

# 2006 / 2007 學年教學設計獎勵計劃

創意生活動作學習

參選編號：J018

學科名稱：體能

適合程度：幼二

## 目錄

簡介.....	2
下學年體能學習進度表.....	4
教學設計內容.....	6
反思及總結.....	25
附件.....	28
參考資料.....	40

## 簡介

以“幼兒為本”是幼兒教育著重的主要教學理念，而對二十一世紀的幼兒教育，不再是傳統的知識傳授，而是幼兒的全人發展。為讓幼兒在成長的過程中得到較全面的發展，體能教學是不可忽視的一環，透過體能活動，培養幼兒主動學習的精神，引發幼兒的興趣，使其樂於探究，勇於發問，敢於回答，善於創新。

在本次體能遊戲的課堂中，教學目標主要分為認知能力、情感態度、動作技能三個範疇，包括 1. 認知能力是對各肢體動作的了解；2. 情感態度是培養其運動精神、合作性等；3. 動作技能使其肢體協調、平衡等，教師透過「有效教學」的概念，促進幼兒大肌肉動作(四大類基本動作：移動性動作、非移動性動作、平衡性動作、操控性動作)。另外，在設計體能遊戲過程中，著重本校「動靜合宜」的班級管理文化，亦強調教與學的趣味和創意，以及注入運動和生活互融的經驗。

在本次設計內容中，按照幼兒能力發展為主，並將基本動作學習與主題內容作統整設計。活動內容主要由動作練習及遊戲活動組成，而學習動作的設計考量由淺入深，循序漸進。通過個人或集體的方式，進行技能練習活動，讓幼兒在心理及生理上作準備，以配合下部份的遊戲活動。

本次的設計特色是把實際與理論結合在課程與教學當中，應用心理學和幼兒體育的教學理論，配合主題統整概念，以有效學習為主導，提升創意，讓教學過程中逐步滲入創意元素，導引學生學習獲得基本動作及從中發揮創意思維，同時期望學習能影響學生的生活體育。另外，在教學過程中，教師用探究的教學法及環式的教學設計，增加幼兒的學習興趣及提升幼兒的運動量，減少幼兒的候等時間，提高教學品質。

## 總目標

- 促進幼兒身心健康，培養幼兒在集體生活過程情緒安定、愉快、尊重遊戲規則，發展其自制能力；
- 培養幼兒樂於參與體能活動，發展身體的協調性和靈活性；
- 鍛鍊幼兒基本動作，發展其大小肌肉的能力；
- 發展幼兒的基本動作及概念；
- 培養幼兒積極運動的習慣；
- 培養幼兒主動學習，發展探究的精神和創作能力。

## 具體目標

### 認知能力

- 學習走、跑、跳、平衡、爬、投、擲、拋、跨基本動作；
- 學習簡單的口令；
- 學習體操、律動；
- 了解集體生活的規則和常識。

### 情感態度

- 培養對運動的興趣，喜歡參與活動和遊戲；
- 培養合作性；
- 培養安全的意識；
- 培養幼兒主動學習的興趣；
- 能尊敬師長、關心別人、樂意聽取別人意見。

### 動作技能

- 訓練手、眼、足協調的能力；
- 能按節奏做體操、律動；
- 能聽從口令集隊和變換隊形；
- 有初步安全意識，不做危險的事情，懂得保護自己；
- 懂得與同伴友愛相處；
- 有探索和創作的的能力。

## 下學年體能學習進度表

主題	基本動作學習內容		律動
	動作練習	遊戲活動	
頑皮的風伯伯	原地雙腳跳 跨步走	黏紅豆 --自由踏步 --雙腳跳 --聽指令多人靠攏	用我的身體 跳一跳
	傳物	大風運球 --傳物 --反應力 --節奏感	Body shake
蝴蝶找花紋	走平衡木 擲 運物(豆袋、平衡 木、擲準)	花間起舞 --平衡木 --運物 --擲	Body shake
	律動評估		
	走平衡木 擲 運物(豆袋、平衡 木、擲準)	花間起舞 --平衡木 --運物 --擲	
菲菲搬新居	鑽 踏步走 原地雙腳跳	神秘房子 --鑽 --擲	Body shake
菲菲搬新居	繞物走 跨步走	要帶遊客到那裡 --跑直線 --繞物走 --跨步走	
新年	放假		
菲菲搬新居	個人彈地接球	要帶遊客到那裡 --跑直線 --繞物走 --跨步走	
	雙人彈地拋接球	搬運工人 --跑直線 --繞物走 --跨過梯級	
	技能評估		

