

# 家園通訊站

(第三十六期)

## 文章分享

### 港童玩樂時間不足！「自由遊戲」對兒童發展的 6 大好處

聯合國兒童基金香港委員會建議，學前幼兒每日應進行「自由遊戲」(Free Play) 至少一小時。而香港小童群益會於 2019 年 2 至 3 月期間，訪問了逾千位兒童和青少年，發現 54% 受訪者於上課日每天遊戲時間少於 1 小時，於非上課日則有 25% 受訪者每天遊戲時間少於 1 小時。香港保護兒童會發言人曾表示，本港父母對玩樂促進兒童發展的作用，欠缺認識。其實，家長不妨拋開「勤有功，戲無益」的舊有觀念，重新了解自由玩樂對小朋友腦部、心理、情緒及社交發展的正面影響。

#### 自由遊戲的原則

自由遊戲的最重要元素是由小朋友作主導，自發性地參與活動，包括戶外活動（例如跑步、捉迷藏等）和室內活動（例如玩玩具、畫畫等）。成年人不應對孩子的自由遊戲作任何限制或干預。在安全環境和情況下，家長應放手讓子女投入去玩。

#### 自由遊戲對孩子的好處：

- 1. 建立自信和自理能力** 孩子在自由遊戲的過程中擁有主導權，這對孩子建立自信有正面影響，而家長不過度干預，亦給予孩子機會自己解決問題，培養自理和解難能力。
- 2. 促進大小肌肉的發展** 戶外的自由遊戲包含很多體力活動，有助改善兒童的動作技巧，提升他們的大肌肉耐力和強度；室內的自由遊戲如砌積木、拼圖等，則可鍛煉小肌肉和手眼協調能力。
- 3. 培育社交技能** 孩子和其他小朋友一起玩自由遊戲，過程中能學會分享、等待、妥協等社交技巧。另外，孩子玩角色扮演遊戲時，會模仿爸爸、媽媽、老師、醫生等成年人角色，透過嘗試代入他人身份，小朋友更容易理解其他人的行為和感受。
- 4. 提升語言能力** 自由遊戲對促進兒童語言技巧有很大幫助，當他們和同齡或不同齡的小朋友一起玩時，大家的說話能力、表達方法都不一樣，互相溝通過程中，小朋友對不同語氣、詞彙和身體語言的理解能力都得以提升。
- 5. 釋放情緒和減壓** 自由遊戲對於孩子的情緒發展很重要，他們在自主、無拘束的情況下玩，會令他們感到快樂，從而釋放日常生活和學業的壓力，有效培養情商，增強日後抗壓能力。
- 6. 發揮想像空間** 進行自由遊戲時，孩子可運用自己的創意，配合周圍環境和素材去設計遊戲。有機會和空間去發揮天馬行空的想像，能有效提升孩子的腦部發展和創造力。

文章版權為《MamiDaily 親子日常》網站所有。檢自：

<https://mamidaily.com/article/73025/%E6%B8%AF%E7%AB%A5%E7%8E%A9%E6%A8%82%E6%99%82%E9%96%93%E4%B8%8D%E8%B6%B3-%E8%87%AA%E7%94%B1%E9%81%8A%E6%88%B2-%E5%B0%8D%E5%85%92%E7%AB%A5%E7%99%BC%E5%B1%95%E7%9A%84%E5%A4%A7%E5%A5%BD%E8%99%95>

# 升班及 新生適應日

SCHOOL

2023-2024 學年於 2023 年 9 月 1 日 (五) 正式開學了！  
本園繼續維持完善美好的校園環境，讓幼兒在愉快、安穩的情緒  
下進行各項活動，健康活潑地成長。另外，新生們亦能在教師悉  
心的照顧和陪伴下，逐步適應幼兒園的新生活。

幼兒班



低班



高班



幼初班



幼兒班



有爸媽陪我認識老師，我很快便適應校園生活了！



低班



高班



很開心啊！幼兒園生活確實是多姿多彩！

## 小一入學申請簡介及分享會

特別為高班家長準備的「小一入學申請簡介及分享會」已於 2023 年 9 月 16 日（六）舉行，除了簡介申請程序及注意事項外，本園亦邀請了歷屆畢業生家長分享他們為子女選校的寶貴經驗，期望高班家長為子女申請入讀小一前能掌握更多相關資料，好讓家長為子女揀選及申請合適的小學。

