

幼兒體能遊戲

黃智男(長頸鹿)&郭奕承(足球)老師

週次	單元名稱	使用器材	課程目標	備註
1	森林大冒險	徒手	讓幼童瞭解彼此以及培養與老師的默契	<p>1. 幼兒上體能課時，請穿著運動服及運動鞋。</p> <p>2. 課程可因天候、場地、器材而修正。</p> <p>3. 若幼兒有特殊疾病請事先告知導師及體能老師。</p>
2	五彩繽紛	小球	培養幼童小肌肉發展及投擲能力	
3	勇往直前	角標	培養幼童心肺功能及下肢肌力	
4	馬戲團表演	呼拉圈	培養幼童全身協調性及心肺功能	
5	魔術先生	迷你繩	培養幼童上下肢肌力及刺激想像力	
6	大大車輪餅	輪胎	培養幼童上肢肌耐力及下肢穩定性	
7	灌籃高手	籃球	培養幼童手眼協調以及了解球的特性	
8	彈力小子	彈力繩	培養幼童手指抓握能力及上下肢肌力	
9	熊貓快車	推車	培養幼童下肢肌力及刺激前庭	
10	跳格子	敏捷梯	培養幼童足眼協調以及空間感	
11	彩色世界	氣球	培養幼童手眼協調以及心肺功能	
12	夾夾樂	曬衣夾	培養幼童手指小肌肉及穩定性	
13	小小建築師	大積木	刺激幼童想像力及手眼協調	
14	翻山越嶺	桌子	培養幼童全身協調性及平衡感	
15	大家來露營	氣球傘	培養幼童手指抓握力及同儕互助精神	
16	金門大橋	平衡木	培養幼童平衡感及穩定性	
17	小小消防員	木梯	培養幼童全身協調性及克服高度恐懼	
18	烏龜渡河	烏龜殼	培養幼童平衡感及核心肌群	
19	拔河大賽	長繩	培養幼童上肢肌力及了解拔河規則	
20	小小搬運工	重量球	培養幼童上肢肌力及下半身穩定性	
21	同心協力	大籠球	培養幼童上下肢肌力以及群我合作	
22	后羿射日	鬆緊帶	培養幼童上肢肌力及全身協調性	

