運用活動教學法

引導幼兒尊師重道

何少梅

教導幼兒人人都說要有耐性，然而耐性又包括什麼呢？不發脾氣是當然的答案，但人們往往忽略了對幼兒的堅持。要對任何事物堅持不屈卻是件難事。失敗，做不成也堅持下去探討、研究出解決辦法來，面對一群也同樣固執而機靈的幼兒，堅持要他們守規則禮貌、談何容易。家長在繁忙的生活中，往往都不堅持了，說過要他們收拾，孩子不聽，看看鐘，也便出門去，關上門前再提一下便算。孩子得到的訊息是：不做也無妨。

回到幼兒園，孩子也重施故技，教師請她掉去紙屑，她不聽，繼續玩玩具，再請她去，她仍是搖搖頭，教師也只有在旁等著，在適當時，取起她的玩具說，她掉了紙屑才回來玩，教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不到座位，教師才交回玩具給她繼續玩。這是課室小小的插曲，但其中啟示可多。

教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不屈卻是件難事。失敗，做不成也堅持下去探討、研究出解決辦法來，面對一群也同樣固執而機靈的幼兒，堅持要他們守規則禮貌、談何容易。家長在繁忙的生活中，往往都不堅持了，說過要他們收拾，孩子不聽，看看鐘，也便出門去，關上門前再提一下便算。孩子得到的訊息是：不做也無妨。

回到幼兒園，孩子也重施故技，教師請她掉去紙屑，她不聽，繼續玩玩具，再請她去，她仍是搖搖頭，教師也只有在旁等著，在適當時，取起她的玩具說，她掉了紙屑才回來玩，教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不到座位，教師才交回玩具給她繼續玩。這是課室小小的插曲，但其中啟示可多。

教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不屈卻是件難事。失敗，做不成也堅持下去探討、研究出解決辦法來，面對一群也同樣固執而機靈的幼兒，堅持要他們守規則禮貌、談何容易。家長在繁忙的生活中，往往都不堅持了，說過要他們收拾，孩子不聽，看看鐘，也便出門去，關上門前再提一下便算。孩子得到的訊息是：不做也無妨。

回到幼兒園，孩子也重施故技，教師請她掉去紙屑，她不聽，繼續玩玩具，再請她去，她仍是搖搖頭，教師也只有在旁等著，在適當時，取起她的玩具說，她掉了紙屑才回來玩，教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不屈卻是件難事。失敗，做不成也堅持下去探討、研究出解決辦法來，面對一群也同樣固執而機靈的幼兒，堅持要他們守規則禮貌、談何容易。家長在繁忙的生活中，往往都不堅持了，說過要他們收拾，孩子不聽，看看鐘，也便出門去，關上門前再提一下便算。孩子得到的訊息是：不做也無妨。

回到幼兒園，孩子也重施故技，教師請她掉去紙屑，她不聽，繼續玩玩具，再請她去，她仍是搖搖頭，教師也只有在旁等著，在適當時，取起她的玩具說，她掉了紙屑才回來玩，教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不屈卻是件難事。失敗，做不成也堅持下去探討、研究出解決辦法來，面對一群也同樣固執而機靈的幼兒，堅持要他們守規則禮貌、談何容易。家長在繁忙的生活中，往往都不堅持了，說過要他們收拾，孩子不聽，看看鐘，也便出門去，關上門前再提一下便算。孩子得到的訊息是：不做也無妨。

回到幼兒園，孩子也重施故技，教師請她掉去紙屑，她不聽，繼續玩玩具，再請她去，她仍是搖搖頭，教師也只有在旁等著，在適當時，取起她的玩具說，她掉了紙屑才回來玩，教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不屈卻是件難事。失敗，做不成也堅持下去探討、研究出解決辦法來，面對一群也同樣固執而機靈的幼兒，堅持要他們守規則禮貌、談何容易。家長在繁忙的生活中，往往都不堅持了，說過要他們收拾，孩子不聽，看看鐘，也便出門去，關上門前再提一下便算。孩子得到的訊息是：不做也無妨。

回到幼兒園，孩子也重施故技，教師請她掉去紙屑，她不聽，繼續玩玩具，再請她去，她仍是搖搖頭，教師也只有在旁等著，在適當時，取起她的玩具說，她掉了紙屑才回來玩，教師天天對著嘈吵的課室，往往有種無奈的感覺，請孩子依規則去做，他又不

幼教橫縱

這樣每個人才能享用自由的原則，也是自由社會的基本理念，是哲學家尊宗斯所提倡的。所以在活動教學的自由中，孩子也是要學習守規則的。

但教師成人也要把握時機，不要造成和孩子形成權力鬥爭局面，兩人無法下台。我們要慢慢尋找回來的是尊師重道，不止時光倒流，一些基本理念也有重新拾回和用另一角度檢討的需要。這也是對於本來行得通的活動教育制度，去無存菁的一種堅持。