衷心感謝眾歷屆畢業生家長的分享！



家長專心聆聽校長和高班教師簡介申請程序及注意事項。



歷屆畢業生家長分享他們當年選校的經驗。



2021-2022 畢業生  
杜佳蔚媽媽



2020-2021 畢業生  
蔡一樂媽媽



2021-2022 畢業生  
陳靖悅媽媽



2020-2021 畢業生陳梓澈及  
2021-2022 畢業生陳鈞澈媽媽



2011-2012 畢業生高忠舜、  
2013-2014 畢業生高忠軒及  
2020-2021 畢業生高忠天媽媽

## 親子製作冰皮月餅



為讓幼兒及家長一同感受中秋節人月兩團圓的節日氣氛，本園於 2023 年 9 月 26 日（二）至 29 日（五）舉行「親子製作冰皮月餅」活動，讓幼兒及家長認識製作冰皮月餅的步驟，並享受親子活動的樂趣！

幼初班



幼兒班



低班



高班



我們的冰皮月餅完成啦！

# 中秋節 校內慶祝活動

2023年9月29日(五)是農曆八月十五中秋佳節，節日前舉行了「中秋節慶祝活動」，讓幼兒透過故事、影片分享、猜燈謎、玩花燈，以及探索應節食物，認識中國傳統節日的習俗、意義和特色。

猜燈謎



認識中秋節故事



中秋食品齊探索再品嚐



賞月花燈遊



# 慶祝中華人民共和國 成立 74 周年升旗儀式

2023年10月1日是中華人民共和國成立七十四周年，為慶祝這個日子，高班幼兒代表於2023年9月29日(五)分別擔任「擎旗手」、「一號護旗手」及「二號護旗手」進行升國旗儀式，園內教職員與幼兒進行注目禮。



幼初班



幼兒班



低班



高班



高班黃栢朗(中)擔任擎旗手、蘇紫芯(右)擔任一號護旗手及馮頌晴(左)擔任二號護旗手。

## 「歡樂滿東華 2023」 慈善籌款活動



2023年11月2日(四)為「歡樂滿東華2023」慈善籌款活動，非常感謝參與的家長和幼兒以行動支持，從中分享及感受做善事的喜悅，與東華三院攜手造福人群。



好開心呀！有爸爸媽媽陪我們一起做善事！

本園設計了不同遊戲，讓家長與子女邊玩邊做善事呢！



遊戲後，幼兒可按得分選擇喜歡的小禮物！

## 沙田區社區種植日 2023 暨 親子活力嘉年華

由康樂及文化事務署主辦之「沙田區社區種植日 2023 暨 親子活力嘉年華」於2023年11月11日(六)在馬鞍山公園舉行，各班幼兒代表和家長透過是次有意義的綠化社區種植活動，建立對貢獻社區及支持綠化的理念。



開心大合照



工作人員向家長及幼兒講解種植的步驟。



家長和幼兒正享受種植的樂趣呢！



好好玩啊！

親子活動嘉年華

## 「家長鬆一鬆」 照顧者小組

為讓家長放鬆身心，學會照顧自己的身心靈需要，駐校社工王倩姑娘於 2023 年 11 月 24 日（五）、12 月 4 日（一）及 12 月 8 日（五）與家長以小組形式進行不同種類的興趣活動，包括：製作多肉植物盆栽、放鬆瑜珈練習，以及製作永生花擺設，藉此讓家長暫時放下孩子與工作，享受難得的休閒時光。

### 盆栽種植



家長們很專心地創作盆栽呢！

### 放鬆瑜珈練習



一起拉拉筋吧！

### 製作永生花擺設



## 《自尊自信成長樂—幼兒家長課程》 講座

本園關顧家長能更掌握《自尊自信成長樂—幼兒家長課程》當中的技巧及內容，2023年12月9日（六）聯同駐校社工王倩姑娘舉辦講座，教育家長在家實踐和鞏固所學習到的親職知識和技巧，為孩子營造一個安穩環境，讓他們發展自己的潛能和才華。



家長專心聆聽王倩姑娘的講解，希望大家從講座中認識到更多育兒錦囊！

## 楊校長與大家閒談分享

2023年12月14日（四）舉辦「楊校長與大家閒談分享會」，由校長為家長逐一解答與幼兒相處及日常照顧幼兒的謎思，讓家長更了解子女的成长發展需要，從而逐步掌握更實用的育兒錦囊。



家長們十分專注地聆聽校長的分享呢！

楊校長解答家長的提問及提供建議。





# 聖誕佳音傳遍地



2023年12月21日(四)高班幼兒參與報佳音活動，於園內及園外頌唱聖誕歌曲，與大家一同迎接並分享聖誕節的意義和欣喜，將美好祝福互相傳揚。



高班幼兒向家長及頌安邨的街坊報佳音。



各班幼兒透過高班哥哥姐姐報佳音，感受到聖誕節快到了!



「約瑟」與「瑪利亞」抱著「耶穌」啦!