主題	基本動作學習內容		律動
	動作練習	遊戲活動	
小美破案記	羊角球 單腳跳	小警察 --羊角球 --單腳站	Guess who
	拋 單腳跳	我是小郵差 --繞物跑 --跨步走 --聽指令	
小白不見了	滾呼拉圈 踏單車	紅綠燈 --滾呼拉圈 --踏單車 --聽指令	Guess who
	滾呼拉圈 踏單車	紅綠燈 --滾呼拉圈 --踏單車 --聽指令	
	技能評估		
湖裏的怪物	校本實驗計劃		Summer time
夏天的魔法	把豆袋放在手掌上 平衡慢行 雙腳跳 跑	雨後併彩虹 --平衡木 --雙腳跳	Summer time
	穿呼拉圈 開合跳 雙腳跳	夏日樂 --雙腳跳 --開合跳 --蹲身拾物	
	技能評估		

## 教學設計內容

**主題：**頑皮的風伯伯（原地雙腳跳、跨步走）

**律動：**用我的身體跳一跳

**活動目標：**

1. 訓練聽指令的反應力。
2. 加強練習原地雙腳跳。
3. 訓練跨步的動作及平衡力。

**活動準備：**CD 機、搖鼓

**活動內容：**

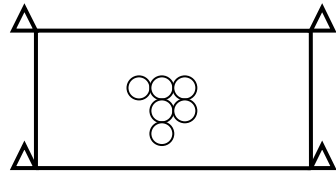
**動作練習：**

1. 教師提問「甚麼叫跨步走？」，讓幼兒自己做出他們的跨步走。
2. 教師示範跨步的動作，提醒幼兒前抬的腿須提高，身體要保持平衡；可先練習單腳抬腳的動作，再原地練習整個交互跨步的動作。
3. 教師利用繩設置合適的高度(高度剛開始可以不用太高)，以跨越大石頭的心情境讓幼兒跟著教師一起練習跨步走的動作，教師可帶領一時跨入繩圈，一時跨出繩圈。
4. 待幼兒掌握跨步走的動作後，並作好前腳抬起，後腳跟上的動作回饋
5. 便開始做原地雙腳跳的動作(由於原地雙腳跳的動作在 K1 已學過，所以在 K2 的時候需重視其動作要求，如身、手、腳的調協及姿勢)。

**遊戲活動：**黏紅豆

1. 教師在場內先圍一個範圍，如附圖。
2. 音樂響起，風伯伯便開始把幼兒吹走，此時幼兒可以以踏步的形式或慢步的形式自由在場內走動。
3. 當教師拍一下搖鼓，幼兒便會被風伯伯吹起，原地雙腳跳一次。若拍兩次搖鼓便要原地雙腳跳二次。
4. 音樂停下來時，即表示風伯伯要走了，幼兒便跨入教師在場中所圍的範圍內，以 2 人一組靠在一起，以免被風吹走。
5. 幼兒聽指令向四方跨出繩圈外。
6. 音樂響起，幼兒繼續遊戲。

**附圖：**



三角形為椅子，椅子與椅子間系上一條繩，繩雖與地面之間有一段距離，高度視乎幼兒的程度而調整。

**教學要求：**

- 一、左/右腳直立，另一隻腳前抬起（前抬起的一隻腳須高於繩所設的高度）；
- 二、前抬起的腳須向前跨越繩子。
- 三、跳時屈膝，前腳掌蹬地跳起；輕落地並且保持身體平。



**主題：**頑皮的風伯伯（傳物）

**律動：**Body shake

**活動目標：**

1. 訓練傳球的能力。
2. 培養幼兒的創意及空間感。

**活動準備：**球(2 個)

**活動內容：**

**動作練習：**

1. 提問幼兒：「如何傳物給別人？」，讓幼兒在自己的位置創作任何動作，教師從旁觀察。
2. 教師請數位幼兒出來示範。
3. 綜合傳物不同的傳物方法。
4. 讓幼兒在自己的位置上練習傳物的動作。

**遊戲活動：**大風運球

1. 幼兒圍一個圈，教師派發不同色的球及物，但每種色的必需有 2 個相同的物件。
2. 教師播放音樂，引導幼兒以相同方向傳物。
3. 音樂停止，幼兒便要停止傳物。手持同色物品的幼兒便要對調位置。
4. 音樂再次開始，遊戲繼續。

