



小紅班主題課程紀實

《小小跑者》



教學者：語齊老師／鄭老師 紀錄者：鄭老師

紀實期間：109.03.16 至 109.04.10

主要概念	活動名稱	課程目標	學習指標
運動好習慣	*運動小絕招	語-1-5 理解圖畫書的內容與功能	語-小-1-5-2 理解故事的角色
	*做體操	語-2-1 以肢體語言表達	語-小-2-1-1 運用簡單的肢體動作進行扮演
	*暖身機器人	美-2-1 發揮想像並進行個人獨特的創作	美-小-2-1-1 享受玩索各種藝術媒介的樂趣
運動好品格	*我想要贏	語-2-4 看圖敘說	語-小-2-4-1 描述圖片的細節
	*你贏了，我輸了	情-2-1 合宜的表達自己的情緒	情-小-2-2-1 嘗試表達自己的情緒
	*小蟲蟲的金牌夢	語-1-5 理解圖畫書的內容與功能	語-小-1-5-2 理解故事的角色
大自然運動家	*小蟲蟲快跑	美-2-2 運用各種形式的藝術媒介進行創作	美-小-2-2-1 把玩各種視覺藝術的素材與工具，進行創作
	*誰愛運動	認-1-2 蒐集自然現象的訊息	認-小-1-2-2 觀察自然現象特徵的變化

☆主題活動：運動小絕招

1.請幼兒分享曾經因為運動而受傷嗎？怎麼處理？

*秉逸：我騎腳踏車，腳被輪子捲到了，後來媽媽幫我擦藥，它就好了

*彤恩：跑步的時候受傷，我跑太快了，自己跌倒，我沒有受傷，爬起

來繼續跑。

*柏榕：我在學校的門外面跑步跌倒，也是跑太快。

*老師：小朋友常常因為跑太快就跌倒了，想想豆腐老師有告訴我們，跑步時要注意什麼事情才不容易跌倒。

*宗頤：有人的時候要停下來。

*秉逸：或是退到旁邊。

2.利用圖片說明運動前、運動中、及運動後要注意哪些事才不容易受傷

*楊牧：運動前要先做體操，才不會受傷。

*張栩：要注意有什麼緊急狀況的事情發生，才可以趕快停。

*秉逸：穿太大的鞋子，跑一跑就會踩到鞋帶。

*昕妮：要告訴老師，我的衣服濕掉了，要換衣服。

*茂哲：衣服濕掉要換衣服。



- 運動前記得做做暖身操喔!





●運動後要記得擦擦汗，如果衣服溼了也要趕快換下來，避免吹風著涼。

- 跑步後不要立刻坐下，應放慢速度原地踏步，也不要馬上喝水喔!

※老師的話：

運動能強健身體，除了鼓勵幼兒多運動外，希望透過這個主題的介紹，孩子們可以了解到，在運動前、運動中、及運動後應注意那些運動安全事項，才能讓運動好玩又安全。

☆主題活動---做體操

1.帶領幼兒唸兒歌：做體操

青蛙跳啊跳，
螳螂扭扭腰，
龍蝦、螃蟹舉起螯，
一、二、一、二...
大家一起做體操。

2.引導幼兒說說看，兒歌裡有哪些動物？

分別會做哪些動作？

- *秉逸：螳螂在扭扭腰
- *幸原：青蛙，青蛙跳跳跳
- *宣殷：螃蟹 *華樂：龍蝦
- *楊牧：舉起牠的螯



3.改編兒歌

(一)
 獅子(昕妮) 跑跑步(品瑀)
 犀牛(宣殷) 走走路(楊牧)
 兔子(幸原) 袋鼠(宣殷) 跳跳跳(和謙)
 一、二、一、二...
 大家一起做體操。

(二)
 大象蹣蹣腳(秉逸)
 猴子抓抓癢(宣殷)
 蝴蝶、蜜蜂 飛一飛(宸齊)
 一、二、一、二...
 大家一起做體操。

4.介紹學習單

◆語文遊戲(配合「兒歌 Do Re Mi」做體操)

