

保良局唐楚男(瀝源)幼稚園
幼稚園
幼兒園

沙瀝田源

Merry Christmas!

2022年12月號



目錄

小一自行派位結果.....	P.1
專題分享.....	P.2-3
學校重點發展.....	P.4-8
學校週年計劃	P.9-11
聯校兒童藝術展.....	P.12-13
校園動態.....	P.14-15
活動花絮.....	P.16-21
生日之星.....	P.22-23
假日好去處.....	P.24
聖誕樹設計活動.....	P.25

幼兒服務宗旨



為幼兒提供優質的照顧及教育服務，幫助他們全面發展，並培養幼兒的學習興趣和自學精神，為終生學習奠基。

SQS服務質素標準

在管理及提供服務方面，「服務質素標準」訂明了福利服務單位應具備的質素水平。「服務質素標準」乃依據以下四項原則釐定，而這些原則列出了福利服務的核心價值：

- 明確界定服務的宗旨和目標，運作形式應予公開；
- 有效管理資源，答理方法應靈活變通、不斷創新及持續改善服務質素；
- 鑑定並滿足服務使用者特定需要；以及
- 尊重服務使用者的權利

現時共有十六項「服務質素標準」，每項「服務質素標準」均有一套「準則」及「評估指標」說明。這些「準則」及「評估指標」均為一般性基本要求，服務營辦機構可根據各要求，以合適的方法應用個別服務類別或服務單位中，符合所有「服務質素標準」的要求。

以下先為大家介紹當中的四個標準：

標準 5 服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準 6 服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準 7 服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 8 服務單位遵守一切有關的法律責任。

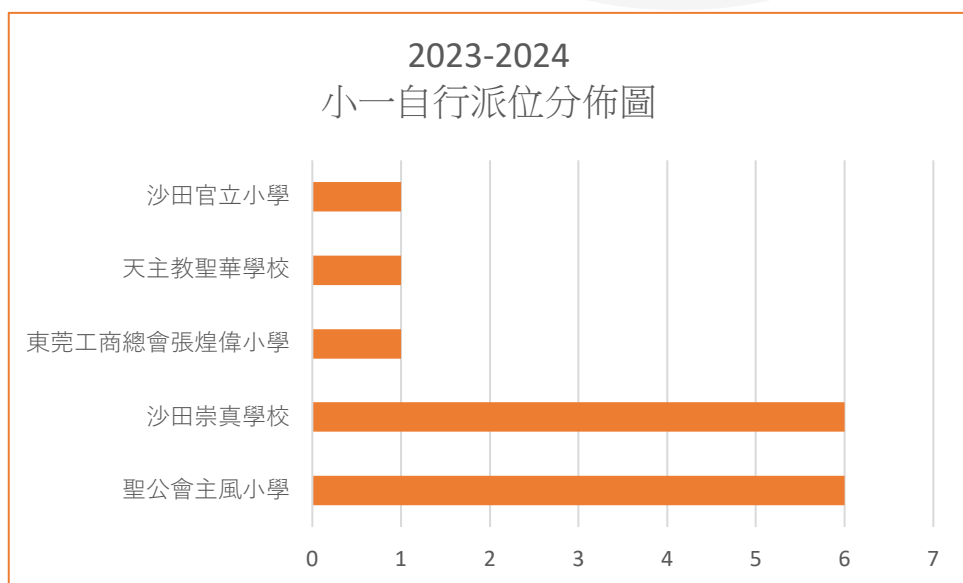


2023-2024年度 小一自行派位結果

各位家長：

2023年9月入讀小學之自行分配學位結果已於2022年11月21日公佈。本校共有26名幼兒參加，當中9名幼兒因有兄或姊於該小學就讀而獲取錄；6名幼兒以首名出生子女，即為家庭各子女中最年長者，憑5分獲得取錄，恭喜以上15位幼兒及家長於自行分配學位階段獲取錄心儀小學。

