



知道遊戲對小朋友好重要，但可以點樣玩？

在前一篇文章我們提及到遊戲的重要性，了解到它能幫助小孩了解身邊發生的事物，抒發情緒，感受快樂和安全，學習新的技能等。小孩每天應該至少要有一小時的玩耍時間，但怎樣玩才有用呢？

作為家長要先了解遊戲的類型及其所帶來的作用。有些遊戲是固定的，例如 UNO 有固定玩法及人數要求，講故事有固定的寓意想帶給小孩，棋類及球類遊戲有固定結構等。相反有些遊戲是沒有固定的，例如利用身邊的物件來堆砌小房子，角色扮演，畫畫等。同時，隨著小朋友的年齡，遊戲也會有所改變。



角色扮演遊戲

小孩可以通過角色扮演，發揮創意，學習社交及不同技巧，反映周圍的生活。家長可從遊戲中了解孩子的想法，引導他們正確的解決方式。

建造類遊戲

小孩可透過積木，沙，黏土，手工材料等去建造各式各樣的東西，發展他們的創造力。遊戲過程能讓小孩集中，暫時放下煩惱。在運用某些材質時更能讓他們抒發情緒。





活動性遊戲

活動性遊戲能增強小孩肌肉發展，例如跑，投，跳等。這類遊戲有時候讓小朋友學會勇敢，堅強。

現實中還有很多不同種類的遊戲，父母可多構思及製造不同種類的遊戲和孩子一起享樂。如因環境所限，譬如孩子在醫院，父母不知道能提供什麼玩具，可以諮詢有關專業人員。

延伸閱讀，立刻按入以下連結了解更多：

- [猜猜畫畫【Child Life 童你玩遊戲】](#)
- [猜一猜、估一估【Child Life 童你玩遊戲】](#)