



班別：N3(K2)

主題名稱：運動小健將

預設實踐時段：2/1-6/3/2020

本校課程設計理念：

秉承修會的教育使命，以培育幼兒從愛與被愛、欣賞自己、欣賞別人、彼此分享、彼此接納的互動中，讓他們在健康、快樂、充實的環境中依其特質達至全人發展。課程設計緊扣學校的辦學理念，配合幼兒的發展階段，讓他們在有意義的活動及遊戲中，瞭解自身與環境的關係，從而發展他們的認知、探究能力、溝通技巧、好奇心、創造力、感恩及關愛他人的態度，以促進幼兒的全人發展。

總目標：透過多元活動，幼兒能認識和體驗做運動的好處，培養正向心身和情緒。

知識： ⇨知道運動的好處(身、心、靈健康)

⇨認識各項運動的規則

⇨知道運動時應有的安全意識

⇨認識不同運動器材、所需裝備及服飾

技能： ⇨能正確操弄運動器材/ 器具

⇨能協調身體動作、掌握做運動的姿勢

⇨能搜集資料並與人分享

⇨能運用創意來進行設計，包括：口號、標語等

⇨能運用聽、講、讀、寫等方法適切地與人溝通和解決問題

⇨能運用溝通、協商的能力，與人合作完成任務

態度： ⇨培養做運動的習慣

⇨樂意運用已有經驗和知識來解決問題，助己助人

⇨學習堅持完成每項任務

⇨勇於嘗試，樂於接受挑戰

⇨喜歡與人分享，樂於參與活動

⇨欣賞自己和別人的努力，互相學習

⇨能接納他人的意見，共同合作

⇨勇於面對輸贏，並適切表達情緒

⇨持有仁慈和感恩之心

環境設置：

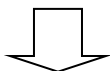
⇨展示幼兒和家人喜愛的運動相片

⇨展示運動員資料

⇨探索角擺放運動器材、體能用品讓幼兒自由探索

⇨娃娃角擺放運動服飾

副題一：運動知多少



學習重點：

1. 知道運動的好處(身、心、靈健康)
2. 認識各項運動的規則
3. 知道運動時應有的安全意識
4. 認識不同運動器材
5. 認識不同運動所需裝備及服飾
6. 能搜集資料並與人分享
7. 培養做運動的習慣

遊戲活動：

➤ 體能大考驗

- 老師出示胖國王圖書，胖國王太愛吃身體胖起來，醫生請他做運動減肥。請幼兒用「波、枕頭、豆袋」等不同物品扮胖國王，由4樓課室走上6樓遊樂場玩一圈，體驗胖國王的感覺。提問幼兒「扮演胖國王玩遊樂場時，有什麼感覺？與日常玩有分別嗎？那些玩時較困難？還有其他感受嗎？」

➤ 運動猜一猜

- 老師請幼兒分小組討論自己認識的運動。然後，逐組輪流用動作做出相關的運動動態，讓其他組別猜估。
- 老師展示「幼兒和家人喜愛的運動相片」的其中一些部分，由幼兒猜出運動項目。其後由幼兒介紹自己喜愛的運動，老師提問幼兒有關運動的玩法、規則及安全事項。

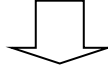
➤ 大風吹－運動大分類

- 以大風吹遊戲進行運動大分類，例如「用球拍的走、單人進行的走、陸上運動的走」，請幼兒在組內按資料進行分享，提示幼兒先仔細觀察圖片後聆聽同伴分享。分享內容包括：相片中的人物；他正在做甚麼運動？在甚麼地方做？戶外、戶內、水或陸上運動；所需的服裝和裝備；有沒有參加比賽或獲得獎項？等等
- 為了增加趣味性，按幼兒的情況適時交換資料，多作幾次分享。

➤ 收賣佬

- 老師先預備一些運動員的資料，請幼兒出來模仿運動員的動作。
- 幼兒拿著自己的運動員資料，老師說出與運動相關的內容，如「用球拍的運動；水上運動；有器材的運動」，請幼兒出來模仿運動員的動作。為了增加趣味性和挑戰性，每位幼兒可以有兩份資料。
- 之後可邀請幼兒討論/分享：運動員如何準備比賽？面對輸贏？

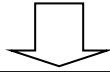
副題一：運動知多少



➤ 尋一尋

- 將幼兒帶回來的服飾及器材擺放在課室不同的位置(增加趣味性：可擺放遊樂場)，請幼兒觀察物品所在的位置。
- 遊戲 1：將幼兒分成 3 組，老師形容一種物件(增加挑戰性：可加多 1 至 2 種物件)，每組派出一位幼兒找回。
- 遊戲 2：一位幼兒聆聽老師形容一種物件(增加挑戰性：可加多 1 至 2 種物件)，再覆述出來，每組派出一位幼兒找回。
- 遊戲 3：以傳聲筒再進行上述遊戲。
(*遊戲期間，老師觀察幼兒的表情情緒，過程中有樂，仁慈與感恩嗎?)
- 請幼兒分享進行不同層次及難度遊戲後的感受。
- 請攜帶該物品的幼兒作介紹。

