

《用愛軟化尖刺，用心讀懂孩子》

園長 游玉燕

當您打開 80 期的玩想家書時，正好是共讀《用愛軟化尖刺，用心讀懂孩子》導讀的最終篇。在線上讀書會的旅程中，我始終努力扮演「橋樑」的角色，希望能夠連結閱讀與教養之間的距離。期望透過讀書會，承載著我們在書本中汲取的知識，並連接到生活的現場，讓閱讀不僅是紙上談兵，而是成為教養路上的實踐力量。

我特別喜歡邀請家長們參與導讀，共學、共享。因為每一個故事都有其獨特的力量。當我們一同聆聽、分享時，不僅賦予生活事件更深的意義，還能加深我們對彼此的理解與情感連結。每一次聽到家長們分享自己充滿愛和矛盾征戰的生活故事，或娓娓道來在困境中陪伴孩子成長的故事，心中總是溫暖而期待。這段旅程彷彿是游泳老師最幸福、最享受的時光，可以徜徉在溫馨的故事中，自在地享受親子互動的曼妙；細細品味生活的甜蜜。時而還會發現故事別有洞天，在其中蘊藏學藝後的武功秘笈，供自己學習。

故事的力量：連結與成長的共同語言

《不是孩子不乖，是父母不懂》一書中提到：「故事是幫助我們理解生活的一種方式。無論是個人還是集體，我們都會透過講述生命故事來理解自己的生活經驗，並從中找到意義。當我們分享共同的故事時，就能與他人建立連結，並對某個群體產生歸屬感。而那些富有獨特文化的故事，則影響我們看待世界的方式。每個人都有自己的故事，透過描述生活中的經歷，我們能更深入地認識自己，也能更好地理解與他人的關係。」

這也是讀書會的寶貴之處，因為在這裡，我們不僅僅是在讀書，而是用心體會和分享彼此的故事，找到我們生活中的共鳴。



賦予生活事件意義：選擇如何詮釋人生

阿德勒曾說：「生命的意義不是由外在環境或命運決定的，而是由個體自身選擇與詮釋而來。」這句話道出了我們每個人都有能力在面對人生事件時，自主地選擇如何看待這些經歷，並賦予它們特定的意義。這種選擇的過程不僅會影響我們的教養方式，也會進一步塑造我們的生活態度和人生方向。當我們用心詮釋生活中的每一刻，就能在其中找到深刻的價值，讓我們不再被動接受命運的安排，而是成為自己生命的主人。

誠如志恆老師所言：「愛孩子，是為了體驗親子關係中愛的流動，是為了給孩子成長的滋養，而不是為了證明什麼。」這句話深深打動我。當我們愛孩子時，不應把它當作一種責任的負荷或一場成就的考驗，而是要用心去感受，愛在親子之間的自然流動。這份愛只是單純地為了陪伴孩子，成為他們的支持者與引導者。愛，是一股至柔至剛的強大量，讓我們在親子關係中，既能彼此成就，也能共同成長。

每一個選擇都是愛的註腳，也是在詮釋生活事件的機會。當我們選擇以愛的方式，去回應孩子的行為和需求時，我們便賦予這些日常經驗新的意義。這些愛的行動，從孩子的眼中看來，也許是鼓勵、陪伴或理解，而從我們的視角出發，更是一種自我實現與成長的體驗。跟隨愛的節奏，我們不僅在與孩子的互動中，賦予生活更多溫度，更深刻感受自己，在這段旅程中的轉變。

因此，真正的愛，是和孩子一起探索生命、創造意義的溫暖能量。當愛在生活中流動，親子關係不再只是責任的框架，而是一場充滿愛的旅程，在過程中，幫助我們慢慢找到自己的定位，並成就彼此更好的人生。



親職講座之健康識能充電站

大天鵝班王加予、小海豚班王加安媽媽

世界衛生組織對健康促進學校 (Health Promoting School) 的定義是，「學校社區的全體成員共同合作，為學生提供整體性與積極性的經驗和組織，以促進並維護學生的健康。」對學校而言，照顧兒童和青少年成為國家寶貴人力資產的責任十分重要。換言之，在孩子的早期透過學校衛生工作來維護學童健康使命的方式，需要更積極強化與擴充。