**教學要求：**

1. 雙手傳物。
2. 眼正視將要傳球的幼兒。

**主題：**蝴蝶找花紋（走平衡木、擲、運物(豆袋、平衡木、擲準)

**律動：**Body shake

**活動目標：**

1. 訓練運物時走平衡線的能力。
2. 訓練擲準能力

**活動準備：**豆袋、平衡木、呼拉圈、箱

**活動內容：**

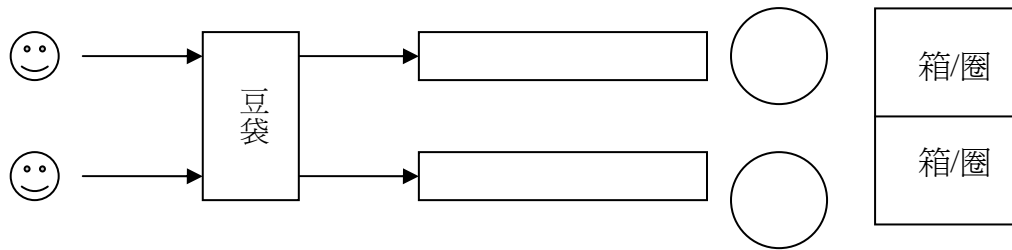
**動作練習：**

1. 教師告訴大家要看動物森林明天的天氣（教師帶領幼兒走在場內已貼在地上的直繩，必沿著直繩走並保持身體平衡）。
2. 帶領的教師可因應學生的能力及情況轉變速度的快慢，亦可以讓學生加以想像當我们用腳尖去走直線時像甚麼動物？
3. 原來今天是晴天，小動物決定來一個動物競技比賽。比賽前雖然做一些熱身操。
4. 圍大圓後開始引地幼兒對動物的想像，讓幼兒一起想和做，例如蹲下取物的動作像甚麼？(採花蜜)
5. 教師示範將花蜜送遞，即擲的動作。幼兒練習 5 次以上擲的動作，最初可嘗試做徒手擲的動作練習(教師從旁提示左腳、右手的對側協調，並要求腳不要分太大，肘關節需向上曲舉，最後瞄準目標擲物)。
6. 當中教師可以與幼兒一起討論擲這個動作像甚麼。
7. 擲準時分 2 大組作練習，而當中需個在分組遊戲時作別指導，教師適時綜合回饋擲準時，著重動作正確及合宜的力道。

**遊戲活動：**花間起舞

1. 幼兒如附圖份 2 大組。
2. 幼兒首先在起點拾一個豆袋。
3. 拿了豆袋的幼兒雖走上平衡木。把豆袋運到平衡木的另一端。
4. 走過平衡木的幼兒雖站於呼拉圈內，並把豆袋擲入教師已置的箱或圈內
5. 幼兒如此輪流比賽。
6. 教師與幼兒一起點算箱內豆袋的數目，最多豆袋的那一組為勝出一組。

附圖：



教學要求：

1. 保持上體挺直，眼稍向前下方看著走平衡木；
2. 兩臂側平舉，不聳肩；
3. 兩腳交替向前邁進；
4. 運物時上體正直，將雙手不能高於肩；
5. 拋物時，兩腳前後開立，左腳在前，右手拿投擲物屈肘於肩上，肘關節向前，眼看前方，然後用力將投擲物投出。

主題：菲菲搬新居（鑽、踏步走、原地雙腳跳）

律動：Body shake

活動目標：

1. 加強練習踏步走及原地雙腳跳的動作。
2. 訓練鑽的動作。

活動準備：大塊的布(快樂傘)、紙磚/大積木、呼拉圈

活動內容：

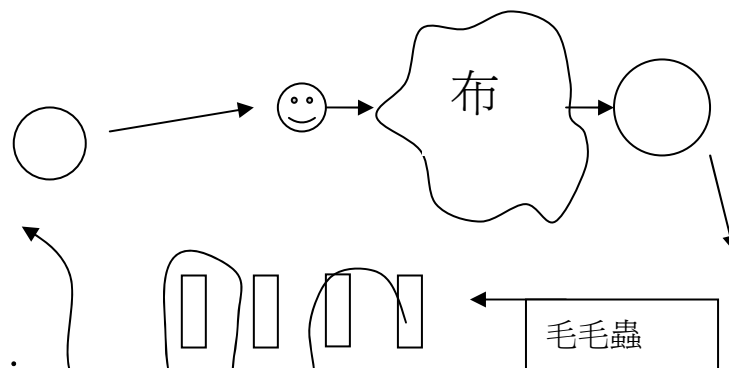
動作練習：

1. 重溫踏步及原地雙腳跳的動作。
2. 提問幼兒：「鑽是一個怎樣的動作？」，讓幼兒自己發揮。
3. 教師請一些幼兒出來示範。
4. 總結出鑽的動作原來需用到爬的動作。
5. 教師分組讓幼兒練習鑽過呼拉圈的動作。
6. 教師引導幼兒做出鑽的正確動作。

遊戲活動：神秘房子

1. 幼兒如附圖進行環式遊戲。
2. 首先幼兒需鑽入用快樂傘所建造的神秘房子。
3. 走出房子後，原來要神秘島的遊樂場，遊樂場需先原地雙腳跳 5 次，再爬過大毛蟲，之後避過大石，鑽過山，便可以進一第二個神秘房子。