副題二：運動真好玩



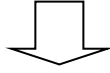
學習重點：

1. 認識各項運動的規則
2. 知道運動時應有的安全意識
3. 能正確操弄運動器材/ 器具
4. 掌握做運動的姿勢
5. 能協調身體動作
6. 持有仁慈和感恩之心
7. 培養做運動的習慣
8. 欣賞自己和別人的努力，互相學習
9. 樂意運用已有經驗和知識來解決問題，助己助人
10. 學習堅持完成每項任務
11. 能接納他人的意見，共同合作
12. 勇於嘗試，樂於接受挑戰
13. 勇於面對輸贏，並適切表達情緒

遊戲活動：

- 運動接龍
 - 幼兒輪流做一個動作，下一位幼兒重覆做以上動作後加一個動作，如此類推。
 - 可 3-4 人以小組玩
- 體能器材大發現
 - 老師與幼兒一同於六樓體能室觀察不同體能器材。請幼兒分成小組進行探索，討論及嘗試操弄體能器材，並嘗試構思不同的玩法。之後，各組互相輪流交換試玩。
- 設計和佈置不同運動區角 / 試玩
 - 幼兒於 6 樓一起設計和佈置不同運動區角。幼兒分成小組，討論怎樣設計 6 樓體能室、積木室和遊樂場的角落，包括商討運動項目，場地安排、訂立規則及準備所需物品。幼兒一起佈置運動區角及進行試玩以策安全。

副題二：運動真好玩



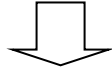
➤ 推廣運動

- 老師與幼兒討論推廣運動的宣傳方法。如幼兒可一起設計海報宣傳 6 樓運動區角、前往課室或透過混齡活動作宣傳，向其他小朋友介紹運動區角內的運動項目、玩法及規則。

➤ 運動真好玩

- 幼兒自由進行運動區角內的活動。活動後，老師以不同提問引導他們作反思，持續改進，並對幼兒作出回饋，例如：在活動過程中你有什麼感受呢（正面與負面情緒）？面對與預期之內或之外的結果有什麼感受或想法呢（失敗與成功的感受）？如何令自己有更大的進步或自我挑戰？你會怎樣為同伴打氣呢？

副題三：我是運動小健將



學習重點：

1. 認識各項運動的規則
2. 知道運動時應有的安全意識
3. 能正確操弄運動器材/ 器具
4. 能協調身體動作
5. 持有仁慈和感恩之心
6. 欣賞自己和別人的努力，互相學習
7. 學習堅持完成每項任務
8. 勇於嘗試，樂於接受挑戰
9. 勇於面對輸贏，並適切表達情緒

遊戲活動：

- 最具挑戰性的運動
 - 根據兩個星期在不同的運動區試玩，請幼兒從自選紙上選出兩種最具挑戰性的運動項目。按他們的選擇組合，再進行運動挑戰，讓幼兒分享自己挑戰的感受及選取的原因。
- 訂立龍虎榜目標
 - 幼兒選出自己兩項最具挑戰性的運動後，根據各個不同的運動區所記錄的最強龍虎榜，為自己定下龍虎榜目標。
 - 老師需緊密觀察，與幼兒一同檢示龍虎榜，如有需要，可調整目標(提高/調低)
- 我是運動小健將(鍛鍊與挑戰)
 - 幼兒按自己所訂下的龍虎榜目標，在運動區內努力練習。每天練習後，在「挑戰龍虎榜」記錄紙上作記錄（每天最好成績的一次）幼兒亦可挑戰其他運動區內項目，持續檢視自己能力。
- 鐵人競技賽
 - 由幼兒興趣揀選 6 個項目以進行循環式運動。每組 6 位幼兒出賽(輪流出發)，其他幼兒在 CHECKPOINT 拿著旗子做啦啦隊打氣。一節完成後，兩批幼兒對調。所有項目完成後，一同頒發獎牌，彼此欣賞大家努力。
 - 幼兒分享在鐵人競技賽上最好玩的項目和難忘的事情。
 - 鐵人競技賽前可邀請家長參與(如寫打氣字句、加油貼紙)