念念下列兒歌，再依照自己想的想法，改編()內的文字，可以一邊做自創動作一邊念念看，並請大人幫忙記錄下來。

完成日期：_____

青_ㄑ蛙_{ㄨㄛ}跳_ㄊ呀_ㄧ跳_ㄊ，螳_ㄊ螂_ㄌ扭_ㄋ扭_ㄋ腰_ㄩ，
 龍_ㄌ蝦_ㄒ、螃_ㄆ蟹_ㄑ舉_ㄐ起_ㄑ螯_ㄨ，
 一、二、一、二...
 大家_ㄉ家_ㄐ一_ㄧ起_ㄑ做_ㄉ體_ㄊ操_ㄨ。

()跳_ㄊ呀_ㄧ跳_ㄊ，
 ()扭_ㄋ扭_ㄋ腰_ㄩ，
 龍_ㄌ蝦_ㄒ、螃_ㄆ蟹_ㄑ舉_ㄐ起_ㄑ螯_ㄨ，
 一、二、一、二...
 大家_ㄉ家_ㄐ一_ㄧ起_ㄑ做_ㄉ體_ㄊ操_ㄨ。

★念下列詞語，把出現的「體」字圈起來。

身_ㄕ體_ㄊ 體_ㄊ育_ㄩ館_ㄍ 體_ㄊ重_ㄨ

我會自我評量：依照自己的表現，為自己按個讚(塗上顏色)。

👍👍👍👍👍👍👍👍👍

5 運動活力印

☆主題活動：暖身操機器人

1 討論小紅班的暖身操並寫在海報上

• 頭轉一轉



• 手變大象鼻



• 肩膀轉圈圈



• 腰轉一轉



• 膝蓋搖一搖



• 腳弓箭步



• 打蚊子 20 下



• 轉腳腳

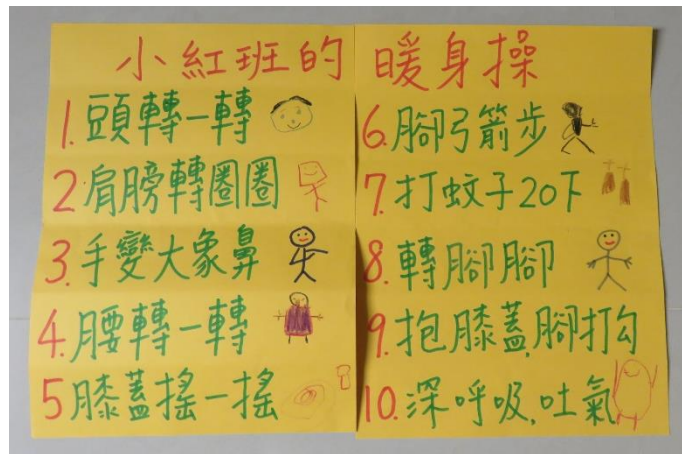


• 抱膝蓋，腳打勾



• 深呼吸，吐氣





- 2.小朋友都喜歡玩積木，老師準備了圓形和長方形的紙片，我們要用這些紙片，拼出<暖身操機器人>，讓你的機器人也跟我們一起做暖身操吧！
- 3.示範做法：先將紙片拼出你想要的圖案，再將它用膠水黏起來即可。也可以等待乾了之後再用蠟筆或彩色筆做創作。

4.分享作品：

- *妍希：他在做轉轉手的暖身操。
- *芷蕾：他在做大象鼻，很帥 12 號。
- *亘祐：他在轉轉頭。
- *宗頤：他在走走路。
- *華樂：這隻腳有一點彎，他在做弓箭步。
- *昕晨：他的手手上下動一動。
- *柏榕：我做的是頭轉一轉，還有他的腳受傷了。
- *彤恩：他在跳跳 100 下。
- *張栩：他在做深呼吸、吐氣的運動。
- *品莘：他在做肩膀動一動。
- *昕妮：他的手轉一轉。
- *苡如：他的手往下，腳一個彎，我自己也有做過，腳彎弓箭步，我也會做了
- *宇翔：他在做頭部的運動。
- *秉逸：他在做頭轉一轉的運動。
- *怡安：他做暖身操完了，他是在跑步。
- *茂哲：他在舉起手，1,2,3,拍拍手。
- *宸齊：他在說哈囉！
- *宣殷：他手是平平的，腳是斜斜的。
- *品瑀：他在做彎腰的運動。
- *和謙：他在做把手放在下面，拿重重的東西。
- *幸原：機器人在做暖身轉轉頭運動。

