

# 耐心

## 爆米花

孩子们蹲伏着并假装他们是玉米粒，等待着直到听到数字10。

你开始数：1、2、3……（如果孩子们移动了，你可以重新开始数）数到10时，他们从蹲伏着到完全跳起来，然后转着圈跳，前后跳，直到你开始新一轮爆米花。

对于4或5岁的孩子：

给孩子们不同的数字，有些数到4时开始爆，有的数到6……等等。提醒他们听他们的数字。如果孩子们移动了，你可以重新开始数数。

## 如果孩子们会吹口哨

让一个孩子从一盒饼干中吃一块咸饼干，然后吹口哨。

再让这个孩子将饼干盒递给下一个孩子并做同样的事。

在等待轮到他们的过程中，所有的孩子要表现出耐心。

注意：如果孩子们不会吹口哨，在每次传递饼干盒时，教师可以代其吹哨子。

## 柱子和圈儿

将柱子放在圆圈的中间。

向小组解释每个人都有机会扔三次圈儿。

讨论：有时我们可以套中，有时我们套不中，但重要的是去尝试。

教师先示范，孩子们可以看到即使是大人也有可能套不中。如果套不中，不要表现出失败的样子。

在孩子们等待轮到他们的时候，需要有耐心。

不鼓励孩子们呼叫，要温柔地、平静地玩耍。

没有输赢，套中后不鼓励鼓掌。

练习快乐和玩儿是为了开心。



# 耐心

## 球和勺子

让每个孩子手中拿着一个勺子并在勺子上放一个小球。试着从房间的一端走到另一端。

## 数到10

让孩子们站成一个圆圈并将一个物体放在圈中，比如在中间放一瓶花儿。让他们的视线不要离开物体，同样你也可以叫他们闭上眼睛，目的是不能看其他人。

孩子们须在1到10 中说出一个数字（任意的，不是按照顺序的），每个孩子只能说一个数字。也许两个孩子会在同一时间里说出数字。如果是这样，他们必须重新开始。

你同样可以使用ABC 来代替数字。

