



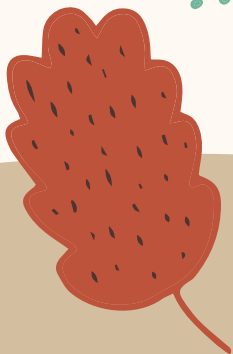
我愛學習

~ 幼兒居家成長套餐 ~

教保服務人員 關懷指導手冊

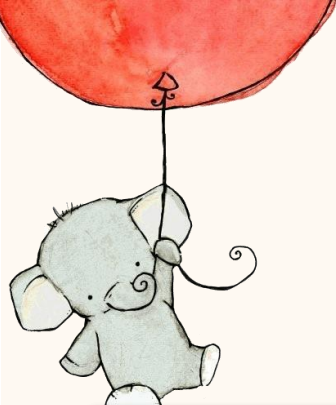


成長重點：
摺、抓握、訓練腹部核心肌耐力



臺北市政府教育局
DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

◆ 教保服務人員 ◆ 關懷暖暖包 ◆



2-3歲 本週 摺

準備材料與工具
小碟子、毛巾、襪子、繩子、小繩圈

家長陪伴甜甜圈

專家協作補給站

任務說明

摺毛巾、摺襪子、摺小褲子

我愛學習 1

2~3歲
本週
成長重點

摺

生活自理

寶貝的居家成長任務，我們一起來關心！

- 幼兒平日在家有摺物品的相關經驗嗎？有哪些日用品適合提供給幼兒練習摺的呢？(毛巾、小褲子、被子.....)
- 幼兒最喜歡摺的是什麼呢？
- 幼兒在摺的時候有沒有遇到什麼困難？怎麼解決？
- 老師可以主動分享在學校摺抹布、摺襪子的活動經驗，以及老師觀察到幼兒個別摺的狀況！
- 建議可開始提供色紙讓幼兒延伸摺的經驗(可參照補給站連結的資料)。



◆ 教保服務人員 ◆ 關懷暖暖包 ◆



3-5歲 本週 抓握

準備材料與工具
剪刀、膠水和紙、色紙或彩筆、黏土或橡皮泥

任務說明

平日

- 剪紙時注意：
 - 1. 上刀處物放直線，下刀處物放彎曲。
 - 2. 剪刀不可以亂揮。
- 剪紙時注意：
 - 1. 剪刀不可以亂揮。
 - 2. 剪刀不可以亂揮。
- 剪紙時注意：
 - 1. 剪刀不可以亂揮。
 - 2. 剪刀不可以亂揮。

假日

- 剪紙時注意：
 - 1. 剪刀不可以亂揮。
 - 2. 剪刀不可以亂揮。

家長陪伴提醒

- 安全：剪刀使用時，大人一定要在旁。
- 示範：剪刀使用時，大人一定要在旁。
- 練習：剪刀使用時，大人一定要在旁。

專家協作連結

- 剪紙時注意：
 - 1. 剪刀不可以亂揮。
 - 2. 剪刀不可以亂揮。

我愛學習 1

臺北市教育局

3-5歲 本週 成長重點

抓握

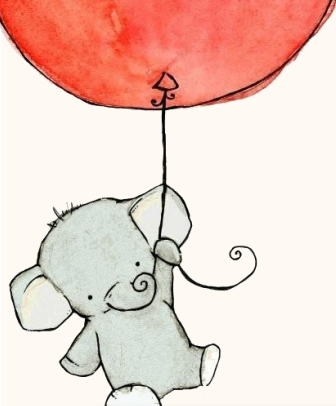
精細動作

寶貝的居家成長任務，我們一起來關心！

- 家長有沒有讓幼兒試著使用剪刀呢？
- 爸爸媽媽或阿公阿嬤的擔心是什麼？
- 幼兒拿握剪刀時，有沒有遇到困難？
- 老師可以主動分享在學校安排使用剪刀的活動經驗與考量，以及老師觀察到幼兒個別使用剪刀的狀況！



◆ 教保服務人員 ◆ 關懷暖暖包 ◆



3-5歲 本週 訓練腹部 核心肌耐力

準備材料與工具

家長陪伴遊戲圖

大肌肉活動後，要記得擦汗、多喝水喔！

專家協作補給站

訓練核心大專站

【熊山外】 熊山5年，在熊山學堂開學上課的熊山人，【熊山外】 熊山5年，在熊山學堂開學上課的熊山人，【熊山外】 熊山5年，在熊山學堂開學上課的熊山人。

3-5歲 本週 成長重點

訓練腹部
核心肌耐力
大肌肉活動

寶貝的居家成長任務，我們一起來關心！

- 核心力量訓練是所有運動的基礎，指針對身體核心肌群及其深層小肌肉進行的力量、穩定、平衡等能力的訓練。
- 增強幼兒腹部核心肌耐力幫助幼兒在升上小學後，在課堂或寫作時能夠有端正的坐姿，並有久坐的肌耐力，提升專注力。
- 增強幼兒腹部核心肌耐力，能避免骨盆歪斜及長短腳。

