

故事時間活動指南

我們去遠足吧！

作者: Katrina Liu 繪者: Heru Setiawan



一家三口在一個美好的下午到戶外漫步，沿途他們發現不少大自然的奇蹟。小孩子利用望遠鏡觀察到很多大發現，包括各種動物和其他自然奇觀。

您知道嗎？

小朋友入讀幼兒園的準備不僅只是學術上的準備！自我調節，或是能夠專注於一項活動，控制情緒和抑制衝動都是在學校取得成功的一個重要部分。在分享《我們去遠足吧！》這本書時，你可以和小朋友練習開始和停頓一些簡單的活動，輪流遊玩，並談論書中角色的行為，指出在那裡他們的行為得當，那裡行為不當，及解釋為什麼。

說說它！

- 這本書中的一家人去樹林裡散步。你的家人喜歡去哪裡散步？與你的孩子談論你喜歡的不同環境。
- 當書中的孩子開始用望遠鏡觀察時，他發現看到的事物有所改變。和你的孩子談論視覺、聽覺、觸覺、味覺和嗅覺的五種感官。當你們一起出去散步時，你看到、聽到、聞到、嚐到或摸到什麼？
- 這本書中的家庭看到了許多不同的動物。你在你的週遭看到了什麼動物？

玩遊戲（簡單的活動不需要材料）

專注自我五感中任何一個感覺可幫助我們練習平靜、安全和存在感。通過感官練習你可幫助小孩子學習自我意識。從你坐的位置，叫你的孩子說出5種他們能看到的東西、4種他們能感覺到的東西、3種他們能聽到的東西、2種他們能聞到的東西和1種他們嚐到的東西。這不是一個尋寶遊戲。而是從你坐的地方，專心地去運用你感官。例如，你能感覺到你腳上的鞋子嗎？你能感覺到你坐的椅子或地面嗎？你能感覺到你褲子的腰帶嗎？你能感覺到你耳朵上的頭髮嗎？練習得越多，你的孩子就越容易能夠專注於內在感官意識。這將有助於他們學習如何在需要時冷靜情緒。

上線查找更多

掃描此二維碼以查找
書籍推薦、在線活動指南和
其它有趣的資源。



qrcode/learnathome

請用您的手機的相機掃描
這個二維碼來看
我們朗讀這本書！



qrcode/LetsGoHike

All resources can be found at: tandembayarea.org

創造：自製望遠鏡

- 所需材料：
- 兩個廁紙筒
 - 厚紙/包禮物紙
 - 膠水
 - 膠帶
 - 貼紙，蠟筆等
 - 安全剪刀
 - 繩（隨意選擇）

1. 剪下一張厚紙，用它把廁紙筒包起來。用膠貼固定位置，然後用另一廁紙筒重複此過程。
2. 將兩個廁紙筒粘在一起。
3. 剪一張足夠長度的厚紙來緊緊包起兩個廁紙筒，並將兩端粘在一起。這可把 2 個紙筒連在一起。
4. 用貼紙或蠟筆點綴這個自製的望遠鏡。
5. **可選：在望遠鏡的兩側戳一個孔，將繩子穿過孔並打結，為望遠鏡加上一條“帶子”。



尋寶遊戲！

你可以想出不同的方法來使用這個自製望遠鏡，比如去尋找顏色。你可以用在室內或室外，尋找蟲子、鮮花、玩具、家居用品等。這些活動可啟發小朋友的想像力，激勵他們和你想出更多的尋寶遊戲！