當孩子呱呱落地的那一刻起，相信所有初為人父母的我們，心情應該都是一樣的，希望孩子能健康平安的長大。每當孩子生病時，總讓我們覺得擔心及擔憂，而我自己有時候帶孩子去看醫生後，回家才想到剛剛有哪些問題，還沒跟醫師說，除了是自己初老症乍現，也是我自己健康識能的不足。

在網路資訊爆炸的年代，健康識能、醫療相關資訊隨手可得，但隨著社會變遷，網路上人人都能發表意見的前提下，還需要我們有基本的認知，才能有判斷力評判「是」或「不是」，才能就自己和家人的健康做出正確且即時的應對，這個想法也是催生本次親職講座的初念。

以前蝴蝶班時期，家長們總是感念蝴蝶班有位「駐班醫生」，常常可以提供即時且正確的資訊給我們，也讓家長在孩子生病心裡徬徨的時候，駐班醫生好似定錨穩定我們的心。

這次的親職講座主題從小兒到青少年、基本醫學常識、發燒處理、甚至性早熟等，翁醫師都提

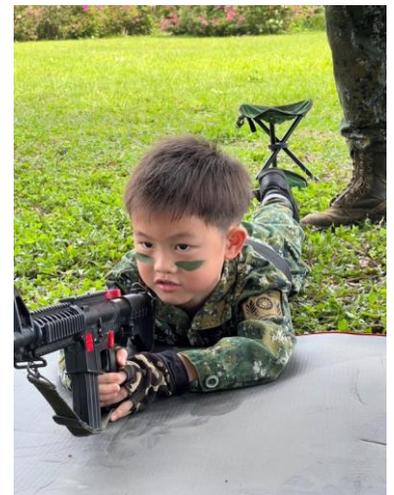
供了充足的基本知識及處理原則，讓家長們收穫甚鉅。此外講座後還有問答時間，家長們依序拋出許多問題，也讓我們再次重新複習基本原則及解惑。希望藉著這次的親職講座，能讓我們一起在育兒路上不孤單，大家一起努力打怪(病毒)！讓孩子能健健康康的長大。



我想：長久持續以來的溫暖陪伴與包容的力量，就是孩子獲得勇氣的來源

大天鵝班 黃几瑄媽媽

在几瑄成長過程中，遇到不熟悉或是心理覺得害怕的事情，最常表達的方式就是...爆哭、大喊：『我不會~』，翻開手機裡的照片紀錄，很多第一次都是哭哭臉的。



面對這樣情緒崩潰、前額葉主宰一切的時刻，身邊的大人該怎麼辦呢？



我們沒辦法像受過專業訓練的老師那樣，能說出正向鼓勵的話語，但是，至少我們能給予溫暖的陪伴與等待，就像志恆老師說的『不批評、不指責、不數落，更不譏笑孩子膽小或懦弱』。

隨著几瑄長大了，今年也開始幫他安排許多課後課程，像是：游泳課、英語課、足球課，如意料中的，這些課程的第一次也都經歷過爆哭、抗拒，被要求我也得在旁邊陪伴著...，雖然過程中很累，沒有辦法趁孩子上才藝課時偷閒一下、必須接住孩子所有的情緒，但是看著孩子從怕水把臉弄濕（下泳池哪有不濕身的），到現在能開心在水裡玩耍，完成一口氣 8 公尺打水的考核，爸爸媽媽再辛苦都是值得的，也許有媽媽的陪伴，就是几瑄的勇氣來源吧！

目前尚有英語課、足球課，還需要我們給予勇氣鼓勵，最近几瑄面對陌生事物的情緒表達上也進步了，能多說點具體的內容，例如：「我討厭足球課，我不喜歡這個教練；他說的英文我都聽不懂！我都踢不到球！哼，我不要這個了！」雖然免不了劈哩啪啦講一堆發洩情緒，但，至少比以前只會大喊「我不會~」，讓我們摸不著頭緒好多了。跟教練表明之後，教練現在也盡量中英夾雜，搭配動作示範，說明基本動作與規則，几瑄在足球課上爆走的情況也緩和許多。