未獲取錄的幼兒，將於明年1月下旬收到教育局的信件，並須於2023年2月4日至5日前往統一派位中心為子女辦理選校手續，以便參加統一派位。



如有任何疑問，歡迎向班主任或成校長查詢，亦可致電28327700與教育局學位分配組聯絡。





專題分享

運動與營養



運動篇



運動是促進健全發展的鎖鑰。既可增強肌腱健康，讓體魄強健，減少患上高危疾病，亦能刺激幼兒的腦部發展，強化幼兒心理素質。

運動促進大腦整合

運動讓大腦運作更活絡，改善孩子情緒、增強孩子認知能力。



增強身體機能與免疫力

運動可強健和降低心血管疾病及糖尿病危險，增強心肺能力，增進幼兒的免疫力。



情緒管理與社交能力

運動可增進幼兒的安定性與專注力。與他人互動中得到樂趣，獲得自信和滿足。

親子運動，增進關係

幼兒與爸媽一起運動，可增加幼兒的安全感和信賴感，情緒和心理加以穩定。



營養篇

均衡及健康的飲食習慣，能為身體帶來不同的營養素，增強抵抗力，從而讓身體健康成長。

食物分量換算

幼營喜動校園
StartSmart@school.hk

1份 穀物類



飯1湯匙

或



意粉(煮熟)1/3碗

或



小型薯仔1個
(如 般大小)
雞蛋

或



方包(去邊)1/2片

或



餐包、豬仔包1個
(如 般大小)
網球

1份 蔬菜類



蔬菜(煮熟)1/2碗

1份 水果類



水果塊1/2碗

或



中型水果1個

或



乾果1湯匙

1份 肉、魚、蛋及代替品



雞、牛、豬、魚30克(熟肉)
(如 般大小)
乒乓球

或



乾豆類(煮熟)1/2碗

或



布包豆腐1磚

或



中型雞蛋1隻

1份 奶類及代替品

(簡稱“奶品類”)

2-5歲: 低脂奶
5歲以上: 脫脂奶
或
低脂奶



低脂奶/
脫脂奶1杯

或



低脂芝士2片

1份 油脂類

每人每正餐的用油量
不多於2茶匙



植物油
1茶匙

或



沙律醬
1湯匙

正餐的建議分量
(早、午、晚餐)

學前預備班
至幼兒班

低班至高班

穀物類

約3份

約4份

蔬菜類

約1/2份

約1份

肉、魚、蛋及代替品

約1/2份

約1份

油(烹調時用)

不多於2份

茶點的建議分量

全日制

(每天供應兩次茶點)

上午茶點: 1/2份水果類

下午茶點: 1份奶品類 及/或

1份穀物類

半日制

(每天供應一次茶點)

1份奶品類 或

1-2份穀物類 或

1/2份水果類

* 注意: 以上建議分量只供參考用途。
正餐與茶點的食物種類和分量可互補來滿足整天幼兒營養需要。

1杯≈240毫升

1碗=250-300毫升

均衡飲食

每日均需進食不同類型食物，包括：蔬菜類、奶類、穀物類、水果類、肉、魚、蛋及水。

一天膳餐分配

正餐(早、午及晚餐)為幼兒提供整天熱量及營養，其餘的可在茶點時段吸取營養。

健康烹調方法

健康烹調方式既可帶出食物的鮮味，亦能減低菜式的油分，如清蒸、焗、灼、烤和焗。



2022-2023 學校重點發展



世界衛生組織指出，「健康」的定義應為「身體上、精神上和社會適應上的完好狀態」，而不僅是沒有疾病或者不虛弱。因此，幼兒除要擁有良好的體魄，還要保持身心愉快、擁有良好社交生活和健康的飲食習慣，這才是真正健康。



學校將透過多元化的體能活動及健康營養餐單，協助不同年齡階段的幼兒發展強壯的體魄，建立對參與體能活動的興趣，並培育幼兒正確的飲食態度，養成良好的生活習慣。





1

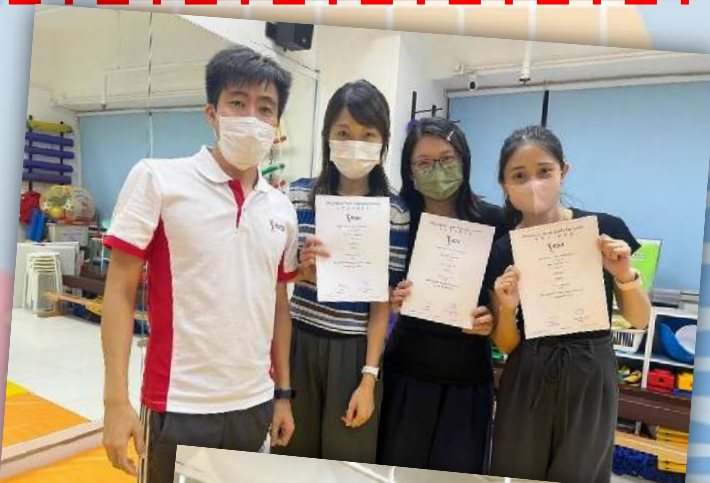
推行「體適能」活動



吳主任及兩位教師一同參與12小時的「體適能導師課程」培訓，以認識及應用幼兒體適能教學法於日常教學中，以鍛煉及建立幼兒良好的體格、感官機能和身體活動能力，培養其意志力、信心和勇氣。



