

『三「少」錦囊@自由遊戲』

撰文：

基督教香港信義會王賽明快樂家庭培育中心
計劃統籌主任 白志慧姑娘

記得小時候，玩具不多，在那個沒有電子產品的年代，我們什麼都可以「玩一餐」，樂此不疲。我們披上床單扮「香港小姐」和超人、用橡筋串成橡筋繩比高低、在樓梯上玩猜情尋…我們不用任何人教也不用獎勵，因為我們天生就懂得玩，可以說「孩子是遊戲的專家」。

隨著科技發展愈迅速，社會經濟狀況愈改善，孩子可以自由玩耍的時間卻成反比，聯合國兒童基金會於 2013 年倡議每日至少給兒童一小時自由遊戲時間；教育局亦於 2017 年修訂「幼稚園教育課程指引」，指出遊戲學習的重要，建議學校「深化幼兒在遊戲中學習的理念，進一步加強遊戲中自由探索的元素」，當中提及減少遊戲的規範，讓幼兒盡情表達感受和探索身體事物；半日制及全日制幼稚園應分別每日安排幼兒參與不少於 30 分鐘及 50 分鐘的自由遊戲，反映自由遊戲對幼兒發展的重要性。

其實自由遊戲(Free Play)簡單來說就是由「孩子作主導」，孩子可選擇：

是否玩
玩什麼
怎樣玩
何時玩

亦可決定要自己玩還是跟別人一起玩



事實上，美國精神科醫生 Stuart Brown 曾以 6,000 人為研究對象，調查發現年幼時欠缺自由玩樂機會的人，長大後較不快樂，學者的分析更指出遊戲有助人建立抗逆力和解難的能力。學校以「自由遊戲」配合課程目標及內容，因應幼兒的生活經驗、興趣和能力，設計各式各樣的遊戲，為幼兒提供輕鬆及有成效的學習經歷，作為愛孩子的父母，我們又可以怎樣配合讓自由遊戲的果效能加倍發揮？

首先容許孩子每天都有自由遊戲的時間是第一步，嘗試善用生活中的物料作「玩物」，全心全意陪伴孩子而非只作旁觀，送給大家「三少錦囊」，彼此學習分享：

少批評：

「口紙唔係咁玩架，你都唔識玩，攞到亂七八糟！」

「你唔應該咁樣撕膠紙架，好浪費呀！」

「架車玩黎玩去都係咁轉，你唔想我都想啦！」

少發問：

「阿仔，呢個係咩消防員黎呀？」

「阿女，你煮緊咩餸呀？好唔好食架？有沒有預埋我架？」

「點解你咁細膽呀？點解你唔試下一齊玩呀？」

少命令：

「呢度玩左好奈喇，夠喇，我地仲有其他遊戲未玩，快口起身去第二度啦！玩晒先抵呀！」

「呢個石頭咁污糟，擺過黎等媽咪幫你包住佢先玩！」

「小朋友都畫緊畫喇，你唔好淨係玩支筆先得架！」

祝願每個家庭都可以玩得「喜」!!