

浣熊班班刊

115. 5. 31



## 【聖保羅親職園地】

～有規律的生活是快樂家庭的基礎～

小孩每天要有固定的就寢和起床時間，生活有一定的節奏，每天在固定的時間起床，固定的時間吃飯，固定的時間睡覺，家人的愉快生活就建立在這種固定節奏的基礎上。

想睡就睡、想吃就吃的不規則生活雖然很輕鬆，但孩子們正處於成長發育階段，應該要有固定的作息時間，以免影響孩子的各項發育。

現在小朋友身邊到處充滿 3C 產品，許多家長常用 3C 產品取代對孩子的陪伴，小朋友們也通常對這些產品愛不釋手，我們不能因為孩子玩得很開心就讓孩子看電視或玩 3C 產品玩到深夜，結果第二天早晨無法在固定的時間起床，我們做父母的有責任給孩子們一個規律的生活作息。

孩子每天至少要有固定的起床及就寢時間，有時候，當家人快樂的聚在一起時，小孩子會想要晚一點睡，這種時候，一定要狠下心來，毅然告訴孩子「已經是小孩子該上床睡覺的時候了。」

以前的小孩，生活作息都很有規律，基本上都能保持早起早睡的生活方式，但是，一年中可以有幾天可以晚睡的日子，每個家庭的情況不同，例如：暑假的聚會、除夕到大年初一這三天的時間，可以跟孩子溝通，這三天是可以允許晚睡的，除此之外的日子都必須有規律的生活。

最好父母有一方的生活步調是和孩子一致的，因為當父母生活節奏沒有規律時，也很容易影響到孩子的作息，父母一定要以給孩子規律的生活作息為前提，這樣才能從小建立孩子正確的作息觀念。

有規律的作息才能有清晰的頭腦、健康的身體及健全的心靈，如此也能營造一個有愉快氣氛的家庭生活哦！切記！3C 產品不能取代您的陪伴，也不能讓 3C 產品搗亂孩子甚至整個家庭的生活作息哦！

## 【主題活動概要】

※主題名稱：美麗的台灣

※好品格：一. 保健：我會正確洗手～濕、搓、沖、捧、擦。  
二. 負責：自己的事情，我會自己完成。

※國語兒歌：

1. 快樂野餐

大樹當陽傘，  
草地上野餐，  
小鳥兒來作伴，  
開開心心一起玩。

2. 大豐收

吼嗨央，大家手牽手，  
唱歌、跳舞、甩甩頭，  
一起慶祝大豐收

※出汗性大肌肉活動～

1. 桶椅 2
2. 充氣墊 1
3. 充氣墊 2
4. 泡泡球

※寶寶探索～

1. 我會洗手～  
洗手 5 步驟～濕、搓、沖、捧、擦。  
我會把手洗乾淨。

## 【學習區活動概要】

- 一、音律區～
1. 引起動機：春天
  2. 音樂活動：農夫&稻草人&布穀鳥
  3. 歌曲教唱：猜拳歌
  4. 樂器介紹：響棒&棒棒糖鼓/木鳥&手搖鈴
  5. 樂器與歌曲合奏：猜拳歌/布穀鳥
  6. 魚兒水中游：  
魚兒魚兒水中游，游來游去樂悠悠。  
倦了卧水草，餓了覓小蟲。  
樂悠悠，樂悠悠，水晶世界真自由。

- 二、數學區～
1. 認識顏色：咖啡色
  2. 複習形狀：大、小
  3. 數字 8、9 及數與量的對應

- 三、美勞區～
1. 愛的小花籃：毛線+輕土+毛根
  2. 小籠包：蠟筆+輕土

- 四、生活自理區～
1. 我會自己搗麻糬
  2. 我會自己塗乳酪醬

- 五、烹飪區～
1. 芝麻麻糬
  2. 水果乳酪塔

## 【童 心 童 語】

★有一天早上點心是魷仔魚粥，恩齊一吃到魷仔魚～

恩齊：「這是我抓的！」

老師：「你去幫廚房媽媽抓的嗎？」

恩齊：「對！我幫廚房媽媽抓的。」

★老師幫蒞晴綁頭髮時一起聊天～

老師：「今天綁包包頭好嗎？」

蒞晴：「好～媽媽都會綁包包頭。」

老師：「那爸爸會綁包包頭嗎？」

蒞晴：「爸爸不會，爸爸會綁麵包頭」

(浣熊班老師提供)

