

無尾熊班(大)

編輯紀錄：廖秋雯・李翠翠老師

活動名稱：一起做運動

活動內容：※做運動~~播放「做運動」兒歌，老師帶領幼兒配合歌曲「做運動」，一起來做運動(運動前可以播放此歌曲，當成暖身操)。請小朋友分享自己最愛唱跳的運動歌曲哪一首?

- 馨巧：有跳過3010的體操。
- 馨葳：跳彩虹糖的歌。
- 丞勛：做體操的歌。
- 孟宸：老師教Lucy的歌。

- 宇澤：跳過食物力量大。
- 允辰：上次有跳新年的歌。
- 宥翔：聖誕節的歌。



做運動



Lucy 健康操



※動動手，動動腳

請小朋友團體討論我們的手和腳可以做哪些運動? 分享玩過哪些手腳運動項目或遊戲，必須同時使用手和腳並用的好玩運動? 運用拔河繩索進行爬行遊戲，體驗手腳並用的樂趣。

- 柏宇：腳踏車；因為下面要用腳，上面用手來轉方向。
- 宥妍：跳繩；手用甩腳用跳的。
- 子睿：踢球；用腳踢的。
- 孟宸：平衡車；手會動，腳慢慢踩。
- 宜岑：直排輪；手要擺動，腳要滑動。
- 芸彤：拔河；手拉著繩，腳要往後退。
- 宇澤：踩高蹺；手拉著繩子，腳來踩。
- 晨安：玩溜滑梯；手腳都可以爬。





※童軍繩走線

請小朋友分享童軍繩1條和2條可以如何玩，請幼兒分組進行遊戲，每組從1條增加至2條童軍繩，好朋友共同討論如何將童軍繩進行走線遊戲，老師將其動作拍下來，貼至體能探索區供大家欣賞、模仿其遊戲。



活動名稱：球球總動員

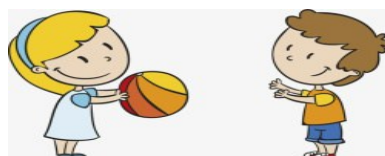
活動內容：※透過故事《球球超人》進行團討故事內容~

- 峻皓：球球超人變成橄欖球，因為不能被怪獸發現。
 - 孟宸：有一個球球超人拯救了圓圈圈國裡的每一個人。
- 故事裡面有圓圈圈國還有一個刺刺國王，發生了好玩的事情。
- 謙睿：球球超人變成彈力的乒乓球，刺刺國王有打噴涕身上的刺刺就不見了。
 - 詠翔：球球超人變成氣球在天空上飛，因為要去刺刺國王的城堡裡面，把圓圈圈國的人全部救出來。
 - 芸彤：刺刺國王說要把身上光溜溜的球抓起來，結果是刺刺國王身上的刺不見了，怪獸就把國王抓起來了。



※並展示各種球（如：籃球、足球、足球、羽毛球…等）以及欣賞相關球類的影片後，帶領小朋友到中庭玩樂進行團體遊戲「躲避球」，圍成一個大圓圈進行「傳、丟、踢」等活動，小朋友玩得非常開心快樂。

- 宥鈞：我和小朋友一起玩接球和躲避球玩得超開心的。
- 允辰：我最喜歡玩躲避球了，因為我很厲害都可以丟到人出局。
- 亦紘：我最喜歡玩躲避球，我喜歡躲來躲去不讓球碰到我。
- 馨巧：我喜歡玩丟接球的遊戲，因為可以訓練我的手可以接住球。
- 柏宇：我喜歡玩躲避球和踢球，因為我每次球來了我都有踢到球給別人；躲避球也很好玩因為可以躲不讓球碰到我。



※透過各類球的特徵並展示觀察(如保齡球、高爾夫球、大龍球、跳跳球等),並邀請小朋友實際來玩玩看。



※透過圖片團討球類的用具、服裝、場地、規則以及統計計分表後,進行揮桿進洞的活動。

※經過一連串的團討並體驗小朋友發揮自己的能力讓球玩出更有趣的方式,且在團體遊戲活動中能看出孩子們的團結合作,因為合作才能讓遊戲競賽達到好的成績,小朋友都能和友伴達到相互合作的精神,以及輪流等待並遵守遊戲活動的規範,表現很棒!給予孩子愛的鼓勵~讚!讚!讚!