附圖：



教學要求：

1. 鑽時需手腳協調，眼視前進的方向。

**主題：**菲菲搬新居（繞物走、跨步走）

**律動：**Body shake

**活動目標：**

1. 練習繞物走
2. 強化跨步走的能力

**活動準備：**箱（用作跨物走）、雪糕筒（用作繞物走）

**活動內容：**

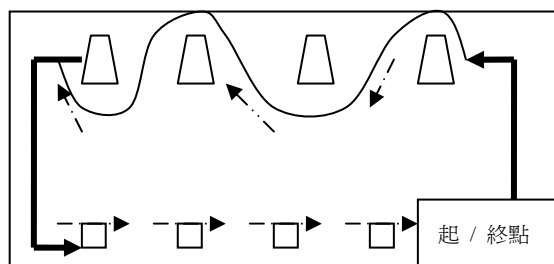
**動作練習：**

1. 教師說：「今天大家一起做一個小導遊來介紹澳門的名勝。」
2. 教師告訴幼兒做一個小導遊需要強健的體魄，所以要幼兒一起健身。
3. 教師告訴幼兒做一個導遊常常四處走，所以要鍛練雙腿，然後帶領幼兒做原地跑。
4. 教師告訴幼兒導遊有時會走上很多梯級來介紹名勝古蹟，然後帶領幼兒做跨步的動作。
5. 當遇到多人的時候，導遊又會帶領遊人繞過人群到達目的地。教師喊口領，如「向左移3步繞過人群」，幼兒便向左移3步。
6. 如此讓幼兒重覆練習。

**遊戲活動：**要帶遊客到那裡

1. 活動開始前先讓每組幼兒想想澳門有那些名勝。
2. 活動開始，幼兒開始在各處觀光。
3. 如附圖，首先由起點開始跑過一段 10M 的直路。
4. 再繞過一群又一群的人群（繞物走）。
5. 再跑過一段 10M 的直路。
6. 最後跨過梯級，便到達目的地。
7. 到達目的地後，任導遊小組的幼兒須說出一個屬於澳門的名勝地方。
8. 如此重覆活動。

**附圖：**



**教學要求：**

1. 當打算繞過阻礙物往左邊走時，便要向左打開左腿，往左邊方向走。走時與阻礙物保持一定距離，不碰到阻礙物。
2. 左/右腳直立，另一隻腳前抬起(前抬起的一隻腳須高於阻礙物的高度)。前抬起的腳須向前跨越阻礙物。

**主題：**菲菲搬新居（個人彈地接球）

**律動：**Body shake

**活動目標：**

1. 練習個人彈地接球

**活動準備：**數個球

**活動內容：**

**動作練習：**

1. 重溫繞物走、跨步走的動作練習。
2. 教師邊講解邊示範個人彈地接球。

**遊戲活動：**

1. 把幼兒分 2 組。
2. 一組重溫第二十五週的遊戲活動。
3. 一組練習個人彈地接球。

**附圖：**第二十五週附圖

**教學要求：**

1. 雙腳直立，雙手握球，眼視手中球；
2. 施加少許力把球拋向地面；
3. 當球向上反彈時，雙手把球接好。

**主題：**菲菲搬新居（雙人彈地拋接球）

**律動：**Body shake

**活動目標：**

1. 練習雙人彈地拋接球的能力
2. 培養合作性

**活動準備：**數個球

**活動內容：**

**動作練習：**

1. 重溫單人彈地接球。
2. 提問：「若有 2 個人、一個球，但 2 個人也不能動，如何把球送給對方？」
3. 讓幼兒自行想想，教師總括答案，並示範拋—接球。

**遊戲活動：**搬運工人

1. 讓幼兒圍一個圈。
2. 圈中的其中一個幼兒手拿著一個球。
3. 幼兒可以把球拋給圈內的任何一個幼兒，但在拋球時，必須叫出那位幼兒的名字，拋出球後，那位被叫名的幼兒需把球接下。

**附圖：**沒有

**教學要求：**

1. 上身及雙腳要直立，雙手握球，眼視球；
2. 雙手同時舉起於胸的位置並拋出球。
3. 接球的幼兒也是上身及雙腳要直立，眼視球；
4. 當球到身前適當位置時，雙手接球。



主題：小美破案記（羊角球、單腳跳）

律動：Guess who

活動目標：

1. 訓練單腳跳能力
2. 加強訓練平衡力

活動準備：羊角球

活動內容：

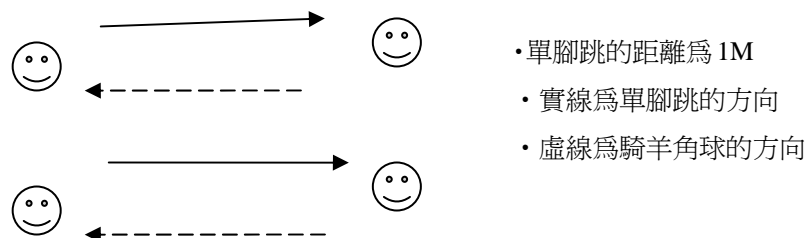
動作練習：

1. 扮演小警察去練習，跟隨教師原地踏步。
2. 當教師吹一下哨子，幼兒便要單腳跳一下。  
\*左、右腳均要練習單腳跳

遊戲活動：小警察

1. 如圖把幼兒分成四組小警察，倆倆對站，以接力賽的形式進行警察訓練。
2. A 與 B 組的幼兒騎著羊角球到 C 與 D 組的幼兒，並把球交到 C 與 D 組的第一排的幼兒的手中，之後沿教師所設置的直線上，以單腳跳的方法跳回最初的隊尾。
3. 另外，只要手中有羊角球的幼兒就應立即騎著羊角球跳到對面組，再以單腳跳的方法跳回自己組的隊尾。
4. 如此重覆循環遊戲。

