

聖母幼稚園 雙月刊

第196期 24. 6. 2024



老師專欄

提升孩子專注力 (專注力訓練遊戲)

陳映琴老師

從家長觀課問卷結果得知，大部分家長最關心的其中一項就是如何令孩子更專心，因為會直接影響孩子的學習。言語治療智庫的言語治療師張美嫻指出，專注力弱是指「不能夠在有需要的時候集中和維持注意力。」許多研究顯示，專注力不足不單影響學習，亦會影響孩子的情緒、行為及社交溝通能力。家長除施以適切的管教法外，亦可嘗試在家中讓孩子透過遊戲，逐步改善專注力。以下提供數個專注力訓練遊戲，冀盼有助提升孩子專注，也讓家長們享受優質親子時光。

拍掌遊戲(雙掌互拍)：

剛開始時，家長將雙手固定放在胸前的位置，讓孩子以雙手與父/母的手互拍，父/母再上下左右移動雙手的位置，讓孩子也要專注地進行拍掌活動。

操作性活動：

只要是操作性活動就需要專心，例如穿洞洞板、夾豆子和分豆遊戲，但在進行活動前，先需考慮孩子坐姿及環境的安排，儘量避免太多聲音和視覺的干擾。讓孩子在較寧靜的環境中，一次進行一件事情。

圖形配對：

圖案組合的配對，可訓練孩子觀察力與圖形辨別能力，對於將來學習國字的部首及文字的組成都有極大的助益。

照鏡子：

家長與孩子面對面，兩人分別擔任照鏡子的人與鏡子，當鏡子的人必須模仿照鏡人的動作，照鏡子的人摸頭，他就摸頭；聳聳肩，他就聳聳肩，訓練孩子注意觀察和模仿動作的能力。剛開始時，給孩子的動作要簡單一些，速度也儘量放慢，待孩子熟悉後，可互換角色，增加活動的趣味性。

仙女棒：

家長可以直接以手指或手持類似仙女棒的道具，請孩子眼睛緊盯手指或仙女棒，並隨手指或仙女棒改變姿勢。例如：仙女棒高舉，就要墊起腳尖，做出好像要把身體拉高的姿勢；仙女棒低垂，就趴在地上爬行，也可自由變換動作，只要抓住緊盯仙女棒的原則就可以。

老師專欄

走直線、平衡木：

讓孩子先練習走直線，在直線中練習專注力，待孩子熟練後，再練習手拿著物品走直線（固體→液體），還可以腳尖接著腳跟，再到平衡木上行走，接著讓雙手舉直，或是雙手拿著物品行走。

傳說話：

回到家中可問問孩子，學校老師有沒有交代哪些活動？讓孩子嘗試講出來，或要孩子將母親交代的事情到學校跟老師說，讓她/他練習長時間的記憶，因在聽的過程中孩子需要一定的專注力，才會記得住，這是孩子必須養成的責任和習慣。而親子溝通非常重要，這樣才能做出正確的引導。可在家中先作練習，像是去跟媽媽說一件爸爸交代的事情，從近距離短時間的練習，到遠距離長時間的傳話。

謎底就在圖書中：

跟孩子說故事後，可問問孩子故事的人物？主要情節？內容重點？如孩子還是不清楚故事內容，讓孩子嘗試自己一邊看書一邊說故事，請他反問家人問題。這一部分主要是做閱讀理解的專注力訓練，讓孩子學習專心聽故事、看故事，還需理解當中的內容。

專注力是可經由後天努力而改善，父母可嘗試在生活小地方開始訓練「專注力不夠好」的孩子。然而，較嚴重的專注力不足個案確實需要有關專業人士協助及藥物治療，以讓孩子在學習及心身發展等各方面得到全面發展。

老師專欄

父母是孩子的情緒教練

幼A班 袁凱欣老師

「情緒」是人與人之間溝通和建立關係的一個重要部分，若孩子的情感表達在幼年時期已能被傾聽和回應，在成長路上，孩子就越能明白自己和別人的感受，對學習、工作、人際關係及面對困難，都有莫大的幫助。相反，若孩子在幼年時期所表達的情感，如開心、傷心、生氣、害怕、好奇及羞愧等都被漠視和拒絕，孩子便會接收到「我不應該表達需要和情感」的訊息，對孩子的成長發展將會有深遠的影響。

