

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

活動名稱：節慶活動--我的幸福龍與花燈

結合『元宵節』節慶與龍年，讓幼生們認識今年是龍年之生肖，結合12生肖的故事由來與元宵節之民間故事，讓幼生們知道過元宵節的意義。運用紅色春聯紙張讓幼生運用剪刀剪裁成長條狀的紙條再將紙條作成一條紅色的幸福龍；活動過程中幼生們大多能自己獨立完成，此外經由運用自己雙手完成的幸福龍也別具意涵。

讓幼生們帶來自己與家人一起完成的『燈籠』造型，上台分享且說出自己的燈籠造型，運用二則有趣味的燈謎讓幼生們體會猜燈謎的樂趣。連結元宵節兒歌教唱幼生們一邊聆聽兒歌且一邊提著燈籠開心且歡喜的提著自己的小燈籠與友伴一起逛著教室周圍。

幼生分想自己提燈籠活動都說很好玩且看著發光的燈籠都很歡喜，燈籠因有著燈光因而在視覺上感覺到燈籠的漂亮。大家提著自己的燈籠而互相祝福『元宵節快樂』看著孩子們欣喜的表情超級HAPPY的。

幸福龍的手作過程中孩子們運用剪刀剪裁紙條的能力有其提升，然而在紙條交互對摺仍有一半之幼而需要協助，經由引導也順利完成幸福龍。透過活動的進展逐漸提升幼兒的精細動作與專注力。



主題名稱：我愛運動

活動名稱：球的博覽會(一)

活動內容：引起動機—什麼叫運動？跑來跑去、跳來跳去、追來追去、追趕跑跳碰…①了解運動的好處—讓身體健康②運動的種類：徒手、輔助運動器材③運動的項目：跳繩、跑步、跳舞、搖呼拉圈、足球、籃球④介紹不同種類不同材質、不同運動功能的球類運動如：足球是著重腳部運動、籃球是手的運動、呼拉圈、跳繩、跑步等都會達到圈身運動的功能，差別在運動項目的比賽規則，足球就是只能用腳運球踢球，籃球就著重在雙手部位，但仍會讓全身肢體要配合才能完成一項運動⑤介紹孩子帶來的球並分享在家和誰一起玩或怎麼玩？⑥猜猜這是什麼球，摸一摸說出感覺如滑滑的、毛毛的、硬硬的…兒⑦超級比一比：比大小、比彈力、踢的遠、比輕重、比軟硬…。



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，VERY-GOOD！

主題名稱：我愛運動

活動名稱：身體動一動

活動內容：進行繪本共讀《從頭動到腳》為引起動機，就由繪本裡所介紹的各種動物所展現出來的肢體動作來讓幼生們身體動一動。

延伸繪本裡的肢體動作進行團討-請幼生說出為什麼要運動呢？

依瑾、妍安：「運動身體才會健康。」 琬娟、鄭悅、思喬、予晴：「長高。」

博丞：「才會多喝水。」 承希：「身體會變瘦。」 韻家：「有體力。」

睿宸、敏筑、綾柔、沛岑、雨情、星睿、興邦：「身體好會變健康。」

讓幼生們進行肢體的伸展遊戲與活動，藉由肢體的各種伸展活動來感受運動的快樂；活動中發覺孩子們極為喜愛肢體的伸展，欣喜且喜悅的與同儕彼此互動且運動。綾柔自動做出金雞獨立的肢體平衡姿勢，所有幼生也跟著一起做動作；鄭悅在軟墊上示範如何翻筋斗，博丞、承希也模仿做出連續翻筋斗的肢體體操運動。