若果上次不肯掉紙屑的女孩仍是不肯照做，也不用向她勸解，只是取去玩具，她仍然不聽指示，別人也不會遷就她的意思。

她若哭鬧，教師也要忍著，讓她知道終於也要做的，遲早問題而矣，下次早些聽話更好，這是對孩子堅持的歷程。

常春籐

飲食與美髮

一、蛋白質：頭髮主要由角質蛋白構成，合成角質蛋白是需要含硫蛋白質。如缺乏時，會使頭髮乾燥、無光澤，質脆易斷和脫落，故應多吃豆類、蛋類、瘦肉、牛奶等含硫豐富的蛋白質。

二、碘：碘是合成甲狀腺素的物質，而甲狀腺素可合成有關，因而保持頭髮有光澤，故經常吃海帶、紫菜、髮菜、魚類，可增頭髮的光澤。

三、微量元素：鐵、銅、鈣與頭髮黑色素的切關係。如欲保持頭髮濃密，可多吃新鮮水果、蔬菜；欲使頭頂濃密，可多吃葵花子油、羊奶酪、胡蘿蔔和各種紅色水果；欲使枕部濃密，應食各種深色的蔬菜。忌烈酒、濃茶、咖啡。

另外，近年一些學者認為，飲食與不同部位頭髮的生長有密

魔音更難

●尤美

卡拉OK傳來「魔音」，只見一位先生在歌唱，不單止放聲，而且盡情。媽呀！他五音不全，喚子不美，卻要賣弄歌唱技巧，實在，天呀！那種難受感覺難以形容。

這位歌王先生太陶醉了，他在唱着情歌，看看，身旁伴着有位年青小姐，大概是他的女友吧。

有些男人可能熱衷於在女人面前演唱，但也得想想自己到底有多少材料。如這位歌王的表現，他身邊的女友感覺醜死了。

女看男

●巫恙

甲女人說：做女人難，做名女人更難。

乙女人說：做女人難，做女議員更難。

丙女人說：做女人難，做女省長更難。

還有丁女人、戊女人、己女人，都是難和更難的比較。

只是女人有難和更難的比較？

有人說：唉！反正做人就已經難上難。每一個人在自己的處境當中都有自己的苦處，而這種苦處也不容易同其他人比較。

男看女

舊照片、舊故事

●雷聲大

小雨集

原來可以如此快樂的，一面細看舊照片，一面不禁開心地大笑起來，每一個親人，每一個地方，每一個朋友，每一個消失的時刻，一個一個大大小小深深淺淺的故事，刻劃了從小至今的過程。

一些人事已煙消雲散，留下照片給予回憶中沉默的致敬，或許有點唏噓，但相中人的笑容如何燦爛，我們真的一起成長過，共同分享了那麼多個鐘點，但時間又將我們洗滌分散，看見你們的笑臉，此刻自己也從心底回應真切笑聲。人世間的流傳下去，依靠着一張張面孔，一朵朵笑容，構成來自四方八面的故事，愛人、朋友，親人都告訴我們真的曾經沉浸幸福，得以在每一個太陽東升時面對另一個新的日子。

攤在地上的照片，少說也近萬幀，只能挑出數百張存進照相簿中，辛苦有若編排數本故事書，每天忙至凌晨三時，要花四天才能完成。

捧起四本舊照相簿，讓四本生活故事，一個一個貼在心口，好些故事坦白地告訴旁人，另一些只有自己跟自己分享，芬芳似無價的醇和老酒。

頭頂指壓可治頭痛

引起頭痛的原因頗多，例加情緒的急遽變化、血壓異常，都會引發頭痛。如經常頭痛應往醫生處仔細檢查。

最簡單的應變方法是，大量吸入新鮮空氣，頭部僵硬所引發的頭痛，多由於疲勞過度所致，此時切不可使頸部、延髓受涼（因延髓是呼吸中樞、心脈中樞，一旦受涼，就很容易導致呼吸困難），這時可用毛巾敷頭或洗熱水澡。

許多不明原因的頭痛多半是由於空腹所致，因為工作繁忙連吃飯也顧不上的上班一族，一旦出現頭昏腦脹時，應立即進食。

指壓頭頂是可以治療多種頭痛的，方法是先指壓「聖天」穴，再按壓前額的「天倒」穴。進行時，手握拳而以中指第二關節指壓最為有效。豬腦加味嚐與川芎煮成的湯也是特效藥，兩者皆具有強力的健腦作用，能鎮定神經。