日常生活中，我們與孩子溝通的說話內容和態度，會影響孩子如何評價孩子自己。例如成長路上常被溫柔接納和回應情緒的孩子，會相信自己是一個被愛的人，長大後會懂得適時與人分享自己的感受和困難，會相信自己不需要獨自一人揹起所有重擔，同時懂得自我調節情緒，並在社交場景中能與人和睦共處。這些幼年時期的情緒記憶，原來都被身體儲存起來，讓孩子對周遭環境感到安全，長遠建立孩子自信的個性，以及展現與人友善相處的態度。

不論任何年齡的孩子，都很需要父母陪伴他們「共同調節情緒」，以幫助他們於日後面對艱難處境時仍能安然自在，以下是幫助孩子調節情緒的三個重點：

1 讓孩子安心感受自己的情緒

父母可先作幾個深呼吸，幫助自己放鬆。面對孩子的情緒感受，我們也許會想把孩子的情緒好好控制或把它輕描淡寫。遇到這種想法時，父母可以在深呼吸期間提醒自己：「人有情緒感受是很自然不過的事，孩子面對困難當刻需要的是你的慈愛，而非你的評價。」

2 與孩子共同調節情緒

若父母與孩子的共同調節情緒能力越好，孩子日後便更懂得如何調節自己的情緒。與孩子相處時，父母可以溫柔而堅定地回應孩子的情緒，慢慢地幫助孩子回到感到舒服的狀態：「嗯……我知道你現在感覺很傷心／不安／不知怎麼辦……」、「我看見你的生氣，知道你都辛苦了……」

老師專欄

3 與孩子心連心

家長可試著溫柔地安撫孩子、輕抱孩子，或者舒適地伴在孩子的身旁。當孩子身處於如暴風的情緒中，若父母能以溫柔和慈愛的語調和肢體語言跟孩子溝通，孩子便會感到自己的情緒是被接納的，也會因著父母與自己心連心而更容易平服心情：「你OK嗎？」、「如果你想，我可以坐在你身邊嗎？」、「我知道……你現在感到很不舒服……」、「我會在這裏陪著你，等待你舒服點呢！」

教養孩子永遠都不嫌太遲。只要我們願意，仍可選擇與任何年齡的孩子重新連結，學習觀察和回應孩子，讓他們感到被關心、被無條件地愛、被看為重要和被尊重，使孩子能安心展現自己，探索世界。

資料來源：《香港小童群益會-親子頭條》

老師專欄

音樂律動啟發幼兒創意

低D班 吳妍誼老師

著名音樂教育家達哥爾和奧爾夫都相信音樂和肢體動作息息相關，有着相輔相成的關係。達哥爾更提出體態律動理論，透過身體動作來感受節奏、音高、力度等音樂元素，進行自發性的律動，提高即場創作的準確性和速度。奧爾夫深受達哥爾的影響，發展出奧福音樂教育法，重視律動、樂器合奏及唱歌唸白，以探索和經驗來激發幼兒的音樂性，發揮想像力和創意力。進行創意性音樂—肢體動作的活動能提升幼兒不同方面的能力，例如：培養幼兒對音樂方面的感知力，提升對拍子、音高等音樂元素的掌握；培養幼兒肢體的平衡力、協調力，培養學生的專注力、反應力等。

同時創意有五大元素，是發展創意的重要一環，即：流暢力、變通力、精進力、獨創力和敏覺力。而創意除了「五力」，亦有「四心」，包括：冒險心、挑戰心、好奇心和想像心，培養幼兒創意思維的態度。一個音樂律動的活動需包括四心五力。

根據2017幼稚園教育課程指引指出，幼稚園課程有五大發展目標，美感發展是其中一環，而音樂和肢體律動與美感發展息息相關，應該透過創意活動激發幼兒對音樂律動的興趣，鼓勵幼兒自由創作，激發其創意力和潛能。

老師專欄

讓孩子迎接挑戰

高A班 楊淑儀老師

光陰似箭，日月如梭，這學年很快就結束了，各級的小朋友在新的學年裏面對不同的挑戰，各位家長你們是否準備好陪伴幼兒一起迎接新挑戰？當幼兒逐漸長大，作父母的應該給他們更大的空間去獨立思考和作決定，學習面對問題與解決問題的方法，而不是處處照顧得無微不至，建議家長們鼓勵幼兒多動腦思考、動手做。讓幼兒在體驗作決定時考慮哪些利弊得失，並學習對後果負責任。他們有過成功和失敗的經驗，再面對挑戰時將會更加機智。

家庭方面亦十分重要，要建立一個樂於解決問題的家庭氣氛。若父母能以樂觀、積極的心態面對生活中的事情，不怕困難，不逃避；幼兒耳濡目染之下，比較能模仿及認同這生活態度，創造自己積極的人生。

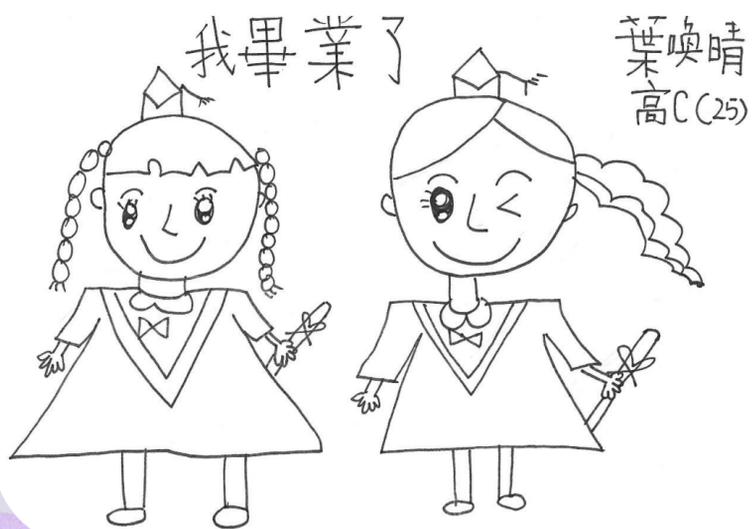
若幼兒在學習上遇到困難或感到沈悶，可反映他們的感覺、讚賞他們的努力及毅力，但記得不直給予特別的外在獎勵。亦教導幼兒學習接受失敗，避免強化競爭的心態，讓幼兒為自己定目標而不是與人比較。

資料來源：社會福利署中央輔助心理服務部



童聲細語

我畢業了……





童聲細語



孫卓翹
高B (18)

我畢業了!

我畢業了.....



翁妙坤
高A (24)

我會掛卦念老百市。



朱旻彤
高C(6)

我畢業了

happy

happy



梁譽珏
高B (14)

我畢業了!



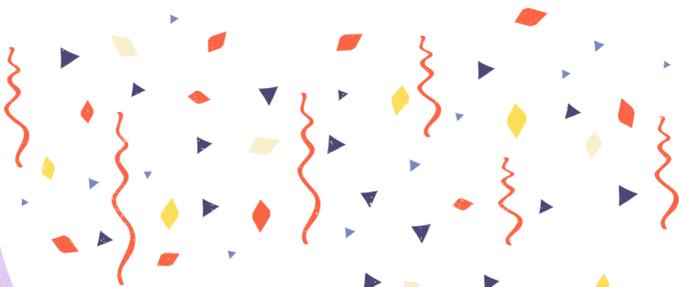
郭子正
高E(7)

我畢業了!



廖婉琪
高A (15)

我會掛卦念老師。





童聲細語

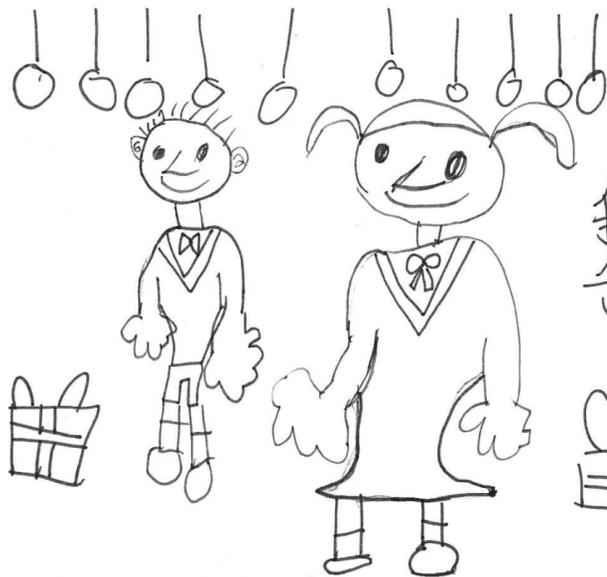
我升小學了，我……

譚羽瞳



我升上小學了!

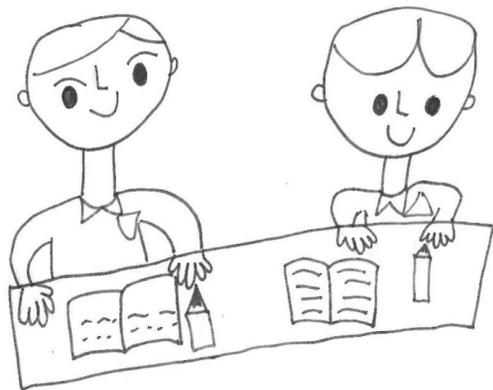
高F(16) ☆



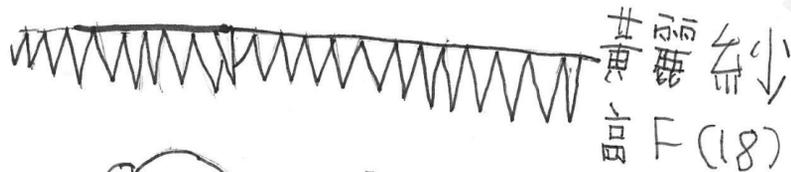
陳木熹
高F(3)

我升小學了!

黃梓朗
高C(2)

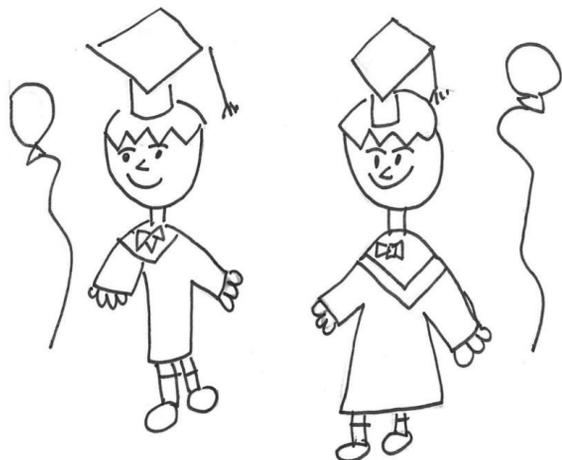


我升小學了



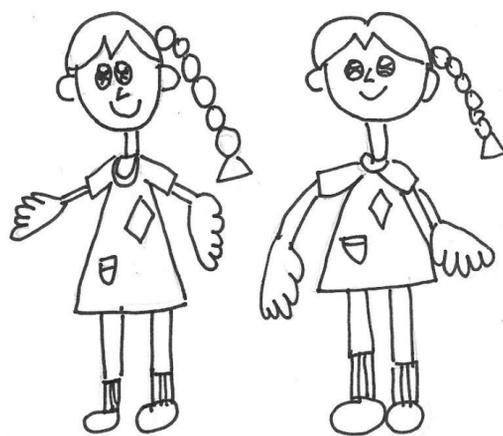
黃麗芬
高F(18)

我升小學了!



黎錫錫
高A(12)

我會掛念我的同學。



陳芷如
高A

我會掛念我的好朋友

梁凱婷
高C(16)



我升小學了



課堂活動花絮

幼兒班

我的志願Fashion Show (24/5)



我們都有夢想的職業！

課堂活動花絮

幼兒班

參觀衛生教育展覽及資源中心 (7/6)



保持衛生很重要！



德育遊戲



一同合力傳送沙灘用品。

課堂活動花絮

低班

惜食講座

我們知道如何珍惜食物！



啟思教育研究中心 故事劇場「小豬轉轉轉」



我們效法小豬，一同繪畫及實現夢想！



課堂活動花絮

低班

設計環保遊戲



兒歌朗誦比賽

低C 司徒慧芯



低D 蕭以桁



低A 古樂撞



優異獎

低A 蔡依晴

低B 何詩慧

低B 林傳行

低C 胡焯南

低D 胡德珮

低E 陳楚皓

低E 方穎彤



課堂活動花絮

低班



我們知道有益的細菌能為身體帶來益處。

參觀益力多
乳品有限公司



消毒



參觀廠房



聆聽講座



資料站

課堂活動花絮

高班

智在遊戲



我們合作完成各項挑戰！

參觀氣候變化博物館

救地球，應及時。
我們學會珍惜資源，
做個愛護地球的好孩子！



課堂活動花絮

高班



參觀聖母小學



到聖母小學體驗，當一天小學生！
校舍真大，小學生活多姿彩。

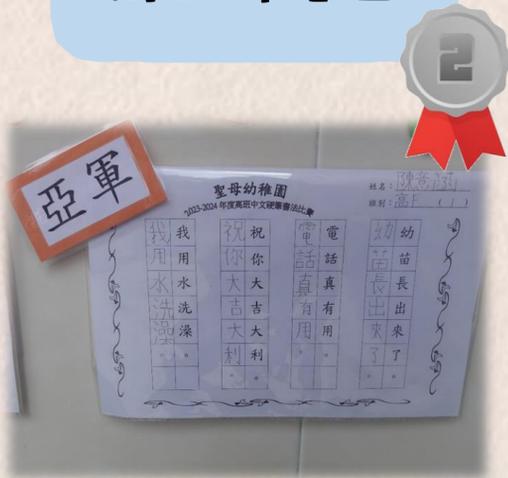


課堂活動花絮

高班

中文硬筆書法比賽

高E 陳意蕊



高A 翁妙坤



高A 李佳霖



優異獎

高B 黃天玗

高B 王榆銘

高C 黃穎瑤

高C 馬梓瑜

高E 胡琪瀚

高F 周泳希

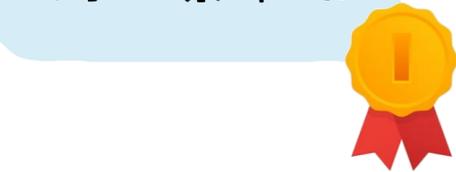
高F 畢妍滄

中文詩詞朗誦比賽

高A 文凱晴



高B 蔡卓瑜



高C 朱珏彤

高C 劉靜滄



優異獎

高A 張滄楠

高B 張咏楠

高E 譚梓彤

高E 李靖頤

高F 關心濶

高F 葉芊晨

會祖聖女瑪沙利羅

心意卡設計比賽

幼A 黃穎琳



低E 李心然



高A 廖婉珊



幼B 陳殷悅



低E 田沛臻



高C 葉喚晴



幼B 馮宥嵐



低A 張添榆



高A 文凱晴



優異獎



優異獎



優異獎

幼E 周若希

低B 王楚銘

高E 陳意蕊

幼E 袁依心

低E 許嘉桓

高F 魏旻奕



感恩節 (10/5)



透過話劇讓幼兒認識母佑會會祖聖女瑪沙利羅的生平。



幼兒班表演

感恩節
(10/5)



幼兒班及低班幼兒為節慶表演助興。



低班表演

感恩節
(10/5)



低班表演

感恩節 (10/5)



夏日水動樂



體驗消暑凍品



西瓜



豆腐花



雪糕



結束聖母月禮儀 (30/5)



幼兒以禱文及歌聲讚頌有「和平之后」之稱的聖母媽媽，並奉獻上代表和平的鴿子神花。



駐校社工傅姑娘為本校家長及幼兒舉辦遊戲及活動，助家長從中認識及體驗正向教養的技巧。

親子歷奇遊戲
(11/5)



2023 - 2024 年度 學生表現獎項得獎名單

	傑出獎	服務獎	品行獎	進步獎 (本獎項由 家長教師會設立)
高A	周汶欣、蕭玥呈	鍾熙忻	吳家儀	李樂怡、廖婉珊
高B	蔡卓瑜、王榆銘	彭玥澄	姜浩賢	秦加祁、孫卓翹
高C	朱阡彤、梁凱婷	劉靜滄	文雪瑩	孫卓叻、褚鎰政
高E	胡琪瀚、陳楚伊	李靖頤	張巧兒	周雨梵、李天柔
高F	周泳希、關心澄	葉芊晨	麥存希	潘熙嵐、盧鄩如

	進步獎	品行獎
低A	黃卓朗、曾嘉裕	方梓喬、古樂樞
低B	陳芷雅、尹墨晴	張晞童、黎祉愆
低C	司徒慧芯、周可茵	何曉珈、胡棹南
低D	關曉童、葉凱晴	陳亭羲、梁倬悠
低E	鍾鎮宇、鄧羽喬	許嘉桓、余衍慧

	進步獎	品行獎
幼A	黃穎琳	黃玥
幼B	陳錦怡	黃樂晞
幼E	譚芊瑜	陳語芯

THANK YOU

家長義工

本年度舉辦了不同類型的活動，過程有賴各位家長義工付出寶貴時間到校協助，使活動順利舉行。

節日校園佈置



高班燒烤活動



節慶活動



故事姨姨



各級參觀活動



攤位遊戲





「哇～嗚嗚哇哇哇～」聽到這哭聲，我們就知道「您」來到這世界了，歡迎你呀小寶貝！我們是多麼期待多麼興奮你的來臨，一早便幫你改好Ocean這個英文名，爸爸媽媽很希望這個名字會令你懂得以生命影響生命，人生中學會帶著愛，並且能夠擁有海納百川的廣闊胸襟。

由初初發現你來到媽媽肚內，後來期待你的心跳聲，每一下胎動，然後再隔着肚皮的互動，已經跟你認識二百多天了，終於…在那一天第一次跟你見面，第一次摸摸你的小手，孩子！很歡迎你呀！你第一次做我們的孩子，而我跟爸爸也是第一次做父母，有很多事情大家都一起學習一起成長，以後請多多指教啊！



還記得小時候你牙牙學語，走路像不倒翁的時候，教你企教你走路教你說話，那時候時常怕你跌怕你受傷，爸爸媽媽永遠都給你安排最好；來到今天轉眼間突然5歲了，現在的你會自己挑衣服，自己出主意，自己玩樂，自己嘗試選擇…什至有時候是你照顧我，幫我蓋被，提我別掛住忙先吃飯，而且時常給我擁抱…很多朋友也說你是大家的開心果，是真的！很感激你來大家身邊，帶給大家溫暖及無限歡笑，多謝你！現在你有自己的思想，自己的朋友，自己的愛好，爸爸媽媽覺得這樣很好呀，因為你學會建立自己的價值觀，正在累積拼出精彩人生的拼圖。

孩子啊！媽媽想跟你說：「將來會有很多不同的挑戰及美好的事物等待着你，你要記住永遠保持正面樂觀的心態，因為正確的價值觀及積極的態度一定能夠令你欣然面對。另外，認真學習認真工作同時，也不要忘記認真去玩啊，為自己加添更多正能量，幫自己打打氣！」當遇到挫折時，請你不要感到害怕，因為爸爸常常跟你說：「辦法總比困難多，動動腦筋，想想法子，一定會有辦法解決。」

不得不接受，小孩長大了！請問你可以長大得慢一點嗎？讓我多一點抱抱你，多一點陪伴你，不過，請你盡情發光，盡情振翅高飛吧，勇敢積極走出自己人生，因為無論你幾多歲，永遠也是爸爸媽媽心目中的小寶貝。



最後想說一句：「愷揚，爸爸媽媽永遠都很愛很愛您！」

小孩長大了

K2A 謝正鉉家長

小孩是個雙面人，在家中吵鬧不停，無片刻安靜；在外卻異常害羞，不肯發一言。每次帶他去見親友，他都躲在我們身後，探頭窺看，拒絕交流。

從幼兒班開始，老師、社工們都反映，孩子表現較內向慢熱，不善與同學交流。於是，每逢有群體表演活動，幾乎也不見孩子的身影，就算有，也只是躲在其他同學背後，刁僞扭捏。

記得幼兒班那年的聖誕聯歡派對，學校安排了一場親子歌舞表演。事前，我們與孩子反覆在家中練習那些簡單的舞步，孩子躍動投入，還能指正我們跳錯舞步，表現良好。但到了實際表演那天，孩子卻嚷著不想上台；到正式表演，我拉著孩子同行，他在半推半就的情況下登台，結果又全程躲在我的身後，勉強配合，尷尬收場。

作為家長，我們也不要求孩子有甚麼突出表現，但看著他在背後反覆練習，知道他明明做得到，但到了實際要在人前獻技時，卻總是欠缺勇氣，將所有努力付諸流水，那種感受真不好過。

這些年來，為了讓他提升自信，我們為他報讀了不同的活動或興趣班，盡量增加他與其他小朋友互動的機會，希望讓他習慣成自然，不再那麼嚴重怯場。



今年四月，功夫班的導師帶著全體學生在商場表演武藝，學校也安排了各班同學在感恩節向家長表演舞蹈。一連兩場表演，孩子都身在其中，賣力演出。雖然，孩子仍多少有點膽怯，但相對以往，表現已經進步得多，令人既欣慰又鼓舞。盼望這些經歷，能帶給孩子勇氣與自信，讓他繼續快樂成長，享受生活中的不同體驗與滋味。