附圖：



教學要求：

1. 左/右腳前腳掌蹬地跳起；
2. 雙腳輕輕落地，並保持身體平衡。

主題：小美破案記 (拋、單腳跳)

律動：Guess who

活動目標：

1. 加強訓練單腳跳能力。
2. 透過拋加強手眼協調的能力。

活動準備：海綿磚

活動內容：

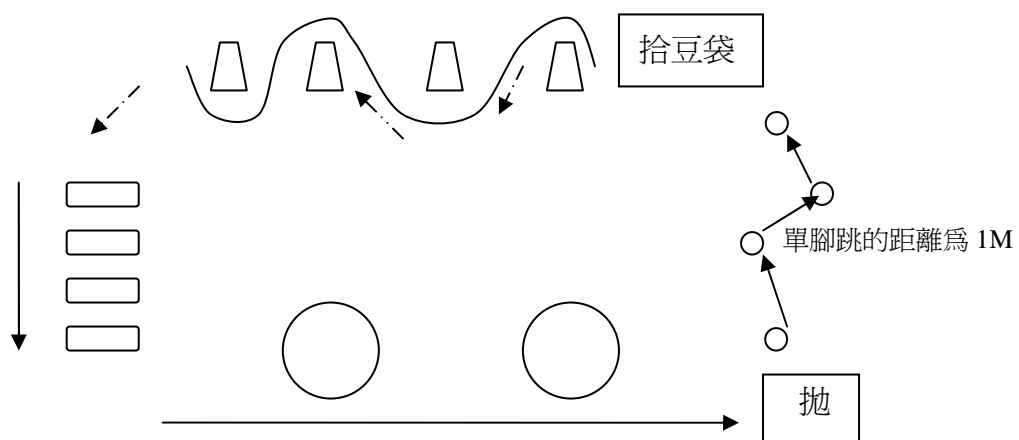
動作練習：

1. 重溫單腳跳的動作。
2. 提問：「拋是一個甚麼動作。」，讓學生自行創作拋的動作。
3. 教師示範拋的動作，學生在自己的位置上練習徒手拋的動作。
4. 讓學生用海綿磚的動作，教師從旁協作及指導。

遊戲活動：我是小郵差

1. 教師要求幼兒一起做郵差送信。
2. 幼兒拾起一個豆袋(信件)。
3. 拿起信件的幼兒需跳過四座高樓大廈。
4. 跨過四級樓梯。
5. 鑽過 2 個門後，就把信拋入信箱。

附圖：



**教學要求：**

1. 拿物的手垂向下並向後擺過於身；
2. 拿物的手臂向前提起，肘關節向前，眼看前方，然後用力將物拋出。

**主題：**小白不見了(滾呼拉圈、踏單車)

**律動：**Guess who

**活動目標：**

1. 培養安全的意識，能在遊戲中不與別人碰撞。
2. 訓練其反應能力。
3. 加強訓練手眼協調及大肌肉的能力。
4. 訓練幼兒空間感。

**活動準備：**呼拉圈、單車、數個球

**活動內容：**

**動作練習：**

1. 提問 1：「呼拉圈用甚麼方法可以有一個地方不離地去到另一個地方？」，讓幼兒自行作答。
2. 教師綜合幼兒答案，並示範滾呼拉圈。
3. 讓幼兒練習滾呼拉圈(可加幼兒喜歡的各種方法)。

**遊戲活動：**紅綠燈

1. 請幼兒討論行人和車應遵守的交通規則。
2. 教師在指定位置扮紅綠燈，一些幼兒站在起點扮駕車的人(駕車人：踏單車、滾藤圈)、一些人在兩邊扮行人，玩過馬路的遊戲。
3. 當教嘍喊口號：「紅綠燈，向前走。」駕車的人便要向前行；當教師喊：「一二三，紅燈停。」所有駕車的人都要站立不動，而行人便開始可以過馬路。
4. 當駕車的人把駕到對面，便由對面的人以接力形式把車駕回對面，過程中亦要聽著喊口聆。如此類推，重覆上述遊戲。

