

苗栗縣苑裡鎮立幼兒園

星星班雙週報

紀錄日期:109.04/13 - 109.04/24

教師姓名:李思儀、張育瑋老師

幼兒姓名:



主題名稱: 運動小高手

👉 主要課程

👉 課程標題 : 奔跑吧! GO

在這次的主題活動中，我們實際帶幼兒到體育場進行，一開始先將幼兒分成兩隊，先做跑步前的暖身運動，並提醒幼兒運動的規則，再進行短跑、S行跑(障礙跑)、折返跑、接力賽、長跑等多項跑步項目；按照操場畫線或設立標的物，讓幼兒知道起點與終點，再進行競賽。

★ 戶外篇

◆ 短跑



◆ 折返跑



◆ S行跑(障礙跑)



回到學校後跟孩子分享討論，讓孩子們運用學校的場地進行了不同的跑步活動，例如：增加難度的折返跑，（第一趟跑過去時手要摸線才能折返、第二次換腳踩線才能回來、或像螃蟹一

樣的橫著跑…)，運用不同的指令來訓練孩子。

★室內篇

◆增加難易度的折返跑



◆螃蟹跑



雖然現代幼兒的生活空間狹小，少了許多跑步的機會，但其實想啟蒙孩子的跑步能力，除了帶孩子至戶外之外，也可以運用一點巧思，設計有趣又好玩的遊戲來吸引孩子唷！

●課程標題：奔跑吧！GO

本次主題球類運動上的是躲避球，為避免孩子被球打到危險，所以用大龍球替代，所有孩子都進到綠色框線裡，而進攻的幼兒站在線外四周圍，裡面的孩子快速地左躲右閃，以免被球碰到；外面的人一拿到球就要趕緊瞄準目標物，把球滾出來，孩子感覺很刺激！這項運動的好處除了可以培養團隊合作的精神，也可以培養反應速度和肌肉耐力。



家長回饋(請家長寫下孩子這段時間的成長/印象最深刻的事/值得鼓勵的事/對課程的想法與建議):

家長簽名：