

# 家务整理

3-5岁儿童



室内或户外

## 活动

**布置：**家里在安排孩子的玩耍和学习空间时，最好要采用有利于收拾整理的方式。这样做时，家里可以使用容器、篮子和盒子，并贴上带有玩具或物品图片的标签。这些标签能让宝宝知道物品应该放在什么地方。宝宝可以在标签上的图片下方，“写上”玩具或物品名称，帮助做好标签工作。存放很重要，因此若有可能，要把容器放在和宝宝身高相当的货架上或橱柜里，这样宝宝在玩耍时可以自己选择，也能在整理时独立收拾。

**怎么做：**务必要向宝宝解释，为什么有必要收拾整理，并应在实际整理前提醒宝宝。向宝宝解释，“我们要收拾整理好，这样下次想玩时你才能找到玩具和物品。这也能帮助我们保持家里整洁、安全。”了解为什么有必要整理时，宝宝就会更有动力去加入整理工作。

如果您手上有“Goodstart家庭行为支持工具包”，那么您就可以使用“先做、再做”图表来协助整理家务。

### • 成功步骤：

**提醒：**整理前五分钟，提醒宝宝“五分钟后就到了整理时间，你就不能再玩了”。您也可以在两分钟时再提醒一次，尤其是宝宝年纪更小时。这些提醒能帮助宝宝从手头事情上慢慢转移注意力，帮助宝宝做好停止手头事情的心理准备。

- **行动呼吁：**蹲下身来，让宝宝知道“现在到了整理时间。我们要先收拾整理，然后才能……（如吃午餐、去外面玩耍）。加油，我们一起来整理吧！”若宝宝正在玩耍，似乎不愿意停下来，您可以问问宝宝愿不愿意先放下自己创造的东西或玩具，过一会儿或明天再玩。然后邀请宝宝选择要从哪里开始整理，这有利于提高宝宝的独立性。一开始要和宝宝一起整理，但在此过程中，宝宝会越来越熟练，这时候就要给他们更多自主权。
- **创造快乐：**和宝宝一起唱首歌，让收拾整理成为一件快乐的事 - 您可以去观看YouTube的一些示例（资源和设置），或和宝宝唱首他/她爱听的歌。
- **提醒：**和宝宝一起收拾整理时，提醒宝宝我们为什么要整理。（为什么？）如上文所述，您可以提醒他们先做什么，再做什么，这是因为一致性很重要，例如：“我们要先整理，才能吃午餐”。
- **祝贺：**完成整理工作后，看看四周空间，表扬宝宝的工作成果。要肯定宝宝的努力，提到宝宝在整理过程中做的每一件事。拥抱宝宝，说声“谢谢”，感谢宝宝的帮助。此时要予以肯定，这有利于培养宝宝的自尊心，鼓励宝宝下次继续帮忙。

## 这对宝宝很有帮助

这项活动有利于培养宝宝的独立性和自尊心。它也能教会他们尊重和考虑居家环境，让居家生活更加整洁一些。

## 要使用的关键词语

整理时唱一首特别歌曲 - 您甚至可以修改歌词 - 以便激励孩子，请浏览<https://raisingchildren.net.au/guides/baby-karaoke>。

## 要问的问题

我们该如何整理你的玩耍空间？

我们可以使用什么来收拾整理你的玩具？

你要在这张标签上写什么？

告诉我，为什么我们要整理自己的物品？

## 资源

<https://www.youtube.com/watch?v=HT4uxtdTVoc>

<https://supersimple.com/song/clean-up/>

<https://www.youtube.com/watch?v=PJhXVg2QisM>

