



## 【活動摘要】

- ☆主題活動：寫信給聖誕老公公分享如何幫助他人？聖誕大餐有哪些？
- ☆學習區：語文區（給聖誕老公公的一封信）、積木區（搭建薑餅屋、聖誕樹）、數學區（配對、數數）、建構區（搭建高樓）、美勞區（水彩創意畫—雪人、繪畫曼陀羅）鬆散素材區（聖誕樹、雪花）
- ☆體能活動：鑽龍、跨欄、套圈圈、跳格子、拉輪胎、草地投擲樂。
- ☆繪本分享：雪人、給森林照相館的信、小毛聖誕節到了、好忙好忙的聖誕節。
- ☆唱跳律動：冬至圓、眼睛體操、天父的花園。
- ☆手指搖：聖誕快樂（兩根手指放這裡，麋鹿麋鹿在哪裡。兩根手指放這裡，聖誕老人來看你。兩根手指三角形，聖誕樹要疊一起。聖誕節時別忘記，聖誕快樂笑嘻嘻。）

## 【主題活動分享】

從文化中心表演回來，帶著孩子看當天影片，孩子們從影片中看到自己的演出後，與孩子分享這當中從無到有，包含音樂、舞蹈、服裝、以及平時在學校為這個活動默默付出的老師們，引導孩子從中去感謝這一切，感謝園長媽咪一直為我們加油打氣，當我們最忠實的觀眾，感謝阿玉媽咪為我們縫紉背心基底、感謝小芳阿姨、謝媽咪，在我們練完舞肚子好餓時，為了我們煮好吃香噴噴營養的餐點讓我們享用，進而有有好體力完美展演。活動的始末帶給孩子的不僅只是慶祝節日到來，也希望孩子從中學習感恩、學會彼此合作。

聖誕大餐孩子聯想到許多美味的食物，但這當中有許多不同的烹調方式（炸、烤、蒸），所產生的食物會不同，相對營養也會不一樣，除此之外孩子最愛的糖果、餅乾、含色素的飲料，多吃也會造成身體的負擔，從學習單中，引導孩子分辨健康與不健康的食物，進而會銜接到六大類。

園長媽咪分享「雪人」故事，觀察敏銳的孩子，在故事中觀察到雪人的表情及肢體動作；在學習區會使用圓形海綿來蓋印雪人，孩子也觀察到圓形海綿大小不一樣，會運用大小，來搭配雪人的身體，最後用彩色筆畫上雪人的五官、肢體動作，大家的雪人各個都很有特色呢！



回顧 12/12 表演的影片



雪人海綿蓋印畫



分享聖誕大餐學習單



手指唸謠

## 【重要活動預告】

- ◎12/21(二)冬至搓湯圓活動。
- ◎「小永仁 fun 聖誕」在 12/22(三)下午 15:00~16:30 進行，邀請家長撥空入園與孩子一起同樂，期待有您的參與，會為孩子留下美好的聖誕回憶。
- ◎12/23(四)楊老師聖誕劇。
- ◎12/24(五)小永仁歡喜報佳音。
- ◎接下來進行「健康寶貝」課程，若家中有相關營養、飲食、運動、身體、運動、情緒、安全繪本、教具、海報，歡迎家長提供給白雲班上課使用，待課程結束會歸還給家長和孩子們，相信有您們一同參與，會讓課程更豐富精彩。

請家長踴躍分享及回饋您想法。  
(背面有文章，歡迎與老師分享)

家長簽名：

# 正向教養 4 心法，輕鬆學會和孩子平衡相處

看了很多正向教養的書，心中有著理想的教育方式，但偏偏，孩子就是這麼千變萬化，前一秒答應妳的事，下一秒什麼都不要，還哭到你心慌意亂...

妳有沒有過這種經驗？看了很多正向教養的書，對於理想的教育方式心中總是有這麼一把尺；但偏偏，孩子就是這麼千變萬化；前一秒答應妳的事，下一秒什麼都不要，還會變身瓊瑤女主角哭得你心慌意亂。妳用盡千百種書中辦法，卻總是不能在第一時間奏效，最後往往會跟著孩子比起誰比較大聲，弄得兩敗俱傷，讓妳只想把心中那把尺拿出來敲自己的頭，越來越迷茫。當孩子歡比巴妳卻又不想動手動口時，試試看下列方式，讓正向教養不再僅止於一句口號。

## 當孩子爆炸時，先給他一個擁抱吧！

孩子安全感的來源永遠是媽媽的擁抱，無論再怎麼生氣，一個擁抱可以勝過千言萬語，讓孩子的情緒穩定下來，讓他知道你永遠都在。畢竟，我們能抱他們的時間只會越來越少，能夠好好擁抱孩子，其實是很幸福的事情呢。

## 請提醒自己：我是一名母親，不是女超人。

情緒上到達一個臨界點的時候，先離開現場吧。養育孩子有時候也是重新和自己的內在小孩對話，而當那個內在小孩不小心出來胡鬧時，記得，我們有權力也應該先好好的擁抱自己，提醒自己是可以有情緒的。在確定孩子有人接手看顧的情況下，試著先離開現場讓自己冷靜一下吧。但記得離開前要先告知孩子，不然他只會以為妳離他而去而哭得更慘。

## 心中的行程稍微延遲幾分鐘，沒關係的

全世界的媽媽都是最厲害的專案管理師，我們心中總是有一個既定排程，希望孩子們可以按表操課。但偏偏，當孩子全心全意的投入某項事物的時候，耳朵往往完全容不下我們的聲音。也許我們可以試著停下來，給孩子一點空間和預告、甚至加入他的世界。有時候慢個五分鐘，就足以給妳和孩子全世界。

## 面對孩子的耍賴，不如用裝傻來鼓勵孩子吧

除了正向教養的代表人物羅寶鴻老師，最常提到的『同理但不處理』孩子的情緒外，可以試著放手，相信孩子能做得比我們更好；允許自己在孩子面前成為什麼都不會的大人，並試試看這句咒語：「我相信你可以做得很好的。」孩子們的創意跟生存能力，會為育兒生活帶來無限驚喜的。

育兒生活就像一面鏡子，在這過程中，我們會在孩子的身上看到自己最脆弱也最堅強的一面，有時候站在孩子的世界陪著他們一起度過大人們看似微不足道的小事，或許最後得到最多的會是我們呢！