

東華三院捷和鄭氏幼兒園

2020-2021 年度第一期校園點滴

童心抗疫



親子活動攻略

疫情下增加了家長與幼兒相處時間，家長可以善用這段時間與幼兒建立更親密的關係。除了規律的日常作息，家長在時間表上可安排親子玩樂的時間。例如：

- 製作小食-學習食材名稱、觀察變化。

- 一起閱讀故事書、看照片-提供語言學習環境，提升語言能力。

- 一起畫畫、做手工-提升雙手的能力及專注力。

- 聽聽音樂跳跳舞唱唱歌-做簡單運動，身心愉快。

- 做家務小助手-既能培養責任感又能提升自理能力

締造一個有品質的親子時間，不妨可參照以下要訣：

- 設定親子時間宜安排在每天的同一時間，讓幼兒能有所期待。
- 應把注意力放在孩子身上並享受共處的時間，故電視和手機宜關掉以免活動時受干擾。
- 了解及關注幼兒的需要，給予幼兒選擇有趣的家居親子活動機會，可讓幼兒更投入活動。

童心抗疫

生活在新型冠狀病毒感染影響下，出現了不少的變化，例如停課、與親友不能見面、減少活動空間等等。家長該如何與幼兒一起同心抗疫，讓彼此更能輕鬆適應生活變化？

一. 疫境下的新常規

有規律的起居和作息時間可以幫助幼兒建立安全感，減少不安和壓力。

制定有規律和健康的日程方向

- 保持正常的作息時間
- 維持健康的飲食習慣，定時飲食
- 保持良好的衛生習慣
- 每天都有運動和玩樂時間
- 安排一些學習和閱讀的時間



二. 良好溝通



在疫情影響下，在家工作和照顧孩子真是一件不容易的事。善用與幼兒的良好溝通技巧，不單讓幼兒在家較容易合作，還可以建立良好的親子關係。

1. 正面的指示

家長運用正面的語言來指示幼兒該做的事情。

例如：

「不要把玩具弄亂放」
「當我講電話的時候不要大叫」



「請把你的玩具收拾好」
「請保持安靜 15 分鐘」



2. 讚賞



適當和及時的讚賞有助鞏固幼兒的良好行為，所以家長可以留意幼兒的好行為，讚賞他們做得好的地方。

如：「我留意到你在吃飯前有洗手，這是一個好習慣！」
「你能夠自己收拾玩具，做得很好！」



三. 幫助幼兒與外界保持聯繫

家長可協助幼兒與親友保持聯繫，例如透過視像通話。

四. 讓防疫措施變得更加有趣

- 在洗手的時候，可以唱一首 20 秒的歌。
- 當孩子勤洗手的時候，應該讚賞他們。



五. 以身作則

家長是幼兒的學習對象，幼兒能透過家長日常示範漸漸適應疫境下的新常規，如：

- 保持社交距離
- 良好衛生習慣
- 關心家人
- 善待其他有需要的人



最後，家長們要好好照顧自己，因為這樣才能讓幼兒得到好的照顧。在適應抗疫新常態下，家長或會產生壓力，故應與家人溝通輪流照顧幼兒，適時做一些輕鬆的活動以保持輕鬆心情。避免接觸過多或失實的疫情資訊減少不必要的困擾。若遇到壓力或困難應儘早尋求協助，如：找信任的人傾訴，一起與幼兒同心抗疫，加油吧！

參考：衛生署學生健康服務(2021 年 2 月)。〈親子防疫攻略〉。



N 班校園點滴

幼兒園的生活真的很豐富！在幼兒園可以玩玩具、製作圖工和做運動，學習照顧自己和學習收拾。

玩玩具



製作圖工



大肌肉活動



照顧自己及課室





K1 班校園點滴

幼兒園的生活，除了認識新朋友，我們還學懂照顧自己，愛護周圍的環境，保持整潔。

收拾玩具



照顧自己



愛護環境



與朋輩玩耍，相處融洽





K2 班校園點滴

幼兒園生活多姿多彩，很開心可以與朋輩一起玩遊戲、合作做小幫手等。幼兒園舉辦了長者日，我可以製作小手工送給我的公公婆婆或爺爺嫲嫲孝敬他們。

長者日



玩遊戲



照顧環境





K3 班校園點滴

K3 小朋友在畫熊貓的主題中，一起分工合作，利用不同的環保物料製作竹子。過程中小朋友能互相商討、計劃、測試，各展所長，終於在老師的指導下順利完成了一棵 150 厘米高的竹子。





校園剪影

N 班新生適應

我可以上學了!有家人、老師和小朋友陪著我，十分開心。





校園剪影

K1 新生適應

開學了!課室有很多玩具，還有老師和小朋友。上學真快樂!