活動名稱：跳橡皮筋

活動內容：※老師給予每人一條橡皮筋，請幼兒小心拉一拉並感受其觀察橡皮筋的彈性變化及分享一條和多條橡皮筋的玩法？【1】彈橡皮筋的變化【2】掌上橡皮筋【3】跳橡皮筋（跨越、過河、交叉穿山洞…等）。

- 孟宸：橡皮筋拉開鬆鬆有彈性。
- 宥妍：橡皮筋變成數字8。
- 芋萱：橡皮筋變成蝴蝶結。
- 沅郁：橡皮筋變成蝴蝶。
- 詠淇：橡皮筋變成扇子。
- 晨安：橡皮筋變成星星。



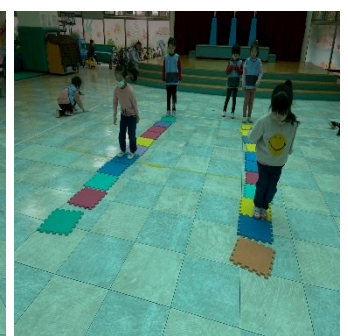
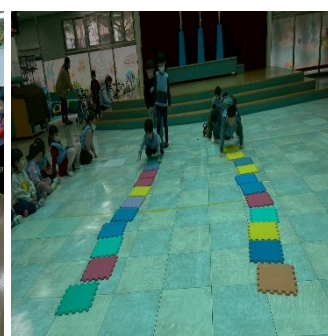
- 謙睿：橡皮筋拉開像數字1。
- 丞勳：橡皮筋變成三角形。
- 芸彤：橡皮筋變成長方形。
- 允辰：橡皮筋變成蜘蛛。
- 詠翔：橡皮筋變成熱氣球。
- 峻皓：橡皮筋變成火箭。



※一步一腳印

師生討論手腳不碰地，且思考如何從A地到達B地的方法；幼生分組進行遊戲「飛象過河」—幼生手持兩塊巧拼墊以接龍方式，看看哪一組安全到達目標。

- 馨葳：墊子排成一排走過去。
- 宇樂：墊子排成長長的爬過去。
- 子睿：墊子排成一條路走過去。
- 碩宸：墊子排成彎彎的跳過去。
- 宇澤：墊子一個一個接起來跨過去。
- 若妘：墊子一個一個拼起來爬過去。





※捲壽司

請幼生分享自己曾經吃過或見過壽司的形狀為何，並進行小組活動請每2人一組，一位幼生趴在軟墊上當成壽司並手伸直到頭上，另一人慢慢推壽司翻轉的有趣遊戲。



※舞力全開

老師播放教過的兒歌律動~新年歌曲，請幼兒將鈴鼓當舞獅搖擺，搭配沙鈴和波浪鼓敲節奏一起跟著音樂旋律舞動自己的身體。



活動名稱：輪胎遊戲

活動內容：※展示輪胎請小朋友想一想在哪裡看過？並聯想可以玩哪些遊戲做示範（滾、跳、走、躺…等），進行輪胎的闖關活動【繞、滾、走、跳】以及【合作活動】。

- 宇澤：爸爸的汽車和摩托車上都有輪胎。
- 亦紘：爸爸的車子上有四個輪胎。
- 峻皓：我有在公園看過輪胎可以給小朋友玩。
- 子睿：路上的車子都有輪胎ㄟ。
- 宥翔：在公園有看過輪胎給小朋友玩遊戲的。
- 詠淇：車子上都有輪胎。
- 芸彤：輪胎可以當籃框然後把球投進去。
- 馨葳：拿小輪胎舉高可以來回走路。
- 孟宸：小輪胎可以當作啞鈴舉高來做運動。
- 宥鈞：小輪胎可以用兩隻腳套進去來做運動。
- 詠翔：兩人合作般大輪胎像螃蟹一樣來走路。
- 碩宸：小輪胎可以放一排然後可以左右跳 跳 跳。
- 宥妍：輪胎可以像九宮格一樣來玩圈圈叉叉的遊戲。
- 芋萱：一個人站在輪胎裡面，然後手往抓外面的人來玩遊戲。
- 宇樂：兩個輪胎放中間像坐摩托車一樣，然後兩個人在往前推前進。
- 宜岑：兩個人可以拿大的或是小的輪胎當球框；然後另外一個人來投球。



※老師提供展示大龍球、空氣棒、皮球、小布球…等，進行球的滾動比賽看誰滾得最遠。



※運用呼啦圈器材讓幼生來示範體要如何玩？帶領孩子一起玩各種呼啦圈的遊戲運動（繞、走、跳、搭火車、鑽山洞、從頭套到腳...等活動）。

晨安：可以把呼啦圈放在手上來轉圈圈。

馨巧：哈啦圈可以像轉陀螺一樣來玩遊戲。

謙睿：呼啦圈可以放在地上像輪胎一樣往前推。

奕昊：呼啦圈很好玩我喜歡玩套圈圈和跳跳跳。

若妘：可以當方向盤玩開車和套圈圈的遊戲。

丞勛：可以兩個人拿呼啦圈當籃框來接球玩。

允辰：可以把呼啦圈放在身體來玩搖呼啦圈的運動。

宇樂：可以用身體來搖呼啦圈，也可以兩個人一起玩。

柏宇：可以放在身體上轉圈圈，還可以玩套圈圈和滾的運動。

沅郁：可以放在地上玩跳格子，也可以玩過山洞鑽的遊戲很好玩。



※透過各式不同的器材讓小朋友有不同體驗與玩出新玩法，同時也分享了舊經驗與新經驗的結合，而在輪胎器材中孩子們體驗到翻山越嶺是需要有勇氣來挑戰的，還有原來球的種類有很多可以像比賽看誰滾的最遠，以及呼啦圈可以玩套圈圈和從頭套到腳是需要大家的合作才能完成的活動，一連串的活動小朋友都很喜歡玩的不亦樂乎呢！