班別：N3

主題：運動小健將 副題三：我是運動小健將

日期：24/2/2020（一）（第八週）

教師：N3 級老師

活動名稱	目標	活動過程	教學資源
學習範疇： <input checked="" type="checkbox"/> 語文 <input type="checkbox"/> 幼兒數學 <input type="checkbox"/> 大自然與生活 <input checked="" type="checkbox"/> 體能與健康 <input checked="" type="checkbox"/> 個人與群體 <input type="checkbox"/> 藝術與創意 <input type="checkbox"/> 靈性培育 <input type="checkbox"/> 其他_____			
<p>主題 分享</p>	<p><u>知識</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 認識自己的運動喜好和能力 - 明白「挑戰性」的意思 <p><u>技能</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 能回應老師提問 - 能選擇出兩種最具挑戰性的運動 <p><u>態度</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 積極投入 - 懂得欣賞自己和別人的努力 - 樂於接受挑戰 <p><u>正向教育元素:</u></p> <p>愛：懂得欣賞自己和別人的努力</p> <p>樂：積極投入參與活動</p> <p>成長思維：樂意接受挑戰、每天堅持向著目標努力</p>	<p>活動名稱：我是運動小健將 1（自選兩種最具挑戰性的運動）</p> <p>引起動機：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 與幼兒一起觀察他們所設立不同的運動區，再細看每區的運動設施、設備。 <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 根據之前兩個星期在不同的運動區試玩，檢視及修正，並記錄有關的內容。 - 請幼兒從自選紙上選出兩種最具挑戰性的運動項目 - 按自己的選擇組合，再進行運動挑戰，讓幼兒分享自己挑戰的感受及選取的原因。（成長性思維：挑戰自己） <p>跟進：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 選擇兩種最具挑戰性的運動後，為之後訂立龍虎榜目標作一個預備。龍虎榜目標可由幼兒按自己實際表現作出合理調整（提高/調低） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>備註：幼兒會在本星期內每天在運動區內努力練習。 每天練習後，在「挑戰龍虎榜」記錄紙上作記錄（每天最好成績的一次） 幼兒亦可挑戰其他運動區內項目，持續檢視自己能力。每天幼兒步行團討，幼兒持續檢示自己能力表現。（成長性思維：挑戰自己）</p> </div> <p>總結：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 分享進行選擇的過程和感受 - 知道自己有能力做一些運動和技巧，可以再嘗試做多些、做好些，如跳高一點、多跳幾下 	<p>自選運動項目紙</p> <p>「挑戰龍虎榜」記錄紙</p>

班別：N3

主題名稱：運動小健將 副題三：我是運動小健將

日期：4/3/2020（三）（第九週）

教師：N3 級老師

活動名稱	目 標	活 動 過 程	教學資源
主題 分享	<p>學習範疇：<input checked="" type="checkbox"/>語文 <input type="checkbox"/>幼兒數學 <input type="checkbox"/>大自然與生活 <input checked="" type="checkbox"/>體能與健康 <input checked="" type="checkbox"/>個人與群體 <input type="checkbox"/>藝術與創意 <input type="checkbox"/>靈性培育 <input type="checkbox"/>其他_____</p> <p><u>知識</u></p> <ul style="list-style-type: none">- 認識運動的守則與安全- 試玩鐵人競技賽後，知道自己需要改善的地方(認識知己的能力) <p><u>技能：</u></p> <ul style="list-style-type: none">- 能嘗試清楚說出在試玩鐵人競技賽的感受- 能掌握自選兩項挑戰運動的技巧- 運動時，能注意安全 <p><u>態度：</u></p> <ul style="list-style-type: none">- 勇於向目標挑戰- 培養對運動的興趣，並樂意遵守運動規則 <p><u>正向教育元素:</u></p> <ul style="list-style-type: none">-好奇心--持續挑戰自己(想知自己的改變)-愛：懂得欣賞自己和別人的努力-樂：享受進行運動項目過程-成長思維：學懂做任何事都要努力、有堅毅的心和行動才會成功	<p>活動名稱：我是運動小健將 6（試玩鐵人競技賽）</p> <p>引起動機：</p> <ul style="list-style-type: none">- 老師帶領幼兒觀察 6 個運動項目路線。- <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none">- 運動項目：鐵人競技賽 (由幼兒的興趣揀選的 6 個項目以進行循環式運動)- 半組幼兒試玩一次路線，另外半組觀察和打氣。(交換進行一次)- 在老師的引導下幼兒嘗試說出在試玩鐵人競技賽需要改善的地方- 幼兒嘗試檢討自己比賽的表現，讓自己在下次再挑戰自己可以有改善和進步。 (學習積極面對挫敗，管理情緒)- 如有需要，老師可在運動區作出支援。 <p>總結：</p> <ul style="list-style-type: none">- 分享比賽的過程的感受、自己的努力成果- 繼續全力以赴鍛鍊及挑戰自己，積極參與運動項目！為自己及他人打氣。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"><p>明天會「正式比賽」，以【奧林匹克運動會】形式進場、頒獎和離場，過程中為會在比賽中的同儕打氣</p></div>	