

1 月  
2020

3

第三期

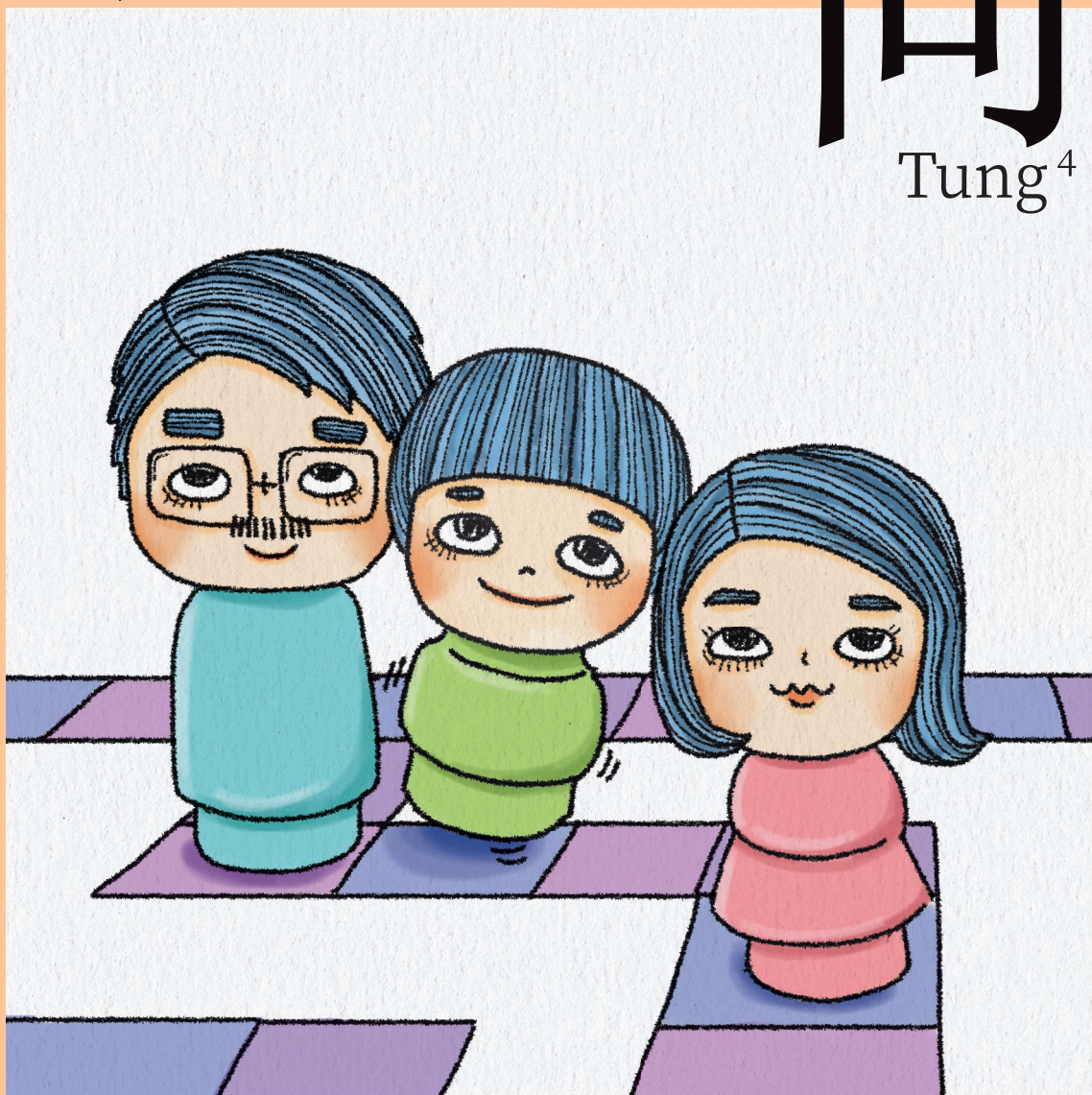
# 僑

Haai<sup>4</sup>

# 同

Tung<sup>4</sup>

焦點 | 唔玩唔得?  
主題 | 親子桌遊樂  
社區 | 祝願



香港聖公會福利協會有限公司  
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED

愛 · 孩子  
在學前單位提供社工服務先導計劃



# 偕同

—— 陪伴家長與孩子，彼此支持成長同行。  
同創共聚的空間，享受暖心親子時光。 ——

偕：原讀為「佳」，亦可讀作「孩」，服務以孩童為本，因而命名。

# 目錄

01-04

