

108 學年度第一學期高原附幼 小小運動員課程紀錄



日期：108 年 10 月 05 日至 108 年 11 月 22 日

班導：張彤嘉、莊倩婷、詹淑華 老師

調查

上課時孩子們從「我會的運動」討論到「我知道的運動」。

聽完同學們的分享後，我們也想要知道每個家裡誰是運動

高手？平常都是在做什麼運動？孩子們帶著調查單回到家和

爸爸媽媽一同完成後帶到學校分享。



我知道的運動有 . . .



吊單槓



跳繩



飛盤



學習單分享：家裡的運動高手



調查後 . . .

最多人家裡的

運動高手是—「媽媽」

最常做的運動是—「核心運動」

運動身體好☺
大家都要常常做運動喔！





練習與準備

國小學校運動會正如火如荼地準備著，可是對剛入學校的孩子們來說：「運動會是什麼呢？」「我們要做什麼？」，家中有哥哥姐姐的小朋友：「我姐姐參加過，很好玩」……對孩子來說運動會這三個字有些抽象，但是「聽說～很好玩」就是了！

拿出國小運動會的賽程，和孩子們討論著我們會做什麼、可以看到什麼，孩子們嚷嚷著也要玩。

預備 開始！ 1、2、1、2、1、2...



兩人三腳

運動會項目



拔河



跳繩跑步

機器人班

從進場影片中我們看見每一個班級前面都會舉一個大牌子，午睡時間也會聽到操場有哥哥姐姐在練習舉牌進場的聲音，我們也來討論一下我們的班級名字吧！



投票紀錄↓(老師說：「一個人兩票」，不過小孩還沒有概念，因此變成喜歡的就舉手)



提議者／班名	票數	名字	票數
25 蘋果	9	30 蝴蝶	13
26 芭樂	5	22 機器人	16
28 麵包	7	17 波力	13
20 怪獸	11	9 小花	14

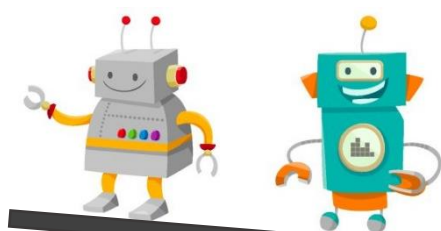


孩子們各個有不同的想法，
討論超級熱烈～

高原附幼
機
器
人
班



預計每年都會在新的一學年
為班級取新名字唷！



怪獸頭套

和孩子討論想要裝扮什麼，總會有許多天馬行空的想法，原本是想訂定一個主題讓各個家庭自由發揮裝扮，不過討論後考量家長工作繁忙，不見得每一個家庭都有時間為孩子裝扮，所以決定不讓家長費時、操心，我們在班上一起做個可愛又簡易的怪獸頭套 ☺



依據孩子的能力，任務的難易程度也有所不同。

較小的孩子學習使用膠水把眼睛貼上；則較大的孩子學習使用剪刀，按照線條剪下眼睛貼上並用膠水貼上。



加油罐

孩子們從家中帶來各式各樣的米、豆子、碎石，讓孩子透過感官認識不同的豆子。摸一摸、聞一聞、看一看，每一個豆子有什麼不一樣呢？



▲孩子對於咖啡豆最感興趣

聞一聞：「咖啡的味道」、「很香耶」

看一看：「長得像紅豆」、「中間凹下去」、「有一條線」

摸一摸：「滑滑的」、「有一點皺」．．．

親子活動

在家爸爸媽媽可以把豆子放入養樂多罐子裡，讓孩子聽聽看內容物多、少，搖罐子所聽到的聲音有什麼不同。



撕貼的反覆練習，促進孩子精細動作的發現，可以發現有些孩子已經能夠利用兩隻手指「撕」紙；而有些孩子是用整隻手用力「扯」開紙。



在家也可以多讓孩子玩黏土、撕紙等活動，刺激小肌肉的發展唷！

拔河繩

一早孩子們的對話，瑄娜：「今天我的姐姐要比賽喔！」喬治：「我哥哥也有阿！」

運動會前一週國小的哥哥姐姐們開始了運動會拔河

預賽，每天早上我們都會準時八點坐在操場旁邊看

拔河比賽。孩子們會拍著小手，喊著：「加油！」

每天觀戰，引發孩子想要拔河、想要玩的慾望，孩

子們說：「我們也想要拔河。」。於是，我們趁著哥哥姐姐沒有練習的時間，去摸摸

看、舉舉看，感受一下拔河繩，滿足孩子想要拔河的心願～



▲拔河繩子摸起來感覺怎麼樣？

粗粗的、癢癢的、刺刺的...

