白 兔 班 班 刊

115. 9. 30.

【聖保羅親職園地 】

教養孩子懂得惜福與感恩

擷取自親子教養文章

擔心自己的小孩，將父母或是長輩的付出視作理所當然，甚至仗著阿公阿嬤的溺愛有恃無恐，而導致行為偏差的情況嗎？其實，正確引導孩子感恩與惜福，也是父母的必修課，而細節就藏在日常生活以及父母的言行舉止中，以下 5 個生活教養幫助孩子養成珍惜好習慣，父母必須知道！

第 1 招：東西壞了，別急著買新的

玩具買回來沒玩幾次，就想要再換新的，或是文具一壞掉就馬上丟掉，如果這樣的情況經常發生的話，孩子在潛移默化中，難免容易養成浪費的壞習慣。

因此，爸爸媽媽不妨以身作則，如果發現玩具只是某個零件脫落，修一修就能繼續用，就不必急於換新；另外，父母也可以從小養成孩子環保的態度，將玩具及衣服等捐贈給有需要的人，讓孩子從而珍惜自己所擁有的生活。

第 2 招：從小培養金錢觀念

父母絕對有必要從小灌輸孩子正確的金錢觀念。

父母可以定期給孩子零用錢，趁機給孩子機會學習控制自己的開銷，當孩子知道一切得之不易後，才會珍惜及感恩因為金錢獲得的一切，同時也會感受父母賺錢的辛苦啊。

第 3 招：設定規則，避免有求必應

身為父母，自然想給孩子們最好的，然而正因為太容易得到，小孩多數不懂何謂「得之不易」，等到孩子變得愛慕虛榮，開始提出過分要求時，父母想阻止就太晚了。

所以，從小和孩子設定規矩，讓小孩知道父母並不是有求必應，而是要在合理的範圍內提供生活所需，才能避免寵壞小孩。比如父母出門前，可以規定購買玩具的頻率與價格，同時也要控制自己不要一出門，就想給孩子買東西，讓小孩有錯誤的期望值才好！

第 4 招：父母也要和孩子說謝謝

很多時候，當父母擔心孩子覺得爸媽的付出理所當然的時候，這時候父母們是不是也不妨想想，妳會跟孩子們說謝謝嗎？

千萬別小看這些感謝言語的力量，比如小孩今天在路上主動幫忙路人撿起掉落的物品，父母的一句「謝謝你今天學會幫助他人」，就能讓他們感覺自己的付出被珍視，日後也將會繼續擴大自己的好心腸呢。

第 5 招：可以常跟孩子聊感恩

惜福與感恩本來就很抽象，是需要父母的引導和示範，才能幫助孩子建立感恩的概念。

可以試著這麼做，每天飯後和孩子聊一聊今天一天過得如何，有遇到什麼讓他覺得很感激，或是開心、難過的事情？孩子或許無法給出具體的回答，父母依然可以鼓勵說到：「無論如何，你今天也在用心生活呢！」趁著每天聊天的機會，也可以讓孩子學習觀察自己的感受，進而學會珍惜自己的付出呢！

【活 動 剪 影】

主題活動-變變變我是誰？
（百變的嘴巴）
讓寶貝自己尋找喜歡的嘴巴造型，
並黏在嘴巴的位子上，
再讓寶貝說出嘴巴造型的名字！

【活 動 剪 影】

主題-可愛的我（美勞創作）
跟我一樣可愛
我們利用各種美勞素材，創作五官~
可愛的我
這是我創作的作品
我們利用簽字筆畫上身體
可愛的我
美勞活動是「可愛的我」主題創作，能幫助孩子透過動手做認識眼、耳、口、鼻與眉毛的位置和功能~