暖身操機器人





※老師的話：

根據國際厚生健康園區資料顯示，「暖身的主要目的是為了讓身體各部份運動器官得以達到適當活動度，使得肌肉、骨骼、關節各部功能皆達到一定的預備活動狀態。」

暖身很重要，可預防運動傷害，在跑步前，我們都會先做做暖身操，在大家的討論下，我們有一套屬於小紅班的暖身操，下次運動前，可別忘了請孩子們先做做暖身操喔！

☆主題活動：繪本分享---我想要贏

1.講述故事內容

2.分享自己贏或輸的經驗及心情

*華樂：我跟哥哥打陀螺打贏了。

*老師：你打陀螺贏哥哥，你有怎樣的心情？

*華樂：很開心，我跟哥哥打陀螺更開心，哥哥生氣我不開心，我打哥哥，哥哥不開心，跟他一起玩，我們兩個都很開心。

*苡如：我吃飯的時候都最後一名，現在有好一點。

*宣殷：我在家都會吃很慢

*老師：吃很慢不是好的表現，我們就不要學，好的表現，我們才要認真學習，要像故事裡的公主一樣，他很努力很努力要做好每一件事情。

*宇翔：我吃飯吃很快。

*老師：吃飯時認真吃，把飯菜嚼爛再吞就可以，也不用像比賽一樣，結果吃的飯都沒嚼爛就吞，結果使得肚子不舒服，然後桌子、地上又弄得髒兮兮，這樣也不好。

*品瑀：跑步的時候，我會認真的跟著老師跑。

*昕妮：當我輸的時候，我會再努力。

*妍希：輸了要加油。

*茂哲：哥哥騎車都騎很快，都不要理我，我很難過。



文圖/湯尼.羅斯

翻譯/黃筱茵

☆主題活動：你贏了，我輸了

1.講述龜兔賽跑的故事。

2.詢問幼兒，想要當故事中的兔子還是烏龜呢？為什麼？

*幸原：兔子，因為兔子很簡單。

*品瑀：兔子，因為兔子有點小小的。

*宣殷：我想要做兔子，因為兔子很簡單。

*苡如：我想要當烏龜，因為我很愛烏龜，烏龜雖然慢慢爬，可是很努力，就爬到終點了。

*華樂：烏龜，因為牠很努力。

*和謙：烏龜，因為剛剛老師講的故事裡面，烏龜一直努力爬，然後就贏，所以我喜歡烏龜。

3.觀察圖片裡每個角色的表情及狀況

4.比賽一定會有輸有贏，引導幼兒了解玩遊戲時一定會有勝負，不會有人永遠輸或贏，要開心享受遊戲過程的樂趣是更重要的事。

5.準備海報紙，請幼兒說一說，面對輸贏時，自己可以怎麼做？希望別人怎麼做呢？把幼兒的想法記錄下來。

	輸 *難過(苡如) *傷心(秉逸)	贏 (開心、尖叫、大笑)
自己	*給自己加油(宗頤) *我就去喝水(幸原)	*我會超級無敵開心，然後 大叫一聲(秉逸) *很開心的跟姐姐說(宗頤)
別人	*叫他不要哭(昕晨) *送他印章、貼紙讓他 開心(芷蕾)	*跟他說”好棒”(宣殷)

