷，及成為《偕同》WhatsApp訂閱者，即可參加抽獎。得獎者可獲贈幼兒體能活動器具或小肌肉鍛鍊遊戲一份，名額為10名幼兒，將於2021年7月1日第27期的《偕同》公佈得獎名單。

第二十六期「偕同」問卷



問卷：<https://bit.ly/3wz31LA>

齊齊運用小肌力！
YEAH！

