

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：運動會

活動內容：※複習團討在中班下學期的主題中有介紹到在動物界裡跑最快、飛最快、游最快的動物，並討論其本領，帶領小朋友到中庭進行跑步、飛翔、游泳的運動。老師在運用巧連智的圖書有「動物運動會」的比賽與小朋友一起分享團討。

峻皓：動物有四隻腳都跑很快。

馨巧：獵豹的眼睛很厲害可以看得很遠。

宥妍：獵豹跑最快。

宇樂：老鷹飛最快；因為牠的翅膀最厲害。

宜岑：獵豹的腳很厲害跑得很快。

芸彤：旗魚的尾巴很厲害游泳很快。

馨葳：鯊魚尾巴很大；所以游得很快。

碩宸：飛魚會在海上跳一下再飛得很高。

柏宇：遊隼飛最快；看到那邊有東西就會馬上飛過去。

孟宸：獵豹的腳很強壯有活力；一下就衝過去把動物給吃掉了。

允辰：翻車魚的骨頭很硬，鯊魚咬不動牠；咬的話鯊魚的牙齒會斷掉。

沅郁：遊隼眼睛很厲害；可以看到前面有小雞就馬上飛過去把牠抓起來吃掉。

宥鈞：鵜鶘會用爪子抓魚；抓到的魚會放在嘴巴，再把多的魚會藏在嘴巴的下面。

宥翔：旗魚在海裡游最快，還有遊隼的翅膀像飛機一樣會張開來再縮一點起來；看到前面有食物會馬上快速飛過去吃掉它。



※延伸動物運動會主題，認識慢動作冠軍的動物—樹懶。

柏宇：烏龜走很慢。

宇澤：蝸牛的動作很慢；牠沒有腳所以爬得很慢。

宥妍：樹懶爬得很慢很慢ㄟ。子睿：烏龜爬的很慢一步一步慢慢爬。

宜岑：樹懶吃東西超級慢的要 60 分鐘但是還沒吃完食物。

※引導幼兒發現每個人的優點，了解人跟人之間不同的差異，懂得欣賞、稱讚別人。

宥妍說柏宇的優點是愛睡覺，像樹懶一樣愛睡覺。

這時柏宇也說我很愛睡覺，所以我是愛睡覺的陳柏宇。

亦紘：我喜歡拼很小很小的積木，所以這是我的優點。



我是最棒 最优秀的





※分享十二生肖有幾隻動物，並藉由故事動畫，師生一起分享討論故事內容？且為什麼貓最後不在十二生肖中呢？請幼兒發表，並引導理解運動精神的重要。

芊萱：12 隻(鼠牛虎兔龍蛇馬羊猴雞狗豬) 全班大部分的孩子都說有 12 隻動物。像是宥鈞、柏宇、芸彤、馨巧，還是覺得有 11 隻。

這時奕昊大聲的告訴老師說是有 13 隻動物啦！

老師運用圖片和故事與小朋友一起來數一數到底 12 生肖是幾隻動物呢？

師生一起來數數囉~原來是有 12 隻動物。

丞勛：因為貓咪和老鼠是好朋友，比賽的時候~貓咪愛睡覺，老鼠沒有叫醒牠，貓咪遲到就取消資格比賽了。

詠翔：因為貓咪愛睡覺遲到不能比賽，只有猴雞狗豬牠們參加比賽。

馨巧：因為貓咪是夜行性動物，所以貓咪要早上；睡覺才能出來活動。

允辰：老鼠沒有叫醒貓咪，老鼠和牛就走了，讓貓咪遲到不能參加。

※透過團討分享後小朋友很棒都還記得曾經討論過的主題，藉由動物運動會活動中結合到這次的主題讓孩子們認識到自己與他人的優點和智慧，無論是快或慢，只要能堅持，就能找到屬於自己的位置ㄟ。



