

臺北市立萬華托兒所 100 年 09 月-101 年 01 月 企鵝班 教保活動綱要表

單元名稱	健康一級棒	活動日期	100.09.18~10.15	設計者	王美文、張月馨、游惠純
單元目標	一、了解身體各部位與功能	教學重點	【奇妙的身體】藉由圖卡、遊戲讓幼兒了解身體的構造與五官表情及肢體感受。		
	二、建立均衡飲食的概念		【營養的食物】經由繪本探討、戲劇欣賞、製作蔬果沙拉、蔬果汁…等活動，引導幼兒均衡飲食的好習慣。		
	三、培養健康的生活習慣		【良好的生活習慣】藉由唱遊、律動、戲劇欣賞，培養幼兒注意清潔衛生、維護身體健康的良好生活習慣。		
	四、增進身體的協調能力		【健康寶貝真正棒】以各類相關活動統整運動、飲食生活習慣與健康的關連，再次加深幼兒維護身體健康概念。		
團體活動			分組活動		
<p>【身體的探索】透過欣賞繪本，讓幼兒認識五官、手腳功能及身體其他部位名稱。</p> <p>【冰凍人】一邊播放音樂老師一邊帶領幼兒透過身體做出各種造形。</p> <p>【吃出健康】佈置商店請小朋友採買食品，老師一一分類記下並和幼兒討論各類食物與健康的關連。</p> <p>【蔬果廚房】藉由故事敘述，讓幼兒喜愛蔬菜，並學習製作好喝的蔬果汁。</p> <p>【兩個娃娃】藉由"好習慣寶寶"與"壞習慣寶寶"~兩個娃娃~的戲劇，引導幼兒建立良好的生活習慣。</p> <p>【健康操】向幼兒說明運動的概念與益處，配合兒歌「動一動」歌詞設計情境，一起來做運動。</p> <p>【國王生病了】透過繪本、圖卡、運動拳，讓幼兒認識常見的運動，瞭解運動有益身體健康。</p> <p>【健康法寶大收集】藉由歌詞創作，讓幼兒認識各種維護健康的方法。</p>			<p>【跳舞的精靈】讓幼兒認識軀幹各部位的名稱並藉由拼組人型與模仿人型姿態的遊戲，加深幼兒的印象。</p> <p>【那是什麼?】利用神秘箱、氣味瓶等用品，讓幼兒感受眼耳鼻口的功能，進而引導討論眼耳鼻口的功能與保護方式。</p> <p>【哈囉!蔬菜】利用蔬菜圖卡方式，介紹各種蔬菜的名稱，並請幼兒表達出蔬菜的外型，加深幼兒對蔬菜的認識。</p> <p>【超級元氣王】藉由故事繪本，讓幼兒知道食物對人體重要，並強調均衡飲食的重要。</p> <p>【清潔好寶寶】藉由兒歌及圖片，讓小朋友認識各種生活習慣，進而建立幼兒良好的生活習慣。</p> <p>【病菌 Bye Bye】藉由「洗手五步驟」圖卡及老師正確示範，讓幼兒到洗手台體驗清潔洗手的樂趣。</p> <p>【健康料理】展示所準備的蔬果沙拉材料，請幼兒說說材料的營養成份(它會讓你長高或增加力氣等)後，大家一起動手做沙拉。</p> <p>【大胃王吃飯】藉由餵食大胃王玩偶吃飯的遊戲加強幼兒餐前餐後的衛生概念，並共同製作大胃王玩偶。</p>		
角落活動及資源	益智角	語文角	生活自理角	娃娃角	美勞角
	各色建構積木、迷宮、有關競賽的遊戲、連連看、兒歌海報、蔬菜圖卡、人體拼圖、相關益智教具	布偶、戲台、兒歌掛報、圖畫書:(關於身體)、(關於食物)、(關於運動)、(關於生活常規)	穿洞板、夾子、倒水、擰抹布擦桌子、小掃把組、拉鍊摺衣服	玩偶 食譜 烹飪玩具 食物模型	黏土·桿具·壓模器·色紙、印泥、圖畫紙、剪刀、彩色筆、漿糊、廣告紙、吸管、線、食物模型

生活常規	☆ 輪流排隊守秩序 ☆ 老師叫我時，會舉手說聲『有』 ☆ 我會自己整理工作櫃	安全常規	☆ 玩火危險多 ☆ 認識交通安全標誌 ☆ 遊戲時，不要用玩具刺傷人	體能活動	◎你丟我撿 ◎胖子競走 ◎搖呼啦圈	◎9/24 (六) 家長座談會 ☆9/30 (五) pm: 2: 30 舉行七、八、九月份慶生會暨戲劇表演 ☆9月下旬消防演習 ☆10/5 (三) 育兒友善園妙妙電影院下午4:00-5:00 ◎10/5(三)祖孫日 ☆10/10(一)國慶日放假 ☆10月下旬消防演習
------	--	------	---	------	-------------------------	---

語文活動	英文單字	英語兒歌	兒歌	手指謠/ 唐詩
	Clap your hands. -----拍你的手 slowly -----慢 faster -----快	【Clap your hands】 Clap your hands. Clap your hands. Slowly,slowly,clap your hands. Clap your hands. Clap your hands. Faster,faster, clap your hands.	【清潔歌】 伸出手， 先看手心和手背， 再看我的指甲 剪了沒有？ 牙齒白不白？ 頭髮香不香？ 鞋子髒不髒？ 釦子釦了沒？ 還有還有我的小手帕帶了沒？	【蔬果沙拉】 蘋果玉米加火腿 黃瓜切片胡蘿蔔 萵苣拌上沙拉醬 蔬果沙拉真好吃 【尋隱者不遇】 賈島 松下問童子 言師採藥去 只在此山中 雲深不知處
【動一動】 轉轉頭，扭扭腰； 甩甩手，踏踏腳； 動一動身體，精神好。				

愛的叮嚀	親愛的家長您好： 本單元的內容除了建立健康有關的基本認知外，更重要的是在培養幼兒良好的生活習慣，若家中幼兒的作息不規律；建議大人們做個調整。畢竟規律的作息，適度的運動遊戲，對幼兒身心的發展有很大的助益喔！	律動	【舉起你的右手擺一擺】 5 3 1- 3 1 5 來來來朋友們 5 1 3 5 3 4 6 5 舉你的右手擺一擺 5 3 1- 3 1 5 向左擺 向右擺 5 1 3 5 3 4 2 1 繞一個圓圈跟我來
------	---	----	---