▲拔河繩樣子像什麼呢？

像蛇、毛毛蟲、馬路；

繩子後面一搓毛茸茸的像尾巴、像掃把...



運動家的精神

遊戲時，雖然機器人班的孩子不至於嘲笑同學，不過有些孩子的「傲氣」還是需要再調整，學習謙虛、禮貌的態度。運動家的精神，讓我們一同討論到比賽的輸贏和態度，從中期望達到孩子能理解他人的感受，展現同理或關懷的行動。



透過《小蟲蟲的金牌夢》、《我贏了、我輸了》、《十二生肖》等繪本，和真實影片分享讓孩子了解他人的感受，以及當別人輸的時候我們可以怎麼鼓勵和安慰，如：我們可以跟他說加油、可以抱抱他 😊



教養補給站

【先天氣質差異→模仿父母處事態度→培養挫折忍受力】

我們可以怎麼做：

1. 指出小孩的優點
2. 教導小孩不能取笑他人
3. 和孩子一起找失敗的原因，訓練解決問題的能力。
4. 教小孩跟自己競爭
5. 以幽默的方式淡化小孩對於輸贏的感覺
6. 讓小孩感受到你對他的愛

網路資料：

商周刊《5歲小孩就會在意「輸贏」：為了贏，小孩作弊、說謊、改變遊戲規則... 怎麼辦？》

天下雜誌《孩子失去「成就感」的真相 爸爸媽媽，孩子的自信是被你毀掉的》

10 招自信小孩養成術

- | | |
|----|--------------------|
| 1 | 尊重孩子的選擇 |
| 2 | 讓孩子嘗試錯誤 |
| 3 | 允許小小出錯 |
| 4 | 別常用激將法 |
| 5 | 不要比孩子還在意輸贏 |
| 6 | 學習沒喘息，會容易逃避 |
| 7 | 在孩子面前比，更容易自暴自棄 |
| 8 | 多一些成功經驗能建立信心 |
| 9 | 學習不會立竿見影 |
| 10 | 告訴孩子，態度與學習，遠比分數更重要 |

邀請卡

老師：「運動會快到了，我們要怎麼邀請其他人一起來參加呢？」

小孩：「告訴他」

老師：「要怎麼告訴他呢？」

*小孩喜歡說~
那我們下次嘗試用
錄影的方式吧!

小孩：「用說的、用嘴巴、說的呀．．．」孩子們圍繞著用說的方式，老師提出新的想法：「有一種卡片是邀請別人來參加我們的活動～邀請卡？」

雖然孩子們一臉困惑，不過也表示著願意嘗試做做

看。聽從老師說邀請卡上會有跟活動相關的事情，

孩子們熱烈的說著運動會我們會「跳舞、跑步、進

場…」，先分邀請卡內容再請孩子們分組畫插圖。最

後，再由老師把孩子們畫的各式插圖拼成邀請卡。

108運動會 邀請卡

日期：108年11月02日

時間：08:00~15:30 (幼兒園半天)