**附圖：**教師可因應場地及人數安排幼兒如果進行遊戲。

**教學要求：**

1. 因應幼兒的能力，可單手或雙手滾動呼拉圈。
2. 滾呼拉圈時，眼要一邊看著呼拉圈一邊向著自己要走的方向。
3. 雙手拍球時，幼兒雙手持球並置於胸前左右的位置；肘關節微微向內彎；手腕微微施力向地擲球；當球在瞬間反彈時把球再向下拍回地面。

主題：湖裡的怪物 (校本實驗計劃)

**主題：**夏天的魔法（把豆袋放在手掌上，平衡慢行、雙腳跳、跑）

**律動：**Summer time

**活動目標：**

1. 加強雙腳跳的訓練。
2. 加強跑的能力。
3. 加強平衡力。

**活動準備：**豆袋

**活動內容：**

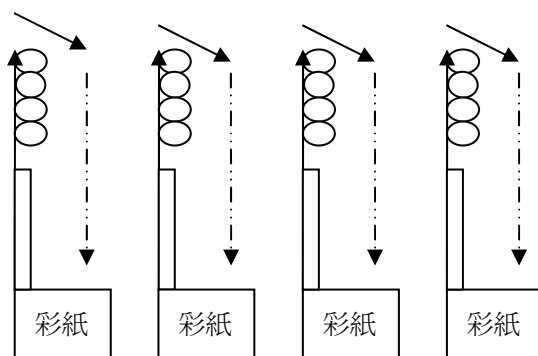
**動作練習：**

1. 教師把豆袋放在手背，示範把豆袋平衡在手上的動作，然後每人派發 2 個豆袋進行練習
2. 幼兒把豆袋放在手掌上，教師帶領幼兒在場內慢走，慢走時候，教師需提醒幼兒不要把豆袋掉在地上，並保持身體平衡。
3. 幼兒開始熟練時，教師可在場內設置障礙物，增力其平衡難度。

**遊戲活動：**雨後併彩虹

1. 教師訴告幼兒大雨過後，有時會出現彩虹，並要求他們一起併出一道彩虹。
2. 如附圖，幼兒在箱內取出彩色豆袋/紙球後走上平衡木，再按指示方向用雙腳跳過 4 個呼拉圈，
3. 再按虛線方向跑回隊尾，放下彩色豆袋/紙球，排回隊尾。循環遊戲。
4. 當箱內沒有彩色豆袋/紙球時，幼兒可把取回來的彩紙併成自己的彩虹，並為大家介紹這是一條甚麼樣的彩虹。

**附圖：**



**教學要求：**

1. 當雙腳向前跳時上體稍前、屈膝、兩臂側後舉，再兩腳用力蹬地向前跳，保持平衡；
2. 當跳時，上下肢協調、輕鬆地跑，自然擺臂，步幅大小勻稱。
3. 走平衡木時保持上體挺直，眼稍向前下方看；兩臂側平舉並放在於掌上，不聳肩；兩腳交替向前邁進。

**主題：**夏天的魔法 (穿呼拉圈、開合跳、雙腳跳)

**律動：**Summer time

**活動目標：**

1. 加強訓練開合跳。
2. 強化雙腳跳的能力。
3. 訓練反應力。

**活動準備：**豆袋、箱

**活動內容：**

**動作練習：**

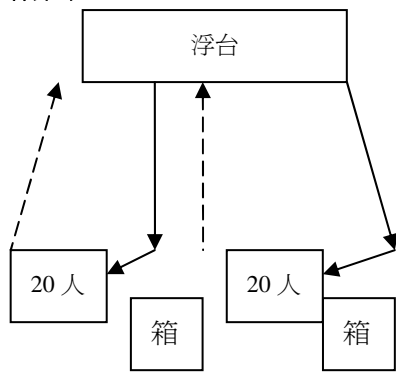
1. 教師告訴幼兒待會兒會去沙灘，提問幼兒落海玩時要注意哪些事項。
2. 教師告訴幼兒先要穿過呼拉圈才到達沙灘；提問如何穿過呼拉圈(上、下、左、右也能穿)。
3. 請幼兒手拉著手，想方法把呼拉圈由首位幼兒傳到隊尾的幼兒(途中不可把手放開)。
4. 過程中，教師打 1 聲鼓時，幼兒便要作一開合跳 (表示要避開湧過來的小浪)；當教師打 2 聲鼓時，幼兒便要連續雙腳跳 2 次 (表示要避開湧過來的大浪)。

**遊戲活動：**夏日樂

1. 如附圖，幼兒所經之路線為大海，剛開始時站的位置為岸邊。
2. 幼兒需模仿游泳的姿態，游到對岸。
3. 兩組幼兒走向浮台位置取出一個豆袋，再走回起點位置，把豆袋放入圖中所示的箱內。
4. 排回隊尾循環遊戲。
5. 遊戲時，教師打 1 聲鼓時，幼兒便要作一開合跳 (表示要避開湧過來的小浪)；當教師打 2 聲鼓時，幼兒便要連續雙腳跳 2 次 (表示要避開湧過來的大浪)。
6. 當豆袋取空時，遊戲結束。



