

# 無尾熊班(大)

編輯紀錄：廖秋雯・李翠翠老師

主題活動：一起去運動

活動名稱：我的身體會轉彎

活動內容：※暖身運動~請小朋友跟著口訣:口香糖黏哪裡？進行身體雕像遊戲，觀察身體會轉彎的地方，欣賞奧運體操表演，可以找好朋友一起合作一個動作，發表合作動作，再逐漸增加人數合作，可以做出哪些不同的肢體動作。



宥翔：身體可以彎腰。

宇澤：坐著將雙腳抬起手摸著腳。

宥鈞：可以躺著四肢著地。

芋萱：可以和好朋友手扶著地板彎腰。

宇樂：做劈腿的動作。

晨安：雙手撐地身體輕輕在地上雙腳抬高。

亦紘：身體往後仰彎腰。

子睿：兩個人手黏在一起可以做山洞。

詠淇：做跳繩的動作。

柏宇：雙手放在地上用身體撐起來的動作。

碩宸：雙手伸直舉高看著天空。

宜岑：可以做著腳伸直手往前摸。

馨葳：雙手雙腳撐地將身體撐起來。

芸彤：往上跳雙手往前伸保持平衡。

允辰：雙手摸地板一隻腳在地板然後另一隻翹起來。



丞勛：可以和好朋友兩個人手牽著手搖來搖去做運動。

謙睿：兩個人可以坐在地上腳黏在一起手在拉起來做運動。



若妘：兩人一起跑步互相丟球和接球。

孟宸：可以和好朋友單腳站立、扶著對方不跌倒。

馨巧：轉動雙手單腳抬腿往前跳跳跳。



宥妍：單腳站立把手舉高抬起一隻腳。

奕昊：跑步用兩隻腳快快跑。

峻皓：兩個人可以身體往前倒立翻跟斗。

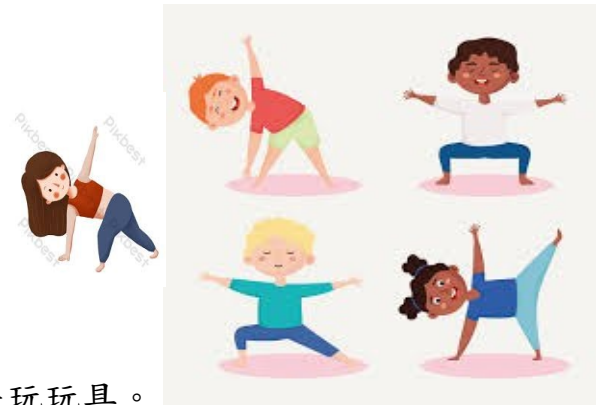
沅郁：兩人雙手伸直摸腳做出往前彎腰。



### ※會動的人偶

全班一起唱跳兒歌「頭兒肩膀膝腳趾」，請小朋友仔細觀察並討論身體部位為什麼能轉動？邀請幼生模仿三連拍動作，再運用毛根製作身體人偶。

- 宜岑：骨頭動了，身體和手腳才能玩溜滑梯。
- 柏宇：骨頭可以彎曲，身體和手腳就可以跳舞。
- 宥妍：軟骨頭可以讓我們做不同運動。
- 宥鈞：彎腰需要身體和手腳的骨頭一起轉動。
- 丞勛：骨頭動一動，可以讓身體轉動。
- 若妘：骨頭和肌肉一起動，頭就可以轉動。
- 宇澤：騎腳踏車是用腳和手一起動。
- 馨葳：動動雙手的骨頭，可以寫字和畫畫。
- 芋萱：媽媽幫我生出骨頭，骨頭動一動才能用手玩玩具。



