



認識士林幼兒園

我們先跟巧虎
介紹自己是誰



再和小朋友牽手擁抱認識

碩佑：我的好朋友是宸熙

以德：我的好朋友是橘子



我們跟著小金魚

去探索士林幼兒園

新皓：我在綿羊班教室發現小金魚

茲皓：我在愛閱城堡發現小金魚

叔恩：我在花鹿班發現小金魚



我們去認識學校有哪些老師、阿姨

新泳：我在河馬班找到偉哲老師

碩佑：我在辦公室找到姝麗阿姨

雨霏：我在綿羊班找到AMY老師

我們一起在園長辦公室找到園長媽咪！



我的心情故事

心情萬花筒



找一找我今天上學的心情臉譜



我今天上學哭哭



我今天上學心情很開心



今天我是平靜妖怪



我把顏色妖怪的各種情緒排好



我們一起創作彩色妖怪



和彩色妖怪一起去散步

自畫像創作



貼上自己的心情臉譜



畫出自己的心情臉譜

我會自己做



用餐前將雙手洗乾淨



我會自己吃飯



用完餐我會將碗擦乾淨

老師：想一想你們上學後學會做那些的事情呢？

茲皓：收餐袋、收水壺。

老師：茲茲說的很棒！你們還會自己做什麼事情呢？

碩佑：我會脫圍兜了和脫褲子了。

藝甯：我會脫尿布和擦碗。

老師：小朋友都很棒學會做好多的事情



：誰來挑戰？



：我來挑戰



我會自己收拾餐袋



我們會自己穿脫圍兜



練習自己拉拉鍊



自己掛外套

一起來編兒歌

「我長大了」蝴蝶兒歌改編

餐袋 水壺 我會自己收

我會穿褲子 我會穿鞋子

自己走路 自己吃飯

我長大了 會自己做

大肌肉運動-水谷式



我們先做暖身運動讓自己身體不受傷



看看老師如何示範



換我們做做看



跨走木梯



學動物走路



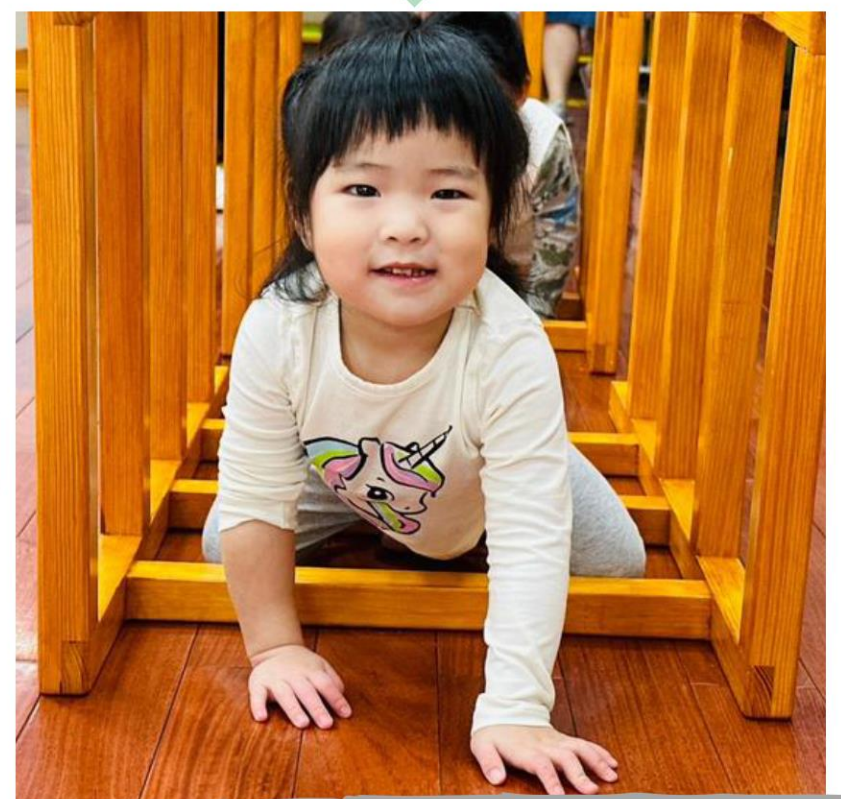
溜滑梯



平衡木



爬木梯



鑽籠

老師說我們很厲害唷！從一開始需要老師幫忙，到自己勇敢嘗試，我們現在都可以很快速完成關卡了！

動手動腳玩運動-雙軌式攀爬架

從本學期設計不同難度的體能關卡，幼兒可以依照自己的能力去選擇自己想要玩的關卡，讓全數幼兒提升自信與成就感



老師：那小朋友來看看這邊有什麼顏色的角標？

新泳：有藍色、黃色。

老師：那你們再看看高高的跟低低的平衡木哪一個你們覺得比較簡單？