★喬宇在家和爸爸媽媽一起吃晚餐的時候，爸爸看到一隻蚊子

爸爸：「欸！有蚊子。」(試圖要去打蚊子)

喬宇：「吃飯了啦～還在那邊…等一下我處理。」

爸爸媽媽覺得很好笑，和老師分享

老師：「對…老師很常和寶貝們說，《好～等一下我處理》。」

(喬宇媽咪提供)

★妍霏：「媽媽帶我去游泳。」

媽媽：「那等爸爸腳好了再一起去。」

妍霏：「那我們兩個去就好！你帶我去，因為爸爸腳受傷。」

媽媽：「可是這要媽媽要自己照顧你，累累耶。」

妍霏：「我會照顧媽媽。」

媽媽：「這樣啊…哈哈」

(妍霏媽咪提供)

★馨悅：「媽媽！媽媽！你有被燙到嗎？」

媽媽：為什麼我會被燙到？

馨悅：因為你在煮魚魚啊！


(原來是前幾天煎魚油噴的都是，很燙。媽媽跟阿悅說很可怕會受傷，不要靠近。在此之後，每次煮魚時，阿悅都會問媽媽有沒有受傷跟燙到。)

(馨悅媽咪提供)

## 【溝通橋】

★5月份的共讀單，感謝家長陪同寶貝完成。親子共讀除了可以增進親子的感情，其實非常有助於學齡前兒童的腦部發展，還能夠啟發寶貝們的想像力與創造力，對寶貝的語言發展、理解能力等，更具有正向效果喔！

### ★5/12(二)戶外教學-光榮碼頭：

今天帶著寶貝們前往光榮碼頭戶外教學囉！一從學校出發，小浣熊們的興奮雷達就瞬間點亮。一路上在車上化身「熱血導航員」，搶著跟老師分享：「你看～是汽車！」、「老師！那邊有救護車耶！」。抵達光榮碼頭後，迎面而來的是好多帥氣的快艇和各式船隻，寶貝們還興奮地指著遠方的大港橋驚呼連連！看到大家這麼開心，老師決定加碼送上限量行程 $\star$ 一繞去香蕉碼頭看超巨大的貨船，沿途還順道去駁二大草原看了火車喔。一整天下來，小浣熊們的笑容和驚呼聲完全沒停過，真是充滿電力又快樂的一天！

### ★5/12(二)烹飪活動-搗麻糬：

藉由搗麻糬的活動，我們帶領孩子們近距離觀察糯米，看看生糯米與煮熟的糯米有什麼奇妙不同之處呢？活動中，寶貝們化身為一隻隻可愛的小玉兔，雙手握著杵臼、賣力地將糯米搗呀搗。看著糯米漸漸變成軟軟QQ的麻糬，大家都驚呼連連！最後沾上香甜的芝麻糖粉，寶貝們都吃得津津有味，還一碗接一碗地找老師續碗呢！

### ★5/19(二)烹飪活動-水果乳酪塔：

這次我們帶著寶貝們一起動手製作「簡易版水果塔」！我們準備了香脆的奇福餅乾、濃郁的乳酪醬，以及寶貝們最愛的水果丁。小浣熊們有模有樣地先把乳酪醬均勻塗抹在餅乾上，再小心翼翼地擺上自己喜歡的蘋果丁、火龍果丁，最後加上老師驚喜加碼的小藍莓，色彩繽紛的水果乳酪塔就大功告成囉！看著自己親手做的點心，寶貝們都吃得好開心、好滿足呢！

## ★5/26(二)舀水運水比賽:

這次的綜合活動，我們舉辦了超好玩的「舀水運水比賽」！過程中，小浣熊們，每個人眼神都無比專注，雙手緊緊握著水瓢，每一步都走得又穩又精準，深怕漏掉任何一滴水，努力把水運送到指定的水瓶裡！這項任務看似簡單，其實大有學問喔！這不僅是一場趣味競賽，更在無形中訓練了寶貝們的手眼協調，還大大考驗了大家的耐心與穩定性。看著每隻小浣熊都順利完成任務，真的要幫大家拍拍手，你們太厲害啦！👏✨

## ◎愛的小叮嚀

★寶貝們如需餵藥的話，請在餵藥當天日期的早上、中午、下午或其他(如:睡醒)，在需要的時段勾選；如藥需要冰，請帶當天的藥量放在藥袋裡(一天要吃的包數。EX:1天吃2次，就帶2包，以此類推)；藥水罐請貼上或寫上名字(需喝幾ml請寫在罐子上)。

