



主題名稱：感恩的季節 班級老師：宋芸蓁老師、李宇虹老師 出刊日期：112年7月07日

### 【本週活動概況】

@主題活動：討論製作戲劇表演宣傳海報、分享假日學習單、三隻好餓毛毛蟲~練習演說自己所擔任角色台詞、贈送班級自製禮物給畢業班哥哥、姊姊。

@繪本分享：我的海盜媽媽/采實文化、奶奶的記憶森林/親子天下、這是真的嗎?/上人文化

@兒歌、兒謠分享：無敵小可愛、打勾勾、抱一下、賜福與你、(閩南語)天黑黑

@大肌肉體能活動(數字墊)：墊上滾熱狗、墊上蜘蛛人/腹部核心練習、墊上小鱷魚/上肢肌力練習、走&跑草坪或大永仁操場進行活動。

@全園活動：7月份慶生

@學習區：數學區/七巧板-藉由與對應圖片拼出相同圖，觀察孩子對於形狀及空間的認知。

#### ◇主題概述：

大班哥哥、姊姊要畢業了，因此，藍天班一起討論後決定送上特別祝福，所以孩子們決定演出他們熟悉的繪本好餓的毛毛蟲所改名稱的<三隻好餓的毛毛蟲>戲劇，同時也一起討論製作宣傳海報，與哥哥、姊姊們分享他們即將演出的訊息，希望可以讓哥哥、姊姊感受到我們的心意。至於為什麼孩子們決定演出這齣戲，因為在分享完這本繪本後孩子們發現，毛毛蟲變成蝴蝶的過程不容易，不是一直吃、一直吃，就能夠長大，牠要知道自己能吃什麼，因此藍天班孩子們想告訴哥哥、姊姊們恭喜你們畢業了，也希望你們上國小繼續加油；要像毛毛蟲一樣成功蛻變成美麗的蝴蝶哦！

#### ◇大肌肉概述：

這週繼續進行數字墊活動，從大力士，變身鱷魚(讓孩子運手的力量，將身體帶往前)，匍匐前進...等活動項目；藉此可以培養孩子上肢肌耐力以及全身的平衡感。

#### ◇小故事分享概述：

這週利用視聽教學與孩子分享行動演說家力克·胡哲的故事，讓孩子們知道雖然力克·胡哲他沒有雙手和雙腳(剩一隻萎縮的小肉足)，但是他還是很努力的完成每一件事，主要傳遞正能量讓孩子瞭解到，遇到任何學習困難是去克服完成而不是輕易說放棄。



假日分享



學習區：數學區



贈送禮物給哥哥&姐姐



大肌肉體能活動  
(數字墊)

### ~藍天班老師的貼心小叮嚀~

1. (唸謠) 1根手指敲敲敲 2根手指剪剪剪 3根手指梳梳梳 4根手指飛飛飛 5根手指摸摸頭 6根手指變雨傘 7根手指變孔雀 8根手指吃麵條 9根手指掃掃地 10根手指拍拍手
2. 氣溫日漸炎熱，請協助孩子攜帶隨身手帕/運動後擦汗、帽子/戶外活動時須戴。
3. 孩子自己帶繪本分享給藍天友伴聽活動持續中，為保持繪本不讓友伴不小心損壞，因此，分享時候再請孩子從自己書包拿取即可。
4. 再次貼心呼籲：為配合託藥制度及用藥安全，孩子如有託藥需求請一定將藥袋、處方簽、託藥單都須放置藥袋一同帶來協助餵服。
5. 貼心提醒，現階段...**新冠狀肺炎 COVID-19、腸病毒...**等，病菌、病毒已又再度來到我們的大環境裡，請不容忽視它多變化的威力，因此，請務必避開群聚人潮或請記得為家人及孩子穿戴保暖外套並叮囑戴口罩、勤洗手，若有發燒及身體不適症狀不拖延，請立即就醫並且居家多休息，也務必落實「生病不上學」的原則。

~家長的分享~(背面有親子文章分享，並請家長分享閱讀後想法或是寶貝居家生活花絮，以讓我們更加了解寶貝的生活表現哦~v~)

家長簽名：

# 6歲前是關鍵期》好習慣越小培養父母越輕鬆！專家5心法，陪孩子練出好習慣

• 作者：未來 Family | 發表日期：2023-01-06

「習慣成自然」是大家耳熟能詳的一句話，因為習慣會在不知不覺中養成，卻根深蒂固的影響著我們。然而，每個孩子出生就是張白紙，思考及行為模式都是透過模仿來學習，因此越小養成好習慣越好。有哪些好習慣在6歲前一定要養成呢？本文邀請到專家來解析。