# 2023 親子聖誕聯歡派對



2023年12月22日(五)本園舉行「2023親子聖誕聯歡派對」與家長及幼兒一同慶祝聖誕，當日除了有各班的聖誕歌舞表演外，家長及幼兒還一同製作聖誕水晶球及參與遊戲攤位，感受到濃濃的節日氣氛呢!

## 幸運大抽獎



幼初班



幼兒班



歌舞頌聖誕

低班



高班



感謝「宏利集團」資助本園15名幸運的受惠幼兒，每位幼兒可獲贈港幣300元選購外套。

2023  
親子聖誕聯歡派對 (續)



聖誕開心照



聖誕親子拍賣



親子共舞迎聖誕



聖誕遊玩樂繽紛



飄雪閃耀賀聖誕



元旦日升國旗儀式

2024年1月1日是元旦日，本園於2024年1月2日(二)安排高班幼兒進行升國旗儀式，園內教職員與幼兒一同行注目禮。



完成升旗儀式後，大家一同拍照留念。



# 2024 親子旅行 (K1-K3)

每年一度的親子旅行 (K1-K3) 來到了！2024 年 1 月 19 日 (五) 大家懷著興奮的心情，跟隨領隊及本園教職員一同前往開心花園農莊，享受大自然及參與玩樂設施，家長及幼兒反應熱烈且盡興，渡過了開心愉快的一天！

大合照



親子遊戲



享受各項遊樂設施



採摘士多啤梨



餵飼小動物



同享午餐



# 2024 親子旅行 (幼初班)

特別為幼初班舉行的親子旅行又到了！2024年1月26日(五)幼兒和家長懷著期待的心情跟隨主任及教師前往茶果嶺海濱公園，幼初班幼兒首次與家長及教師一同外出遊玩，表現得很興奮和好奇，欣賞大家當日的積極參與！



親子早操



親子遊戲

我抽到咩顏色呢？



係綠色啊！



抽小球後，幼兒與家長要走到彩虹隧道相應的顏色下。

風景真美啊！



被你找到了！



幼兒與家長在迷宮中找到老師。

公園設施

完成任務後，老師會給我們一張貼紙！



將三張貼紙拼在一起，是一道彩虹啊！



有唔同聲音嘅？



# 「親子團圓糯米糍」活動

2024年2月5日(一)至2024年2月7日(三)各班家長與幼兒參與「親子團圓糯米糍」活動，親子一同製作又圓又大的糯米糍，寓意一家團團圓圓，共同迎接農曆新年。

看看我和媽媽做的糯米糍！



幼初班



幼初班



幼兒班



低班



高班



# 農曆新年慶祝活動

準備迎接甲辰龍年，各班教師與幼兒體驗不同的農曆新年傳統習俗，包括：大掃除、貼揮春、收壓歲錢、吃團年飯，讓幼兒從中認識中華文化，並感受農曆新年的熱鬧節日氣氛。

大掃除



寫揮春活動



這是毛筆！

這是寫揮春用的灑金紙！



壓歲錢



幼兒抽了一款新年小食後，連同溫馨便條，自行放入壓歲錢的利是封裏。

幼兒專心地觀看楊校長及梁潔瑩老師示範寫揮春！



團年飯



## 各班團拜活動

2024年2月20日(二)為延續農曆新年的熱鬧氣氛，本園進行各班團拜活動，幼兒拿著與家人一同設計的利是封，向楊校長、各位主任、教師及其他班別的小朋友互相拜年祝賀，體驗與人分享節日的歡欣氣氛，齊齊恭賀新禧！



拜年後，校長、眾主任及老師會給我一款賀年小食呢！



## 祥龍獻瑞賀新春

香港南九龍獅子會周偉民會長、眾獅兄及東華三院社會服務經理(青少年及家庭服務 III)周鈺山先生，於農曆正月十五前一天的上學日 2024年2月23日(五)到本園參與團拜活動，全園小朋友準備了豐富而充滿新年氣氛的活動，與周會長、眾獅兄及周經理開心歡聚慶團圓，一同分享及傳承中國傳統節日的文化。



新年行大運，齊來慶賀龍年到！



楊校長在周經理(左三)陪同下代表本園接受由「香港南九龍獅子會」捐贈港幣 10,000 元正，以支持本園服務的發展。

高班小朋友繪畫一幅以「龍」為題的水墨畫，在周經理及楊校長陪同下送給「香港南九龍獅子會」作紀念，並由周偉民會長接受。



畫龍點睛

歡樂歌舞齊慶賀



福盆滿滿豐盛年



周會長、眾獅兄向每位幼兒園小朋友送上「金龍」錢箱。

## 小寶學理財 教育計劃活動(工作坊)

2024年2月24日(六)本園低班及高班的家長和幼兒，參與由恒生銀行及東華三院健康理財家庭輔導中心合辦之「小寶學理財」教育計劃活動(工作坊)，幼兒能透過導師的講解及模擬理財體驗遊戲，建立正確理財的觀念，學會珍惜和善用金錢，建立理財好習慣。



