

## 兒童成長發育的五大方面

在幼兒期，孩子的成長將會表現在以下的五個重要方面：

1. 身體 —— 如何使用自己的身體
2. 社交 —— 如何與他人互動
3. 情感 —— 如何處理感受
4. 認知 —— 如何思考和推理
5. 語言 —— 如何與人交流

孩子如何成長取決於很多事情，包括他的自然遺傳構成、他得到的支持以及他所經歷的事情。



### 腦力開發

您可以通過「發球與回球」式互動促進孩子在全部五大方面的成長發育。多關注他，對他感興趣的事物也表現出興趣。通過回應他的「發球」，您將會鼓勵他的好奇心，激發他實踐事物的熱情，如說話和社交技巧（參見**大腦發育**）



### 您知道嗎

持續的母乳餵養，可以促進他在全部五大方面的成長發育。

## 身體發育

您的孩子將提高他的**整體運動技能**（控制他坐、爬行、行走和奔跑所需的大型肌肉），並提高他的**精細運動技能**（控制他的手和手指並獲得手眼的協調能力，以伸攆並拾起物體）



### 如何

#### 支持幼兒的身體發育

- ✓ 開發安全、有趣的活動，發現可以供他遊玩探索的地點。
- ✓ 健康的使用螢幕時間。（參見**螢幕時間**）
- ✓ 擁抱親撫他。
- ✓ 提供健康的食物。（參見**健康飲食**）



### 您知道嗎

當您親撫您的孩子時，他的大腦會釋放出他成長所需的荷爾蒙。

## 社交發育

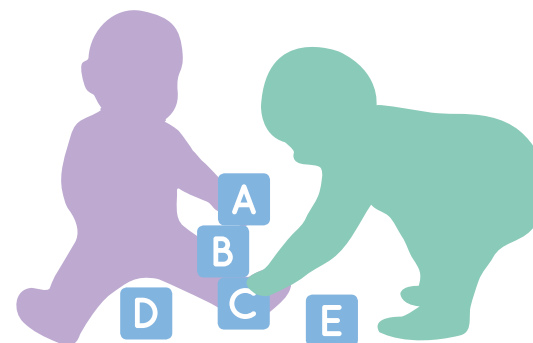
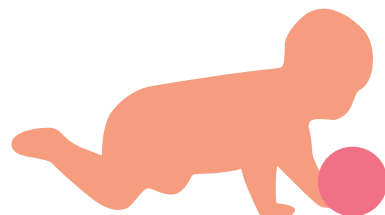
您的孩子將會學習如何交朋友以及如何與他人相處。



### 如何

#### 支持幼兒的社交發育

- ✓ 幫助他學習與人合作和信任，並在他人面前擁有自信。
- ✓ 用溫暖且前後一致的方式回應他的行為。（參見**正面管教**）



## 情感發育

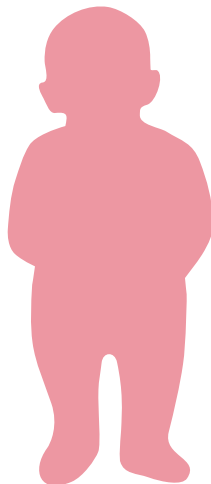
您的孩子將會學習如何識別、表達、管理自己的感受。



### 如何

#### 支持幼兒的情感發育

- ✓ 幫助他學習如何識別並命名他的情緒。
- ✓ 幫助他學習如何以健康的方式表達他的感受。
- ✓ 安慰他。



## 認知發育

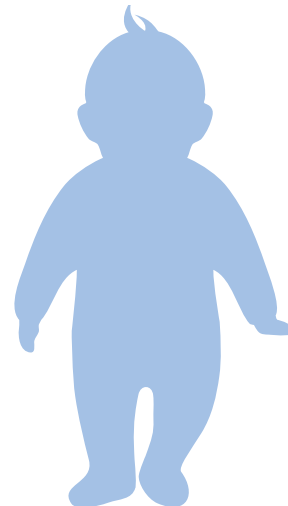
您的孩子將會學習如何思考、記憶、想像、收集與整理資訊、解決問題以及進行判斷。



### 如何

#### 支持幼兒的認知發育

- ✓ 找到安全有趣的玩耍機會。
- ✓ 與他玩耍。
- ✓ 表揚他。
- ✓ 對他講話。



## 語言發育

您的孩子將會學習如何聽和說 —— 如果家中為多語環境，他還可以習得多種語言。



### 如何

#### 支持幼兒的語言發育

- ✓ 對他講話。
- ✓ 傾聽他說話。
- ✓ 朗讀給他聽。（參見讀書給孩子聽）
- ✓ 給他講故事。
- ✓ 與他一起唱歌。



### 腦力開發

經常對孩子講話。通過問他問題、聊天談論自己在做甚麼，以及分享順口溜、歌曲和故事，您可以激發他的大腦並幫助他學習說話和閱讀。