結合主題讓幼生們完成親子學習單且做分享。

琬娟：「我最喜歡的運動是跑步，在家裡最常做的運動是跳彈跳床。」

雨果：「我最喜歡的運動是在公園踢足球，在家裡最常做的運動是搖扭扭車。」

沛岑：「我最喜歡的運動是騎腳踏車，在家裡最常做的運動是跳舞。」

詹靚：「我最喜歡的運動是跳繩，家裡家人最常做的運動是到爬山。」

博丞：「我最喜歡的運動是游泳，在家裡最常做的運動是與姐姐一起騎腳踏車。」

芮安：「我喜歡的運動是騎腳踏車，跑步是家裡常做的運動而且我跑得很快。」

承希：「我最喜歡的運動是跑步、踢足球，在家裡最常做的運動是打籃球。」

妍安：「我最喜歡的運動是騎腳踏車、游泳，打籃球，踢足球和跳舞。」

綾柔：「我最喜歡的運動是跑步、打籃球、打羽毛球與騎腳踏車，在家裡最常做的跳高、跳舞還有跑步。」

活動省思：結合『圈圈體操』兒歌的教唱再結合親子學習單的完成，讓孩子們知道生活裡隨時都可以運動，運動的時候只要我們伸展肢體能隨時動一動，而非一定要運動器材才能運動的觀念，養成天天運動身體好的好習慣。



主題名稱：我愛運動

活動名稱：球的博覽會(二)

活動內容：我的運動存摺～建立孩子健康的生活①運動員守則：注意安全、互助合作、公平競爭、尊重他人、遵守運動規則、尊重裁判判決、勝不驕敗不餒的精神②滾阿滾～繪本：失落的一角並進行分享故事內容③利用○△◇□的物體和不同的球做滾動的觀察與比較，引導孩子說出看到的情形④體驗花生球、大籠球、皮球、以及幼生帶來的球，進行不同的競賽遊戲，⑤兒歌：1234 向前跑跑，2234 向後跳，3234 向左轉轉，4234 向右扭扭，抖抖手呀抖抖腳，向上跳跳長的高，扭扭脖子動動腰，左右搖擺更健康，天天運動身體棒棒，健康快樂 GOGOGO，1234 扭扭小腰，2234 擺擺小屁股，3234 做做深呼吸，4234 運動最快樂，抖抖手呀抖抖腳，向上跳跳長的高，扭扭脖子動動腰，左右搖擺更健康⑥預告延伸活動～保齡球競賽，將幼兒分組進行保齡球比賽，體驗不同的球類運動。



活動省思：

★幼兒在學校常常用大籠球、皮球、空氣球…做各種不同的運動，並引導孩子激發創意點子，這些球還可以影那些玩法，單人、雙人、多人…，讓孩子透過互動合作進行競賽，增進對球類運動的樂趣豐富多樣的趣味性。

主題名稱：我愛運動

活動名稱：運動 333

活動內容：展示『運動 333』字卡，逐字介紹且引導幼兒認識運動 333 的意義。

第一個運動『3』就是每周最少要有運動『3』次的運動習慣。

第二個運動『3』就是每次運動要有『30』分鐘的運動時間。

第三個運動『3』就是每次運動之後自己的心跳數度有『130 下』的心跳數。

藉由每天的大肌肉出汗性活動也讓幼生們學習運動前的暖身運動，伸展肢體動一動自己的筋骨以及注意且遵守運動前的運動安全。

連結親子學習單讓幼生上台分享自己 333 運動紀錄

詹靚：「周末全家爬山，爬 13 公里心跳有跳了 130 下。」

承希：「傳接球 30 分鐘，心跳跳了 150 下；爬步道 40 分鐘，心跳跳了 170 下
踢球 30 分鐘，心跳跳了 155 下。」

依瑾：「每天下課媽媽都會帶我到公園跑步、吊單槓、盪鞦韆，我有學游泳也會
在家跳床也會到外面騎腳踏車，假日也會去爬山。」

鄭悅：「我每周都會上體操課 3 次，每次 50 分鐘，每次上完課都會流汗。」

琬娟：「我有到公園玩很多次的溜滑梯、去玫瑰公園走很多的路還有上 50 分鐘的體
操課。」

博丞：「我的 333 運動就是我每周都會上游泳課。」

活動省思：天天運動身體好是『我愛運動』主題裡要給予孩子的運動認知，透過 333 運動習慣的養成也帶動家人一起來運動；在活動進行裡孩子們極為喜愛動動身體，無論在遊戲區或是手拿呼拉圈或是拿飛盤、自己做的紙球都玩得超欣喜的。

