



## 玩耍是孩子的天性

農曆新年後，我將與一批內地幼兒教育專家前往南非，與聯合國、非洲的專家一起考察我們中非合作項目「遊戲與抗逆力」推動兩年以來，在當地的實踐成果。

不同的研究均指出，遊戲是培養抗逆力的最有效工具，而幼兒階段是發展抗逆力的黃金時期。遊戲不但帶給小朋友愉悅快樂，更重要的是通過遊戲促進孩子身心發展，培養正面積極的態度、能力和生活技能，如自我管理、自信、同情心、溝通技巧、創意及責任感，使他們能積極面對挫折和壓力，茁壯成長。尤其是探索式遊戲，更能讓孩子嘗試新事物，運用不同的方法來解決問題，在實踐中學習，增加兒童身體和心理的彈性。遊戲對小朋友來說很重要，即使生活富裕的國家或教學資源較缺乏貧困地區，都應該享有遊戲的權利。

因此，我一直積極推動遊戲學習，主張孩子應多些時間自由在地玩耍。聯合國《兒童權利公約》提倡兒童每天最少有一小時的自由遊戲時間。在香港，教育局建議半日制幼稚園，幼兒每日至少預留三十分鐘

「自由遊戲」時間，全日制則不少於五十分鐘；內地全日制幼兒園規定幼兒每日有兩小時戶外活動。雖然香港的倡議稍嫌不足，但我亦樂見。

遊戲時間充足與否是一個問題，家長的心態是另一個問題。香港的家長往往糾結於究竟功課重要抑或遊戲重要？我認為兩者並沒有衝突，反而是相輔相成的，問題在於作為父母的心態如何。我見到很多家長會帶孩子參加課外學習班，甚麼也要學，上堂「玩」砌積木、學「玩」單車、學「玩」足球……我不是說這些不是玩耍，但有時候孩子更需要無拘無束的遊戲時間。其實每個小朋友都懂得玩耍，這是與生俱來的，不需要學習。自發、自主的玩耍對孩子的身心發展更有益。例如踢足球，一群小孩聚在一起跑跑跳跳，慢慢地他們自然會發揮創意自訂規則，然後學懂遵守，學懂與友儕溝通。這比由成年人為他們訂下規則、主導遊戲更好，孩子學得更多。

喜歡玩耍是孩子的天性，希望家長真正享受與孩子一起遊戲的樂趣。

作者擁有三十多年辦幼稚園經驗，創辦中小學亦十多年，育有兩名女兒。