

听、想、做

学会遵从指令

“请等一下。”“用叉子吃意大利面。”“换你的朋友玩。”学习遵从指令的技能，这有助于儿童学会与他人友好相处。

基础知识

婴儿擅长遵从简单的指令，如“把球给妈妈”。幼儿需要发展多项技能，才能擅长遵从较为复杂的指令。他们需要能够倾听。他们需要能够理解别人对他们说的话，并记住各个步骤。此外，他们需要具备相应的技能，才能完成别人要求的任务。

儿童在学习遵从指令的同时，也在培养自己的独立性。他们在不断检验自己按自己的方式做事的能力。因此，他们可能不一定愿意听从您的指令！

注意：

带有下划线的用品可在工具箱中找到。

2至5岁儿童可尝试的活动

转圈、跳舞、定格

- 将丝巾高举过头顶进行挥舞；请孩子模仿您的动作。然后，向下舞动丝巾，让丝巾垂落在脚尖旁；让孩子同样模仿您的动作。每次只做一个动作。试着拍手、跳跃或转圈。然后，让孩子带头做。
- 同时完成两个动作，并让孩子模仿。将丝巾高举过头顶进行挥舞并跳跃；或者边转圈边挥舞丝巾。完成动作时可快可慢。加入音乐，鼓励孩子跟着您做动作。轮流带头做！
- 玩“舞蹈定格”的游戏。解释各项指令。音乐响起时，人人跳舞；音乐停止时，人人定格，并尽量保持不动。

开始学习

儿童更易于遵从明确的指令。使用孩子能理解的词汇。“把积木放到架子上。”待孩子完成一项任务之后，再下达另一项任务的指令。学会遵从指令需要进行练习和很好的耐心！



更多! 

2至5岁儿童可尝试的活动

障碍赛道

- 将三只枕头或其他柔软物品在地上排成一排,为孩子安排一项简单的体能挑战。“从第一个枕头爬到第二个枕头,再从第二个枕头到第三个枕头。”试着“像猫一样走”、“像兔子一样跳”或“像蛇一样蠕动”。
- 将数项挑战项目并到一起,打造一条障碍赛道。放置枕头之类的物品,从上面跳过去;放置桌椅之类的物品,从底下爬过去;放置毛绒玩具之类的物品,从旁边绕行。发出明确指令。然后……“各就各位,预备,跑!”变换挑战项目的顺序,再试一次。
- 到户外去!用粗粉笔画一条障碍赛道;画线,直线代表走路、圆圈代表跳跃、螺旋线代表转圈,等等。通过走、跑、跳来穿过障碍赛道。每次都要发出明确的指令。



日常互动

一起烹饪或烘焙。大声读出食谱中的每项指令;请孩子协助您弄清各项指令的意思;再一起动手做。

孩子们都喜欢助人为乐。给他们分配一项帮助他人的工作,并给予具体的指令。
“请把叉子放在晚餐桌子上。”

示范、留意、练习

“要我像火车轨道一样排列这些积木?好主意!那我就这么做。”

示范如何遵从指令——甚至是孩子给您的指令!

“我很喜欢你的刷牙方法。你先把牙膏挤到牙刷上。”

留意孩子遵从指令的时候,说出他们表现好的地方。

**“请把积木放进箱子里”……
“哎呀!你把积木都堆在地上。再试一次。”**

学会遵从指令需要进行练习。尽量别对孩子生气。有时候,孩子已经尽力了!