碩佑：都很簡單。

老師：碩佑說都很簡單因為他已經很厲害了，那其他小朋友覺得呢？

宸熙：低低的比較簡單。

老師：對唷！低低的比較簡單是黃色的角標，高高的比較難是藍色的角標，等等開始闖關你可以自己選要黃色的角標還是藍色的角標挑戰。

老師：誰來挑戰？

幼兒：我來挑戰！



我們挑戰簡單的！



我們挑戰難的！

老師：你們喜歡今天什麼關卡？運動後的心情呢？

橘子：我喜歡黃色關卡(易)，運動時我的心情是平靜的。

紘睿：我喜歡玩難的關卡，我的心情是有愛的。我愛運動。

冠叡：我喜歡玩難的關卡，我的心情是平靜。

茲茲：我喜歡藍色關卡可以爬爬。

碩佑：我選黃色容易的關卡，運動時我心情是平靜。

藝甯：我挑戰簡單關卡再去難的關卡，運動的時候很開心，下次要挑戰。



小小運動健將闖關

延續身體手、腳部位玩出體能關卡

教師擺設關於爬的各種樣式關卡讓幼兒訓練大肌肉發展、核心肌群與身體協調能力，並藉由闖關卡評量紀錄幼兒的能力。

闖關小密技

第一關-爬軟墊：小朋友們嘗試用不同的速度爬過軟墊，有的小心翼翼地慢慢爬，有的則快速地爬過去。

第二關-搖滾圈：手抓橫桿腳踩在橫桿上面慢慢爬上去，到了搖滾圈高高的地方，手扶在旁邊，一隻腳先彎起來，另一隻腳往搖滾圈另一邊伸，再把彎的那隻腳伸過來，慢慢往下走。

第三關-爬月亮：先爬上紅色的墊子上來，接著身體要往前，手要抓著月亮的旁邊，一隻腳一樣要彎起來跪著，手用力腳往上爬，另一隻腳也彎著往上爬，到了月亮高高的地方先坐著，腳往前伸像坐溜滑梯一樣下來，

阿兵哥爬



搖滾樂



爬月亮



闖關心情分享

老師：我想要問問小朋友剛剛運動完的心情如何呢？

茲皓：我有點害怕。

老師：為甚麼你害怕？

茲皓：因為爬月亮很高。

老師：那你有挑戰成功嗎？怎麼挑戰成功？

茲皓：爬爬爬就會挑戰成功。

老師：那你是用哪裡爬？

茲皓：用手還有腳腳往上這樣子爬爬爬就成功。

典恆：怕>

老師：為甚麼你害怕？

典恆：高。



在闖關活動中，老師鼓勵他們勇於嘗試整個體能闖關活動，每一個小朋友運用手和腳的協調，想出各種不同過關的方式，像小小探險家一樣勇敢地挑戰。小朋友不僅鍛鍊了身體，闖關成功的關卡給予蓋章獎勵，過關的幼兒增加自我肯定和自信心，尚未挑戰過關的關卡繼續練習，下次再來挑戰。