在某天睡前聊天的時刻，我們跟几瑄約定好：「希望我們的寶貝能持續堅持，不輕易放棄。爸爸媽媽會一直陪在身邊，我們哭一哭、擦擦淚、喝個水、吃個點心，再繼續回到球場。」

或許，孩子獲得勇氣的來源，不是父母能說些什麼，而是長久持續以來的溫暖陪伴與包容的力量，直接用行動讓孩子知道：他/她不是孤單的一個人陷在恐懼的漩渦中。

註：《用愛軟化尖刺，用心讀懂孩子》讀後感

像刺蝟的是孩子?還是爸媽?

大天鵝班 鄭宇晴、鄭宇宸媽媽

之前有看過一段話，「先懂孩子，再懂教」，懂孩子的特質、情緒與在乎，幾乎每一本教養書都是在說，如何的同理孩子，與孩子並行。但不得不說，身為爸媽，也是需要孩子懂的時候，當有時親子間壓抑久了，只顧著接著孩子，反而忘了如何接住自己，這樣的關係是很令人感到緊張的。



志恆老師的「用愛軟化尖刺，用心讀懂孩子」此書，開宗明義就提到「先接住自己，才能接住孩子」，爸媽也是在學習，加上工作、生活上的壓力，需要承擔的就更多，在幼幼或小班的時候，孩子懵懵懂懂，只能先包容，接納並建立自理能力為主。當孩子上了中班，面對著兩個孩子，我確實有時候會有「情緒」，一剛開始很壓抑，覺得我可以在孩子面前表現嗎？Amy 老師提醒我，對我的兩個孩子，我可以試著表達出我的情緒及喜好，試著去做，我發現孩子們慢慢變得有同理共感，因為當我接住自己後，我也可以接住他們，他們也覺得我跟他們變得更親近，因為跟他們一樣有喜怒哀樂與喜好。

「溫柔且堅定」的教養，建立好規矩，除了原則還保有彈性的執行，我們一起遵守了對彼此的承諾，家長以身作則，孩子跟著遵守，這真的是很正向的成長。

「相信孩子的力量」，「累積成功的經驗」是

三民幼兒園游泳老師及 Amy 老師的正向教導以及父母真正的愛，溫柔地帶給孩子們勇氣，從小班害怕上學、害怕面對新老師的他們，從這些事情累積了成功的經驗，讓他們相信自己有勇氣去面對挑戰，這是花更多錢都獲得不到的品格教育。對孩子們的愛是無私，用這份愛帶領他們面對世界。

擁抱孩子之前，請先軟化身上的尖刺，好好擁抱自己吧！



那些陪伴孩子活在當下的時光

小白兔班 王朔安媽媽

閱讀《用愛軟化尖刺，用心讀懂孩子》這本書時，常覺得，與其說這是父母育兒的教養書，倒不如說這也是育兒父母的自身修行書；不只是關注孩子的成長，也探討父母自己要怎麼在這條路上，自我理解與成長，作者好貼心的不只關注孩子的需求，還照顧了父母在育兒路上不時挫敗的心靈。而百憂解這章，則是連結了父母自身與孩子的成長經驗。



育兒的路上，好像很容易把父母自身的規劃跟孩子分開，陪伴孩子的時間是付出的、是給孩子的，跟爸媽自己的成長是無關的。

所以我們仔細的規劃跟孩子一起的時間，陪他吃飯、陪他玩、陪他洗澡睡覺，然後在之後擁有

「自己的時間」，好像這段付出的時間是父母失去的部份。但其實轉念一想，這段時間或許反而是父母最珍貴的一段時間。

這一陣子工作超忙，每天下班時都在規劃回家的時間，錙銖必較，幾點吃飯洗澡上床，深怕一延遲，自己晚上加班的時間就沒了。結果發現陪伴的時間很沒有品質，孩子開心分享什麼時，腦袋只想著快點快點，忍不住就敷衍，一直擔心時間要晚了，自己壓力也很大。後來發現後，乾脆陪伴時就放下手機放下工作什麼都不想，卻意外發現反而是自己放空休息時間，腦袋先從工作脫離，然後聽孩子說話，認真陪孩子玩，反而療癒了忙碌的一天。