★請爸比、媽咪定期幫寶貝檢查書包內的備用口罩，能隨時保持2-5個備用口罩，並使用夾鏈袋裝好放置書包前的小口袋喔！  
~~感謝您的配合！~~

## ◎預告：

\*6/17(三)戶外教學-歷史博物館

\*本學期上課至7/29(三)

\*7/30(四)~7/31(五)消毒日停課

\*8/3(一)新學期開學日

【活動剪影】

小浣熊們祝福最愛的媽咪母親節快樂



【活動剪影】

#水果乳酪塔



#光榮碼頭



#搗麻糬



#白水運水接力賽



美麗的臺灣-美味的小吃

班級: 浣熊班  
姓名: 王冠菲 日期: 5/24  
家長簽名: 陳華琳

★臺灣有好多著名的夜市，夜市小吃種類多！  
請把喜歡吃的小吃畫在盤子上喔！（不限任何筆型唷！）

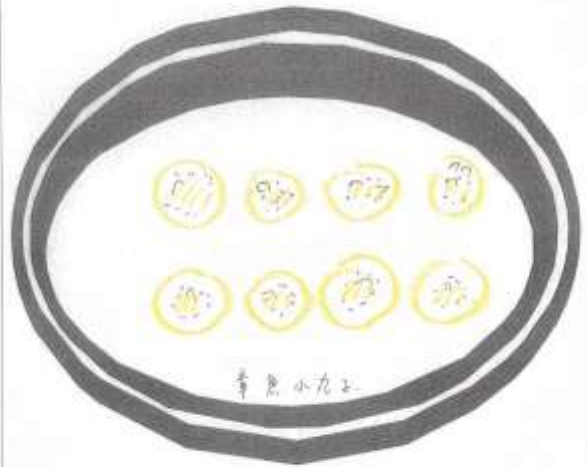


★你還吃過哪些小吃呢？或是還想吃哪些小吃？  
小上海、地瓜球、煎餃  
（請家長協助寫下來唷！）  
奶茶

美麗的臺灣-美味的小吃

班級: 浣熊班  
姓名: 李君軒 日期: 5/5  
家長簽名: 許心

★臺灣有好多著名的夜市，夜市小吃種類多！  
請把喜歡吃的小吃畫在盤子上喔！（不限任何筆型唷！）

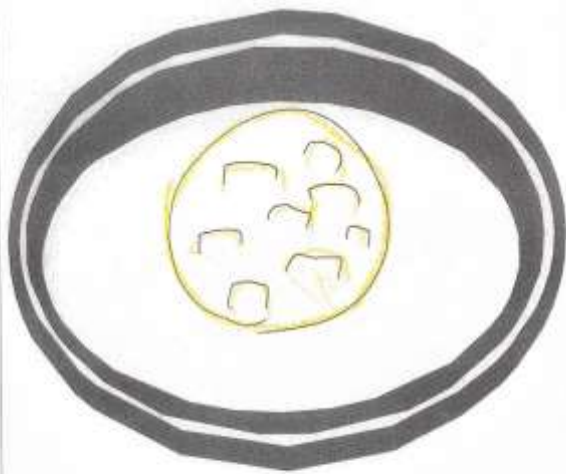


★你還吃過哪些小吃呢？或是還想吃哪些小吃？  
小丸子  
（請家長協助寫下來唷！）  
想吃福祿壽

美麗的臺灣-美味的小吃

班級: 浣熊班  
姓名: 李恩欣 日期: 5/5  
家長簽名: 許心

★臺灣有好多著名的夜市，夜市小吃種類多！  
請把喜歡吃的小吃畫在盤子上喔！（不限任何筆型唷！）



★你還吃過哪些小吃呢？或是還想吃哪些小吃？  
喜捲  
（請家長協助寫下來唷！）

美麗的臺灣-美味的小吃

班級: 浣熊班  
姓名: 鍾佳聖 日期:  
家長簽名: 羅 2010

★臺灣有好多著名的夜市，夜市小吃種類多！  
請把喜歡吃的小吃畫在盤子上喔！（不限任何筆型唷！）



★你還吃過哪些小吃呢？或是還想吃哪些小吃？  
喜捲、西瓜  
（請家長協助寫下來唷！）