



香港基督教循道衛理聯合教會 主辦

北角衛理堂 幼稚園
北角衛理堂 幼兒園

校訊

第三十九期

2021年7月份



你問我答

大家的生活在過去的一兩年因為新冠肺炎而大大改變。大人們適應各種新常態——抗逆，在家工作，保持社交距離等，而小孩子也要習慣減少外出，於網上學習。在這段轉變的時期小孩子留在家中的時間增加了。很多家長朋友由於關心子女的各樣需要和發展，因而向我詢問有關問題。有見及此，我希望藉此平台跟大家回答兩個較多家長關注的事項，與大家分享交流。

孩子在家鬧情緒或發脾氣，我該如何是好？

研究發現管教的重點是明白孩子行為背後的心理因素。學者Dr John Gottman提出當孩子明白自己的感受被了解及認識自己的情緒時，他們在傷心時能更快平復下來。在學校表現較理想，較能調控自己的情緒以及擁有較少負面情緒。與其分散孩子的注意力、懲罰、責罵孩子不合作或放任孩子發洩情緒直到他們消氣，家長該做的角色是幫助孩子明白自己的感受被明白，讓小朋友學習自己的情緒如何運作以及如何用健康合宜的方式作出反應。作為孩子的情緒教練，我們應以不同角度了解孩子的情緒（譬如傷心、妒忌或生氣），透過孩子的鬧脾氣讓他更認識自身情緒、學習平復心情、思考及解決問題和培養親子關係。



教育心理學家
林懿德小姐

當小孩違反「三不原則」（不傷害自己，他人和物件）時，家長能嘗試以下步驟：

了解孩子情緒，耐心聆聽感受（例如「我看見你眉頭緊鎖，揮動雙手又用腳踢四周的東西。」）

引導小孩口頭表達自身感受，並給予空間讓小孩抒發感受（例如哭泣），再給予安慰（例如擁抱和親吻）

（需要時）設定界限，讓孩子明白家長的底線（例如「雖然你很生氣，但是我們不能這樣做，因為這樣很危險。」）

假若你的小孩子較年幼，或語言發展的成熟程度未有足夠詞彙和組織能力表達自己，與他們一起閱讀有關情緒的書籍，有助他們明白如何抒發感受。

當家長開始使用「情緒教練」技巧時，孩子的反應不一定會有翻天覆地的改變，他們也要時間適應和習慣。雖然他們的角度和感覺不一定正確，不過表達對孩子感受的同理心，嘗試用他們提出的方法解決問題，能有助提高孩子的情緒發展。

過去一年的上學安排讓我擔心小朋友的成長進度，我該怎麼辦？

過去鑑於疫情，全港的學生都留在家裏進行網上學習。很多年幼孩子的家長都對透過螢幕學習的效能有所保留，擔心孩子的基礎建立得不穩固，浪費了吸收知識的黃金期。除了學習發展緩慢，不少家長憂慮孩子由於疏於練習，影響了社交發展和語言表達能力。面對這些擔憂，家長們感到不知所措、無奈和無助都十分正常。

這個全球肆虐的挑戰讓大家都有着同樣的經歷，大部分小孩的學習進度未能達到一貫的水平也能夠理解。對年幼的孩子而言，他們需要有意義的生活，不安感可能令他們變得容易煩躁，較難集中於學習上，也會更黏父母，因為他們希望自身的情緒得到舒緩。所以家長適宜調整自己的期望，得接受孩子現在是以自己的步伐進步中。話雖如此，這段相對安靜的時間也有一些活動能夠讓家長和小朋友一起進行，同是能保持小朋友精靈活潑。

就如在日常生活中，家長可以於家居常規中培養孩子自理能力，邀請他們做家務（例如處理簡單無火煮食），或是在親子時間時與孩子一起做運動或做勞作，也可幫助孩子保持健康和發展大小肌肉潛能；維持閱讀習慣有助提升語言溝通能力。大家可以與孩子一同閱讀，並讓小孩翻頁，說故事和猜度故事發展以參與其中。假若希望刺激孩子的想像力和創意思維，家長也可讓孩子參與有關解難（例如砌圖、砌積木）和發揮創意（例如填顏色、繪畫）的活動。在安全的情況下，也可提高孩子的社交機會，例如跟保安員或超級市場的店員對話、使用網上平台讓孩子用電話或視訊和親人朋友溝通。如有需要，亦可報讀坊間的興趣班和小組作針對性培訓。不過，當中的重點並不是在訓練小朋友的自理能力，或是能否與陌生人順利交流等等。重要的是在這些活動的過程中我們是否幫助孩子培養能力感，讓他有信心面對不同的情況。我們不能事先與孩子演練生命中遭遇的所有境況，不過，如果我們可以協助孩子透過生活經驗逐漸相信自己有能力完成任務和達成目標，儘管未來成長有不熟悉的課題或具挑戰性的任務，他也有信心面對。