這讓我想起多年前，曾經上過法鼓山的禪修課。聖嚴法師說，行住坐臥都是禪，隨時我們都能修行，專注於你目前做的事情，就是一種禪。喜歡多工的我當時不是很理解，直到現在被過度的現代科技佔據，常常心不在焉，總在追趕些什麼，總是覺得疲憊不堪，才發現一直想著還能怎樣多工時，老是錯過了「當下」。

育兒也是這樣。孩子的成長只有一次，如果陪伴的時間是孩子的，也是自己的，也許我們會更珍惜每個當下：好好的看到他居然能拿到櫃子上的東西了，聽到他又更能敘述學校的事情，看待事情的角度跟大人多麼不一樣，他們的快樂是多麼純粹。當我們把自己也投入進與孩子共處的時光，才會發現每個當下都是那麼珍貴與美好。或許這時孩子就能成為我們的百憂解，這段全心陪伴的時光，是爸媽工作一天的避風港，我們也一起成長一起快樂，不是我們分給他們自己的時間，而是他們借給我們放下所有瑣碎，純粹又快樂的當下。

註：《用愛軟化尖刺，用心讀懂孩子》讀後感

烹飪的初體驗

大天鵝班 蘇子洋老師

壽司是日本一項歷史悠久的美食，是亞洲米食文化中非常重要的代表食物，在尊重的主題下，從壽司歷史更可以帶著孩子看見因農文化發展，所展現對於米的重視與尊重。

日本因著地理環境，是少數農耕與漁業全方位發展的國家，對於壽司而言，最早目前可追溯到兩千年前的魚肉保存方法，相較於便於保存且民生需求較大的稻米，大量魚貨被捕撈上岸後處理不便，易造成滯銷與浪費，因此日本人開始將魚加鹽放入米缸之中，以此發酵的形式促成脫水與保存，取之於生、用之於生，當漁民釣起魚時，這些魚將很難再有機會生存或回歸，因此如何保存、不浪費，便是這道美食帶給孩子們的第一件事，感謝著每道食物來到我們面前奉獻他的生命。

而在發展的過程中，雖然魚貨的問題解決了，但同樣為民生的重要食材的米飯與鹽，因著腥味與潮溼導致細菌的增長，米缸中的米變得不可食用，這樣的狀況在經過歷史努力改良下，捨棄了價格昂貴的鹽，醋飯開始誕生，以醋為主體的發酵方式，使得米飯開始變得可以食用，取之於農、用之於農，當農夫辛勞一年後，這些努力的汗水，如何不浪費的進到人們的口中，便是這道美食帶給孩子們的第二件事，感謝著每道食物來到我們面前努力耕耘的人們，並以憫農詩帶著孩子們看見農夫們的勞苦功高。

在米與魚開始融合後，現代意義上的壽司登上了歷史的舞台，之後更是出現了五花八門的樣式，軍艦壽司、握壽司、手卷壽司、押壽司等等，就這麼走著一路到了今天，那是前人們的努力，而現在的我們享受著這樣的碩果，那是人類歷史中對於尊重食物的最佳體現，而把這樣的意象帶

給孩子們，去感謝地把食物吃乾淨，便是這個主題下該做的事情，也是對「食」最大的敬重。

配合主題以孩子們的舊經驗為底，帶著孩子們玩點壽司遊戲，每個人當一種壽司且不能重複，來一場頭腦風暴，除了要想



出別人沒想過的口味，更要記得每個人所代表的口味，藉由遊戲的方式，幫助孩子把舊經驗提取出來，隨著各式口味的壽司出爐，也開始導出了壽司的種類與歷史，以此與主題「尊重」結合。

再來就是重頭戲烹飪課，雖然在切、搓肉丸、打蛋等等工作上，一路走來，對於大班的孩子而言相對簡單，但是這次有別於以往，人數更多，且使用的不再是塑膠刀，在使用小菜刀的狀況下，如何在更安全的狀況下處理食材，對孩子來說就是一種考驗。而包壽司方面，米飯比一般孩子們玩的黏土更加黏手且難以掌控，如何將它搓成想要的樣子，又如何讓米飯在沒有沾粘劑的狀況下與海苔完美融合，對孩子們而言也是不小的挑戰。