如果經常出現頭痛，也可以用辣椒水泡腳。將剁碎的辣椒放入熱水中，然後雙腳浸泡其中，這時，血液會隨即從頭部下降。其次可以按壓拇趾、腳腕，順序在辣椒水中回轉，對舒緩頭痛有顯著功效。

速寫九零君

●竹

防範未然

有個大男人，他家中陰盛陽衰，為免唯一的兒子，因受環境影響而變得「性型」，成為同性戀者，此君實行作一番事先防避工夫。

兒子僅得四歲大，做父親的，竟然經常讓他看色情雜誌，教他欣賞裸女身材，還鼓勵兒子去追求一些漂亮小女孩。他要灌輸大男人思想給兒子，令他從小就對女性發生興趣，以確保日後不會有同性戀傾向。

此人的想法，亦非記人憂天，皆因他兒子生性膽小懦弱，在母親姊姊們和女傭面前，更顯得格外羞怯，說話舉動比女孩子還要斯文嬌嗲，又動輒就哭起來，而且膽小如鼠，對於男孩子喜愛的運動，例如游泳、踩單車、打球之類，他都因害怕而不肯去學。

然而，那做父親的所採用之矯正方法，親友們獲悉之後，都大加反對，一致認為他此舉會起反效果，即使能成功使到兒子僅對異性發生興趣，不會鬧同性戀，卻可能變得色情狂，或是「女人湯丸」，終日沉迷美色。

有人打趣提議，這大男人不如努力再追一兩個兒子，家裡陽氣大增，兒子自然會變得剛強起來。

一線之機

趙從武

俞氏之「拍位」，便是乘此新舊力交替間隙，急進殺之。

「拍位」之位，當依勢而異，有在棍尾一尺，有在手前一尺。

舊力略過，新力未發，當然也有訣竅，俞氏雖未明言，借人之力也，上乘落下乘起俱有之，難盡書，鈎刀鎚棍，千步萬步，俱是乘人舊力略過新力未發而急進壓殺焉。

俞氏劍經云：「他打下，我揭起，我哄他，欲打下而實不打下，待他盡力揭起，力使過了，即趕他棍剃下。

「問如何是順人之勢，借人之力，曰明破此，則得其至妙至妙之訣矣。蓋須知他出力在何處，我不於此處與他鬥力，姑且忍之，待他舊力略過，新力未發，然後乘之，所以順人之勢，

「我想出舊力略過新力未發八個字，妙之至也，妙之至也，前言拍位，都是此理。」

俞氏之「拍位」，便是乘此

健美養生學

●米施洛

全面健康

哈佛醫學院去年的研究發現，中年婦女，體重如果比理想體重稍多五巴仙，患心臟病的機會就提高。

體重多於理想的十五至三十巴仙時，八成人有可能患心臟病。

假如體重繼續上升，至超過理想體重的三十巴仙以上者，機會率增大三倍。

結論是，中年婦女（廿歲尾至四十歲初），就算增肥十多二十磅，都足以影響身體健康。

當然，並非人人都如斯不幸的。

要健康，體重適中當然重要，均衡飲食當然少不了，運動就更加免不了。

但是，近年的健康趨勢，走多樣化，要全面進行，才能獲得健康。

全面健康除上述事項外，尚包括戒煙、戒酒、控制膽固醇量、鬆弛神經、控制血壓。

還有很多醫藥和營養以外，但能提高人類健康水平的健康法，不過其實際效用，尚在研究中。

檢控醫生

●康妮

扁桃腺體切除術，雖然是屬於耳鼻喉科的手術，但很多外科醫生都會操刀，就正如婦產科醫生能做闌尾切除般，這都是他們在實習期間經常會做的手術。

某一外科醫生為前來求診扁桃腺體的病人檢查後，發覺其扁桃腺增大，需作手術切除治療。術後情況都很穩定，但數天後，病人傷口突然大量出血，該外科醫生即進行手術止血，唯術後仍有滲血，病人家屬連忙請另一為耳鼻喉科的醫生會診，並再次安排手術，經數天後病人手術處才漸停止滲血。接下來的是病人家屬起訴該外科醫生手術疏忽。在沒有完全切除扁桃腺體的可以說是用三言兩語就說完了，但任何簡單的細小手術都會有某程度上的危險，而危險會是來自多方面的。

說實在當病人決定手術時，已經是進行了一場生命的賭博，成功與否，就要看命運的安排了。手術的疏忽，與醫生的專業操守，嚴謹的工作態度及醫學技術有關。但該外科醫生具備了以上的一切，雖然這檢控是不成立，但對好的醫生來說是沉重的打擊。

