



# 長洲聖心幼稚園



2012-2013年度

三月

# 聖心心載

地址:長洲東灣

電話:29810506

傳真:29869274

網址: [www.ccschk.edu.hk](http://www.ccschk.edu.hk)

## 學校活動花絮

### 基督小幼苗開學日22-9-2012

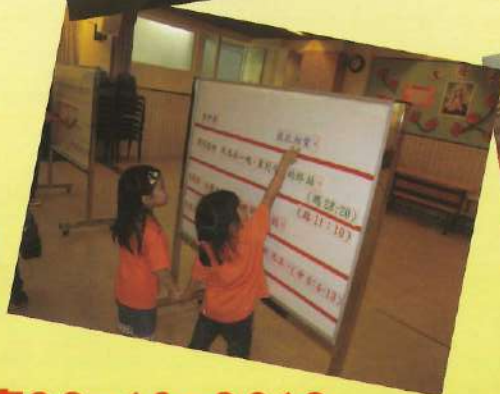
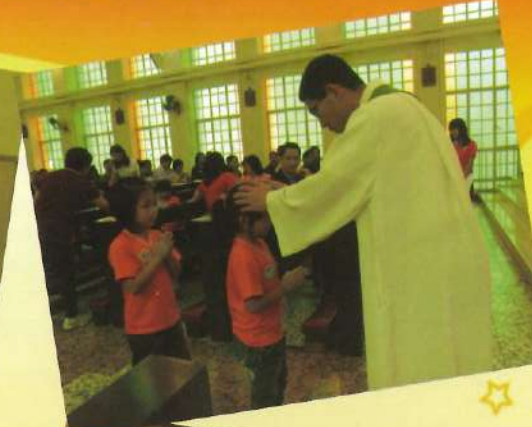


### 花地瑪主保瞻禮日暨長洲聖心學校及長洲聖心幼稚園 60周年禧年開幕禮14-10-2012





# 天主教基督小幼苗聯校宣誓禮20-10-2012



# 幼兒消防安全教育講座22-10-2012



# 參與長洲區明愛步行籌款活動28-10-2012





科學FUN FUN FUN30-11-2012



60周年聖誕嘉年華8-12-2012



聖誕報佳音24-12-2012





# 幼兒運動=快樂+健康+聰明

0~6歲是腦部神經系統發展最快速的時期，這個階段幼兒身體上的經驗和動作上的刺激，往往會成為孩子們的長期記憶，影響他的一生，現在就讓我們更具體了解運動對於孩子身心發展的實質好處。

## 好處1：運動促進大腦整合

透過運動，我們大腦的動作、情緒和認知區塊會產生迴路，讓大腦運作更活絡，還可改善孩子的情緒、增強孩子的認知能力，讓學習變得更有效率。

## 好處2：為未來學習能力奠下基礎

0~6歲是孩子神經系統發育最顯著的時期，此時若能透過身體各部位的運動，奠定初步動作與基礎動作能力，將成為日後各種學習活動的重要基礎。

## 好處3：增強身體機能與免疫力

運動可降低心血管疾病及糖尿病危險，增強心肺功能，對呼吸傳染疾病的抵抗力變強，增進孩子的免疫力。

## 好處4：情緒管理與社交能力

運動還可以增進孩子情緒的安定性與專注力；感覺動作能力越好的孩子，越能在與他人的互動中得到樂趣，並獲得心理上的自信心和成就感。

## 好處5：親子一起運動，增進親子關係

爸媽帶著孩子一起運動，不僅可增加孩子的安全感，也可以幫助掌握孩子的成長狀況，親子間的話題也會變多，親子間的默契也會更好。

## 好處6：改善特殊兒童發展問題

林曼蕙教授根據多年經驗與研究觀察到，絕大多數有過動和注意力不集中等問題的孩子，其實是因為獲得運動的刺激過少，運動量不足所致。

## 幼兒運動原則：

瞭解運動的好處之後，再掌握好幼兒運動的原則，爸媽就可以檢視孩子的運動量是否足夠，以及運動的品質是否有兼顧到了。

1. 每天至少一小時活動時間
2. 運動類型與玩法越多樣越好
3. 過程比結果重要

資料來源 [http://www.yong-song.com.tw/aa11010\\_show.php?id=7](http://www.yong-song.com.tw/aa11010_show.php?id=7)



## 2-6歲幼兒體能活動金字塔

幼喜喜動校園  
StartSmartschool.hk