焦點主題

唔玩唔得？



05-06

教養專題

親子桌遊樂



07

社區祝願

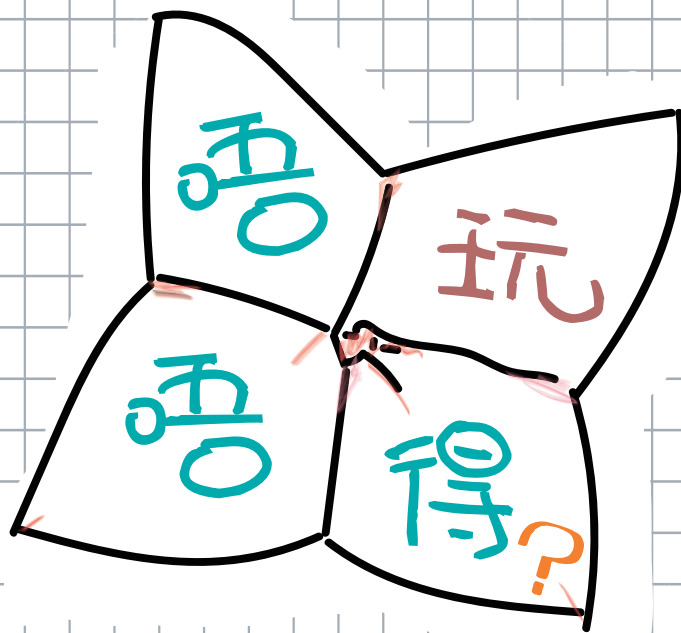
純



《偕同》電子雙週報 2020年1月第三期 《偕同》  
有興趣的家長可掃描此QR Code加入本刊Whatsapp成為聯絡人，  
接收電子雙週報資訊

策劃及編輯：黃若詩 陳美如 林麗君 黃惠婷 鄭舜妍  
封面插圖：TMY Illustration  
設計排版：黃穎諮  
編審：李美玲

香港聖公會福利協會有限公司  
愛·孩子——在學前單位提供社工服務先導計劃  
電話：2111 2055  
地址：九龍紅磡馬頭圍道37-39號紅磡商業中心A座12樓06室