參與人員：高原國小所有小孩和大人

活動項目：進場、跳舞、跑步、玩遊戲



為展現最好的一面，我們每天一次又一次的練習。



Get, set, ready go ~





運動會

終於來到了 11 月 2 日，運動會的日子，這天我們穿著可愛的橄欖寶寶班服、短褲和長襪，開開心心的參與高原附幼第一場的運動會。



司儀：「現在進場的是本校年紀最小但志氣超級高、人氣超級旺的幼兒園小朋友…」



▲進場時，寶貝們走在操場白色線上，手前後擺盪、精神抖擻的喊：「1、2、1、2」

結束後回到教室休息，緊接著要去跳開場舞—加油 GoGoGo！



▲孩子們活力四射認真地跳舞，超神氣！





▲短跑競賽：「預備，ㄉㄨㄣˊㄥˋ（鼓聲）～」大步大步向前跑向終點



期待已久的運動會，總算在 11/2 登場了，
面對這麼大的陣仗，孩子們的表現超級棒！

給機器人班的話：

親愛的寶貝，你們真的長大了！
不再是那哭哭啼啼的寶貝，
你們要繼續加油，學習照顧好自己，
讓大人放心~！☺



幼兒園運動會

11月12日這天國小哥哥姐姐都出去遠足了……今年我們

雖然沒有出去，但我們也在學校玩得很開心呢！

配合小小運動員的主題，我們舉辦了幼兒園運動會。

我們玩了拔河、接力賽，以及好玩的氣球傘，大家在歡笑中度過了這一天 ☺



暖身



機器人班最厲害的跑步！每個人跑2圈



做蛋糕（甩一甩）



做蛋糕（用力壓住）



吃蛋糕（往前爬～）



橄欖樹下的野餐



過完這天，孩子們和老師說：
「我還想要野餐」
「好好玩喔」
「下一次是什麼時候」

從話語中可以發現
寶貝們好滿足、好開心呀！❤





拔河

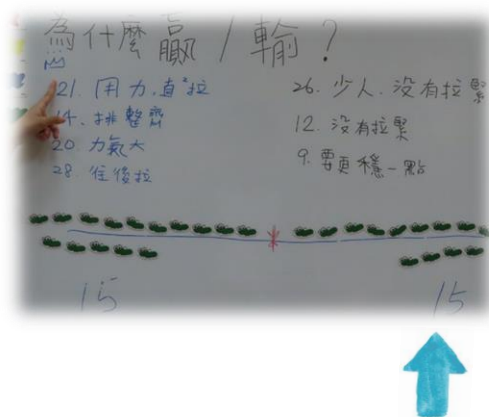


延伸孩子對於拔河的興趣，我們也進行了一系列的問題與討論，從人數分配到討論輸贏的原因，很有意思，也打破了既有的女生力氣小的刻板印象。

★拔河教學活動紀錄

11/07 拔河要分兩邊，要怎麼分才公平呢？

帶到數「平分」的概念，從一邊放四個、五個、六個..十個..十五個，邀請小朋友嘗試平分數量，並一同數數、修正。



但在玩拔河的過程中，發生了一件插曲…「輸了好難過！」我們開始討論起，為什麼贏、為什麼輸，贏的孩子們開始分享好方法，而輸的孩子們也提出問題。

11/08 人數都一樣為什麼有些隊贏、有些隊一直輸？

孩子：「那邊有女生，這邊都是男生，男生力氣比較大。」

老師請一男一女比賽發現女生卻贏了，孩子想了想說：「因為她比較高，力氣大。」…後來也提到力氣與高矮、年齡、胖瘦之間的關係，透過實驗讓孩子打破既有的印象。



滑步車的規則

滑步車一直以來都是孩子們超搶手的遊戲器材，孩子也都知道玩東西很多人想玩的時候要輪流，可是輪流是什麼？又要怎麼輪流呢？大家開始討論起滑步車的規則。

★滑步車的討論紀錄：

老師：要怎麼輪流呢？

若彤：騎過去再騎回來

老師：「過去」是哪裡呢？

引發孩子思考距離的概念，起初孩子用人來當標的物，發現：「不行！人會走來走去，不公平」；接著孩子提出騎到象龜那裡、可以做記號。

老師：那要用什麼做「記號」呢？

瑄娜提出可以用樹枝、易懂拿出圓錐盤、彥辰拿繩子...

另外，也有孩子提出用數數的方法，但經一番討論後發現數數的方式不好，因為有的會數得很快。



梓竣：一個人騎三圈。
老師：要怎麼紀錄呢？
梓竣跑去找幾根樹枝，開始在地板上排列紀錄。

「引導-思考-討論-形成規則」

讓孩子從遊戲中發現問題，並讓孩子思考解決問題的辦法，雖然費時但很有價值。



歡樂星期一(教育宣導)

9、10月健康教育

健康教育-上廁所的清潔與禮儀



擦屁股要先學會：
摺衛生紙、彎腰手向後擺。

如廁後先讓孩子練習自己擦屁股，擦完後大人再協助檢查。



健康教育-健康均衡飲



有趣的是，戴上眼罩紅蘿蔔、香菇、青菜居然都敢吃呢！



健康教育-視力保健



《眼鏡公主》



眼球運動



老師經驗分享



體驗近視的感覺



健康教育-耳朵保健



比比看誰的噪音最大聲！

孩子開始對著分貝機：「ㄚ~~~~」



11 月安全教育

孩子此時期喜愛探索生活周遭、活潑好奇，但自我保護的意識還需學習，因此我們規劃了一系列安全教育宣導活動。在極為廣泛的安全教育中，我們先從孩子常接觸的地方「家」開始進行討論，接續討論到馬路上的交通安全、校園的安全、預防高處墜落等。以下是孩子們的學習花絮，讓我們看下去吧！