※老師的話：

孩子都愛運動和遊戲，然而玩遊戲一定會有輸贏和勝負，不會有人永遠輸，也不會有人永遠贏，希望藉由這個主題的引導及故事的分享，讓孩子培養勝不驕，敗不餒的運動家精神，也讓他們知道開心享受遊戲過程的樂趣，是更重要的事。同時也請幼兒分享，當輸家時，可以怎麼排解、舒緩不開心的情緒；當贏家時，可以怎麼對輸家展現關懷的行動。

☆主題活動---繪本分享~小蟲蟲的金牌夢

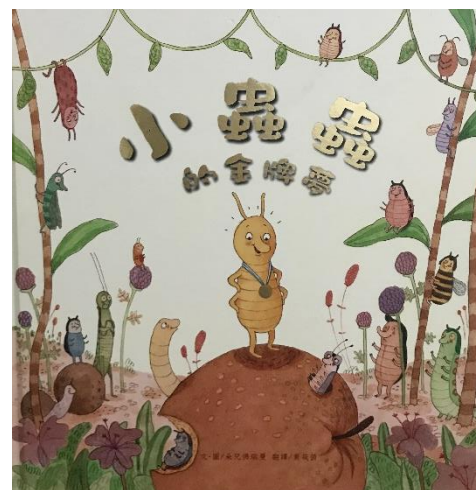
1.講述繪本~小蟲蟲的金牌夢

2.故事問與答

- *老師：蟲蟲運動會裡有哪些運動比賽？是那些蟲蟲得到那項比賽的金牌。
- *楊牧：跑步比賽，拿到金牌的是<虎甲蟲>
- *幸原：跳遠比賽，得金牌的是<蚱蜢>
- *宇翔：吃東西比賽，得金牌的是<白蟻>
- *妍希：推東西比賽，得金牌的是<獨角仙>
- *華樂：唱歌比賽，得金牌的是<蟬>
- *秉逸：滑水比賽，得金牌的是<水黽>

3.想一想，說一說，如果是你的話，你希望得到什麼金牌

- *楊牧：叫最大聲的金牌，因為我叫最大聲。
- *宗頤：我想要得玩玩具的金牌，因為我和姐姐喜歡玩玩具。
- *昕晨：游泳的金牌，因為我喜歡這樣子玩。
- *苡如：吃東西的金牌，因為吃東西會很快。
- *宣殷：打籃球的金牌，因為我打籃球會丟很高。
- *宸齊：跑步的金牌，我喜歡跑步。
- *柏榕：踢足球金牌，因為我很會踢足球。
- *張栩：我希望我以後長大了可以像我爸爸一樣，開車開得很快，希望我可以像他一樣。



文.圖/朵兒佛瑞曼
翻譯/黃筱茵

☆主題活動：小蟲蟲快跑

- 1.昨天我們分享了<小蟲蟲的金牌夢>繪本，今天我們要來畫會跑步的小蟲蟲。
- 2.將準備好的蟲蟲形狀圖畫紙給幼兒，請孩子們為蟲蟲穿上美麗的衣服及裝飾。
- 3.作品分享：

*宇翔：我的蟲蟲也是彩色的。

*楊牧：這個毛毛蟲是沒有頭就可以看得到路，身上的線線是雕刻在上面的毛，這個白白地方是牠的毒，是不要讓野獸吃掉，所以這個毛毛蟲要有毒。

*茂哲：我的蟲蟲是很圓的，這邊還有一個眼睛，牠是眼睛蟲。

*品瑀：我的蟲蟲是彩色的，牠有彩色的頭髮。

*芷蕾：牠的圖案不一樣，是紅橙黃綠藍靛紫的顏色，還有寫一個4，還有8還有12。

*幸原：牠喜歡綠色，所以穿很多綠色的衣服，這裡有戴獎牌，這邊是身體，牠的頭上有兩個藍色的眼睛，這個是不要被大野狼吃掉的。

*亘祐：牠有穿裙子，還有高跟鞋，還有戴蝴蝶結。

*和謙：這兩種顏色(橘、黃)比較漂亮。

*宗頤：上面都是彩色的衣服。

*昕妮：你看很漂亮吧！這是彩虹毛毛蟲。

*華樂：我的是毛毛蟲，身上的顏色是牠的保護色。

*昕晨：蟲蟲的身上有口紅，大的圓圈圈，和小的圓圈圈，跟其他好漂亮的東西，有很多的。

- 4.做好的成品，可以和其他小朋友們一起玩喔！

(讓小蟲蟲的頭尾貼地放，其餘身體呈圓弧，以吸管對準尾端第三節處吹，小蟲蟲就能前進。)