種子教師參與工作坊，學習帶領體適能的方向及技巧。



2 高班花式跳繩活動

花式跳繩是融合遊戲、練習、教學、鍛煉於一體的跳繩活動，作為帶氧運動，亦能夠改善心肺功能，減低患上肺病及心臟病的風險。學習花式跳繩需要運用到身體不同部位的肌肉，手、腳及眼睛並用，讓幼兒能掌握跳繩時的節奏感及空間感，亦能提升手眼及身體的協調能力。



拍子繩是由棉繩加上膠粒組成。棉繩的繩身較重，在使用時可以更清楚繩子的方向和位置；膠粒在與地面接觸時會發出聲響，這令幼兒更容易掌握拍子的節奏，是初學者使用的繩。



有關我們的教練
戴鑠顥(Roy sir)
的報導。



30秒速度跳項目世界冠軍
李心怡與教練Roy sir合照



花式跳繩的樂趣在於只要不怕失敗，透過反覆練習，一定會有進步，以培養幼兒堅毅的精神，而且學習聆聽及分析教練的指令，亦可提升其解難能力。



3

有營飲食



幼兒適宜進食不同食物類別，選擇營養價值豐富的食物，配以正確烹調方法，家長能煮得放心，幼兒也吃得健康。



親子健康食譜



吞拿魚番茄杯

- 1.吞拿魚隔去水分。
- 2.西芹洗淨切幼粒待用。
- 3.乳酪混和蜜糖成沙律醬。
- 4.番茄洗淨，切去頂部並把核挖出。
- 5.將吞拿魚、西芹粒、粟米粒、提子乾、沙律醬及調味料拌好備用。
- 6.將材料釀入番茄內，冷凍即成。

材料：

- 番茄…………… 12個
- 西芹…………… ½杯（切粒）
- 粟米粒…………… ½杯
- 水浸吞拿魚……兩罐
- 提子乾……………4湯匙
- 原味低脂乳酪…½杯
- 蜜糖……………少許
- 鹽……………少許
- 胡椒粉……………少許

營養小貼士

- *水浸吞拿魚的脂肪是油浸吞拿魚的三分之一
- *以低脂乳酪代替傳統沙律醬有減少脂肪含量、增加鈣質的好處。
- *蜜糖並非必要，因為提子乾本身已擁有濃郁的天然甜香。





推動幼兒從「自由遊戲」中學習

「自由遊戲」可誘發幼兒內在學習動機，提升其主動性、創造力和解難能力，在歡愉的心情下讓幼兒勇於探索和表達，增強大小肌肉、情意及群性等能力也能均衡發展。



「自由遊戲」最重要的精神，是以幼兒為本，遊戲的對象、同伴、方式和時間，由幼兒自行決定，成年人（無論家長還是老師）只扮演陪伴者和觀察者的角色。在過程中，幼兒依自身喜好和能力選擇物料、同伴和遊戲方式，主動探索身邊事物及表達感受，具備自主精神。



著重活動的過程

幼兒可在「自由遊戲」中選擇遊戲的工具、方法、玩伴和活動區域。



大肌肉活動



手偶劇場



幻想角



美藝創作



自發性學習

由幼兒的內在動機誘發的行為活動，著重幼兒自主、自由參與。

自然角

探索區活動



幼兒主導

不受成年人訂立的規則或預設目標所束縛的遊戲。



建造王國

2021-2022年度 聯校兒童藝術展



保良局幼兒服務「聯校兒童藝術展」
已於2022年10月28日正式揭幕！

教育局署理首席教育
主任及保良局陳正欣
主席，連同各位嘉賓
一起分享喜悅。

大家好，我們是今次活
動的小導賞員，讓我們
為大家介紹不同主題展
館的畫作特色。



藝術家Anton哥哥與
幼兒分享創作的樂趣。



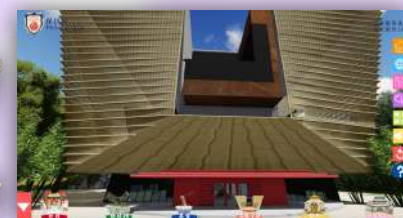
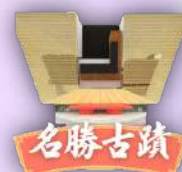
活動以「童賞藝粹·龍情匯聚」為主題，從【美食】、【名勝古蹟】、【服飾】、【運動與遊戲】、【節日】、【動植物】六大範疇，透過創作深化幼兒對中華文化的認識。