農曆新年網上慶祝會

校園剪影

網上進行新年慶祝會是一個新嘗試，小朋友十分投入，跳早操、聽故事、玩遊戲，玩得很開心！





校園剪影

長者日

我們製作了不同的禮物送給長者，表達了我們對身邊長者的關愛！





校園剪影

慳神村講座

透過有趣的講座和遊戲，小朋友學會在日常生活節約能源和珍惜食物。你看，小朋友在遊戲中玩得多起勁！





校園剪影

提供一個創造性環境，讓幼兒在遊戲中互動及體驗身體的獨特性，並透過身體來學習。

敢動課

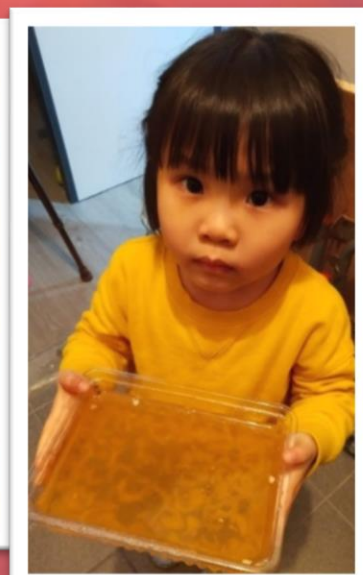




校園剪影

農曆新年資源盒

農曆新年假期中，小朋友透過多元化的新年資源盒，與家人透過故事、遊戲、製作手工和小食等活動，認識新年的習俗和感受節日的氣氛。







健康食譜



龍脷葉枇杷葉雪梨湯

龍脷葉枇杷葉雪梨湯有清熱潤肺功效，
可增強抵抗力，預防感冒及流感。



註冊中醫師邱穎
香港 01 教煮(2020 年 7 月)

材料：(3 人份量)

龍脷葉	30 克
枇杷葉	30 克
雪梨	2 個
豬腱	半斤
南北杏	各 10 克
蜜棗	2 粒
百合	15 克
水	2 公升

調味料：

鹽 適量

烹調步驟：

1. 龍脷葉、枇杷葉沖洗兩次，以清水浸 15 分鐘；南北杏、蜜棗和百合洗淨。
2. 每個雪梨切成 4 份，去芯和去蒂。
3. 豬腱以凍水氽水，其間可加少許酒辟腥。
4. 所有湯料連水下鍋，大火煲滾後，轉小火煲 1 小時 15 分鐘，加鹽調味即成。

註：雪梨連皮煲更有益，故不用去皮，但要注意徹底洗淨。

健康食譜

如意黃金卷

一般魚肉的脂肪含量較肉類為低，蛋卷內加上西芹可增加纖維素；以易潔鑊煎蛋皮可減低用油量。若小朋友不喜歡西芹的味道，可以青瓜或甘筍代替。



摘自衛生署「健康飲食在校園」——午膳食譜

材料(2 人分量):

蛋 2 隻

鯪魚肉 4 兩

西芹 1 棵

調味料：

老抽 2 湯匙

生抽 1 茶匙

糖 1 湯匙

烹調步驟：

1. 蛋打散，加入鹽、麻油打勻備用。
2. 易潔鑊燒熱，加少許油將一半蛋液倒進鑊中煎成蛋皮待用。
3. 將蛋皮置於碟上，鋪魚肉在上面與蛋皮大小相約。
4. 將西芹切成粗條放於魚肉蛋皮邊位，然後由西芹開始捲成蛋卷，再放入碟中隔水蒸熟。
5. 將蒸熟的魚肉蛋卷切成小片便成。

繪本介紹

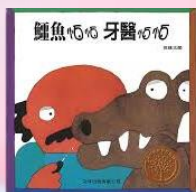
親子伴讀好處多，既可以培養幼兒閱讀興趣，也可以透過不同故事培養幼兒的品德及學習情緒表達。此外，透過有趣的故事內容，還可以促進親子互動建立更緊密的親子關係。

自理篇



書名：妮妮上廁所/波比上廁所

透過故事內容及互動的情節，讓幼兒知道如廁的步驟，有助幼兒進行如廁訓練。



書名：鯉魚怕怕牙醫怕怕

故事內容簡單、有趣，讓孩子知道，要好好保護自己的牙齒，一定要記得刷牙。在閱讀的同時父母可以與孩子一起角色扮演，從而訓練孩子的表達能力及增加親子間的互動！

趣味篇



書名：跑跑鎮

當貓撞到麻鷹會變成什麼？答案…係貓頭鷹。這是一本非常有趣的創意遊戲書，以融合和變化激發孩子的創意和豐富的聯想力。

品德篇



書名：山姆第一名
透過緊張刺激的賽車故事，傳達超越輸贏的真正價值。



書名：氣球國

氣球國的人民生活得很快樂。沒想到，某天從天上掉下一個箱，使氣球國的生活從此起了變化……透過故事，讓幼兒學習接納與包容。

情緒篇



書名：貝蒂好想好吃香蕉

故事內容描寫貝蒂是一個愛哭的猩猩，遇到不如意就會用大哭大叫來表達。透過故事家長可以引導幼兒用語言或其他方式來表達情緒。



幼兒園活動預告

活動名稱	對象	日期
*東華三院「童理心」講座－有效指示及合理後果	全園	29. 5. 2021
*幼兒園畢業典禮	K3	21. 7. 2021

*請家長預留時間參與有關活動

小朋友活動名稱	對象	日期
5 月親子敢動課	K1	8、15、22、 29. 5. 2021
5 月份生日會	全園	14. 5. 2021
兒童節慶祝會	全園	01. 6. 2021
6 月親子敢動課	K1	5、12、19、 26. 6. 2021
《看到的電力》講座	K3	07. 06. 2021
端午節慶祝會	全園	11. 6. 2021
6 月份生日會	全園	18. 6. 2021
香港特別行政區成立紀念日	全園	29. 6. 2021
歡送會及 7 月份生日會	全園	09. 07. 2021
8 月份生日會	全園	13. 8. 2021
機電安全講座	K1-K3	待定
香港話劇團－平民小皇帝	K2-K3	待定