### ※戶外教學~內湖迪卡儂

師生討論曾經是否有跟家人去過運動用品店，分享自己的體驗心得。老師安排幼生到內湖迪卡儂實體店面觀賞，認識各種不同運動功能的器材及操作運動器具。



### 活動名稱：萬能選手

活動內容：※老師做出肢體表現運動項目，請幼生猜一猜是什麼運動，並將其運動作介紹，並邀請幼生上台做肢體運動。

丞勛：是體操嗎？ 奕昊：老師在做運動。 宇澤：暖身操。  
 孟宸：老師在游泳。 芋萱：自由式和仰式。 馨巧：蛙式游泳。  
 小朋友集體說老師做打棒球、足球、羽毛球還有投球的動作。  
 馨葳：做開合跳的動作。 小朋友說是開合跳。 馨葳說都答對了！  
 芸彤：做劈腿身體壓的動作。 小朋友猜說是瑜珈、青蛙趴嗎？  
 謙睿：我做劈腿的動作。 孟宸：做雙手貼地一隻腿抬起的動作姿勢。  
 宥鈞：我做的是單腳翹的動作。 碩宸：做出抬腳踢腿的姿勢動作。  
 馨巧：雙腳打開我在做劈腿的動作 宥翔：我做的是拱橋姿勢動作。  
 宇澤：我做的是金雞獨立很厲害。 孟宸：我在做健康操和扶立挺身。  
 沅郁和宇樂：做出投籃的姿勢動作。



※老師將準備運動工具並搭配球組，請幼生試著做出其動作和用具器材正確的使用方法（如羽毛球、棒球、籃球…等），小朋友表現很棒都可以和老師一一的做分享討論與示範相關的運動器材運動。



※讓小朋友欣賞體操選手的影片後，帶領幼生到中庭模仿其肢體動作並進行平衡木活動  
—【1】直走、螃蟹走【3】趴著走【4】兩根平衡木（直走、橫走）



※詢問小朋友繩子有哪些玩法並做討論，接著進行繩子體操—（雙手抓繩上下跨腳、左右搖擺、躺著拉腳上的繩子、繩子上直走、四肢爬行走、兩人互拉…等）。

※透過團討肢體可以做出哪些的動作姿勢後，小朋友都產生濃厚運動的興趣與精神，且達到大肌肉運動的成效，而再進行平衡木和繩索的活動遊戲中小朋友可以玩出新玩法呢！同時也能遵守玩運動遊戲的規則，表現很棒！

- 謙睿、詠翔：可以往前甩繩子跳。
- 子睿：繩子變短玩甩繩。
- 允辰、奕昊：兩個人互相拉繩子拔河。
- 孟宸：繩子變短玩跳繩。
- 沅郁：兩個繩子拉直直的，一個人從上面跳過去。
- 宥妍：兩個繩子拉直直的，一個人從下面穿過去，繩子越來越低。
- 芸彤：需要三個人，兩個人站在對面甩繩子，一個站在中間跳。



活動名稱：熱鬧的運動大賽

活動內容：※藉由台灣棒球比賽影片或圖片討論運動會場上會有那些人？（比賽選手、觀眾、裁判、播報員、記者、觀眾、啦啦隊...）；全班畫出不同人物角色，用圖像標示出籃球比賽中的場地報導實況請幼兒將這些人物貼標示在適合位置。