活動名稱：團結合作力量大

活動內容：※觀賞小螞蟻搬西瓜影片與幼生討論哪些遊戲與團結力量大相關，進行個人與小組進行體驗遊戲，感受個人與團體合作的不同點，利用氣球傘、123 木頭人、大風吹、傳球遊戲等團結合作力量大的意義。

- 允辰：一起騎腳踏車。
- 柏宇：一起比賽跑步。
- 亦紘：一起玩大龍球搬運。
- 馨葳：一起玩拔河。
- 子睿：一起玩溜滑梯。
- 詠翔：一起玩玩具。
- 詠淇：一起玩球。
- 碩宸：一起玩籃球。
- 謙睿：一起玩踢球。
- 宥鈞：大家一起玩傳球。
- 丞勛：一起玩跳繩。
- 馨巧：把球丟給別人。
- 孟宸：用氣球來傳給別人。
- 宜岑：大家一起手牽手玩呼啦圈套進身體裡面。
- 芸彤：一起用飛盤玩開車遊戲。
- 宥妍、宥翔：一起玩呼啦圈搭火車的遊戲。
- 宇澤：一起玩大龍球的躲避球：



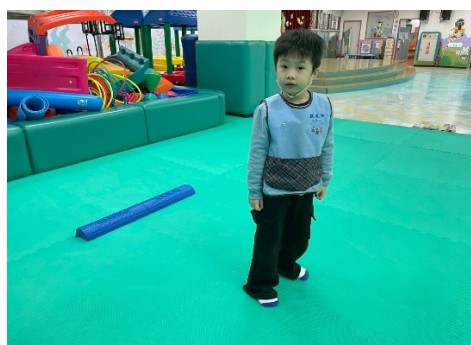
※過河遊戲

老師介紹過河遊戲可使用的器材，請幼兒討論如何運用這些器材如:巧拼墊、彩虹河石、平衡板等進行好玩的活動，並請幼生示範如何玩過河遊戲，發揮小朋友們的想像力，變化出更多的遊戲方法，大家真是太棒了！



※球計分

討論常見運動競賽如何計算分數？用什麼工具來測量？進行單腳站立(測時間)、立定跳遠(測距離)、投擲九宮格(計分數)讓幼生計分，並且專注認真又細心地記錄每人的成績，老師發現小朋友對數字的左右方向辨認與運筆能力更厲害喔！



活動名稱：手舞足蹈

活動內容：※請幼生發表看過哪種舞蹈表演的經驗？

碩宸：我有在電視上看過一般大家都在學的跳舞。

宥鈞：我有看過弟弟學芭蕾舞在一個音樂教室跳的。

芸彤：我姊姊有在學舞蹈我媽媽都賄賂起來上我來看ㄟ。

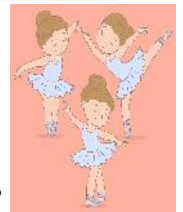
宥妍：在阿公家的時候有在電視上看過跳舞，但是也學跳舞。

丞勛：媽媽有帶我姊姊去學芭蕾舞，我在外面的窗戶看姊姊學跳舞。

宜岑：我在電視上有看過水上芭蕾舞，而且都是小朋友他們超級厲害的。

馨葳：我自己有在學芭蕾舞教室前面有鏡子可以看到自己跳舞的姿勢。

詠淇：我有學街舞那邊也有很大的鏡子可以看到自己跳舞的樣子，那邊也有同學和我一起學ㄟ。



※老師再請小朋友說說看練習學舞蹈運動前需要做什麼呢？

馨巧：要做暖身操，因為身體才不會受傷。

宇澤：要先做拉筋的運動這樣才不會受傷。

沅郁：要做暖身運動操，這樣身體才不會累和受傷。

柏宇：要先練習跳跳舞暖身一下，才不會失誤和受傷。

宥翔：要先作手腳和身體的拉筋，這樣身體全身都有拉開了才不容易受傷。



※接著老師帶領著全班的小朋友一起做暖身操的運動，以及藉由圖片和影片認識如芭蕾舞、民族舞蹈、街舞等。



※老師將事先準備好的彩帶邀請幼生來表演展現肢體動作，並搭配音樂小朋友自由揮舞擺動身體即興表演彩帶舞蹈。





※透過球的玩法一抓、拍、接、彈、滾、投、踢、傳等動作，看看誰是最厲害的玩球高手？最後大家一起來玩球躲避球競賽囉！



※氣球傘的活動~大小海浪，大野狼來了…等趣味性的活動，小朋友玩得很開心！
※透過一連串的分組討論後小朋友都認識到運動前一定要先暖身操的運動重要性，以及運動後也是需要再做一次暖身操和補充水分的，整體的活動小朋友都熱絡的參與各項活動，師生玩得很開心高興呢！

