



「升級遊樂場 星級新未來」倡導計劃便覽

A. 活動概覽

「升級遊樂場 星級新未來」倡導計劃由智樂兒童遊樂協會、聯合國兒童基金會香港委員會（UNICEF HK）及香港園境師學會攜手舉辦，希望引起公眾關注本港戶外遊樂空間的設計、規劃及發展。是次倡導計劃是聯合非牟利機構、專業人士及政府三方合作，期望能為所有兒童設計優質遊樂公共空間，從安全、通達發展至多元化，滿足社區內每位兒童的需要，並就其發展水平提供合適的遊戲，促進他們身心全面發展。

B. 甚麼是遊戲？

- 根據聯合國《兒童權利公約》第 31 條，遊戲是每一位兒童享有的權利。
- 遊戲是愉快童年的根本及重要關鍵，是孩子健康成長不可或缺的元素。
- 兒童遊戲是由孩子自我策動、掌控、建構的任何行為及過程。
- 兒童遊戲源自我本能驅動，是為遊戲而遊戲，並非為達到某種目的的手段，遊戲沒有固定模式，具備有趣、多變、靈活、富挑戰性等特性。

C. 遊戲的重要性

每日 1 小時「自由遊戲」

UNICEF HK 一直關注及努力實現兒童的遊戲權利，自 2013 年起，UNICEF HK 通過一系列倡議活動，鼓勵家長給予子女每日至少 1 小時的「自由遊戲」時間。國際社會同樣提出兒童「自由遊戲」的重要性，美國兒科學會的調查發現，兒童因為失去自由的遊戲時間，更易患上抑鬱及焦慮症，建議給予兒童每日至少 1 小時的自由時間。

「自由遊戲」通常是兒童自發的、無組織的，不受成人的方向所束縛的，但並不包括電子遊戲，以及由父母安排的課外活動及興趣班。「自由遊戲」讓兒童主導遊戲，培養兒童變得更獨立和自主，同時遊戲有助其體能及心理健康發展，改善社交能力，對促進兒童「生存」、「發展」及「參與」等權利都有莫大幫助。

D. 遊戲對兒童成長的好處

遊樂場為小朋友提供了一個相對安全及可控制的環境去探索和認識世界，小朋友在遊戲時會面對不同困難和挑戰，過程中將學會不同生活技能，有助兒童的社交、體能、智力、創意及情感發展，讓兒童開啟潛能、掌握未來，將來成為社會的主人翁。



E. 「自由遊戲」

孩子主導：孩子應該有玩甚麼、如何玩、怎樣玩的主導權，不應只能一味聽從成人的指示進行遊戲。因為遊戲著重兒童主動探索，在過程中發挖無限可能。

快樂成長：每個兒童都有遊戲的需要，在遊戲期間獲得的快樂，可令兒童感到放鬆、舒緩壓力，是兒童快樂成長的重要一環。

隨時隨地：當兒童提出想玩、想遊戲的慾望，成人不應該斷然拒絕，這樣可能對兒童構成傷害。事實上，不論任何情況亦都可以有「遊戲」的空間，即使在餐桌上，如果孩子提出想玩的要求，成人可以配合，因應現況，選擇一些合適、較靜態的遊戲，例如：講故事等。

自由空間：所指的「Playable Space」，包括：社區基建下的兒童的遊戲設施及空間；家長對兒童遊戲所持的態度；兒童在日常生活中，可以遊戲的機會；兒童在遊戲期間，是否可以充分發揮等。

F. 「升級遊樂場」的重要性

- 給予兒童創造個人的遊樂體驗，通過這些體驗，兒童能掌握不同的生活技能。
- 在安全、可控制的遊樂環境，為兒童提供接受挑戰的機會。
- 回應個別兒童的需要，不應因其的身體狀況、智力、精神健康、感官、情緒或社交能力、年齡國籍及背景而影響其遊戲權利。
- 讓每名兒童在其成長階段都能通過遊戲挑戰自我。
- 提供機會讓不同能力的兒童能一同遊戲。