### 問題一

聯合國在2013年曾經鼓勵孩子每天都要有玩的時間，大家一起猜猜孩子每天建議玩樂時間最少是多少？

- A 30分鐘
- B 45分鐘
- C 1小時
- D 1小時30分鐘

答案請在本頁尋找。



### 問題二

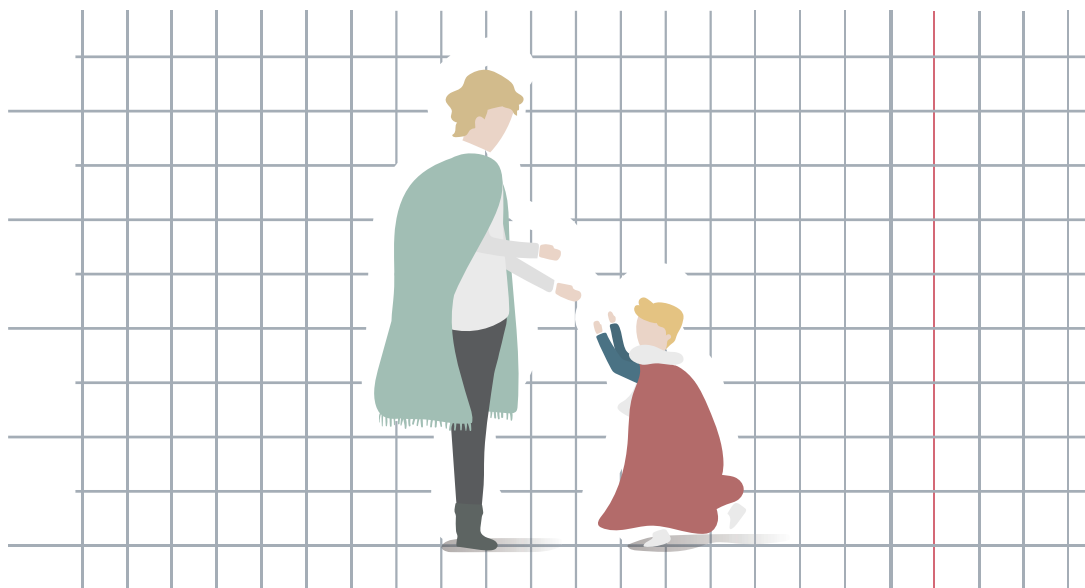
不妨又想想，實際上你的孩子每天花多少時間在玩樂上呢？

## 家長心聲

- 1 玩極佢哋都唔夠架啦。
- 2 佢要學好多嘢，邊有咁多時間玩？
- 3 佢自己每日一定玩得多過 1 個鐘呀！
- 4 我無時間帶佢地去玩。
- 5 我都想帶佢地去玩架，不過我一個大拖住幾個細既，邊顧得掂！
- 6 學野咪係玩囉，佢好開心，好鍾意架！

## 孩子心聲

- 1 去公園嗰陣爸爸媽媽掛住睇手提電話，都無人陪我玩既。
- 2 成日都係學野，我好想抖抖氣。
- 3 唔知有咩做好，玩黎玩去都係呢啲野，好悶呀！
- 4 爸爸媽媽成日掛住做野，我如果話想出去玩，佢地會唔會唔鍾意我？
- 5 媽媽剩係顧住細佬妹，我好想媽媽理我多啲，同我玩下玩具。
- 6 雖然我好鍾意上堂，但係我都好想出去玩。



## 玩在起跑線

玩有助孩童和家長在各方面得到益處，為孩子在成長路上助跑。

### 家長篇

- 1 促進正面情緒
- 2 紓緩管教壓力
- 3 加強親子關係
- 4 了解子女特性
- 5 提升抗逆力

### 幼兒篇

- 1 提升執行功能——思維能力、自我控制、記憶
- 2 促進語言發展
- 3 發展早期數概
- 4 加強社交發展
- 5 鞏固腦部結構(調節情緒的杏仁核)

資料來源：美國兒科學會 · 2018

Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2018). The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. *Pediatrics*, 142(3), e20182058.

# 親子桌遊樂



講起桌遊，你會想到甚麼？大富翁？UNO？飛行棋？層層疊？除了平時的玩法，我們希望發揮大家的創意，尋找不同的玩法，讓我們玩出新趣味。今次就用層層疊做個例子，大家可以印出我們設計的骰子一起試下新玩法。