活動開始時，家長和幼兒分別認識有關理財的資訊。



家長和幼兒正計劃如何運用金錢及模擬消費。



計劃後，家長和幼兒模擬消費，購買自己需要的物品。



## 高班 「嘉道理農場暨植物園」 體驗活動

本園配合中文故事書《農場》，安排高班幼兒於2024年2月26日(一)到嘉道理農場暨植物園進行體驗活動，讓幼兒認識農場內的各類植物及親身觀察不同動物的外型姿態、生活習慣和居住環境等。同時，亦可讓幼兒在大自然的環境下野餐，感受郊遊的樂趣，並增加生活常識和經驗。



戶外體驗真是令我們大開眼界啊！



野餐真開心！



有很多小辣椒啊！



這種花的顏色真漂亮！



## 家長心聲

本人是東華三院南九龍獅子會幼兒園 N 班靜晞的爸爸。猶記得靜晞於初上學的階段時，由於未習慣與家人分離，每天步入校園時都以淚洗臉。過了一段時間後，靜晞就開始適應校園生活，直到現在甚至是喜歡上學，掛着笑臉步入校園，回家後也會跟家人提起學校的事情。

靜晞的肌肉發展比較緩慢，以致她的步行和跳躍等動作較弱。學校得悉她這方面的問題後，安排了「陽光孩子」的社工和物理治療師跟進靜晞的情況，老師也會積極地和家長溝通，以跟進靜晞在校的運動情況並向家長提出建議。近來從老師口中得知，靜晞的肌肉情況有所改善，她亦從以往對運動不感興趣的態度，變為會主動參與運動環節。事實上，家長於課餘時間亦觀察到靜晞的步履變得較穩定，跳躍能力亦有所提升。

家長知道這些正面的發展確實很大程度上歸功於老師（包括但不限於班主任偉綠老師和清霞老師）的努力和愛心，老師和家長的緊密溝通對家長了解靜晞的情況方面很有幫助，老師甚至會因為關心靜晞，而利用自己的私人時間為靜晞的問題找尋資料，家長十分感激校方對靜晞的愛護，亦很放心靜晞繼續於 貴校開心地成長。

謹祝 貴校全人身心安康，工作順利。



幼初班 李靜晞家長

## 「家長心聲」 徵稿啟示

誠意邀請各位家長於「家園通訊站 ~ 家長心聲」投稿，分享個人感受、育兒心得、對本園之意見或讚賞。家長寫上您們的心聲後，請投進幼兒園門外的意見箱內，亦可透過傳真、電郵或郵寄給本園。謝謝您們寶貴的投稿！

傳真號碼：2630 3444 電郵地址：[lcskns@tungwah.org.hk](mailto:lcskns@tungwah.org.hk)

## 家長心聲



去年上適應班時，逸思寸步不肯離開媽媽，但凡媽媽不在她的視線範圍，她就會呱呱大叫。眨眼間，逸思由 N 班準備升讀 K1 了，亦由當日的「貼身小膠布」，變成自信地微笑著走進學校的小女孩。

逸思哥哥是這所幼兒園的畢業生，在逸思要申請入讀幼兒園時，我們毫不猶豫，只報了一所學校—東華三院南九龍獅子會幼兒園，因為我們實在太認同幼兒園的辦學理念了，學校配合幼兒的年紀和發展，讓小朋友從遊戲中學習，享受學習的過程，同時訓練他們的自理能力。

學校的家校溝通，也是值得一讚的地方。剛入學時，班主任偉綠老師每天都打電話給我，跟我簡述當天逸思的情況，亦建議在家中如何配合，以便她更好地適應新環境。不足一個月，逸思已經很享受校園生活，每天都期待回校唱歌跳舞，享受美食，與小朋友玩耍，亦從中學習了自理、人際關係、知識。

幼兒園的老師和工友總是友善的，對小朋友都很溫柔，面上總是掛著笑容。逸思回家會說「清霞老師好錫我」，「我鍾意家瑜老師」，又會模仿工友跟她打招呼，high five 的情景。小朋友的回饋是最真摯的，在此，感謝幼兒園上下全人，讓小朋友有個愉快的學習經歷。

羅素貞  
幼初班 蕭逸思媽媽

好開心我的子女能夠加入東華三院南九龍獅子會幼兒園這個溫暖有愛的大家庭，這裏能讓他們作息定時，自理守規矩，學習群體生活，快樂地成長，所以衷心感謝校長、主任、老師及校工姨姨對他們悉心照顧，在此祝福各位身體健康快樂！

幼兒班 李子晴 家長  
低 班 李子朗