居家安全



孩子分享自己在家曾經受傷的經驗，大多說滑倒、撞到、割到…我們一起整理出家裡危險的三大類「尖」、「熱」、「濕」。

請孩子在教室找出危險的地方，彼此提醒這邊危險要小心！



交通安全



我們一起去馬路邊看紅綠燈、小綠人，學習如何看號誌過馬路。

校園安全(遊戲場安全)

知道鞦韆前面不可以站人，要在後面等待。

小說：「要一個一個溜下來，要坐著溜。」



在教室我們先討論從開學到現在小朋友常出現的危險問題，最後討論教室後面遊戲場的安全，並實際帶著孩子到戶外玩耍，從活動中評量孩子是否學習到遊戲場的安全。

校園安全(預防高處墜落)



到校園中找一找要小心的地方。孩子發現：司令台很高要小心、樹很高要小心、陽台很高要小心……。



在尋找校園中危險的地方時，意外在露天小天台發現國小哥哥姐姐種的青菜。這盆栽特別的是運用一條輸送帶把盆子底下的水利用毛细現象吸上來，讓植物得以吸收水分。





特教宣導-你很特別

配合國小部特教宣導，我們進行為期一週的特教宣導，透過活動期望幼兒達成「欣賞自己的長處，喜歡自己」，進而看見身邊同學的優點，友愛同學。

進行了一連串的活動後，發現孩子對自我認識還不清楚，對於自己做什麼事情會感到開心、覺得自己哪些地方很棒，都還十分懵懂。希望能透過日常生活，加強孩子對自我的認識，鼓勵自己，進而從自己拓展到看見他人的優點。



《你很特別》



《受傷的天使》



畫下自己很棒的地方



讚美同學



【培養孩子喜歡自己，肯定自己】

每天孩子會帶一張小卡回家，小卡由孩子畫下大人協助紀錄，內容可以是：依照孩子的能力向上提升，由1→2→3

1. 爸媽鼓勵孩子今天做了什麼事情很棒(具體的鼓勵)
2. 今天自己完成了什麼事情，感覺很開心?
3. 今天想讚美或鼓勵誰呢?為什麼?



其它活動花絮

國慶日



老師：「10月10日國慶日放假一天。」

小孩：「ya~」孩子們很開心可以放假，但是為什麼要放假一天呢？

我們在國慶日前一天和孩子說中華民國的小故事，也讓他們認識我們的國旗。



聽到國歌要立正站好！



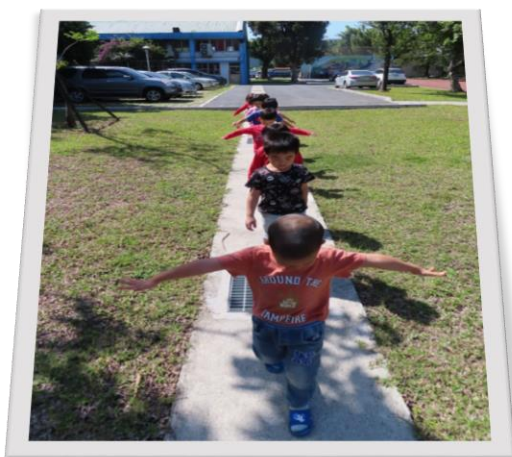
布置走廊，歡慶國慶日！

音樂會

灣聲樂團來到高原演出，全校聚在小操場聆聽音樂會。孩子們好奇的看著眼前的樂器，表演的姐姐還蹲下邊演奏邊和孩子互動呢！



戶外活動



運動機能是促進健康生活的重要基礎，另外幼兒期的戶外活動，亦是孕育未來的重要體驗。

在一日作息中，我們會安排至少一小時的時間帶著孩子到戶外遊戲，不論是老師帶的體能活動，或是孩子的自由探索遊戲，都能在戶外活動時看見孩子最純真自然的笑容。

喜歡帶著他們走出教室，發現校園中的秘密，往後若有機會期待能帶著孩子走出校園到校外探索與學習。

想看更多可愛的照片，記得關注高原附幼FB社團唷！

