

# 臺北市志清國小 111 學年度「親職教育」講座-親子活動

「專注力」是人類接收知識的門戶，無法集中專注力便是關閉孩子的學習大門。專注力，其實是每個孩子都要訓練的關鍵能力。但，當您發現孩子無法專心、沒耐心、坐不住時，是否常常束手無策呢？

大量的醫學研究證實，孩子的專注力問題如果盡早處理，就能獲得有效的解決。本學期系列活動將透過大陳老師的演講與親子互動課程，帶領家長學習如何從日常生活作息中健全孩子的生活照護與減少 3C 聲光刺激，且透過「內在驅動」的玩樂方式，讓孩子投入、專注，發展創造力、社交技巧和同理心。

活動帶領講座：陳俊宇職能治療師

畢業於台灣大學職業醫學研究所、長庚醫學院職能治療學系、臺北醫學院公共衛生學系。目前為親子天下專欄作家及永康診所復健科組長。

## 親子共同行，感統好好玩！

地點：志清國小 B1 體能教室

時間：111 年 11 月 25 日(五) 晚上 18:20~20:30

★親子互動課程將依學童年齡分 2 組進行，每組課程活動時間 1 小時。報到及活動時間如下表說明。

時間	活動流程	地點
18:20-18:30	1-3 年級親子組報到	穿堂
18:30-19:30	1-3 年級親子組活動課程	B1 體能教室(學務處樓下)
19:20-19:30	4-6 年級親子組報到	穿堂
19:30-20:30	4-6 年級親子組活動課程	B1 體能教室(學務處樓下)

課程大綱：

1. 邀請父母共同參與孩子體驗活動，增進親子互動關係。
2. 透過親子活潑有趣的感覺統合遊戲，觀察與訓練孩童動作協調、兩側整合，提升注意力及穩定情緒。
3. 加入人際互動、行為認知的刺激元素並搭配視覺-認知注意力或精細動作訓練，加強孩子的專注與靈巧，促進孩童全方位的大腦學習與提昇學習效率。

注意事項

- ★本活動為親子活動，若家長無法參與，請勿幫孩子單獨報名。
- ★為鼓勵父母共同參與，本活動開放每組親子組最多三人共同參加。
- ★為顧及活動的完整性，請大家準時報到參與活動，並穿著適合活動的服裝。
- ★因場地有限，每場次報名以 15 組為上限，以在表單系統報名先後為錄取依據。

★若有相關疑問，請洽輔導室(電話 29323875-552)

1. 報名時間：11 月 10 日(四)中午 12:30 開始至 11 月 14 日(一)1600 截止
2. 報名網址：<https://forms.gle/QfQBahFNucn1cgt58>
3. 錄取名單於 11 月 17 日(四)公告於學校網頁。