臺北市政府教育局112學年度推動教保服務機構親職教育計畫書

(新住民家庭親職教育)

申請園:臺北市立萬華幼兒園

1、 依據:

1. **教育部國民及學前教育署112年4月7日臺教國署幼字第1120045209號函。**

2、 目的:

1. 透過親子間互動的肢**體動作，協助幼兒身體的伸展，建立親子良好的健康互動。**
2. **讓幼兒在家長陪伴下透過瑜珈呼吸、冥想、放鬆等練習，培養幼兒安定與專注力。**

3、 指導單位:教育部

4、 主辦單位:臺北市政府教育局

5、 承辦單位:臺北市立萬華幼兒園

6、 活動時間:**113年3月23日**(星期六)**上午**09:00-11:30。

7、 活動地點:臺北市立萬華幼兒園**(地址:臺北市萬華區梧州街36號)**

8、 參加對象:就讀本市已立案教保服務機構幼兒之家長及社區民眾。

9、 參加人數:20對親子

10、 宣傳方式:教育局網站、本園於網站公告，邀請本園家長和社區民眾一同來參與。

11、 活動內容:

日期	課程主題 名稱	時間	課程內容	講座 (姓名/服務單位/職稱)
113年 3月 23日 (六)	【健康與生活】 親子瑜珈	09:00 09:30	◎播放並簡介教育部「幼兒園教學正常化系列宣導短片」	臺北市立萬華幼兒園

		09:30 ｜ 11:30	1.介紹親子瑜珈原理。2.如何運用瑜珈調適身心、學習心靈紓壓。3.親子互動瑜珈教學1. 介紹親子瑜珈原理 2說明如何運用瑜珈調適身心、學習心靈紓壓 讓孩子在家長陪伴下練習瑜珈，一起學習透過瑜珈呼吸、冥想、放鬆等練習，集中專注力。透過親子間互動的肢體動作，協助孩子身體的伸展，建立親子良好的健康互動。1.介紹親子瑜珈原理。2.如何運用瑜珈調適身心、學習心靈紓壓。3.親子互動瑜珈教學。3.親子互動瑜珈練習 **4.親子靜思與感性對話** (助理老協助指導瑜珈動作)**讓孩子在家長陪伴下練習瑜珈，一起學習透過瑜珈呼吸、冥想、放鬆等練習，集中專注力。透過親子間互動的肢體動作，協助孩子身體的伸展，建立親子良好的健康互動。1.介紹親子瑜珈原理。2.如何運用瑜珈調適身心、學習心靈紓壓。3.親子互動瑜珈教學。**	傅誼老師 中華民國兒童瑜珈協會 張翊涵老師 天母育幼院寶寶瑜伽助理老師

十三、活動經費:本場次所需經費共計<u>11,400</u>元，由教育部補助辦理親職教育經費項下支應，概算如附表

十四、本計畫奉核定後實施，修正時亦同