



上週五全園活動進行視力與聽力保健宣導，透過行動劇以及影片，帶孩子建立保護聽/視力的概念。
 *聽力保健的方法:1. 不要掏耳朵，平常洗完頭，耳朵若有些許進水，只要稍微側著頭就好。2. 正確擤鼻涕:自嘴巴呼吸，以避免倒吸鼻涕。壓住一側鼻孔，適力將鼻涕擤出。結束後，再換另一側鼻孔。3. 盡量避免噪音/不大聲講話 4. 定期做聽力評估與追蹤

*視力保健的方法:1. 每天戶外活動 120 分鐘以上 2. 2 歲以下避免看螢幕，2 歲以上每日不要超過 1 小時
 3. 用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘 4. 均衡飲食，天天五蔬果 5. 每年定期 1-2 次視力檢查(觀察小朋友在語文區閱讀時，有時候會趴著看書，特別提醒以及要求小朋友要坐好再看書。)

上禮拜家長們收到孩子親手做的香皂，一定很開心。這禮拜結合主題、台語兒歌(洗身軀)以及身體自主權培力活動，我們帶孩子討論洗澡和洗頭髮的過程以及需要的物品。老師問孩子們在家洗頭髮時，會不會自己搓搓頭髮，大部分的孩子都說會，宥勳加碼說他會自己沖水，子芮再補充說她會自己洗臉，還有用水沖沖身體。討論完畢大家輪流幫娃娃洗完頭，洗完後大家聞聞看都說好香，宸濤說是甜甜的香味。老師提醒小朋友，家人幫忙洗澡時要配合家人以及感謝家人，另外要讓大人放洗澡水，不可以自己打開熱水，以免被燙傷。洗澡/洗頭幫助身體清潔，小朋友還小不會自己洗，需要家長幫忙，身體有些部位(如胸部和生殖器官)平常不能讓別人碰，家人幫忙洗澡時可以協助清潔。接著我們和孩子討論身體被觸碰時的感覺，請小朋友想想看是喜歡?不喜歡?不舒服?害怕?老師演要摸小朋友臉的人，徵求小朋友上台發表自己身體被碰到時的感覺。馥瑄一上台就用搖頭拒絕老師摸她的臉，夏培點頭接受老師摸她的臉，但用力一些時，夏培就說:不舒服。.....活動最後老師提醒小朋友要保護自己，當別人觸碰你的時候，不喜歡不舒服都可以拒絕或說出來喔。

△全園活動:5/29 洗身軀(台語)+律動、6/2 六月慶生活動

△主題活動:感謝爸爸媽媽幫我洗澡/洗頭△身體自主權培力活動

△主題繪本:鱷魚愛洗澡(小魯文化)、鱷魚放假了(漢聲)

△主題兒歌:禮貌歌

△大肌肉活動:體能器材一數字墊 △生活自理:洗頭髮時自己搓頭髮



聽/視力保健宣導



月亮班上台帶跳律動



我會洗頭



季節限定:阿勃勃

星期三天氣真好，我們在阿勃勃樹下，撿起掉落的花，收集好，拋向天空，感受一下黃金雨。

～老師的話～

*請家長協助提醒/要求幼兒閱讀時的坐姿，並注意光線是否充足。

*家長幫孩子洗澡時，請讓孩子學習自己搓搓身體，將毛巾擰乾擦擦身體喔。

～家長的分享～

家長簽名: