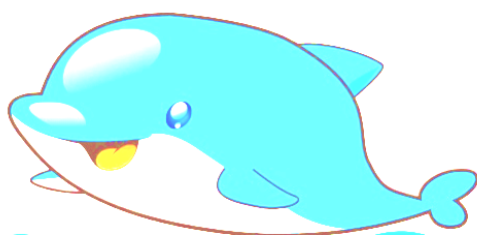


臺北市松山區民族國民小學附設幼兒園

113 學年度上學期

學校日活動資料



覺知辨識 表達溝通 關懷合作 推理賞析 想像創造 自主管理

民國 113 年 9 月 13 日



目 錄

- 一、教育理念
- 二、教學行事曆
- 三、我們的作息時間
- 四、家長須知
- 五、幼兒接送辦法
- 六、託藥辦法
- 七、文章分享

你同理孩子了嗎？孩子情緒問題處理 123，先處理心情再處理事情

嬰兒與母親 作者：江睿毓

八、衛教資訊 ~

腸病毒預防宣導

九、附件 ~ 託藥單



教育理念

1. 做中學

充實教具教材，充分利用資源，以期幼兒在操作中學習。

2. 遊戲即是學習

身體動作與健康、認知、語文、社會、情緒、美感，六大領域融入於學習之中，以達幼兒覺知辨識、表達溝通、關懷合作、推理欣賞、想像創作、自主管理六大能力之身心健全發展。

3. 教育即生活

配合教學主題，提供各種參觀教學，以充實幼兒生活經驗與拓展視野。

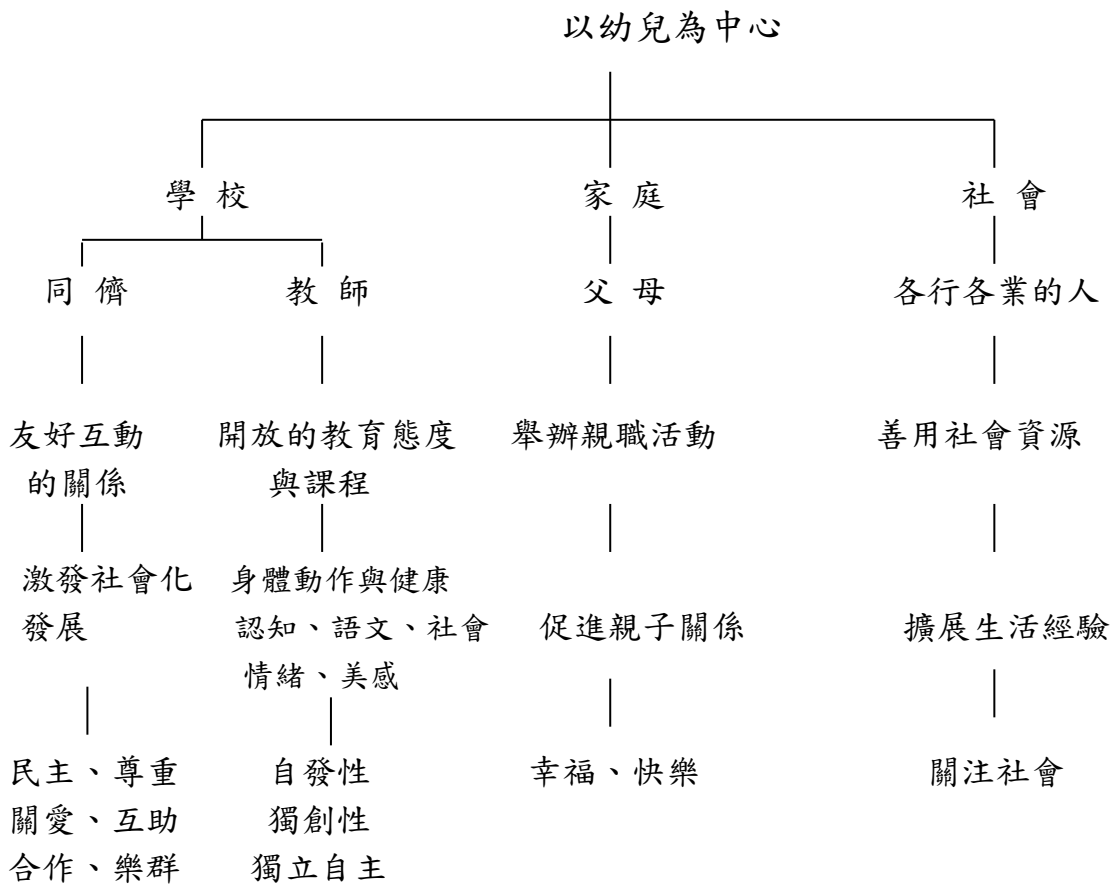
4. 開放式的學習區教學

幼兒可以依興趣，選擇自己喜歡的學習區做個別學習；而教師以開放的態度去協助幼兒的個別差異，並充實學習區的內容。

5. 致力推展親職教育

舉辦親職活動及家長參與教學活動。

教育理念架構



臺北市松山區民族國民小學附設幼兒園 113 學年度上學期

教 學 行 事 曆

週次	日 期	教學主題	教學重要行事	融入議題
一	08/30	各班自行發展主題內容	●生活教育推動 ●每月慶生會 ●每兩週棉被帶回清洗 ●期初測量身高體重 ◎08/30（五）開學日 ◎08/30（五）課後留園開始 ◎09/13（五）學校日 ◎09/17（二）中秋節放假一天 ◎09/20（五）防災防震演練 ◎09/20（五）親子共讀開始 ◎10/10（四）國慶日放假一天 ◎10/24（四）萬聖節活動 ◎10/04（五）校外教學 ◎11/30（六）體育表演會 ◎12/31（二）體育表演會補假一天 ◎01/01（三）元旦放假一天 ◎01/10（五）親子共讀最後一次 ◎01/17（五）延長照顧最後一天 ◎01/20（一）休業式 ◎01/21（二）寒假開始 ◎02/11（二）113 下學期開學日 ◎02/11（二）正式上課日	一、衛生保健宣導： 嚴重特殊傳染性肺炎、腸病毒、登革熱、流感、口腔衛生保健、愛眼視力保健、兒童發展篩檢等。 二、安全教育：防災演練。 三、性別平等教育：上廁所、我想和你做朋友、如何說不？我是身體的主人、我心愛的玩具、我長大了。
二	09/02～09/06			
三	09/09～09/13			
四	09/16～09/20			
五	09/23～09/27			
六	09/30～10/04			
七	10/07～10/11			
八	10/14～10/18			
九	10/21～10/25			
十	10/28～11/01			
十一	11/04～11/08			
十二	11/11～11/15			
十三	11/18～11/22			
十四	11/25～11/29			
十五	12/02～12/06			
十六	12/09～12/13			
十七	12/16～12/20			
十八	12/23～12/27			
十九	12/30～01/03			
二十	01/06～01/10			
二十一	01/13～01/17			
二十二	01/20			

❖週二母語日。

❖慶生會、課程等融入衛生保健、生命教育、品格教育、生活教育、美感教育、性別平等教育、性侵害暴兒少保護、防霸凌教育、交通安全教育等。

113/09/13

臺北市民族國小附設幼兒園作息時間表

星期 時 間	一	二	三	四	五
08:00 ~ 08:50	快樂入園/晨間探索 (閱讀、繪畫日記圖、操作教具、積木建構)				
08:50 ~ 09:20	大肌肉活動 (健身操、戶外活動--校園、大操場、遊戲場...)				
09:20 ~ 09:50	活力補充~點心時間 (餐後潔牙、收拾整理)				
09:50 ~ 10:40	主題活動課程				
10:40 ~ 11:40	學習區活動(探索與分享) 11:30 半日班放學				課程統整 與回顧
11:40 ~ 12:40	活力補充~午餐時間 (午餐、潔牙) 12:40 半日搭伙幼兒放學				
12:40 ~ 13:10	餐後收拾整理、校園散步、如廁、床邊故事、輕音樂聆聽				
13:10 ~ 14:40	午睡時間				
14:40 ~ 15:10	起床整理時間(整理寢具、服裝儀容、如廁、喝水)				
15:10 ~ 15:30	活力補充~點心時間 (潔牙、收拾整理)				
15:30 ~ 15:50	愛的叮嚀、 整理儀容、放學時間(15:40~15:50)				
15:50 ~ 16:00	環境整理				
16:00 ~ 18:30	延長照顧服務活動(含 18:00~18:30 轉銜照顧服務)				
備 註	※相關生活教育、安全教育、健康衛生保健教育、品格教育、性別平等教育、美感教育、本土語教學等融入主題活動課程中進行。 ※以上作息表乃原則性安排，視實際需要作彈性調整。				

臺北市松山區民族國民小學附設幼兒園 113 學年度家長須知

歡迎您的孩子進入本園就讀，為了使您瞭解本園的基本措施，請您詳閱此須知，如您有任何疑問或建議，請隨時與本園聯繫。

一、入園時間及接送辦法：

- 1、每日上午 7：50 以後入園。入園時間建議在 8:30-9:00 間，避開小學入校時間。7:30-7:50 入園的孩子可至幼兒園活動室，由輪值老師照顧。
- 2、半天班上午 11:30 放學；半日搭伙 12:40 放學；全天班下午於 15:40 學校大門統一放學；延長照顧下午 17:20、17:50、18:20 於學校大門分批放學。
- 3、為維護幼兒安全，如無特殊事故，請勿遲到早退。

二、請假注意事項：

- 1、幼兒因故不能來園時，請事先請假。電話：27124872-（企鵝班 701、大象班 702、白兔班 703、浣熊班 704、海豚班 705、綿羊班 706、辦公室 709、710）
- 2、若幼生患具傳染性疾病，請在家休息至康復，以免傳染其他幼兒。

三、其他注意事項：

- 1、請隨時留意查閱幼兒帶回的通知單或活動單，並多利用時間與老師溝通聯絡。
- 2、請勿讓幼兒帶玩具、零食或貴重物品來園。
- 3、在園中食用點心及午餐均用環保碗，請務必每日檢查、清洗。
- 4、幼兒鋼杯、牙刷每日帶回家清洗，隔天請記得帶回使用。
- 5、全日制幼兒吃飯時間大約三十~四十分鐘，時間內未能吃完，會請幼兒倒入廚餘中，以保持便當袋的衛生。
- 6、若幼兒需在園中服藥，請一定要附上『託藥單』與『處方籤』，並詳細填寫藥量、服藥原因、簽上日期及幼兒和家長的姓名，以正確餵藥。
- 7、為維護幼兒的健康和配合衛生所的作業，我們有兒童發展檢核、聽力檢查、視力檢查、斜弱視篩檢、牙齒檢查等多項的衛生保健活動，屆時請家長配合協助學校各項檢查活動。
- 8、幼兒若需晚到或早退，請您留意我們的作息時間表，提前告知老師，以免影響其他幼兒的作息。
- 9、請您配合學校各項教學活動，多給我們支持與鼓勵，感謝您的合作！

臺北市松山區民族國民小學附設幼兒園 113 學年度

幼兒接送辦法

一、目的

- 1、為確保幼兒上學與放學安全。
- 2、為維護校園安全。



二、實施辦法

- 1、本園備有接送證一式，於開學時發給家長一式兩張。
- 2、接送證請勿遺失，若遺失請速前來登記補辦，以免危及孩子的安全。
- 3、為確保學童的安全，請勿擅將接送證轉借他人。
- 4、若接送者未能親自來接，請先以電話告知，並將接送證交予委託人手中，以便憑證離園。
- 5、請假時，請利用電話告知老師。
- 6、為顧及孩子和教師的安全，下午放學時間請準時來接孩子，若有急事無法準時，請預先電話聯絡通知。

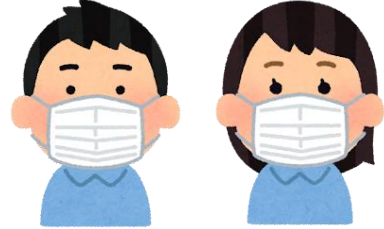
透過親師的用心；相信孩子在生活中更安全！



臺北市松山區民族國小附設幼兒園 託藥辦法

幼兒健康及用藥委託配合事項

1. 為維護幼兒健康，建議家長每日入園前幫幼兒測量體溫。
2. 如發現幼兒有以下症狀，請儘速就醫並在家休息：
 - (1) 發燒、嘔吐或拉肚子
 - (2) 嚴重咳嗽
 - (3) 眼睛患結膜炎者
 - (4) 患其他具傳染性疾病（如感冒、腸病毒、水痘、麻疹、新流感等傳染疾病）
3. 孩子感染傳染性疾病時，為避免傳染他人並防止病源擴大，請務必讓孩子在家休息，以便得到完善之照顧，若有不便之處，請家長多包涵與配合。
4. 有感冒症狀或正進行就醫服藥中之幼兒必須到校時，請自行準備口罩來校，避免交叉傳染。
5. 若孩子有先天性疾病請事先告知老師，並詳細交代症狀及注意事項。
6. 若孩子需要使用藥物時，請務必填寫託藥單並將需服用的時間、方式（內服或外用）清楚告知老師，為防止用藥意外發生，請帶當日劑量來校即可。
7. 請參考【託藥流程需知】：
 - (1) 幼兒所服用之藥物，需為合格醫療院所就醫後所領取之藥物，成藥以及健康食品(例:益生菌)請勿帶來。
 - (2) 帶幼兒到校時，填寫託藥單，其填寫內容有幼兒姓名、託藥日期、服用方式、服藥原因、家長簽名，並帶醫療院所之處方籤或證明。
 - (3) 學校統一餵藥時間在下午 12：40 至 13：00 之間。(早餐及晚餐的藥份，請家長自行餵藥)
 - (4) 請您每天只帶中午一餐份的藥物來校即可
 - (5) 請備妥餵藥之量杯、攪拌棒或擦藥所需使用之棉花棒等，以便老師處理。
 - (6) 藥物若有異常之現象，會以電話與家長聯絡求證。
 - (7) 教師觀察幼兒用藥後之狀況，並作觀察記錄。



你同理孩子了嗎？孩子情緒問題處理 123，先處理心情再處理事情

嬰兒與母親作者：江睿毓

當孩子發脾氣時，許多家長習慣先講道理，這是錯誤的！所以會很難應對孩子接下來的情緒問題。先感性再理性，也就是先處理心情再處理事情是重點。

1. 先同理

首先，我們要同理孩子的情緒。透過撫摸和擁抱，貼近孩子的內心，使他們感受到關愛和理解，孩子的情緒會比較容易被平撫。通常在這一步奏效之後，後續的處理會變得相對容易。

2. 說情緒

一般來說，孩子的自我覺察能力較弱，他們可能感受到自己激動或不舒服，但無法清楚地表達出來。我們可以幫助孩子描述他們當前的情緒狀態，例如：「別人搶你的玩具，讓你覺得很生氣」。如果孩子會說，就讓他們自己表達。情緒之所以讓人感到害怕，是因為不知道它是什麼。當我們將情緒具體化後，孩子就不會感到不知所措。透過語言將情緒具體化，其實是在強化認知腦，使大腦回到理智的狀態，就不會一直困在情緒腦中。

3. 講道理

最後一步是講道理。我們要向孩子解釋剛剛那樣做不對的原因，並教他方法來處理這些困境。例如，如果孩子因為沒得到想要的東西而生氣，我們可以引導他如何用適當的方式表達需求，或是如何分享與他人合作。這不僅有助於解決當前的問題，還能幫助孩子在未來面對類似情況時更冷靜地應對。



第 1 步就行不通？孩子根本不讓你靠近！

孩子有情緒時，根本無法靠近，更不用說拍拍、抱抱？面對這樣的孩子，我們可以幫他安排一個冷靜的角落。在家裡找一個比較舒適的地方，告訴他：「你可以在這裡冷靜一下，等你覺得比較舒服的時候，媽媽再來找你，或是你來找我。」給他一個緩和的時間，讓他不覺得是被處罰，而是學習如何冷靜下來。這樣做的目的是教會他自我調節情緒，而不是讓他的情緒更加激動。

吳怡璇治療師分享，他們家的冷靜角落是在更衣間，因為小朋友覺得那裡很舒服，既安全又隱密。等孩子冷靜下來後，媽媽就可以抱抱他，然後一起聊一聊剛剛發生的事

情。這樣不僅孩子能冷靜，大人也能冷靜，因為有時候大人也會需要時間來平復自己的情緒。你也可以告訴他：「媽媽也要去那裡冷靜一下。」先給彼此適度的空間，然後再繼續接下來的步驟。透過這種方法，孩子能夠學會如何處理自己的情緒，而大人也能更好地支持和引導他們。

冷靜之後忘記講道理了，這樣可以嗎？

基本上，越小的孩子，後續溝通的時間盡量不要隔太久，因為孩子的記性不夠好，無法將現在溝通的內容與之前的經驗連結起來。講道理的步驟不能被忽略，但不一定要在當下立刻溝通，因為當時孩子的情緒可能還很強烈。

你可以選擇在當天的另一個時段，比如說睡覺前，再回去討論早上發生的事情。不過，不要拖到隔天才討論，因為孩子可能已經不太能理解那件事了。建議還是要在當天完成喔。

如果你覺得現在情況已經平靜了，就不再去多做解釋和說明，當下次發生同樣的狀況時，孩子可能還是不明白為什麼會被禁止，或者為什麼自己會感到不開心。因此，即使當時事情已經平息，也應該抽出時間來和孩子解釋清楚，幫助他們理解和學習。

大人先安頓好自己的情緒

3歲以前的小孩，大部分的情緒都需要大人來幫助消化。因此，大人的情緒管理更重要，因為很多時候，失控的往往是大人而不是小孩。如果我們沒有辦法保持理智，基本上就很難處理小孩的不理智行為。

1. 覺察情緒

當情緒來襲時，應該覺察並了解自己的情緒。這有助於我們更清楚的認識自己。有時候，生氣的原因不一定是孩子的行為本身，有可能因為工作壓力大、生活繁忙、個性急躁或是來自於原生家庭的教養方式，例如習慣用罵的方式來管教孩子，在這些情況下，孩子的小事只是引發情緒的導火線。

因此，大人需要經常自我覺察，檢視情緒的根源，避免將自己的情緒轉嫁到孩子身上。透過情緒的自我覺察，也可以更有效地減少情緒爆發的頻率，促進更加平和的家庭氛圍。

2. 與自己對話

不要壓抑情緒，就像我們不應壓抑孩子的情緒一樣。壓抑情緒只會導致更強烈的反彈。因此，當情緒來臨時，我們可以找個冷靜的角落，與自己對話。

對自己說「我現在很生氣，對什麼事情很生氣。」「生氣會長皺紋、會變老喔！不要生氣了！」通過這種方式，可以把負面情緒卸掉。

有些人會選擇聽音樂、做家務、洗澡、深呼吸或做伸展運動來放鬆自己。找到適合自己的方式，有助於快速恢復平靜，進而更好地與孩子溝通。

情緒管理，父母是榜樣

家長比孩子更需要學習如何處理情緒，尤其在孩子學齡前階段，因為這是教導孩子處理情緒的重要時期。參加講座或閱讀相關書籍，提升自己的耐心和理解能力。家長能夠冷靜、理性地面對孩子的情緒問題，孩子也會在這樣的環境中學會更好地管理自己的情緒。



孩子在學校跟在家裡是不一樣的人？

孩子在學校和家裡可能會表現得完全不同，這其實是一種正常現象。特別是在幼兒園階段，孩子在學校往往會壓抑自己的情緒和感受，因為他們可能感到害怕或者不確定該如何表達。這種壓抑的情緒往往會在回到家的時候釋放出來，因為孩子相信家人能夠接住他們的情緒。

爸媽應該理解並接受這種情況，不必過於擔心，這是孩子情緒發展的自然過程。我們可以透過孩子在家發洩情緒的機會，教導他們更好的情緒調節方式，幫助他們找到緩解情緒的方法。

這種情緒調節的練習，不僅能幫助孩子在家中更好地處理情緒，也能讓他們在學校遇到類似情況時，更容易表達出來。當孩子在學校能夠更好地表達自己的情緒，他們的整體學習和生活體驗也會變得更加積極和健康。

處理孩子情緒，常見錯誤觀念

在現代育兒中，家長常常面臨孩子的情緒問題，但許多人選擇以隔離或忽略的方式來應對。這種方式可能會帶來負面的影響，因為情緒的處理應該被視為一門重要的課題，而不是草率地壓制或忽略。

1. 隔離與忽略

許多爸媽會選擇讓孩子面壁思過或對孩子的情緒不理不睬，因為家長不敢罵、不敢打，最後選擇忽略。但這種方式可能會讓孩子誤以為情緒是一種罪惡，從而導致他們壓抑自己的情緒。

2. 打罵孩子

有些家長看到孩子做出負面行為時，為了展現自己的管教權威，會直接打罵孩子。這種處理方式是最差的示範，被打罵的孩子只會更無法正常表達情緒，壓抑的情緒可能以其他負面行為發洩出來。情緒本身沒有對錯之分，只有行為才有對錯。因此，允許孩子表達情緒是必要的，但要教育他們正確的表達方式，例如可以生氣，但不能丟東西或傷害他人。

正確引導孩子情緒，理解與引導是關鍵

處理孩子的情緒需要理解和接納，而不是忽略或壓制。通過引導行為和避免過度吼罵，家長可以幫助孩子學會健康地表達和管理情緒。

1. 理解和接納

情緒本身沒有問題，關鍵在於如何處理。家長應該接納孩子的情緒，同時教育他們如何以合適的方式表達和管理情緒，而不是直接壓制或忽略。

2. 避免吼罵

當家長吼罵孩子時，孩子的大腦會陷入更加嚴重的情緒反應，這並不能幫助他們學會管理情緒，反而可能讓情況更糟。

3. 行為的引導

只處理不當行為，而不是情緒本身。家長應該教導孩子哪些行為是可以接受的，哪些是不可以接受的，同時讓孩子明白，情緒的表達是正常且被允許的。

什麼時候應尋求專業協助？

孩子的情緒問題常常讓家長感到焦慮不安，但不必過度緊張。吳怡璇治療師表示，「目前看到的情緒狀況，大部分都不是真的問題，而是發展會面臨的過程。」情緒控管能力的養成是一個漫長的過程，需要持續的練習和指導。學齡前是情緒教育的開端，而小學階段則是更為關鍵。因為此時孩子的社交環境變得更複雜，需要更成熟的情緒處理能力。

孩子的情緒問題多數是發展過程中的必經階段，與他們的大腦發育程度和生活經驗密切相關。豐富的生活經驗能幫助孩子更快學會情緒控管。家長了解孩子並幫助他們表達情緒，可以避免孩子被困在負面情緒中。理解情緒背後的原因有助於更有效地處理情緒問題。

雖然大部分情緒問題是正常發展的一部分，但在某些情況下，專業的心理輔導或治療仍然必要。如果孩子的情緒問題伴隨發展遲緩、自閉症或注意力不足過動症等，建議家長尋求兒童心智科或兒童精神科的評估與治療，幫助孩子更好地面對和處理情緒問題。



文章出處：嬰兒與母親 作者江睿毓

網址：<https://www.mababy.com/knowledge-detail?id=15400>

檢視日期：2024/9/6

臺北市松山區民族國小附設幼兒園 113 學年度第一學期

腸病毒預防宣導

親愛的家長您好！

腸病毒流行警訊期間會依規定停課，提醒您，隨時注意寶貝的健康狀況，並請您在家配合以下事項，以便有效預防腸病毒的流行及傳染，謝謝！

1. 加強個人衛生：尤其需要做到正確洗手七步驟內、外、夾、弓、大、立、腕。
2. 提升個人抵抗力：注意營養、均衡飲食、多喝水及運動。
3. 家長下班回家和小朋友接觸前，先洗手及換乾淨的衣服，避免把病菌帶回家。
4. 放學後請儘量帶回家，勿在遊戲場、公園遊玩，以免交叉感染。
5. 居家保持空氣流通，注意環境整潔衛生。
6. 流行期間非必要不要帶孩童出入公共場所，如大賣場、百貨公司等。
7. 孩童身體若有疑似症狀(發燒、口腔內小水泡、潰瘍、皮膚發疹)應盡速就醫，若經醫師證實罹患腸病毒，請與學校連絡，並依教育局對腸病毒通報及停課作業規定，嚴格要求患童立即請假至少一週，直到醫師診斷已復原才可上學，以防範交互感染擴大流行。
8. 家中若有孩童感染腸病毒可用稀釋的漂白水來進行環境消毒工作。
9. 鼓勵孩童在家適度活動、多喝水、攝取均衡飲食與充足睡眠以增強抵抗力。

腸病毒主要經由接觸病人的口鼻分泌物、飛沫、及皮膚上潰瘍的水泡等途徑傳染，腸病毒可持續存在病人的口鼻分泌物三至四週，一般而言在發病後的一週內傳染力最高。在腸病毒的流行期，尤其是腸病毒 71 型有可能引發重症，再次提醒您若孩子有任何的身體不適一定要馬上就醫，並告知班級老師，在家好好休息，避免到校傳染給其他孩童，謝謝您的配合！



民族附幼關心您全家健康！113/09/13

民族國小附設幼兒園託藥單				民族國小附設幼兒園託藥單			
月 日 班 姓名：				月 日 班 姓名：			
服用 方式	午飯後 _____色藥包_____包 藥水_____C.C			服用 方式	午飯後 _____色藥包_____包 藥水_____C.C		
其他	眼藥水：午睡前_____滴 藥膏：午睡前塗抹_____次 〈塗抹部位_____〉			其他	眼藥水：午睡前_____滴 藥膏：午睡前塗抹_____次 〈塗抹部位_____〉		
服藥 原因		注意 事項		服藥 原因		注意 事項	
家長簽名：		餵藥者：		家長簽名：		餵藥者：	

民族國小附設幼兒園託藥單				民族國小附設幼兒園託藥單			
月 日 班 姓名：				月 日 班 姓名：			
服用 方式	午飯後 _____色藥包_____包 藥水_____C.C			服用 方式	午飯後 _____色藥包_____包 藥水_____C.C		
其他	眼藥水：午睡前_____滴 藥膏：午睡前塗抹_____次 〈塗抹部位_____〉			其他	眼藥水：午睡前_____滴 藥膏：午睡前塗抹_____次 〈塗抹部位_____〉		
服藥 原因		注意 事項		服藥 原因		注意 事項	
家長簽名：		餵藥者：		家長簽名：		餵藥者：	

民族國小附設幼兒園託藥單				民族國小附設幼兒園託藥單			
月 日 班 姓名：				月 日 班 姓名：			
服用 方式	午飯後 _____色藥包_____包 藥水_____C.C			服用 方式	午飯後 _____色藥包_____包 藥水_____C.C		
其他	眼藥水：午睡前_____滴 藥膏：午睡前塗抹_____次 〈塗抹部位_____〉			其他	眼藥水：午睡前_____滴 藥膏：午睡前塗抹_____次 〈塗抹部位_____〉		
服藥 原因		注意 事項		服藥 原因		注意 事項	
家長簽名：		餵藥者：		家長簽名：		餵藥者：	