駐校社工分享

2020至2021年這兩年對一眾家長而言，相信是難忘的日子。因着肺炎疫情之影響，孩子需要停課在家，加上不少公共設施亦因防疫之關係而暫停開放，家中便成為了孩子唯一「留守」的地方。這個「留守」的地方有時會變成學校，有時又會變成遊樂場……但更多時候，可能會成為了我們家長與孩子之間的戰場。

曾聽過有全職媽媽分享，在疫情最嚴重的時期，孩子需要全時間在家，媽媽就成了孩子唯一的「玩伴」。媽媽未能處理日常家務之餘，更要處理孩子因長期留在家中出現的負面情緒，相信用「身心俱疲」來形容那位媽媽當刻的心情，實在最適合不過。又聽過另一位媽媽分享，因為擔心停課令孩子錯失了學習的機會，所以充當了「家庭教師」的角色，在家教導孩子。但教導過程亦並不順利，孩子未能專心學習之餘，更引發了不少親子衝突時刻，這令媽媽感到非常矛盾及疲勞。

駐校社工面對家長這些經歷時，亦感同身受。故此，當學校於疫情期間，對孩子及家長提供學習上之支援時。駐校社工亦有向有需要之家庭提供情緒支援。如與孩子進行網上見面，亦有以電話或短訊，向家長以表關心。有需要時，更會進行家訪，以為家長提供更多的情緒支援。而於關心的過程中，家長及孩子學懂為自己建立起強大的保護網，以有足夠的力量面對困難及挑戰。而於復課初期，駐校社工即時舉辦了家長減壓小組，為有需要之家長提供一個「休息」的地方，透過互相分享及一同進行減壓活動，以舒緩家長於這段時間所面對的壓力及負面情緒。家長於過程中，都表現得相當投入，而大家之分享亦可激勵彼此，繼續於勇往直前，為自己的生活作戰。

雖然疫情尚未完全結束，但我們可以選擇以正面的態度，學習與「它」共存。正如我們的生活一樣，未必每一件事都盡如人意，挑戰總會不時出現，但就讓我們學習以樂觀、積極的心態去面對，相信多大的風浪，都可化為心湖中的小漣漪。



駐校社工
何穎欣姑娘



上高C 溫政鋒家長

過去兩年真是過得不容易……幸好學校對小朋友及家長都十分支持！疫情期間，學校的教學非常到位，教材簡而精。此外，學校對於家長也十分關注，舉辦了一些講座、分享會來舒緩家長的壓力。而我早前也參加了一個小組，透過活動將心中的壓力、憂慮抒發出來；另外在分享中更學會了教導小朋友的小技巧，真是獲益良多！希望往後疫情受控，大家都可以回復過往的愉快生活。

疫情期間兒子長時間缺乏與人相處的機會，感謝駐校社工何姑娘在這段時間的幫助和關心，還會和他講故事，讓他增加和別人溝通的機會和勇氣。

最近，我亦參加了一個情緒減壓小組，當中的家長都各自有不同的壓力。雖然互不相識，但各人都很願意分享自己的故事，大家在相互溝通的過程中，都感到被安慰。而何姑娘亦安排了不少有趣的活動，如製作蒜頭燈、自我覺醒體驗活動等，讓大家都藉此次活動，有所得着！



上低D 郭承希家長

疫情期間，在家時間變多，出現意見分歧的頻率增加，心情很受影響。在參加學校減壓小組的過程中，家長們能夠互相傾訴，給予彼此支持和鼓勵，讓人倍感溫暖。而在另一個培養孩子好品格家長小組中，讓我認識了6A管教方法，我希望努力成為溫柔而堅定的父母。最後，感謝駐校社工何姑娘的幫助和指引，在我遇到育兒難題時，總是伸出援手，像一盞明燈照亮前行的路。

上午幼兒C班 楊棋涵家長

校園生活

隨着疫情反覆和持續，人與人之間的互動和接觸的機會大大減少，以致幼兒缺乏空間和機會抒發自己的情緒和感受，情緒和社交狀況都受到不同程度的影響。感恩隨着疫情緩和，幼兒自二月尾起能逐漸回校上課。為了促進幼兒的情緒和社交健康發展，學校從環境設置和活動設計方面着手，提供更多元化的機會讓幼兒互動，並鼓勵幼兒多分享自己的發現和感受，讓他們從互動遊戲的樂趣中，發展群性。