最後完成後的作品，因著課程、因著自己動手，在開始前，既然身為日本美食，帶著孩子們對著這個世上所有的食材抱著感謝之意，來上一句日本餐前的「いただきます(我要開動了)」，本來不愛吃胡蘿蔔的孩子大口大口吃著，本來飯量較小的孩子，也吃了一球又一球的飯，最後用畢，也不忘一句「御馳走さまでした(謝謝款待)」。



烹飪的初體驗

 中白兔班 林秋美老師


小時候，媽媽總是以讀書為主，很少讓我學習煮飯，因此，長大後只會洗米煮飯和熱菜。直到與弟妹一起生活，我才開始學習煮飯做菜。基於這段經歷，希望孩子們能體驗每一種食材的處理與烹調，不僅是品嚐味道而已。

蛋的做法很多，有蒸、炒、煎、炸、烘、烤等，若有機會再教孩子們。但洗蛋與打蛋是最基本的技能。這次的烹飪課，讓孩子們親自把蛋敲開放入碗中。有的孩子表示自己以前做過，但大多數都未曾嘗試過。當蛋打開後，孩子們都覺得很新奇。有的蛋液留在碗外、蛋殼在碗裡；有的蛋掉了一半在外；有的孩子害怕弄壞蛋殼，一小塊一小塊地剝開，最後把蛋液倒進碗裡。結果大多數的碗裡都掉進了一些蛋殼。這是全新的體驗與嘗試，有機會再讓孩子們繼續嘗試改進。

韓式海苔也是一次新的嘗試，才發現飯放在海苔上會讓海苔變得很有韌性。孩子們把飯只放在一片海苔上，另一片海苔夾著肉和菜，最後合起來放進便當盒裡，看起來像聖代的樣子。孩子們先吃海苔脆片，再吃飯和菜，最後大家都覺得海苔最好吃。



烹飪就像生活中的科學實驗，大膽地嘗試食材，小心地烹調食物，這樣就會有新的發現和體驗。



日本壽司套餐

 中蜜蜂班 黃凌君老師

這次的烹飪活動，我們做的是「日式壽司」套餐，除了有壽司，還有茶碗蒸、玉米濃湯和水果。

從討論食材開始，大家便已依套餐的各道餐點內容進行討論，除了了解各道餐點裡應該加入何種食材，同時也將各項餐點的做法約略描述，並記錄在白板上。

活動開始時，大家跟著老師一個步驟一個步驟進行，偶有遺忘，還能從白板上的紀錄重新找到線索，一起為自己準備壽司套餐。

所有餐點準備就緒，圍坐一起，大家吃得很開心，一邊吃一邊謝謝各位爸爸、媽媽為我們準備食材，也謝謝小廚師及老師的努力付出，還不忘稱讚餐點「真的超好吃！」



世界上最長的壽司 小河馬班 賴怡芬老師

此次我們製作日式壽司，透過繪本「世界上最長的壽司」帶入活動，與孩子們討論吃壽司的經驗，大家馬上想到飯和海苔，壽司內可以包什麼呢？有肉鬆、胡蘿蔔、小黃瓜、火腿片、蛋和玉米筍。還額外準備大家都愛吃的水果-香蕉，每個孩子都很期待烹飪活動的到來。

在烹飪活動前，我們先用黑色色紙、棉花和蘆草製作不能吃的壽司，模擬並體驗捲壽司，相信烹飪活動當天一定能得心應手。



當天，帶著興奮的心迎接烹飪活動，孩子們輪流介紹帶來的食材，並討論保存食材的方法，由於在幼幼班時，有使用塑膠刀切食材的經驗，故孩子們都能正確使用刀子，切胡蘿蔔、小黃瓜、火腿片和玉米筍，此次，特別準備刨刀和打蛋器讓孩子們嘗試刨胡蘿蔔絲和用打蛋器攪拌蛋，觀察並體驗使用不同工具的效果。

