

聖家學校

K2 主題自學內容(第七週)

主題名稱 <<我想養小狗>>

日期	2020/03/16 星期一
科目	語文、唱遊、自理、體能/律動
自學內容	<p>一、語文</p> <p>生字：狗、兔子、居住、動物、寵物 句式：我想養<u>兔子</u>。</p> <p>二、唱遊</p> <p style="text-align: center;">《龜兔賽跑》</p> <p style="text-align: center;">白兔白兔白兔跑得快，卻是很驕傲； 烏龜烏龜烏龜慢慢爬，卻是很努力； 他倆去比比賽，你猜猜誰勝出？</p> <p style="text-align: center;">白兔跳跳跳，烏龜慢慢爬，白兔跳跳跳，烏龜繼續爬， 白兔睡著了，烏龜慢慢爬，白兔睡著了，烏龜繼續爬， 結果烏龜先到終點了。 白兔垂頭喪氣痛哭了。</p> <p>三、自理訓練</p> <p>1. 學習自己倒水的技巧： 讓幼兒一手握杯子，把水倒入另一杯中。此活動可在平時幼兒喝水時讓幼兒嘗試，若幼兒力氣夠大，也可改用塑膠水壺裝水練習倒水，來增加動作難度及手腕的穩定。</p> <p>注意：開始練習時水量不宜太多，切勿使用熱水，以防幼兒燙傷。 ※此自理訓練為一週內容，應讓幼兒重複練習，加強技巧。</p> <div style="text-align: center;"><p>倒水動作示範</p></div> <p>四、幼兒/親子體適能訓練</p> <p>1. 複習律動：「迎向朝陽」 2. 搬大石(訓練下肢肌肉和協調能力)： (1)先讓幼兒練習利用雙腳夾住物品的動作。請幼兒把小物件如：毛巾、毛</p>

公仔等用雙腳夾住，可嘗試上下、左右移動雙腳，注意腳上的物件不要掉落。

(2)已掌握動作後，爸媽與幼兒坐在地上（軟墊會較好），然後雙手按在地上，用雙腳夾住小物件互相傳和接。

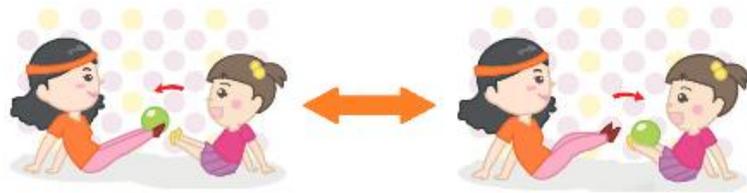
(3)增加難度：已熟練動作後，家長和幼兒可嘗試用大一點或有一點重量的物件，如：皮球、盒裝紙巾等來進行訓練。

注意：

(1)家長與幼兒可以自行選擇赤腳或者穿著襪子進行，不需穿著鞋。

(2)請家長為幼兒選用合適的場地進行練習，建議周圍沒有物品的軟墊較為合適，家長需從旁協助幼兒。

(3)開始時家長應先選用較小和較輕的物件讓幼兒練習，待幼兒熟練技巧後才嘗試用大一點或有一點重量的物件，一切需因應幼兒程度而調整，以免幼兒受傷。



搬大石動作示範

教材

1. K2_唱遊教學影片《龜兔賽跑》：<https://youtu.be/cacLnHd-1pA>
2. 律動影片：
迎向朝陽：<https://youtu.be/7IkLfDw0p-Q>

作業