華齡公園玩攀爬

認識公園遊樂設施告示牌

老師：公園的告示牌告訴我們要注意什麼事項呢？

紘睿：垃圾要丟進垃圾桶。

茲茲：不要帶有繩子的帽子到公園玩。

碩佑：注意遊具有沒有燙燙的

挑戰5層的攀爬鐵架

我來數一數1.2.3.4.5 有5層鐵架

雙手握緊欄杆 腳抬高 勇敢向上爬



心情分享

碩佑：我很開心我今天爬上攀爬架上溜滑梯。

叔恩：我今天爬上攀爬架，我很開心我很厲害！

以德：我喜歡去公園玩，我覺得很開心，溜滑梯會有聲音。咻~好玩

冠叡：我心情很平靜，爬上去之後就變開心。

茲皓：我太小，還有點害怕。

雨霏：我有一點害怕。



挑戰攀岩

雙腳踩在小岩石頭 雙手握住小岩石 一步一步向上爬



溜滑梯

屁股坐好 腿伸直 身體往下溜 咻---溜下來了



公園好好玩



出發~一起挑戰前港公園!

引導幼兒從熟悉的校內水谷式攀爬架出發，進一步挑戰社區公園中難度較高的攀爬設施，鼓勵孩子勇於嘗試、突破自我，從中培養面對困難時的解決能力與自我肯定感。同時結合社區資源，讓幼兒將在校內所累積的經驗延伸應用於不同類型的設施中，促進動作技能的遷移與整合，拓展其生活經驗與學習場域。