附圖：



教學要求：

1. 當聽到鼓聲時，立即做出相應動作。
2. 幼兒可自行決定做前後開合跳或左右開合跳，當前後開合跳時注意前腳掌蹬地，再前後張開雙腿；當左右開合跳時，前腳掌蹬地，再左、右張開雙腿。
3. 當雙腳向前跳時上體稍前、屈膝、兩臂側後舉，再兩腳用力蹬地向前跳，保持上體作，然後蹬地跳第二次。

## 反思及總結

透過本次體能活動的設計，讓幼兒自由探究比起傳統的單向體能教學，不但讓幼兒能容易掌握基本的動作，更能啟發幼兒主動學習的精神。另外，教師由主導的方色轉變為協作及引導角色，讓幼兒有更大的空間主動思考，從而學習解決問題的能力。在教學方面，教師亦有因應動作的困難度來作出進度的安排，如操控性動作：“擲”較難掌握，所以建議可分兩節課進行練習，也可以多加個別指導，教師可以大班的環式講解動作，繼而進行動作練習，當中教師可視乎情況作出個別的指導，最後用遊戲強化動作。以下是針對本次的教學結果作出的反思。

### 一、教師的教學轉變：

教學比較 轉變項目	傳統的動作教學過程	探究式動作教學過程
教師進行引導活動，引導幼兒學習	教師單向講解動作，幼兒被動學習，幼兒的參與度不高，減低學習的興趣。	教師能引導幼兒思考利用身體不同的部位來學習基本動作。
教師設計活動也關注幼兒體適能	單一的動作練習，等候時間較長，運動量不足。	教師提供多次的練習機會，以及包括多元化的練習形式，讓幼兒有充足的體能訓練；環式設計提高幼兒的運動量。
教師說明動作技巧	教師的單向教學，令部份幼兒對該動作缺乏理解或興趣，減低其動作品質。	教師讓幼兒進行探究動作分析及作綜合講解，並由教師與幼兒共同建構課堂，從而提升幼兒的主動性，增加幼兒對對作的理解；當中教師亦會作個別的動作指導。
教師示範動作技巧	行列隊形進行講解及示範，若出現在人較多的班級時，站後半部的幼兒不能清楚了解動作的技巧，同時也會造成班級的混亂。	以環式隊形講解及示範動作技巧，使整體較具體清晰，教師亦以不同方位及慢動作進行講解，讓幼兒可以多角度看清楚教師的動作。

教師規劃遊戲或競賽使幼兒獲得樂趣	等候時間過長，從而減低幼兒遊戲的樂趣。	教師以環式遊戲讓幼兒參與度提升，增加了遊戲時的主動性。
教師巡視全場並指導幼兒練習	教師未能顧及輪候的幼兒。	教師設計了多個活動區，但只有兩位教師，所以在環形活動中教師的巡視不足，未能全面地指導幼兒的動作。

## 二、幼兒的學習效果

表一：傳統與探究式動作教學比較表

學習比較 學習效果	傳統的動作教學過程 (過去的經驗)	探究式動作教學過程 (思考並嘗試)
教師依據「身體」、「力度」、「空間」、「關係」四層面分析動作概念。	<p>身體：只有機會做教師指定動作。</p> <p>力度：按教師指示來進行動作練習。</p> <p>空間：只有一種形式的動作學習。</p> <p>關係：專科教學。</p>	<p>身體：幼兒能做到用身體不同部位練習動作。</p> <p>力度：能有意識的自我操制力度，如甚麼才能擲入目標。</p> <p>空間：能利用身體的不同部位進行動作練習。如可以以不同方向，用不同用具進行操控性動作。</p> <p>關係：數學方面--教師利用不同的器材，讓幼兒學習形狀的關係；知覺方面--幼兒嘗試以動作探究其方向及力度的大小； 語言方面--幼兒在理解後，再進行發表，以提升其語言能力； 社會方面--幼兒能</p>

		與同儕進行遊戲和交流。
幼兒發現動作技巧問題及了解動作形成的原因。	幼兒被動學習，沒有發現問題及了解動作的機會。	幼兒能從練習中發現問題，再經由教學的提問引導，從而讓幼兒解決問題。
幼兒經教師引導對動作問題經過練習後獲得解決。	教師會直接幫助幼兒解決問題。	教師在幼兒遇上問題時會作出引導，最後幼兒經思考後能解決問題。

表二：項目評鑑結果表(以百分比作統計)