## A 層層疊新玩法

加入骰子，令玩法更多變：

- 1 擲骰子決定運用哪一種方法玩層層疊。
- 2 使用骰子作為玩層層疊時的工具。
- 3 可參考下頁不同層層疊的玩法。



# 不同層層疊玩法

## 1 正常玩法

把積木堆疊整齊，輪流把其中一條積木抽出。



## 2 砌金字塔

把積木以金字塔形式疊高，再輪流把其中一條積木抽出。



## 3 疊高

輪流把積木疊高，可以不規則方式，或由玩家自定疊高方式。





## 不同層層疊玩法



### 4 迷宮

砌出迷宮，以骰子推進及離開迷宮 / 可移動積木以改變道路。

### 5 保齡球

把積木豎立放在前方，之後彈出骰子，目的是令最多的積木倒下。

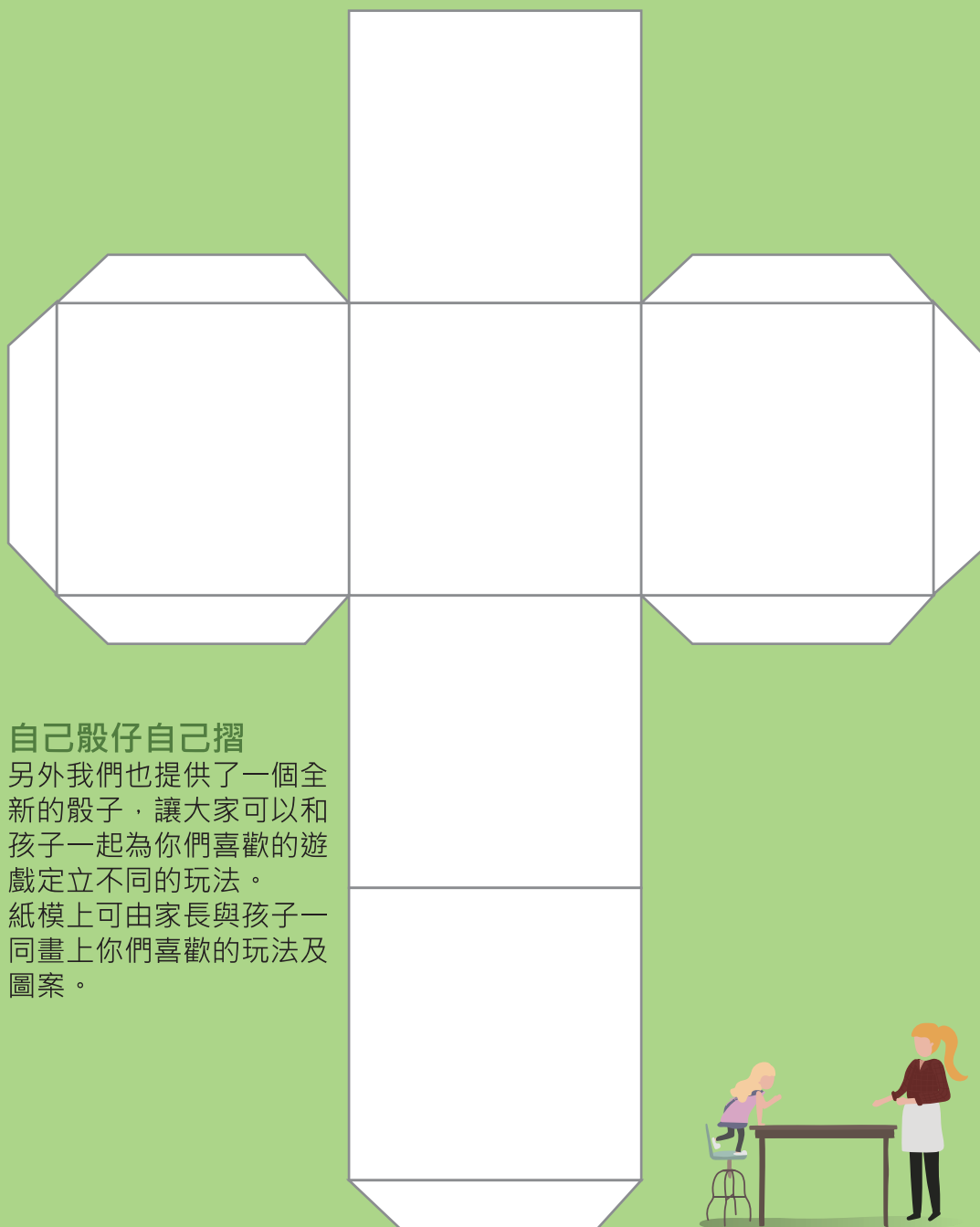


### 6 攻防戰

手持積木，推骰子到對方區域，設法使積木靜止或跌倒對方的區域內。







### 自己骰仔自己摺

另外我們也提供了一個全新的骰子，讓大家可以和孩子一起為你們喜歡的遊戲定立不同的玩法。

紙模上可由家長與孩子一同畫上你們喜歡的玩法及圖案。

# 社區祝願

**純** 粹的心是孩童的本質  
真地抵抗世界的雜質

聖靈的果子就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。這樣的事沒有律法禁止。

聖經 加拉太書5章22至23節



## 下期預告

親子專題：邊食邊感受  
親子相處：親子齊齊煮



掃瞄 QR Code 填寫本期網上問卷，閱讀雙週報及填寫網上問卷三次或以上，將可參加抽獎，獎品為家庭照拍攝套裝（十個名額）。

將於2020年2月15日的《偕同》公佈得獎名單。

