

## 小朋友好「論盡」，點算好？



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/child-has-crash-car-accident-there-1652319439>

家庭婚姻及藝術治療師高詠愛 Wendy

家長不時都會提到，小朋友很多時會笨手笨腳，可能很容易跌倒或掉了東西。其實這個跟手眼協調有關，甚至跟我們的手指肌，怎樣訓練小朋友的手指肌亦有關係。現在很多玩具都可以從小朋友幾個月大的時候，訓練他們的手指肌。

很多家長都知道不少遊戲可以訓練手指肌，其實除了手指肌之餘，究竟怎樣訓練他們拿東西、捉緊一些東西或用手指拿東西？平衡力也很重要。

其實很多玩具都可以訓練平衡力，再加上手指肌都一樣可以訓練得到。例如形狀顏色層層疊遊戲，他們有不同形狀、不同大小、不同顏色，以及不同數目字在上面。如果小朋友摘骰子，摘了綠色和 2，他就要找出綠色和 2。然後再摘骰子是藍色和 5，他就要找出藍色和 5，繼續疊上去。這樣可以訓練小朋友怎樣疊才可以不掉下來呢？怎樣可以平衡呢？



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/lovely-cute-little-asian-girl-jeans-1177656289>

另一款玩具是俄羅斯方塊積木，較層層疊複雜，小朋友或會更感興趣。小朋友可以移動積木底部，再疊上俄羅斯方塊積木。這款玩具會有一定難度，訓練到小朋友的手指、思考、手指肌及平衡力。

當然笨手笨腳和不小心都會跟他們的專注力有關，例如小朋友拿著一杯水時，但他的眼睛不是看著那杯水，而是在看著電視機或在聽周邊的大人說話。因此除了訓練他們的手眼協調以及平衡力之餘，亦要訓練他們的專注力。