評鑑項目	評鑑結果
跨步走	70%的幼兒能依教學要求完成此動作，只有小部份幼兒在抬腿時，未能將腿抬高於教師所設的繩子高度。
平衡木	95%的幼兒完成此動作，小部份的幼兒在走過平衡木時，未能按教師的要求在走平衡木時眼看前方。
擲	65%的幼兒完成此動作，大部份的幼兒前後腳及左右手不協調，很容易出現同手同腳的情況。
鑽	90%能完成此動作，若有 10%的幼兒在教師加深難度後未能順暢完成動作。
個人彈地接球	75%能完成此動作。未能完成動作的幼兒大多因力度的控制、球的大小轉變的適應力及手眼協調能力而影響該動作。
拋	75%能完成此動作。與擲的動作相近，亦會出現同手同腳的情形，部份幼兒更會將拋及擲的動作混淆。
單腳跳	40%的幼兒完成此動作，因肌力未發展完善，引致單腳跳的持續性不足，
滾呼啦圈	40%的幼兒完成此動作，大部份的幼兒雙手協調的能力不足，力度的控制亦未能掌握。
雙腳跳	95%完成此動作，此動作能未足 4-5 歲的幼兒能力，只有小部份的幼兒未能雙腳同時蹬地跳起。
開合跳	由於有雙腳跳做前期準備，所以 100%的幼兒也能完成此動作。

## 附件

### 附件一：(相片)



圖 1：幼兒以踏步走進行遊戲



圖 2：持物雙腳跳

(音樂停止，幼兒由應教師所指示進行遊戲。此圖中，教師要求手持黃色積木的幼兒雙腳跳。)



圖 3：幼兒作徒手練習



圖 4：幼兒實際操作擲的動作  
(讓幼兒從練習中，探究出如何才擲入目標。)



圖 5：遊戲活動

(一組幼兒把前週中所練習的擲應用在分組遊戲當中。)



圖 6：幼兒分組練習鑽的動作





圖 7：神秘的房子  
(教師因應主題，設計出神秘的房子。圖中為幼兒剛走入房子)



圖 8：房子中的世界





圖 9：教師協助幼兒進行環式遊戲



圖 10：幼兒進行踏步走的動作

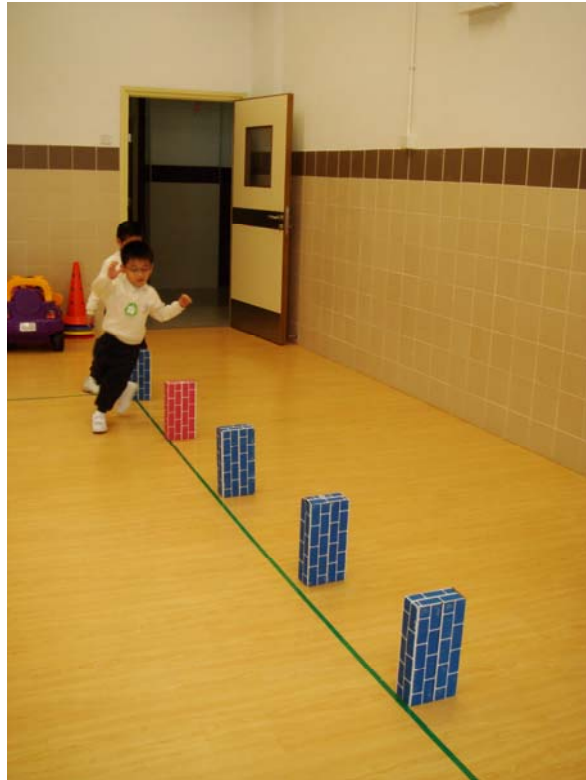


圖 11：幼兒進行躡物跑的動作



圖 12：雙手拍球  
(幼兒觀察教師拍球的動作，再改進、練習自己的拍球動作)



圖 13：環式遊戲

(幼兒騎著羊角球到對面組，由於往返也有幼兒進行遊戲，所以幼兒必需注意不能與其他幼兒發生碰撞。)



圖 14；幼兒以環式進行基本練習動作\_拋



圖 15：幼兒以 2 人一組進行滾呼拉圈的練習



圖 16：幼兒駕駛著不同的車在馬路上行走，幼兒注意教師的指令停車





圖 17：車子停下，馬路兩旁的行人行過馬路



圖 18：教師帶領幼兒練習雙手平衡運物



圖 19：拼拼合合成彩虹



圖 20：雨後見彩虹  
(幼兒合力完成作品：彩虹)



圖 21：穿越呼啦圈  
(幼兒嘗試用自己的方法穿越呼啦圈)



圖 22：連所呼啦圈  
(幼兒合力將呼啦圈一個傳一個)



圖 23：展現泳姿  
(幼兒創作游泳的動作)



## 參考資料

王月媛，1995<<幼兒園目標與活動課程教師用書\_2 幼兒身體活動>>北京師範大學出版社

冷小剛、鄭藝、高慧君、嚴良地、黃保法，2000<<幼兒體育活動新設計>>上海世紀出版集團 上海教師出版社

周淑惠，2006<<幼兒課程與教學—探究取向之主題課程>> 台北心理出版社