當食材都準備好後，孩子們都躍躍欲試，在海苔上鋪飯、火腿片和蛋用手捲壽司，大家都非常滿意自己捲的壽司，一口接著一口品嚐，自製的特別美味，許多孩子都主動包 2-3 個壽司，除了有捲的壽司外，還有三角形的壽司，大家越包越上手，越吃越好吃，把所有的食材都吃光光，留下美好且成功的經驗。

動手玩烹飪—小飯糰壽司

幼企鵝班 張淑芳、王怡雯老師

大家期待已久的烹飪課——日式壽司，終於登場了！老師在介紹食材的過程中，孩子們充滿了好奇心，一個個伸長脖子，想要看清楚每種食材的模樣和製作過程。

這次的重點是帶領孩子練習「切」的技巧。我們準備了長條的紅蘿蔔、蘋果、小黃瓜，孩子們仔細觀看老師的示範後，個個眼神專注、手中小心翼翼地切著食材。他們認真的樣子，讓老師感覺孩子們真是漸漸地成長了！有些孩子忍不住偷偷品嚐，臉上露出滿足的笑容。

接著，到了打蛋的環節，孩子們更是如小廚師一般，表現得非常出色。他們把蛋打散，倒入鍋中，好奇地注視著老師的一舉一動。老師邊煎蛋邊講解，而在等待蛋煎熟的過程中，孩子們還一起唱歌「鼓勵」蛋，氣氛歡樂又有趣。不久，香噴噴的煎蛋就完成了。

當所有食材準備就緒，孩子們開始包飯糰，雖然他們對捏小飯糰和用海苔包裹的動作還不太熟悉，但每個人都充滿熱情與興趣，努力嘗試。孩子們品嚐著自己親手做的小飯糰，個個吃得津津有味，臉上掛滿了笑容。這次的DIY課程讓孩子們度過一段美好的時光，充滿了成就感，也期待著下一次的烹飪課程！



日本壽司變身造型飯糰

小海豚班 薛丹丹老師

10 月的烹飪課如期而至，期初和孩子們約定好，要做壽司飯糰。透過繪本「世界上最長的壽司」引導孩子們對壽司的有更深的瞭



解，老師早早的預備好工具，日常透過黏土來提升孩子們的小肌肉發展，預先用黏土練習做美味的壽司，看見孩子們專心致志的做屬於自己的壽司，畫面美極了！有的戳圓圓、有的捏扁扁、有的結合自己特有的造型、做著做著他們還發現了可以聯合起來，做跟繪本一樣超級長的壽司。

在烹飪課的那一週，提供孩子們各式造型飯糰的書籍，孩子們可以連續好幾天不斷的翻閱，一起探討書的內容，喜愛至極，滿心期待的烹飪課的那一天。

孩子們經驗老練，自信的站到前面介紹著自己帶來的食材，海豚班的孩子對紫色好像有一種特別的愛。我們先從紫米開始，摸一摸、聞一聞，觀察生米與熟米的區別，接下來就煮飯囉。做完這一重要的步驟以後，我們開始切菜，果然經驗是最好的老師，孩子們依稀記得幼幼班的時候也有過切菜的體驗，加上前幾天黏土的練習，正式發揮，一點都沒難倒孩子。



在等待煮的過程，帶著孩子們來體驗打蛋的樂趣，他們還不太能夠掌握打蛋的技巧，好幾個人都從尖尖的地方開始敲，偶爾還有一些蛋殼溜了進去，但結果是好的，每個人都有打蛋、攪拌，最後享受來自自己的茶碗蒸。

活動的高潮，就是做造型啦，孩子們挑選自己喜歡的造型來做飯糰，很有趣的是，當老師拿起手機想要拍照的時候，發現已有幾個孩子偷吃了起來，實在是太香了～淺淺的滿足口慾之後，我們還是有認真做造型啦，一個、兩個、三個...孩子們吃得超開心的。



綿羊式海苔飯糰

幼綿羊班 謝佳伶、陳怡君老師

學校的任何活動，對幼幼班小孩來說都是初體驗，當老師 po 出烹飪課通知後讓許多家長為之驚艷，學校還有烹飪課呀！到底烹飪課幼幼小孩要怎麼玩...不！...應該說，要怎麼上！