遊戲區



在進行遊戲時，幼兒常有不同的想法，從經驗中學習與同儕溝通和相處的技巧。



幼兒在扮演區中扮演不同角色，從分配角色到彼此合作，都互相分享生活經驗，以進行遊戲。



探索週

探索週提供了自由探索、發掘知識的機會，幼兒在過程中表現出好奇心和樂於探索的精神。顏色、光影、風、水是日常生活中最常接觸得到的元素，一系列探索項目讓幼兒運用不同的感官進行遊戲，同時亦連繫於幼兒已有的生活經驗，從而豐富他們的體驗。



幼兒透過反覆的試驗，彼此分享自己的意見，嘗試合力解決難題，豐富學習體驗。



水真好玩！



用電風扇吹動不同的物件。



在黑暗中，用手藝筒探索光和影。

春 新年慶祝活動

在暫停面授課期間，為了讓幼兒仍能感受歡樂的節日氣氛，學校在農曆新年前夕於網上舉行「喜樂年年迎新春」慶祝活動，讓幼兒在家中也能與校長、主任、一眾老師及同學互動玩遊戲，認識農曆新年的習俗和傳統食物。



運動會

為了鼓勵幼兒在疫情期間多做運動，特舉行了「親子運動Zoom一鬆」網上運動會。通過不同的親子運動，不但可增強幼兒的體魄及提升身體協調能力，更讓幼兒和家長享受箇中樂趣並促進親子關係。

兒童節

兒童節是一個屬於孩子的節日，透過簡單的傳統遊戲，讓幼兒從中感受到「何人、何時、何地玩」的美妙之處，亦能培養他們與人共享玩樂、與人分享等正面態度。

端午節活動



齊心合力，一同划向前！



咚咚咚……
鼓手帶領龍舟全隊前進。



幼兒正進行不同的桌上遊戲，如：過三關、蛇蠍和紙娃娃裝扮遊戲等。



「從障礙物中尋找海綿球。這球真的得來不易！」



「來！我們來擊掌拆公仔紙！」



「跳飛機真有趣！我能輕易避過障礙物。」



「我們來請包剪揀，贏了才可以築建「天下太平」盞盞。」



「讓我擲準目標，拋！」

「毽子是中國盛行的一種遊戲，也是越南的民間小玩意，讓我也試試看！」

課外活動

疫情反覆期間，因公眾場所及遊樂設施關閉，種種防疫規限都變成了新常態，令幼兒接觸外間世界的機會減少了。當疫情稍為緩和後，學校遂把握機會並積極與外間機構保持聯絡，舉辦多元化的校外活動，讓幼兒享受同玩共樂的機會，有效擴闊幼兒的學習經驗和視野。



「迪士尼『動』的興秘奇妙學習之旅」，讓高班幼兒體驗能量的興秘。



參與「海洋公園學院」課程讓低班幼兒體驗在大自然中學習的無比樂趣。



幼兒班參與「正向品格遊歷初體驗活動」，從不一樣的空間經歷，發掘、鍛鍊及培育以在他們天賦的正向品格核心能力。



「遠」程發射器—親子「STEM」玩具設計比賽
在家長和幼兒動手製作玩具的過程中，誘發幼兒的好奇心和探索動機，從中領略STEM教育元素，促進解難技巧，並提升幼兒的自信。



親子STEM工作坊
讓家長與子女一同參與，通過遊戲與生活連線，讓數理、科學與科技的啟蒙由家中做起，親子齊齊動手，STEM玩着學不停。



「創齡·樂匯」歷奇體驗活動
通過體驗富挑戰性的歷奇活動，培養幼兒勇於嘗試的精神和克服困難的毅力，不斷尋求突破，並建立團隊合作精神。



親子律動工作坊
讓家長和孩子一同感受身體的舞動，學習以肢體語言表達自己，打開肢體更多的感知，並體驗律動遊戲的樂趣。同時將故事與律動結合，開發幼兒對肢體動作的敏銳度，讓身心更自在地創造與玩耍，以提升幼兒的肢體發展。

專題研習花絮

幼兒愛聽故事，故事中的主角及情節，最能引導幼兒思考，自由發表意見和感想。再通過與故事主題相關的遊戲延伸學習，引發幼兒以感興趣的課題作深入探究。過程中，同時培養幼兒溝通協作、分析思考和創意解難的能力。就讓我們一起進入〈我是湯匙〉和〈小積木夜晚大作戰〉，看看幼兒班和低班的幼兒發現了甚麼？