俗話說「從小養成好習慣，一輩子受用無盡。」《與成功有約：培養7個好習慣》兒童繪本版作者西恩·柯維指出，「好習慣能培養孩子自信、誠信與做正確事情的勇氣，樹立正確的原則。」而洪蘭在導讀中也提到，「習慣需要從小養成，小時候習慣養好，長大後可以節省很多社會成本。」

國家教育研究院退休研究員吳敏而博士認為，習慣是一種思維，除了外在行為，孩子的大腦如何去思考一件事、如何看待自己，從中養成好習慣，也是值得重視的。

## 6歲前必須養成的五個好習慣

親職教育講師澤爸（魏瑋志）指出，孩子兩歲前都是以自我為中心，兩歲後心理及大腦層級會邁入「他律期」，也就是孩子必須透過他人的正向管教，慢慢培養自律。雖然自律期要到18歲以上才會完全成熟，但6歲前養成好習慣，是訓練他邁向自律很重要的基礎，因此他提出學前孩子一定要培養的5個習慣。

### 一、為自己負責

澤爸認為孩子為自己負責，可以依照他的年齡與能力，爸媽慢慢地放手，最初始可以讓孩子學會負責任的，包括吃飯及收拾東西。以吃飯來說，這是成長歷程很重要的能力之一，練習在餐桌上自己吃飯、把碗裡的食物吃光等等。而吃完飯後，也要引導孩子練習整理用餐後的桌子，譬如：擦桌子、收拾餐具。

再者，舉凡收玩具、整理上學書包等，也是孩子應負的責任，知道睡覺時間到了要收玩具、玩完玩具後要歸位；到了上幼兒園以後，更要慢慢學會整理自己的書包。只是收拾玩具是立即、當下就能做到的事情，收書包的目的則是為了隔天，但孩子並沒有未來感的概念，澤爸建議可以在孩子有能力收、拿、放東西時開始培養，陪著孩子一起討論上學要帶的東西，如：水壺、文具、玩具等，用圖畫或照片列出清單，讓孩子有既視感。

但要提醒爸媽的是，若發生忘了帶文具，或是玩具分享日忘記帶玩具等，爸媽要忍住替孩子送去學校，讓他為自己負責、體驗後果，下次才會記得。

### 二、懂得人際互動、相處

孩子進入團體生活後，難免都會跟同儕有些衝突，但學校老師並不如父母一樣隨時在側，因此澤爸認為，讓孩子學會表達自己的想法，並在衝突之後如何跟對方繼續玩下去，是很重要的思考習慣。比方說，孩子跟手足或同齡孩子在搶玩具時，父母不要急著介入，若發現越吵越兇、孩子來告狀時，也別把自己當作法官或裁判，下「這樣是你的不對」、「哥哥要讓弟弟啊」等定論，而是先理解孩子們生氣跟衝突原因，用引導的方式說：「你們等雙方情緒穩定後，想想看下次一起玩的時候，怎麼樣才能讓兩個人都玩到？如果生氣的話，是不是有除了打人以外的方式表達自己很生氣？」沒有手足的家庭，也可以參加PG團體（學齡前共玩團體），慢慢學習跟同儕相處。

### 三、擁有同理心

澤爸說，孩子4~6歲以後最好要有同理心的養成，如果在團體中凡事只考慮自己，未來容易在社交上出現困難。同理心是期望孩子能站在他人的角度想事情，但在此之前，更重要一步是「孩子要先被同理，他有了被同理的感受，才會懂得去同理別人。」

比方說，天氣冷孩子卻不想穿外套，以爸媽的立場當然會擔憂，但我們可以用提醒的角度問：「天氣變涼了，你要不要多穿一件？」若他堅持不會冷，比起強硬地說：「沒有，你會冷，過來穿外套」，不如回「沒關係，但媽媽擔心你跑來跑去流汗後吹到風會感冒，如果你覺得有點冷，一定要來找我，或是我看到你有打噴嚏，就要穿外套囉！」

當孩子表達出自己的想法及感受有受到尊重，且是被包容、接納的，孩子的內在能量才會湧出，也就更有能力去愛別人、尊重及同理他人。

未完.....下週待續