這學期的烹飪課主題為「日式壽司」，幼幼班

的孩子對壽司不太了解，剛好透過此實作活動來豐富生活經驗。在動手體驗之前，老師帶著孩子認識



食材有哪些？分別為海苔、玉米、蘋果、小黃瓜、起司、火腿、香鬆等，再來介紹器具及使用方式，如切食材時，刀子的牙齒要碰到食物，就像我們吃東西時用牙齒咬碎一樣；而烹飪課還有一個重要環節，那就是戴口罩及雙手洗淨，由於近期生

病孩子較多，所以採取自己切的食材自己吃的模式進行。

在課堂上和孩子們討論食材，先讓孩子先懂什麼是海苔飯糰，如果說三角飯糰孩子就懂了，老師問飯糰外面黑黑的是什麼？粉圓馬上回答：那是海苔！沒錯！我們就是要先揉飯糰，把想吃的東西跟飯揉在一起，然後再用海苔包起來，就是海苔飯糰。

讓孩子有概念後，再請孩子提出要在飯糰裡加什麼，沒想到第一個大家異口同聲喊蘋果！飯糰裡包蘋果真的很特別，為了避免孩子停留在水果發想，老師趕快提示飯糰有甜甜的玉米粒，還有起司和火腿，這樣才會豐富喔！於是綿羊班的綿羊式海苔飯糰的發想就這樣產生囉！

在實作過程中更多的是讓孩子認識、感受每一種食材的外觀、觸感、大小、顏色、口感、味道等等，只有實際體驗過才會明白常常大人口中描述的模式，如平時不要用手吃飯，要用湯匙，一方面為了健康安全著想，另一方面飯粒、配菜會沾手等等，在烹飪活動中提供孩子實作機會，雖然沾手了，流程上多了一道清潔程序，但好像也沒關係，因為孩子真實體會到了感受，未來在用餐時，也許孩子會記得這次烹飪課時的經驗，默默提醒著自己要用湯匙吃飯，沾手了不是抹衣服而是洗手。



後記：

這次「日式壽司」的烹飪活動，宛如一場視覺與味覺的盛宴，七個班級七種創意，各自綻放，令人驚嘆。細膩的日式壽司、可愛的造型飯糰、豐富的壽司套餐，還有壽司多元風貌餐，應有盡有，領著孩子們展開一場頂級的壽司饗宴。活動尾聲，當孩子們細細品味每一口壽司所傳遞的味道與故事，彷彿一場小小的探索之旅。真美！

孩子的雙十國慶活動 大天鵝班 張艾鈴老師

認識中華民國國家象徵：「國旗」，透過簡單的歷史介紹，認知國家生日慶典在 10 月份；藉由

觀看總統府前的升旗典禮、三軍樂隊、儀隊行進以及戰



鬥機帥氣衝鋒等影片學習許多與國慶相關的字彙和常識，增進孩子的社會性及對文化的觀察，培養對國家的認同情感。

用童軍旗當作道具，模仿阿兵哥走路～稍息～立正～起步走！孩子走得有模有樣的，神氣的不得了！大家一起敲敲鼓跟隨節奏搖動小旗子，進行小小的國慶大會遊行！大聲說出：中華民國生日快樂！觀察總統府外觀構造，使用木頭積木搭建，加上三色小國旗，每一組孩子都好有創意，顯得小小的總統府特別可愛！

Sanmin 消息【十一月份：秋季旅遊】



日期：2024年11月23日（六）

時間：09:00-16:00

費用：約550元/人（保險費用、遊覽車費另計）



米食文化體驗

米食文化體驗搗麻糬，好吃又好玩！大手小手一起花時間細心搗的麻糬，製作出來的成品就超美味。



手作香皂

彩虹般的手工皂，透明顏色好閃亮，和孩子一起做美觀又漂亮的肥皂，一起養成勤洗手的好习惯！捨不得使用的話，當成擺飾看了心情也很美麗！



草地團康

藍天白雲綠草地，一起開心玩遊戲！由農場的領隊老師設計充滿歡笑與互動的小遊戲，帶來難忘的美好時光；另此項活動如遇下雨會改為「客家擂茶DIY」。

三民幼兒園暨親子玩想會邀請您！