老師：到公園後我們先看看前港公園的告示牌，我們要讓自己安全的玩。

碩佑：不能摸燙燙的。

絃睿：不能戴安全帽。

老師：為甚麼不能戴安全帽？

絃睿：因為繩子勾到會跌倒。

宸熙：這個大人在看手機，那個小朋友哭哭，因為他想要大人陪他，不然會被壞人抓走。

以德：垃圾要丟到垃圾桶。

新皓：不能抽菸。

赦恩：要洗手。

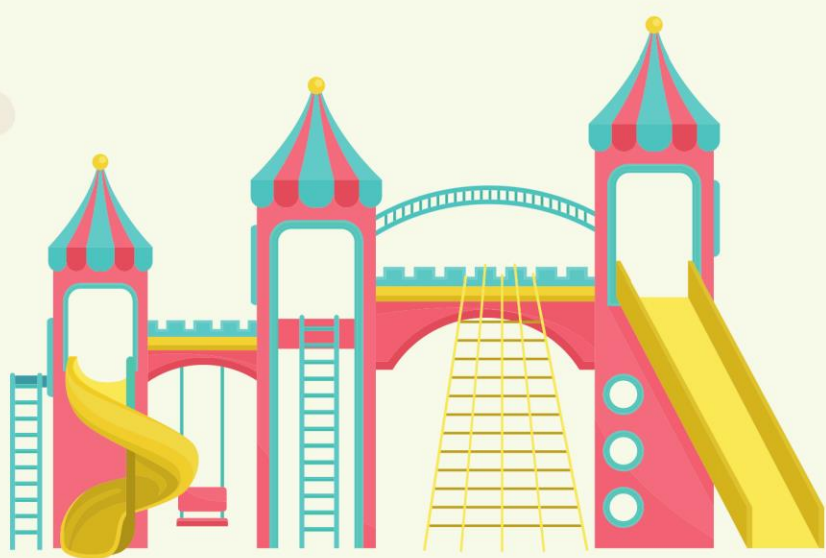
老師：什麼時候要洗手？

赦恩：去玩完公園後要洗手。

老師：大家都答對了！



第一關



第二關

老師：昨天去前港公園你的心情如何呢？為什麼？為什麼會挑戰成功呢？

典恆：我哭哭。

宸熙：我很喜歡去公園，因為我有挑戰成功。因為我有多練習攀爬。

新泳：我去公園很開心。因為我喜歡去公園。

絃睿：我心情很開心，因為我有爬上去、很好玩。我平常有練習大熊爬，手就變得很厲害。

冠叡：我喜歡去公園玩，因為可以爬心情很開心。手抓住欄杆，腳往上爬。

艾伶：我的心情是開心。繩子有點難爬，我有爬上去。

茲皓：我去公園心情是害怕，圓圓的攀爬架很可怕，因為太高了。

碩佑：我去公園玩心情很開心因為我爬得上去。因為我有多運動。

藝甯：我喜歡去公園玩，我的心情是平靜的。因為我在學校有爬木箱。

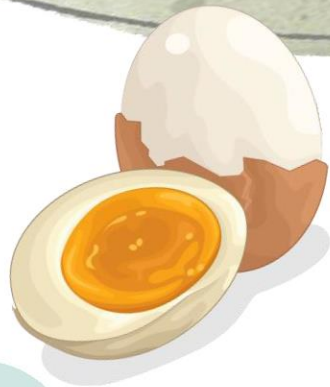
新皓：我喜歡去公園玩我的心情是開心。可以和朋友一起玩。手抓欄杆，用腳掌抬高踩在欄杆上面爬。

雨霏：我喜歡去公園玩，因為我有爬上去成功。

蒙式-日常生活區

在蒙特梭利教育中，日常生活區是引導幼兒邁向獨立的起點。透過貼近日常的操作活動，孩子在重複練習中發展精細動作、手眼協調與秩序感。依據孩子的發展步調提供合適的教具與鼓勵，讓孩子在無壓力的環境中自主學習、嘗試與錯誤，逐步建立自信與責任感。日常生活的工作也幫助幼兒建立專注力與自我紀律，為進一步的學習打下良好基礎。在有序且安定的教室環境中，孩子學會尊重他人與材料，培養內在秩序與社會適應能力。透過這樣的實踐，幼兒不只是學會生活技能，更在潛移默化中發展整體人格與獨立自主的能力。

剝水煮蛋



品嚐好吃的水煮蛋



用手指練習
剝水煮蛋



夾水煮蛋放在盤子上



剝玉米筍



清洗玉米筍



請阿姨煮玉米筍



練習剝玉米筍外殼



品嚐玉米筍



塗抹果醬



將另一片吐司蓋
在塗抹果醬好的
吐司上面



用抹刀將果醬塗
抹在吐司上面



用抹刀沾藍莓醬



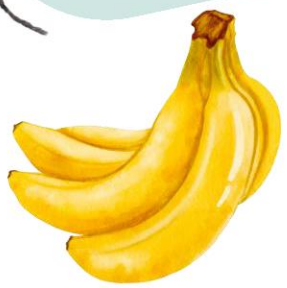
夾吐司放在盤
子上



準備環境



切香蕉



練習剝香蕉皮



練習切香蕉



用叉子插香蕉放盤子

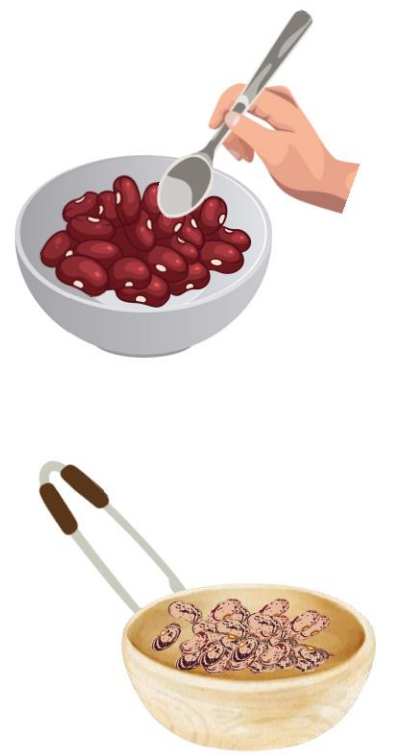


品嚐自己切的香蕉



蒙式-日常生活區

抓、舀、夾、倒穀物



練習用雙手擠海綿的水



開鎖

運用雙手 打開各種容器的蓋子