「原來湯匙除了可以搗水外，還可以用來攪拌飲料。」



「嘩！兩隻湯匙連在一起，就會變成夾子，用來夾東西。」



幼兒嘗試用筷子夾東西。



幼兒嘗試用刀塗抹及切東西。



幼兒樂意分享自己對餐具的大發現。



「大家看看兩隻叉子像白兔的耳朵嗎？」



原來餐具的不同位置也可以用來繪畫。



我們有自信地分享由不同餐具拼砌成的作品。



原來餐具都是一種美妙的樂器。



通過美藝創作活化學習一看看幼兒正為他們的壽司店努力製作壽司。



「你也多吃一件美味的壽司啦。」



幼兒展示他們設計的奇趣餐具。

故事盒-你一句，我一句，大家合作講故事。

由網上學習的知識進而回校實踐，從中幼兒發現物體本身的透光度，以及與光源的遠近和角度，都會對影子產生很大的變化，實在奇妙！



幼兒發現到當光源越接近物體時，影子就會越大。



「我努力嘗試找尋大小相同的圖形。」



原來光源的方向、角度和距離改變時，影子也就會有所不同。



我自畫起壹壹傳海報。



「原來光源能穿透透明的膠袋。」



「請你猜猜我用LEGO拼砌了甚麼？」



「看！一張剪紙同時有透光和不透光的部份。」



幼兒們積極地排皮影戲。



哈哈，影子大作戰。



我正為自己的剪影進行美化。



舞台設計由我做。



幼兒互相協作演出皮影戲。



我正在設計一個有趣的燈筒。



我們製作皮影戲道具。



「你看看，我的造型美麗嗎？」



「到底光線可否穿透衣服呢？」

家教會主席寄語

轉眼間，已經為家教會服務了三個年頭，回想這些年來為大家舉辦的講座、參觀和活動，都覺得表現得未盡完善，還可以做得更多更好。

近兩屆的家教會工作感覺一點也不容易，世紀疫症幾近令全球癱瘓，舉辦家教會的各項活動更加舉步維艱，簡單到連安排參觀或交通也未能如願，家教會一向以大家安全為依歸，最終只好無奈地取消相關活動。

慶幸今屆疫情放緩，家教會全人把握機會安排了參觀濕地公園和舉辦一些網上講座。適逢今年是家教會成立二十周年，家教會亦編排了填色及繪畫比賽，知道每一個級別的參加者都十分踴躍，我們一眾委員都感到很鼓舞，所以在設計給全校的獎品時都更加用心，希望各家長收到小禮物時都可以感受到我們的心意。

最後，謹祝各家長及小朋友身體健康，生活愉快。

第二十屆家教師會主席
吳崇榮(上午高級B班吳旨琦家長)

今年適逢是家長教師會成立二十周年，特舉辦一系列比賽，藉此一同慶祝及宣傳家校合作的重要性。是次比賽很榮幸邀請到北角衛理小學黃校長、丹拿山循道學校徐校長、北角循道學校莊校長及北角官立小學張校長為大會擔任評審。

感謝各家長與幼兒積極參與並發揮創意，獲獎作品如下：

評審們在眾多作品中，認真地作出評選。



「北角衛理堂大樓重建計劃」籌款活動快訊

感謝各位踴躍支持「北角衛理堂大樓重建計劃」，並慷慨捐款支持由本園舉辦之兩項籌款活動：「親子『童』心行」步行籌款（總籌款金額為\$90,374）及「齊心重建滿祝福」（總籌款金額為\$58,650）。對各位鼎力捐款，敬致由衷感謝。「施比受更為有福！」祈求上帝大大保守工程繼續順利。

督印人：校監 簡祺標牧師 統籌校長 黎阮鳳儀女士 園長 司徒慧敏女士

顧問編輯：家長劉志恒先生

委員：石綺文老師 黃鍊而老師 孫玉娜老師

英皇道校舍地址：香港北角英皇道129號月明樓一樓及二樓全層

網址：<http://www.npmc.edu.hk>

電話：2571 9015 傳真：3580 2940

電郵：npmethodist_kg@yahoo.com.hk

炮台山校舍地址：香港北角英皇道165A至175號公主大廈一樓全層

電話：2578 7913 傳真：2571 9988

電郵：np_nursery@yahoo.com.hk

諗書專頁：

