



小朋友今日玩咗未呀？

遊戲的重要性



家長很多時候都專注在小朋友的學業，安排不同的課外活動及補習班給小朋友，弄得每天的行程都非常緊密，影響休息時間，甚至情緒。此時，適當的遊戲時間對孩子也很重要。在遊戲過程中，小朋友也可以學習，舒緩情緒，增加親子互相了解及關係。



鼓勵玩耍



透過遊戲，孩子能了解周遭世界以及如何應對不同事物，亦有助他們表達和明白自己的感受。多鼓勵孩子玩耍，透過繪畫，講故事等方式，幫助孩子藉著遊戲重整他們對生活的態度和外界的認識並表達感受。

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】](#)
- [醫療遊戲](#)



讓兒童每日自由遊戲至少一小時
有助他們健康成長