【活 動 剪 影】

小肌肉活動
高麗菜變變變

我們一起摸摸看葉片滑順或粗糙的感覺~

在剝高麗菜的過程中，還可以聽見清脆的剝開聲~

透過手摸，感受 高麗菜葉片的緊實度與紋理。

8月兒透過觸摸與剝高麗菜，
能有效促進手部小肌肉發展與感官統合。

【活 動 剪 影】

大肌肉活動-跨欄

寶貝進行「外圍跑」和「跳跨欄」是非常理想的體能訓練遊戲。透過這種結合跑步與跨越障礙的運動，能有效提升孩子的腿部肌肉力量、前庭平衡覺與手眼腳的全身協調性。

【活 動 剪 影】

小小觀察員-

小小毛毛蟲的大夢想

我們觀察毛毛蟲的顏色，身上的紋路和牠是怎麼蠕動前進的。

我們觀察無尾鳳蝶的外觀特徵，主要可從翅膀（後翅）沒有長長的尾狀突起喔！

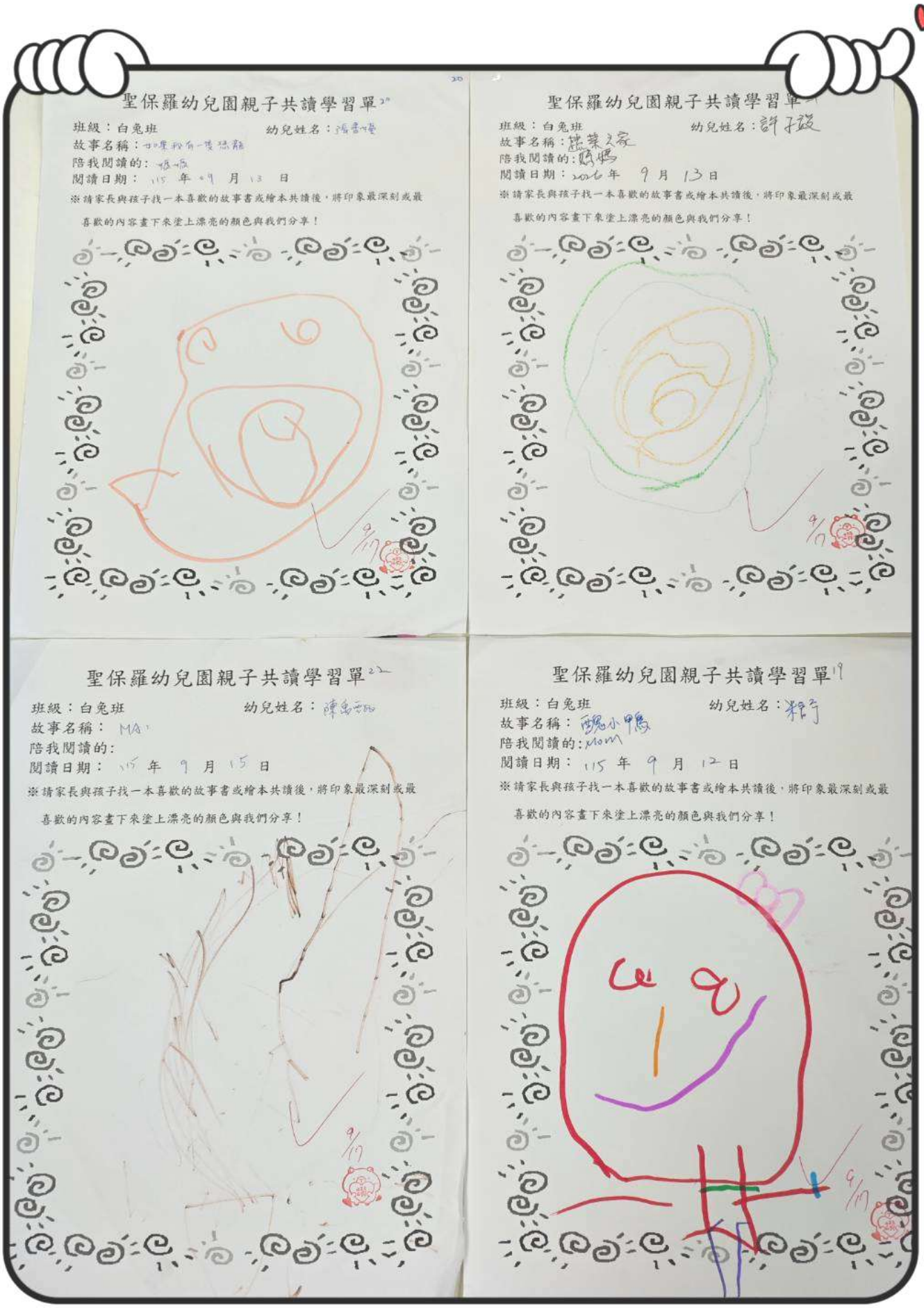
【活 動 剪 影】

園長媽咪~
透過情境模擬，
教導幼兒「趴下、掩護、穩住」口訣，
並在日常中進行實際演練。
讓孩子更加了解地震來了該如何保護自己~
地震來了趕快躲到桌子底下
複合式防災演練
地震來了我們趕快躲到桌子底下，並拉住桌腳！
我們逃出來
也是用書保護自己的頭部
我也要趕快拉住桌腳

【活 動 剪 影】

慶中秋活動花絮
哇！好多
中秋節食材！
后羿射日
我們要撈黃色的球，因月亮是黃色的唷！
我們把月亮撈起來了，真開心！
我來當后羿
把箭射過去太陽裡面~
HAPPY DAY
我是小吳剛
準備砍樹囉！
我們一起來砍樹~
我們也一起來幫玉兔搗藥
我們來幫玉兔搗藥囉！