從頁面按入主題圖，便可進入該主題的場景。



進入主題場景後，便可觀賞高班幼兒的作品。



歡迎大家瀏覽以下網址，欣賞作品，一同分享幼兒藝術創作的成果！

<https://www.plkccsve2022.com/>





校園動態

保良局幼兒服務於11月19日舉辦「教師發展日」，以持續提升教師的教學技巧，優化學校教學質素。

幼兒服務為每位教師送上小食，以感謝各位一直謹守崗位。



教師發展日



資深教育心理學家陳靜琮博士與老師分享如何透過對話式閱讀培育幼兒的思維能力。

駐校社工

各位家長、小朋友你們好，我是駐校社工馮姑娘，很開心可以加入唐楚男的大家庭。我很喜歡與家長和小朋友交談，歡迎大家可以隨時與我聯絡！



駐校社工：馮梓瑜姑娘
時 間：逢星期一、五 8:45-17:30
聯絡電話：2692 0428(學校)
2116 4244(中心)
6971 5534(WhatsApp)

保良局王月仙助學金



恭喜畢業生劉芯妤及張寧安小朋友獲得王月仙助學金書券。



學校外展疫苗接種計劃



保良局美麗人生綜合健康中心的護士到校為幼兒接種季節性流感疫苗。



小朋友都表現得很勇敢，值得讚賞！



增繕課室設備



書包櫃及小組室櫃櫃門用色豐富，帶有童趣風格的油畫，為幼兒的學習環境增添色彩。



本年度更換新的書包櫃、小組室櫃及驅蚊器，持續完善學校的設備。





活動花絮

親子同遊迪士尼

各位家長和小朋友也共渡了一個愉快的週末。

A組



B組



C組



大家於迪士尼的米奇噴水池一同大合照留念！



與爸爸媽媽一起遊迪士尼真的很開心！



坐咖啡杯轉轉轉！



9、10月份生日會暨 化妝舞會





小朋友的造型很有心思喔!



我們一同玩遊戲!





小白講故事 兒童情緒教育活動



「小白講故事」是透過情緒教育繪本的故事，讓幼兒認識不同的情緒，從而學習以適當的方式表達情緒。



幼兒情緒繪本活動



社工姑娘利用情緒繪本故事，讓幼兒理解情緒的多面性。



「幼兒運動健康」 家長講座

為讓家長加深了解運動對幼兒成長發展的重要性，學習如何與幼兒共同進行親子活動，本校邀請香港教育大學體育學系講師陳枷杉女士到校為家長舉行講座。



「安全依附與親子關係」 家長工作坊

透過認識四種依附關係的成因，了解如何以正向的方式和技巧，回應孩子的需求，以建立安全及親密的親子關係。



生日之星

HAPPY BIRTHDAY



12月



黎宇軒



凌梓豪



陳栩朗



葉正睿



杜鎬騰



蘇峻逸



黃智仁



廖恬靜



許芯瑜



洪子棋



林卓瑤

1月



李卓然



劉芊滢



黃俊元



魏晴曦



張雋韜



謝柏曦



莊家豪



何俊宏



吳藹盈

2月



夏梓銘



林晟楠



傅俊軒



何彥懿



陳胤熹



馮浚誠



梁紫涵



梁仲軒



假日好去處

聖誕小鎮 / 奇趣聖誕村

日期：2022年11月25日至2023年1月1日（聖誕小鎮）

2022年12月23日至12月27日（奇趣聖誕村）

時間：上午11:00至晚上11:00

地點：九龍西九文化區海濱草坪東/西面



Merry
Christmas



Santa Claus Village 聖誕老人村

日期：2022年11月23日至2023年1月2日

時間：上午10時30分至晚上9時

地點：IFC商場一樓中庭

保良局總部

聯絡部門：幼兒服務

地址：香港銅鑼灣禮頓道66號

電話：2277 8219

傳真：2504 1996

電郵：ccs@poleungkuk.org.hk

保良局唐楚男(瀝源)幼稚園暨幼兒園

聯絡人：成凱恩校長

地址：沙田瀝源邨貴和樓二樓223-232室

電話：2692 0428

傳真：2695 3169

電郵：tcnkgm@poleungkuk.org.hk



**Merry
Christmas!**

小朋友，普世歡騰的聖誕節快到了，請在本頁的聖誕樹上設計聖誕裝飾，成為獨一無二的聖誕樹！鼓勵家長協助幼兒完成作品，交回作品的小朋友，可獲得小禮物乙份！

姓名：



Merry Christmas!

