

# 屏東縣滿州鄉滿州國小附設幼兒園 114 學年度上學期 週報

主題名稱：小身體大發現

週次：十

日期：114/11/03~114/11/07

## ☺親子園地☺

※本週發回盥洗用具及寢具，請**確實清洗**後隔週一帶回學校。

※本週發回：**校外教學同意書**，請於**下週一(11/10)**繳回，以利統計人數。

※發回：潛進大海護朋友著色比賽圖畫紙一張，媒材不限(以平面做為主)，欲參加比賽者請於**下週一(11/10)**交回幼兒園，由學校統一收稿寄件！下週一未交回者，則視同不參加比賽！

※今日天氣轉涼，請家長為孩子準備外套，以因應天氣變化！

※衛教宣導：



家長簽名：

♥家長的話♥

## 教學內容

### 流感疫苗施打

衛生所來學校幫孩子們施打流感疫苗，大家都非常勇敢打針喔！



上一週的萬聖節活動，結合之前學習的「五官」進行了幽靈披風的創作，延續身體部位的概念，這週，我們與孩子們一起討論「身體」有什麼，並一起進行「我們的身體可以做的動作」。





我們的身體，除了頭(五官)，還有什麼其他的部位呀？

小孩：有手、腳、肚子、胸部、脖子……



### 從頭動到腳



運用艾瑞卡爾的繪本「從頭動到腳」，讓孩子練習運用身體做出不同的動作，第一次講述繪本時，孩子們都覺得這些動作自己都會了，第二次我們跟著繪本一起「動」的時候，孩子們才發現，原來「一點都不簡單」。

一次運用一個地方，從頭-脖子-腰-腿……一路延續到腳趾頭，要穩定且維持做這些動作，好像也是蠻有挑戰性的耶！



像企鵝一樣聳聳肩、像大猩猩一樣捶胸口、像猴子一樣揮動手臂、像貓咪一樣拱起身體、像駱駝一樣單膝跪地……

簡單卻也不簡單，考驗孩子的穩定性跟肌耐力喔！

### 你是一隻獅子

利用繪本《你是一隻獅子》，引導孩子們運用身體持續做出各種不同的動作。在過程中，孩子們透過身體的延展與拉伸，鍛鍊了肌耐力與核心穩定度。



有些孩子仍在尋找發力的方式，覺得動作有些困難；也有些孩子能精準地完成動作，卻忍不住喊：「身體好痠啊！」

透過這次活動，孩子們在身體覺察與動作控制能力上都有明顯的進步。不得不說，這真是一個既有趣又充滿挑戰的活動！（之後可以持續練習～）



「老師~~我撐不住了拉！」「你看！我做得這個姿勢欸」  
 很多的姿勢很考驗肌肉群的運用，現在做不到沒關係！我們慢慢練習，相信一次會比一次更進步，更會控制自己的身體！

### 跟著鼓聲來走跑

走路和跑步對孩子們來說是再自然不過的事，但要能控制身體、隨著節奏調整步伐快慢，可就不那麼容易了！

在跟著鼓聲變換速度的同時，還得注意與同學之間的距離，避免發生碰撞。在固定的空間中進行走跑活動，既考驗孩子們的注意力，也鍛鍊他們的身體協調能力呢！





走路三階段：  
走路-慢慢走-快快走

跑步三階段：  
跑步-慢慢跑-快快跑

跟著鼓聲的節奏當作  
提示，一遍控制一遍注  
意，真的不簡單！

### 不同類型的跑

延續前日期的走與跑練習，本次活動加入了多樣化的跑步型態，讓孩子們體驗跑步的不同變化。

孩子們嘗試了「折返跑」、「側向跑」、「S 型跑」及「前跳跑」等跑法，透過多樣的動作練習，發展身體的敏捷度與協調性。活動中，孩子們學習

根據空間與方向調整步伐，持續培養專注力與動作控制能力。



側向跑



S 型跑



倒退跑



前跳跑



比起「跑得快」，這次的重點在於要「跑的對」，要穩定的完成動作，才是最厲害的喔！雖然都是跑，但要控制自己做出不同類型的跑步姿勢，對孩子而言，真的是種挑戰喔！

### 最強送貨員：接力賽

有了不同類型的跑步經驗，我們要來試試看跑步的穩定性囉！孩子們化身成「小小送貨員」，分成兩隊展開送貨比賽！

★第一關要挑戰托著盤子送蔬菜水果，考驗手部的穩定與專注

★第二關更進階，要小心翼翼地送水，需要又快又穩地完成任務。

孩子們要學會如何控制身體、保持平衡，透過團體合作比賽也能夠體驗到互相幫助互相打氣的樂趣！



比賽前，每個人都先練習端著盤子跟球走路，一樣跟著鼓聲慢慢走、快快走，保持平衡才厲害！

最強送貨員出發！到底是哪一個隊伍能夠順利把蔬菜水果完整的運送成功呢？





挖歐~~最強送貨員「送貨失敗」，全部都掉光光了啦！  
速度跟穩定度同時要掌握，真的好難喔！



接力運水，要小心不要讓水杯裡的水流出來囉！最後倒進玻璃瓶中，看看哪一組剩下最多水就獲勝囉！



公布結果：

★蔬果送貨員雖然都只剩下空盤，但藍隊比黃隊還快回來，第一關「藍隊」獲勝！  
♥送水活動中，黃隊剩下的水比較多，第二關「黃隊」獲勝！

恭喜每一位認真送貨的小朋友！