- 5.也可讓孩子自由創作遊戲的方式和規則。

※蟲蟲形狀圖畫紙的製作：將長條紙張利用對折重疊的方式，摺出8等分的小節，再用剪刀在兩側剪出弧形即可。





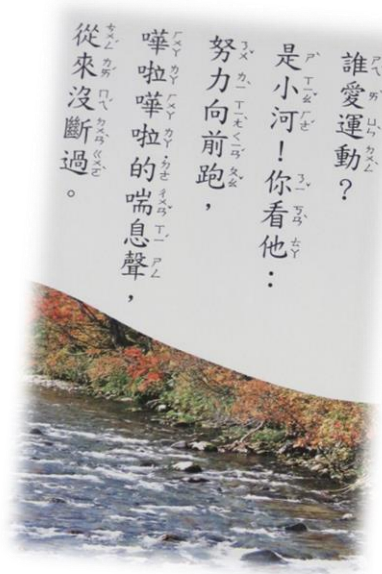
☆主題活動：誰愛運動？

1. 喜歡運動的小朋友請舉手？
2. 請小朋友想想，除了我們喜歡運動外，還有誰喜歡運動呢？
 - *宗頤：大象 *幸原：長頸鹿 *品瑀：青蛙 *和謙：螃蟹
 - *昕妮：體溫計，因為冠狀病毒，溫度計可以看誰生病，誰沒有生病。
 - *柏榕：玩具也愛運動，因為大家一直玩玩具，它就像運動一樣，一直動來動去。
3. 展示圖片跟孩子分享動物、植物及大自然裡還有“誰”也愛運動？

4.看完圖片後，請你說一說，誰愛運動呢？

- *妍希：小河，它一直滑。
- *昕晨：螳螂，牠扭扭腰。
- *幸原：青蛙，跳啊跳。
- *華樂：雨滴，滴答！滴答！碰到地上又彈起來。
- *張栩：雲，做變形狀的運動。
- *宇翔：筆，畫畫
- *宜殷：水喜歡做運動，因為它都會在浴缸裡面動來動去。
- *宗頤：書，因為每個人都在看它，它就一直在動。
- *芷蕾：花，黃色的花，圓形的。
- *妍靜：螃蟹，他會橫著走路做運動。
- *亘祐：水黽，喜歡滑水，像在溜冰。

5.走出戶外，觀察大自然裡“誰愛運動？”





●絲瓜成熟時垂掛在藤蔓下慢慢生長，就像吊單槓的運動選手呢！



●小昆蟲靠近時，捕蠅草會快速的合起來，就像棒球捕手接住球一樣喔！



●螳螂晃動前肢嚇唬敵人，樣子好像一個拳擊手呢！



●青蛙的後腳又長又壯，彈跳起來十分有力。



●羚羊的腿又細又長，牠是跳高和跳遠的高手呢！

●一二三，推真蟲力氣大，用力推著比他身體大的糞球，像不像推著大龍球呢？



●水黓會在水面上滑行前進，就像是個溜冰選手呢！



●當任人海中跳躍、翻滾，像是在進行跳水練習呢！

※老師的話：

團討開始先請幼兒說說誰愛運動？是想聽聽孩子們有沒有什麼特別的答案，但孩子們的答案始終圍繞在動物的世界裡，於是開始展示圖片，希望可以將孩子的視野延伸到植物類、大自然的現象裡，但可能是孩子的舊經驗有限吧，當介紹完後，孩子的答案除了我們介紹的之外，出現其他的答案並不多，不過透過圖片的介紹，孩子們也從中認識到更多的事物。希望可以經由這個主題，帶領孩子們用心觀察大自然裡美妙的變化。