親子共讀學習單分享



聖保羅幼兒園親子共讀學習單 20

班級：白兔班　　幼兒姓名：張書曼

故事名稱：如果我有一隻恐龍

陪我閱讀的：媽媽

閱讀日期：115 年 09 月 13 日

※請家長與孩子找一本喜歡的故事書或繪本共讀後，將印象最深刻或最喜歡的內容畫下來塗上漂亮的顏色與我們分享！

9/17

聖保羅幼兒園親子共讀學習單 21

班級：白兔班　　幼兒姓名：許子毅

故事名稱：蔬菜之家

陪我閱讀的：媽媽

閱讀日期：2026 年 9 月 13 日

※請家長與孩子找一本喜歡的故事書或繪本共讀後，將印象最深刻或最喜歡的內容畫下來塗上漂亮的顏色與我們分享！

9/17

聖保羅幼兒園親子共讀學習單 22

班級：白兔班　　幼兒姓名：陳禹[illegible]

故事名稱：MA

陪我閱讀的：

閱讀日期：115 年 9 月 15 日

※請家長與孩子找一本喜歡的故事書或繪本共讀後，將印象最深刻或最喜歡的內容畫下來塗上漂亮的顏色與我們分享！

9/17

聖保羅幼兒園親子共讀學習單 19

班級：白兔班　　幼兒姓名：[illegible]

故事名稱：醜小鴨

陪我閱讀的：Mom

閱讀日期：115 年 9 月 12 日

※請家長與孩子找一本喜歡的故事書或繪本共讀後，將印象最深刻或最喜歡的內容畫下來塗上漂亮的顏色與我們分享！

9/17

親子創意學習單分享

聖保羅幼兒園創造思考親子活動單 115/9/24(小)

班級：小 號姓名：吳書瑜

主題名稱：我
活動名稱：感官小精靈
學習領域：身體動作與健康、社會、美感
學習指標：身-小-1-1-1 認識身體部位或身體基本動作的名稱
社-小-2-2-1 表達自己的想法
美-小-2-2-1 把玩各種視覺藝術的素材與工具，進行創作

(一) 我的五官有哪些部位呢？請說一說，並請家長幫忙寫下來(敏覺力、流暢力、精進力練習)

1. 我的五官：
☞ 眼睛 鼻子 耳朵 嘴巴 頭髮

2. 請在下方的臉部輪廓裡畫(或貼)上五官。(你可用不同的素材貼上五官喔!)
(安全考量：若需要使用剪刀剪貼，請家長務必全程在旁陪同!)

聖保羅幼兒園創造思考親子活動單 115/9/24(小)

班級：小 號姓名：[illegible]

主題名稱：我
活動名稱：感官小精靈
學習領域：身體動作與健康、社會、美感
學習指標：身-小-1-1-1 認識身體部位或身體基本動作的名稱
社-小-2-2-1 表達自己的想法
美-小-2-2-1 把玩各種視覺藝術的素材與工具，進行創作

(一) 我的五官有哪些部位呢？請說一說，並請家長幫忙寫下來(敏覺力、流暢力、精進力練習)

1. 我的五官：
☞ 眼睛 鼻子 嘴巴 耳朵

2. 請在下方的臉部輪廓裡畫(或貼)上五官。(你可用不同的素材貼上五官喔!)
(安全考量：若需要使用剪刀剪貼，請家長務必全程在旁陪同!)

聖保羅幼兒園創造思考親子活動單 115/9/24(小)

班級：小 號姓名：[illegible]

主題名稱：我
活動名稱：感官小精靈
學習領域：身體動作與健康、社會、美感
學習指標：身-小-1-1-1 認識身體部位或身體基本動作的名稱
社-小-2-2-1 表達自己的想法
美-小-2-2-1 把玩各種視覺藝術的素材與工具，進行創作

(一) 我的五官有哪些部位呢？請說一說，並請家長幫忙寫下來(敏覺力、流暢力、精進力練習)

1. 我的五官：
☞ 鼻子 頭髮 耳朵 嘴巴 眉毛

2. 請在下方的臉部輪廓裡畫(或貼)上五官。(你可用不同的素材貼上五官喔!)
(安全考量：若需要使用剪刀剪貼，請家長務必全程在旁陪同!)

聖保羅幼兒園創造思考親子活動單 115/9/24(小)

班級：小 號姓名：[illegible]

主題名稱：我
活動名稱：感官小精靈
學習領域：身體動作與健康、社會、美感
學習指標：身-小-1-1-1 認識身體部位或身體基本動作的名稱
社-小-2-2-1 表達自己的想法
美-小-2-2-1 把玩各種視覺藝術的素材與工具，進行創作

(一) 我的五官有哪些部位呢？請說一說，並請家長幫忙寫下來(敏覺力、流暢力、精進力練習)

1. 我的五官：
☞ 眼睛、嘴巴、鼻子、眉毛、耳朵

2. 請在下方的臉部輪廓裡畫(或貼)上五官。(你可用不同的素材貼上五官喔!)
(安全考量：若需要使用剪刀剪貼，請家長務必全程在旁陪同!)