



24/1/15 爸爸學習平台 ~ 童夢童心

根據聯合國訂立的《兒童權利公約》，所有十八歲以下的兒童應享有四大權利：生存權、受保護權、發展權及參與權。兒童是未來的社會棟樑，應得到一切適當的保護和照料，並給予應有的權利、成長環境和發展空間。而『孩子的心聲』也需要家長聆聽呢 !!!!

- ~ 多鼓勵
- ~ 欣賞和尊重子女及他們的朋友
- ~ 重視子女送給你的禮物
- ~ 不要經常為子女作決定
- ~ 父母做錯事，亦要道歉
- ~ 接納子女的優點及缺點，千萬不要將他們與別人比較
- ~ 容許並接納子女表達感受包括憤怒的情緒
- ~ 不要做令子女尷尬事情
- ~ 不要偷看子女的電郵，日記及電話訊息
- ~ 關係比規矩更重要
- ~ 多聆聽子女的聲言

## (六) 「男健百子櫃」

以下是『爸爸學習平台』其中一節「童夢童心」的內容，想跟大家一同分享 !!

在平台中，大家一同分享自由玩、選擇興趣班和遊戲的好處；看看爸爸的體法吧，

自由玩 是由兒童主導，隨他們的興趣出發的遊戲活動。因此，成人不應對他們的遊戲活動加上不必要的限制。為孩子選擇**興趣班**的首要考慮就是要尊重兒童的興趣，不應強迫他們參與。**遊戲**主要是讓兒童有輕鬆及自主的時間，讓他們可與其他人建立友誼，增加溝通機會。

**自由玩:** 經常到公園，任由小孩兒自由自在地跑來跑去，在家裡，亦可簡簡單單地用一些枕頭、被作玩具，加強親子的關係

**興趣班** ~ 最重要是從孩子的興趣出發，如果興趣班演變成比賽和考試，失去了興趣班的意義

**遊戲** ~ 發掘孩子的潛能、提高孩子 EQ、大肌的活動亦可幫助大腦發展



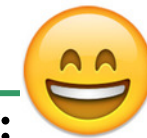
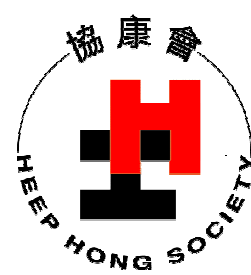
### 爸爸信箱



歡迎你將 喜樂 與 煩憂

寄給我們!!!!讓我們一同分享與交流

海富中心地址:九龍旺角海泓道海富苑海欣閣一樓



2015年2月

今期內容

- (一) 爸爸的話
- (二) 爸爸增值學堂
- (三) 爸爸學習平台
- (四) 爸爸孩子遊戲成長室
- (五) 男色花絮直擊報導 (六) 男健百子櫃

序言：爸爸俱樂部第十六期出版了，把一份「SMART爸爸」的貼士和經驗與大家一同分享，讓大家感受一份『有型與無型』的關愛!

## (一) 爸爸的話



二〇一五年一月十八日(星期日)，陽光普照的一天，海富家長資源中心舉辦了一個名為『親親孩子自然樂』的家庭活動，讓爸爸和孩子在冬日中享受戶外的樂趣 !!

(一) 在大自然中 爸爸和孩子 有什麼感覺，這感覺來自?

皓爸爸: 很舒服，風景很美麗

彭爸爸: 當孩子去探索周圍，爸爸就會在背後觀察，在必要時作出協助和教導。

健爸爸: 感到放鬆，因為大自然的寧靜、清新的空氣、綠油油的樹等都使我們感到放鬆。

卓爸爸: 孩子感覺興奮，可接觸昆蟲及植物。爸爸好像重返童年時代，感覺來自大自然綠色世界。

林爸爸: 爸爸感受到孩子的活潑，自由自在無拘無束。

浩爸爸: 可以觀察很多事物，全家人一起好開心，很舒服。

(二). 請爸爸用一種大自然的東西形容自己和孩子，試解說你的選擇。

皓爸爸: 爸爸是太陽，孩子是幼小的樹苗。因為太陽可幫助幼小的樹苗成長和給他溫暖。

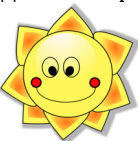
彭爸爸: 獅子爸爸和小獅子，會放膽的給他自由探索，糾正錯誤的行為，暗中護兒子，令他堅強和自立。

