

太陽班(中)

編輯紀錄：許秀鳳老師、曾玉印老師

主題名稱：我愛運動

活動內容：

分享假日運動學習單※引起動機~透過(失落的一角)繪本，了解繪本的故事意義，找到適合自己的幸福並認識圓形的運動器材：球，認識球(圓形)的特性延伸趣味的遊戲，及進行跟球有關的運動或進行球類競賽活動，或運用圓形創作美勞...等，①用圖片或肢體表現運動的姿勢，讓孩子猜猜是什麼運動？並做分享說明示範遊戲規則②投籃活動~利用遊樂場遊具的圓洞，孩子依序練習將球投入洞內，因為高度適合孩子練習也讓孩子享受投籃進洞的樂趣和學習投籃的技巧，示範如何投籃及目測距離，解說籃球的遊戲規則(自訂幼兒規則)，分組進行計分比賽③爬行運動~運用遊戲場的遊具進行鑽爬循環運動④美勞：失落的一角延伸活動，材料：圓形卡紙~用彩色筆棉邊著色在圓形的卡紙上創作，再用剪刀將圓形卡紙自由的剪掉一角，將剪下的一角貼上姓名貼，全班 30 人的一角混和後，讓孩子找到自己缺的一角，拼湊完成一個圓滿的幸福圓，活動小叮嚀：先分小組找缺角，再擴增人數混和角，再找到自己缺的一角，並貼在有色的紙上，找到屬於自己的幸福。



活動省思：從繪本故事失落的一角→一一尋找失落的角→自己畫一個圓→自己剪掉一個角→小組混合角再找到自己的角→從全班 30 個角中找到屬於自己缺的角→再將找到的角貼在學習單上→找到屬於自己的幸福，也利用遊樂場的遊具圓洞練習投籃活動，享受不一樣的籃球運動的樂趣。

主題名稱：我愛運動

活動名稱：萬能選手

活動內容：引起動機—這是什麼運動，說出器材的名稱並示範運動器材的使用…認識學校的運動器材名稱與並示範玩法及說明規則，並注意安全， ①分享球的運動：將自己帶來的球找朋友一起玩各種球的運動②棒球運動：用三角錐和棒球棍，將棒球放在三角錐頂上，揮打球棍把球打出去②平衡感練習：走平衡木、走繩索、單腳站立、行走直線、踮腳站立、側走、倒退走、螃蟹走、…加輔助器材或障礙的運動器材③大風吹遊戲：利用大地墊在中庭一人站一片地墊，其中一人沒墊子發號口令：說：大風吹，其他小朋友問：吹什麼？吹…有帶名牌讓的，有帶名牌者則換墊子站，發領者咬要搶墊子站，妹棧道墊子則為下一未發令者…，循環玩，三次沒佔到墊子則淘汰，收起一個墊子，墊子可逐漸減少最後有墊子則是勝利者④義工家長—鄭悅媽媽，分享繪本(幸福的花)並教孩子手作花卉，讓孩子練習手撕紙和摺紙剪紙的技巧，⑤兒歌教唱…。



活動省思：讓孩子喜歡運動，並養成運動的習慣，說出並分享認識各類球的名稱、材質、玩法，了解各種球類運動的規則、合作玩法與趣味，小朋友自己想出新的玩法會分組進行比賽並遵守遊戲規則這是很重要的體驗與學習，平衡木練習單個與二個不同的平衡感，走單個還要跨到另一個平衡木需要技巧，孩子嘗試練習，手做花也很有成就感，很棒的體驗，可惜天候不佳內湖迪卡儂運動用品店未能成行。

主題名稱：我愛運動

活動名稱：運動安全停看聽想

活動內容：播放『安全小寶貝』影片為引起動機，透過影片的觀看讓幼生說出自己看到影片運動時要注意那些安全呢？

暉勛：「運動要穿運動服裝才能去運動。」 可翔：「要先暖身運動才不會受傷。」

星睿：「騎腳踏車要注意路上的車與行人。」 韋霆：「運動時要多補充水分。」

綾柔：「運動時要多喝水避免水分流失，還要穿適合的衣服、鞋子及護具，保護自己不受傷。」

雨果：「騎腳踏車要戴安全帽、護膝與護肘。」

唯予：「運動要穿運動鞋；不可以吃飽馬上運動要休息 30 分鐘；在游泳池不可以用跑的避免滑倒，游泳前要先暖身。」

嘉洋：「下雨的時候不可以運動，才不會滑倒。」

妍安：「游泳要穿游泳衣、戴泳帽還有泳鏡。」

師運用運動安全影片來逐一解釋說明運動時的安全正確行為，藉由生活事件裡的運動行為來讓孩子們思考有那些是對的行為？而那些是錯的行為呢？團討中孩子們得認知大多是對的，也可以了解到運動安全的概念已存在孩子們的認知裡，這是很重要的學習。

每日的 30 分鐘大肌肉活動是孩子們的最喜愛時光，經由活動前的靜心時間、暖身運動以及運動完之後進入教室的擦汗與多喝水，讓孩子們實際體驗運動的精神舒暢與快樂。

播放『健康操』運動體操示範動作影片，幼生們依著音樂與影片伸展肢體，欣喜且自然的舞動肢體，嘉洋：「我們每天午休之後起床音樂就是這一首啊！」隨著熟悉的音樂也讓自己的身體動一動。連結運動服裝的學習單也讓幼生們知道運動時的服裝與配備（護膝、運動鞋、護腕、泳帽、泳鏡…）也是運動安全裡很重要的運動知識與認知。



活動省思：結合『我愛運動』學習單的完成，讓孩子們學習安全的來運動，保護自己的身體同時養成我愛運動的好習慣。

主題名稱：我愛運動

活動名稱：認識各類球的不同玩法

活動內容：用運動影片引起動機：①家裡的運動器材分享—跳繩、扯鈴、高蹺、毬子、彈力球、飛盤、溜溜球、橡皮筋②介紹各種運動器材的名稱和玩法並讓幼兒示範③激發孩子動動腦發揮創意新玩法，一人玩、二人玩、多人合作玩…等④學校有哪些球，分享玩過的經驗



活動省思：

★讓幼兒帶家裡的運動器材並介紹示範，扯鈴、彈跳球、溜溜球、跳繩、毬子、高蹺…也介紹學校的運動器材名稱、玩法和遊戲規則如大籠球、皮球、空氣球棒、海灘球、紓壓球、黏巴達、…做各種不同的運動，特別介紹幼兒適合的橡皮筋運動的玩法，並讓幼兒一一體驗穿衣服、鑽爬、跳橡皮筋遊戲…，發揮運動家的精神，除了舊有玩過的經驗之外，激發孩子對各種運動器材的創新玩法，是很棒的分享，讓孩子養成運動的好習慣，也能和友伴合作一起運動，玩得開心。