

* 白兔班(中) *

編輯紀錄：汪品潔、林嘉慧老師

主題名稱：運動 GO GO GO

活動名稱：古早味的運動

活動內容：

老師：最近有奧運運動比賽，有羽球運動比賽贏得金牌，為國爭光，琪蓁也分享她小舅舅打羽球獲得第一名，老師這裡也有一本運動的書，跟妳們分享介紹運動有項目，請問小朋友你們平常都做什麼運動項目嗎？

品瑤：我會騎腳踏車，賽跑。品言：在媽媽辦公室玩滑板車跟騎腳踏車。

詠浚：我會騎腳踏車，游泳。那你游泳時候要注意什麼？

詠浚：要先熱身，不可以跑去深水區。

老師：那其他人還有什麼運動呢？

沛希：我有騎腳踏車、滑板車、游泳。威宇：我會打籃球、棒球、騎腳踏車。

侑勛：我平常會騎腳踏車、跑步、游泳。宥廷：我會玩火箭滑板車。

語晴：我會去樓下社區游泳池游泳。若霖：我喜歡騎腳踏車。昀霏：我會跑步。星星妍：我會跟哥哥打籃球。杰叡：我會跑步。丞希：我會滑板車。琪蓁：我會滑板車、跑步、滑步車。



老師：那妳們知道老師小時候都沒有像你們那麼好有那麼多的滑板車、腳踏車、游泳等運動，我們都拿鐵罐玩抓石頭、跳房子、躲避球等活動，你們知道古早味運動還有哪些嗎？

威宇：跳舞。沛希：還有踢球、騎腳踏車、跑步。昀霏：跑步。品臻：跑步。

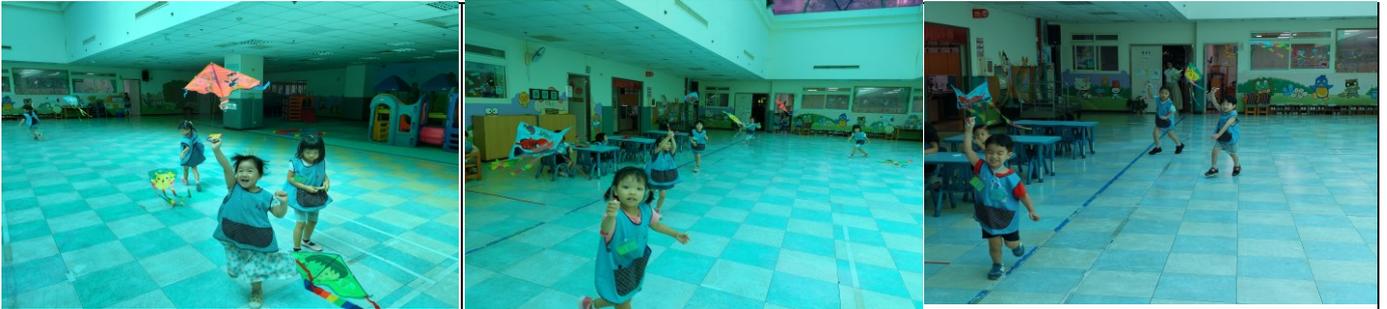
宇琛：騎腳踏車。容禾：打陀螺。語晴：踩高蹺。

老師分享古早味的運動如踩高蹺、放風箏、橡皮筋繩等活動，也讓孩子體驗橡皮筋繩、放風箏、製作毽子，玩打毽子遊戲等運動。

橡皮筋繩遊戲



放風箏遊戲



製作毽子遊戲及拍毽子遊戲



活動名稱：我的身體會轉彎



活動內容：

一起唱跳兒歌「頭兒肩膀膝腳趾」引起動機，師問幼兒：這首歌歌詞中，唱了哪些身體部位？這些部位可以彎曲嗎？師生討論身體可以怎麼彎？為何有些不能彎？動一動身體，看看身體哪些部位可以彎曲~

琪蓁：「膝蓋可以彎。」 語晴：「脖子可以彎。」 沛希：「肩膀可以彎。」

沐澄：「腳趾可以彎。」



為什麼這些地方可以彎曲？藉由繪本：《骨骼的奧秘》，觀察身體會轉動的地方，找一找骨骼在哪裡？引導認識骨骼的基本功用、讓身體會彎曲的地方~「關節」。



進行身體雕像遊戲，於白板操作關節人偶，請幼兒模仿其姿勢。並討論可以彎曲的地方~

沛希：腳的膝蓋彎曲，才能往前跑！

侑勛模仿猩猩的動作，並表示：我的膝蓋彎曲走路，手肘彎曲拍手。

融禾：杰叡的動作是打籃球，打籃球手彎曲，拿著球往上丟投籃。

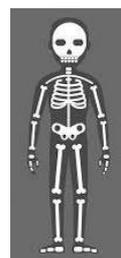
琪蓁：昀霏是在跳舞！手肘彎曲，膝蓋彎曲也扭屁股。

語晴：威宇模仿打棒球，手腕、膝蓋、手肘彎曲揮球棒。

丞希：我模仿跑步！跑步時，兩隻手的手肘彎曲擺動。



幼兒藉由關節人偶與模仿動作，認識了身體關節的基本部位，有了關節，我們才可以自在地活動喔！



活動名稱：身體人偶

活動內容：

藉由瑜珈圖片與自製火柴人圖片，請幼兒模仿其動作，邀請幼兒模仿三連拍動作，最後運用毛根製作毛根人偶，並與好朋友分享，相互做出對方毛根偶的姿勢，一起來考驗。

同時也分享自己的毛根偶做了什麼動作~

品瑤：我的毛根人偶在跑步！

品言：我的毛根人偶在跳舞。

詠浚：我的毛根人腳抽筋了。

沛希：我的是蚱蜢跳！



沐澄：我的毛根人在做操。	杰叡：我的毛根人找怪獸準備出拳頭戰鬥。
泓毅：我的毛根人跳芭蕾舞。	容禾：我的毛根人像逃生出口的綠人。
宥廷：我的毛根人是趴下的殭屍。	侑勛：我的毛根人是蜘蛛人，在跳！
又綺：我的毛根人在家裡和姐姐玩跳高比賽。	威宇：我的毛根人單腳跳。
琪蓁：我的毛根人在跳芭蕾舞。	家鉉：我的毛根人走路去坐飛機。
星妍：我的毛根人走路去上學。	詒伶：我的毛根人在跳芭蕾舞。
語晴：我的毛根人在運動，做操。	心守：我的毛根人在做早操。
若霖：我將毛根人變成蜘蛛跳。	丞希：我的毛根人在中庭跑步。

幼兒發揮想像力與觀察力，運用毛根製作偶，將動作靈活展現出！

老師請小朋友用彩色帶膠帶裝飾寶特瓶，並加水製作啞鈴，讓孩子練習啞鈴舉重，也延伸活動，用紙杯跟手套、吸管進行吹氣娃娃美勞 DIY 創作，完成後讓小朋友玩吹吹樂~看誰的肺活量好的活動，並請小朋友深呼吸再吐氣感受手套如同肺部胸腔擴張和收縮的感覺。

