



準備材料與工具

影片播放器、各式豆子、衣夾、衣物、衣架、氣泡袋、噴水器、夾鏈袋



可結合【幼兒一日生活作息建議表】，每天1個成長小任務，每個任務大約30分鐘完成。

家長陪伴甜甜圈

- 疫起宅在家的日子，多多運用家中日常小物就可幫忙小寶貝精細動作的練習，如：衣夾、氣泡袋、噴水器(澆植物)、夾鏈袋(收納物品)或剝蛋殼、剝毛豆、夾水果、開鎖、擰瓶蓋等日常生活練習，都可協助小寶貝提升手指和手腕的力度。



專家協作補給站

- 跟著音樂，一起動一動！

[炒蘿蔔](#) [伊比YY](#) [捏泥巴](#)

任務說明

■ 身體捏捏樂

請家長打開補給站的影片連結後，和寶貝一起動一動吧！另，「伊比YY」可以改編成「伊比捏捏」、「伊比捶捶」，讓寶貝和家人可以一起互相按摩唷！

■ 捏豆子

在大碗裡面放不同的豆子(紅豆、綠豆、黑豆等)，讓寶貝嘗試捏捏豆子的觸感，再告訴寶貝豆子的顏色，爸媽可先在不同的小碗各放一顆豆子，讓寶貝從大碗捏起豆子分類對應到小碗中。



■ 泡泡球捏一捏

宅配物品中的防護氣泡袋，將其回收後，可運用玩捏破袋上泡泡球的遊戲。捏完的泡泡球，還可發揮創意延伸做成不同美麗作品唷～如上圖。



■ 晾衣夾夾夾

晾衣服時，爸媽先將衣服掛在衣架上，再請寶貝幫忙將衣夾夾在指定位置。幫忙前可先指導小寶貝使用前三根手指(拇指、食指、中指)用力壓開衣夾。



■ 親子早餐吧—周末時光，全家人一起準備美味料理

先把馬鈴薯去皮切塊蒸熟，待微涼，放進食物夾鏈袋中讓寶貝用手捏碎最後再加入紅蘿蔔丁、小黃瓜丁、玉米粒等，就變成好吃的沙拉！