健爸爸: 樹和果實，因為營養都會傳到果實，以使果實成長得更好。

卓爸爸: 仙人掌，保護家人及孩子免受外敵侵襲，外形針刺狀，內裡保存養料及長時間供應養料予家人，同時生長於惡劣環境下仍堅強生存。

林爸爸: 可用飛鳥來形容我們，我們自由翱翔，逍遙於天地間。

浩爸爸: 爸爸是大樹，為孩子遮風擋雨，支撐大局，孩子是果實，在爸爸扶持下成長。





## (二) 爸爸增值學堂



### 專注力訓練遊戲——提升孩子專注力

- **拍掌遊戲 (幼兒)**  
開始時，父母將雙手固定放在胸前的位置，讓孩子以雙手與父母的手互拍。父母再上下左右移動雙手的位置，讓孩子也要專注的進行拍掌活動。
- **鏡子遊戲 (幼童)**  
跟孩子一起玩動作模仿，想像自己是一面鏡子，跟著父母的動作進行。剛開始給孩子的動作要簡單一些，速度也儘量放慢，等孩子熟悉後，可以互換角色，增加活動的趣味性。
- **拼圖遊戲 (兒童)**  
子女尋找正確的圖樣且方面可以訓練專注力，另一方面啟發聯想力與手指的靈活性。利用子女喜歡的卡通人物圖片或家人的照片，任意剪裁為數份 (以兒童的年齡而定其複雜度)。可黏在紙板上再切割，增加其厚度，方便子女拿取。
- **傳話遊戲 (兒童)**  
跟爸爸說一件媽媽交代的事情，從近距離短時間的練習，到遠距離長時間的傳話。在聽的過程中孩子需要一定的專注力，這是孩子必須養成的責任和習慣。親子溝通 相當重要，這樣才能做出正確的引導。

### 操作性家務活動(幼兒)

1. 分類遊戲，如：分豆子、衣服分類。
2. 擺放遊戲，如：擺放碗筷、衣物、鞋子。
3. 活動前，讓孩子在較安靜的環境中，一次進行一件事情，且儘量避免太多聲音、視覺的干擾。



### 益智遊戲(兒童)

- 象棋、撲克牌 (排順序、撿紅點)、跳棋、鬥獸棋。
- 需要高度的專注力，以及足夠的認知，才能有勝算的機會。
- 對於競爭性的活動，都會相當有興趣。

## (三) 爸爸學習平台

活動名稱 / 編號	日期 / 時間	地點	對象	名額	費用	內容
14/2/15 (六) (HFPRC-14-00227)	下午 5:00 - 6:15	海 富 中 心	爸 爸 會 員	10 名	全 免	兒童情緒處理~親子錦囊:有效的情緒管理能讓兒童建立良好的心理質素，是兒童健康快樂地成長和未來獲得成功的關鍵因素。
7/3/15 (六) (HFPRC-14-00228)						培養專注力，一切由家庭開始管教方式能影響孩子的專注力，例如：嘮叨而重覆的說話令孩子覺得厭煩、暴力的家長令孩子產生畏懼仇恨而反叛、這些狀況都對孩子的專注力有一定影響
18/4/15 (六) (HFPRC-14-00229)						如何提昇學習效能及動機：父母在管教尚在小學階段的孩子，最常遇到的難題是子女對學習提不起興趣、拖延做家課，作為父母可怎樣協助孩子
23/5/15(六) (HFPRC-15-00009)						功課奴隸:「勤力學習」，一直忙到晚上九點或更夜才可上床，無間斷又缺乏遊戲的環境下，對初小學生來說，是否理想的學習模式？

## (四) 爸爸孩子遊戲成長室

透過唱歌、遊戲、讓兒童學習輪候、分享及與人合作的能力，讓爸爸認識孩子成長需要，掌握有效的方法及技巧，協助子女成長。以下是 2 / 15 - 5 / 15 聚會日期；

14/2、7/3、23/4、23/5 /15(六)，時間:下午 4:00-6:15，費用：每節費用\$ 40，

地點: 九龍旺角海泓道海富苑海欣閣地下及一樓