467派亞街 利橋貨倉對面 左邊積善街
中山安堂 林健龍 占卦算命
能知過去未來，一生人財福占卦五元，口訣算命二十元，錄音算命三十元，外埠郵寄算命三十二元，結婚擇日、移居入伙、解簽酬神超幽、招魂、解除災難，祝星求運，七天候教，在住宅
467 PRIOR ST. 夾 JACKSON ST. 電話 254-2862 V6A 2G3

跌打風濕
周頌堯教授白鶴內外功拳
神效中風，車禍後遺症，
鼻敏感，頭頸腐腰背膝關節諸傷痛，
免費洽 2440 緬街
電：872-8720

New Star Information Systems Inc
中英文電腦植字
名片電腦設計印刷
$ 15/250 起
Chinese Typesetting & Translation
字 WORD
Tel: 682-5485 Fax: 682-4078
Suite 208 10, E. Pender Van. B.C.

加拿大永康人壽保險公司
The Citadel Assurance
105-1281 W. Georgia Van. B.C. V6E 3J7
Re: 324-2039
Bus: 684-6381
QUON ENG
華人高級代理 伍偉權
對燕梳研究近有三十年之經驗，個別之所需各有不同，凡對兒女大學教育保險金，家庭保險，房屋抵押，疾病和意外保險入息保險減低入息稅，退休儲蓄金，生意股東等各種保險，如蒙垂詢，請賜電話，極表歡迎。

銀龍公司
YIN LONG CO. LTD.
535 GORE AVE. VANCOUVER B.C.
TEL: 689-7324
燒腊肉食，中西什貨，園口新鮮蔬菜，生菓，即日由台灣頂好公司運到冷凍飽點。
銀絲卷，芝蔴湯丸，毛荳，木須皮，壽桃，無須鮮凍，可即蒸即食，老少咸宜。
門市批發無任歡迎，逢星期三休息。
地址：五三五哥亞街。
電話：689-7324

泰興有限公司
Tai Hing Company Ltd.
(1981)
265 EAST PENDER STREET · VANCOUVER, B.C. V6A 1T8, CANADA
PHONE 684-1028
新到大幫超等味精冰霜明蝦

金利源
GIM LEE YUEN LTD.
47 E. Pender Street Van., B.C. V6A 1S9
八折酬賓 大減價
特價貨品除外
685-9743

BUY-SELL
卑詩省免費廣告報紙
免費刊登售物小廣告
請電 280·1000
欲購平靚貨品請閱本報
逢星期四出版
BUY & SELL: 5791 No. 3 Road Richmond B.C. V6X 2C9
行政部電話：(604) 273·1571
歡迎刊登付費商業圖片廣告

廖盛炤 窗飾公司
春節酬賓 大減價
百葉簾60%OFF
窗簾直簾50%OFF
電話：253·4566
S.J. LEW S.J. Lew Custom Draperies Ltd.
Window Covering Specialists
1456 E. PENDER ST., VANCOUVER, B.C. V5L 1V8 TEL: 253-4566
COQUITLAM PLAZA #8-2773 BARNET HWY.
COQUITLAM B.C. V3B 1C2 TEL: 941-7910

營業部：
多位華人代表，曉各方言，容易溝通。
粵語 VINCE JANG (鄧) 公司：873-0211 住宅：294-8808
粵、台山語 FRANK DONG (鄧) 公司：873-0211 傳呼：735-7881
國、粵、閩語 LEO KING (龔) 公司：873-0211 住宅：271-3692
國、粵語 JONATHAN WANG (王) 公司：873-0211 住宅：261-7322
修理部有華人黃君主理維修
本月特價：四汽缸 TUNE UP $59.88
清洗冷却系統 $49.88
喞油換機油 $29.88
如全套維修 只收 $129.88
MICHAEL WONG (黃) 公司：873-0211 手提：328-3116
91 COLT 100 原價$10,160 日本三菱製造 5前速，三菱制 大特價$7,888 =106807
90 SHADOW 四門，自動波，2.5L，AM FM收音機，低咪數 原價$13,653 大特價$9,988
並免費代客檢查安全設備
#1 KINGSWAY LAWSON OATES CHRYSLER 京士威壹號緬街夾七街 873-0211
91 VOYAGER 七座位，自動波，卡式唱機，深色玻璃 原價$19,216 大特價$15,988 =376447
91 DODGE SPIRIT 自動波，四門，卡式唱機 原價$16,537 大特價$13,388 STK. =296761
90 LeBARON 四門，自動波，皮椅，所有豪華設備應有盡有 原價$23,975 大特價$18,888 =196392
價平車正
總經理 PAUL FONG (方)