你很棒哦 你也是的



活動名稱：大家來運動

活動內容：

※我是小小運動家~~請幼兒介紹自己帶來的運動器材名稱並示範其玩法，老師從旁補充每一類運動器材需要安全注意哪些事項，並依器材之性質分組進行分享把玩活動。

謙睿:我帶來的是籃球；籃球可以手拍打和投籃。

沅郁:我帶來的是跳繩；跳繩用手甩和雙腳跳跳跳。

馨巧:我帶來的是跳繩；用雙手甩跳繩和雙腳一起跳，跳完會出現數字。

柏宇:我帶來的是弓箭；弓箭要拉開繩子，把箭射出去。

子睿:我帶來的是跳跳板；兩隻腳站在上面，握住把手跳跳跳。

允辰:我帶來的是瑜珈柱；用腳跨在瑜珈柱上抱著玩。

宇樂:我帶來的是棒球手套；。



※我喜歡的運動…請各組分享操作的運動器材中，最喜歡的運動是？原因？

奕昊：跳繩很好玩；因為可以讓我運動流汗身體健康。

允辰：運動器材可置體能區讓幼兒進行活動操作。

亦紘：喜歡玩扯鈴；因為可以轉圈圈很好玩。

詠翔：喜歡玩扯鈴；因為會扯鈴會滾滾好玩。

孟宸：喜歡玩彩虹流星；往上面丟就會降下來很好玩。

沅郁：喜歡玩射箭；可以射到前面的桶子裡。

芸彤：喜歡玩射箭；努力認真可以射到前面的裡。

宇澤：喜歡跑步；因為可以和別人比賽看誰跑得快。

馨葳：喜歡跳舞；因為可以穿美麗跳舞的衣服。

亦紘：喜歡玩呼啦圈；因為可以轉圈圈。

子睿：喜歡游泳；因為可以在水裡游來游去的。

宥妍：喜歡玩拔河；因為可以減肥身體健康。



宥鈞：喜歡游泳；因為可以玩水，我為我每個禮拜都會去上游泳課。

芋萱：喜歡玩腳踏車；因為可以騎的很遠。

宜岑：喜歡跑步；因為可以幫助我們長高。

柏宇：喜歡玩踢足球；因為可以用腳踢球很好玩

馨巧：喜歡打羽毛球；可以打球也能超過網子玩。

宇樂：喜歡跳繩；可以用跳的幫助我們長高。

宥翔：喜歡打籃球；籃球可以玩丟、拍、打的動作和投籃框。

詠翔：喜歡玩扯鈴；扯鈴的繩子可以會一直搖搖搖。



※丟丟樂~老師準備小布球、塑膠球、皮球…等，讓幼生輪流投擲球於遠近不同目標紙箱/大水桶/呼拉圈框框內，投中即得分，比較看看哪一組最厲害，每一組都很認真為自己的隊伍投球。



※美勞 diy~套套球丟丟樂，老師請小朋友運用輕黏土揉成一顆圓球，將毛線包在輕黏土裏面，老師協助幼兒固定輕黏土球在甜筒杯內，套套杯完成後，全班一起到中庭測試自己套套杯拋接球的效果，小朋友觀察到只要輕輕往上拋球，甜筒杯立即接到輕黏土球，好開心喔！



活動名稱：吹吹樂~誰的肺活量好

活動內容：※請幼生閉眼深呼吸再吐氣感受胸腔擴張和收縮，分享感覺如何？

宜岑：肺活量就是靠嘴巴吹東西。

宥妍：感覺自己的心情有靜下來。

宥翔：我的喉嚨有空氣在裡面。

宇澤：吸氣的時候肚子有冰冰涼涼的感覺。

碩宸：感覺讓自己靜下來上課，吐氣的時候嘴巴有氣跑出來。

允辰：吸氣的時候會感覺熱熱的；吐氣的時候就覺得涼涼的。

孟宸：吸氣的時候嘴巴閉起來我的肚子會縮起來有難受的感覺。

宜岑：吸氣的時候肚子會縮起來不舒服；吐氣的時候就不會了。



※藉由塑膠袋（氣球）吹氣體驗”肺”的收縮，團討分享要如何吹起來呢？



※進行吹動塑膠球、小布球、網球等的遊戲以及比賽誰吹的遠。最後邀請小朋友來賽跑運動和玩遊戲。



※分享自己最喜愛的運動並進行 10 分鐘心肺運動體驗，感受身體的變化？

宜岑：喜歡游泳；因為泡在水裡很舒服。

宇澤：喜歡腳踏車；因為腳會有活力。

謙睿：喜歡跑步；因為可以運動變健康。 亦紘：喜歡游泳；因為可以在水裡玩水。
 宇樂：喜歡跳繩；因為可以讓自己長高。
 芋萱：喜歡騎腳踏車；因為可以騎得很遠。
 宥翔：喜歡打籃球；因為可以跳來跳的投籃。
 宥妍：喜歡拔河；因為需要大家團結合作的力量。
 碩宸：我喜歡跑步運動；因為可以和別人比賽跑步。
 峻皓：喜歡跳繩；因為可以用手甩在家我有練習玩ㄟ。
 宥鈞：喜歡溜冰；需要穿溜冰的鞋子下面有鐵片的在冰塊上玩。
 馨巧：喜歡直排輪；可以穿溜冰鞋戴帽子，還要手和腳的護具。
 若妘：喜歡騎腳踏車；因為每天早上起床後都會去外面騎一下腳踏車。
 沅郁：喜歡倒立；但是需要有軟墊才能玩大人要在旁邊這樣腰椎會受傷。
 芸彤：喜歡體操課；要有專門的教練教，還會有參加比賽得獎牌，我有上體操課ㄟ。



※發表運動對身體的好處與運動完後的注意事項。

詠淇：運動跑步吃營養健康的食物身體會變健康ㄟ。
 柏宇：運動會讓身體變健康不會生病，還會長高變強壯。
 奕昊：跑步和玩球運動會讓小朋友的身體變得很強壯是大力士。
 詠翔：運動完不可以馬上喝冰冰水，因為會不舒服，要喝溫水。
 子睿：運動完的時候要慢慢喝水不可以快快喝，因為身體會不舒服。
 晨安：跑步運動完不可以馬上坐下來，要先慢慢散步讓身體休息一下。
 丞勛：做完運動以後要慢慢喝水，也不可以馬上坐下來躺下來，要讓身體裡的心臟慢慢停下來休息。



※最後利用寶特瓶裝水做成運動器材~啞鈴，加上音樂一起來健身運動吧~。

※透過團討中小朋友都發表了自己喜歡的運動，感受胸腔擴張和收縮，原來吹氣是需要足夠的肺活量才能將氣球吹起來，身體可以做哪些有趣的運動，師生一起來做做看感受心肺和健身運動的體驗，從中也學習到運動帶來的好處以及運動完後的注意事項。