※老師詢問小朋友什麼事選手、教練、裁判、觀眾？

柏宇：選手是比賽的人。

奕昊：教練可以教小朋友打籃球。 宥翔：教練是教打籃球的老師。

孟宸：裁判就是用手比出選手打幾分計分的。

馨葳：裁判會比出可以得幾分1分還是2分的。

謙睿：觀眾是在台上加油的人。

允辰：是教請安靜和加油的人。

奕昊：我爸爸喜歡看棒球/籃球比賽。



請小朋友用剪刀將包裝紙剪成長條狀，雙手展示綵球，邀請幼生操作表演，再利用包裝紙裁剪長條形製作自己的加油綵球。配合音樂開心舞動。

丞勛：有啦啦隊幫別人加油的。 老師說答對了！

馨巧：有男生啦啦隊可以幫女生加油。

宜岑：大家排成一排一排跳啦啦隊舞蹈。

詠翔：我們一起排隊喊無尾熊班加油加油。

宥妍：圍個大圓圈大家一起甩啦啦隊綵球。

宥鈞：男生一起手舉高甩甩啦啦隊綵球。



※go! go! 加油

欣賞籃球啦啦隊表演影片，討論其服裝、隊呼、舞蹈、隊形...。進行隊呼設計以及隊形變化(波浪舞)遊戲。並完成一張自己專屬的男/女生啦啦隊服裝設計學習單。



動



活動內容：※討論如何將盤子內的報紙紙碎片不用手就可以移動？

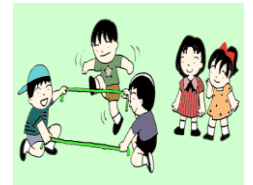
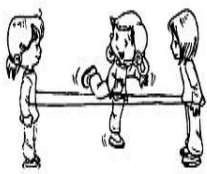
- 宥鈞、孟宸：用吹的。
- 允辰：拿起來動一動。
- 馨葳：把紙拿起來放在手上彈。
- 碩宸：抓起來像下雪一樣丟。
- 峻皓：用電風扇吹報紙。
- 馨巧：拿吸管來吹；冷氣的空氣就可以吹報紙。
- 謙睿：可以搖一下桌子和用鼻子的氣來吹報紙。
- 丞勛、宜岑：可以用搖的。
- 子睿：用嘴巴來吹報紙。
- 詠翔：拿起來用丟的。
- 宇樂：拿小電風扇吹報紙。
- 宜岑：嘴巴含住吸管來吹盤子。



※師生討論報紙如何玩遊戲、做運動呢？記錄下來（如：跳遠、跳高、平衡棒、用腳撕紙、腳撿紙、捲成棒子和紙球…等）進行報紙運動活動。

- 峻皓：報紙捲成圓圓的變成方向盤來做運動。
- 允辰：報紙捲成棒子，可以左右做運動。
- 柏宇：報紙捲起來當成棒球棍，假裝打棒球。
- 宥鈞：報紙捲起來長長的，兩個人拿著舉高；第三個人從上面跨過去。
- 芋萱：報紙捲起來長長的，兩個人拿著舉高；第三個人從中間穿過。
- 宥妍：報紙捲成長長的。接起來後變成繩子可以玩拔河遊戲。
- 碩宸：報紙捲成彎彎的，變成弓箭也是做運動的一種。
- 馨巧：報紙捲成圓圓的，變成羽毛球的球拍來玩。
- 宜岑：報紙可以做成小球來玩投和接球的遊戲。
- 宇澤：報紙捲成圓圈，可以投籃球。
- 詠翔：報紙捲成長長的棒子跳過去。
- 孟宸：報紙揉成球，當成足球玩。





※師生欣賞乒乓球比賽影片並討論如何玩：的方式及請幼生發揮創意和實際操作；  
 如：(乾吹、水杯吹、粉末式吹、接力傳、投擲)五種，分享玩乒乓球的感受。  
 宜岑：乒乓球可以用丟接的方式。 宥妍：放在桌上用嘴巴來吹乒乓球。  
 孟宸：可以用我的手來拍乒乓球。 宇樂：可以放在地上用腳來踢。  
 馨巧：往上丟用雙手接住乒乓球。 碩宸：可以拿乒乓球拍打球。  
 馨葳：往牆壁丟乒乓球；球就會彈在地上來接住球。



※老師將事先準備好的從頭忙到腳的教具器材展示並詢問要如何玩？讓幼兒來示範玩玩看，大家來玩闖關活動。

全班小朋友都說我知道怎麼玩，允辰、宥鈞、碩宸、孟宸等，來示範挑戰玩玩看呢！

※透過團討分享後小朋友將所想的報紙、乒乓球、手忙腳亂、跳腳丫等遊戲付諸行動玩出有趣又好玩的運動項目，其中小朋友感到比較困難的是手忙腳亂的活動，但孩子們仍然挑戰成功，從中也發現原來一張報紙也可以玩出很多相關的運動項目呢！且整個活動進行中小朋友都能學習輪流等待遵守活動的規則一一完成任務，表現很棒！

