



動物瑜伽大測試

幼兒班

活動主要範疇：

- 🌿 大自然與生活
- 🌿 體能與健康

活動目標：

- [知識] 幼兒能初步認識一些本地動物和牠們的特徵
- [技能] 幼兒能初步掌握平衡和身體協調能力
- [態度] 培養幼兒欣賞本地動物



項目	活動過程	教學資源
引起動機	<ul style="list-style-type: none"> 教師示範簡單的瑜伽動作，如樹式，向幼兒介紹瑜伽這項運動 教師向幼兒解釋很多瑜伽動作的靈感來自人們對動物行為的觀察所得 邀請幼兒做瑜伽，測試一下他們的靈活度 	<ul style="list-style-type: none"> 本地動物的圖片，包括：金斑蝶、眼鏡王蛇、黃牛、寬額大額蟹和麻鷹（見附件）

贊助團體：




主辦機構：



發展活動

- 教師向幼兒逐一展示本地動物的圖片，包括：金斑蝶、大頭龜、斑腿泛樹蛙、眼鏡王蛇、小丑魚、黃牛、寬額大額蟹和麻鷹
- 教師簡單介紹每隻動物的一些行為特徵，再示範相應的瑜伽動作，邀請幼兒一起跟着做：

本地動物名稱	特徵	參考圖片
金斑蝶	<ul style="list-style-type: none">• 有翅膀	<p>蝶式</p>  <p>可輕輕上下擺動雙腿，模仿蝴蝶拍翼動作</p>

贊助團體：



主辦機構：



<p>眼鏡王蛇</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 受到威脅時會舉起身體前端，發出「嘶嘶」聲警告 	<p>眼鏡蛇式</p>  <p>可輕擺身體和發出「嘶嘶」聲，模仿蛇受驚的行為</p>
<p>黃牛</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 靠四肢行走 	<p>牛式</p>  <p>彎曲脊椎，腰往下沉，抬頭時模仿牛叫</p>

贊助團體：



主辦機構：



寬額大額蟹

- 橫行移動

女神式



手掌朝天、手指指向外，腳趾指向外蹲低，模仿蟹左右爬行

- 當幼兒熟悉以上瑜伽動作後，教師考考幼兒的反應
- 教師逐一舉起本地動物圖片，幼兒需隨即做出相應的瑜伽動作，重複數回

贊助團體：



主辦機構：



總結活動

- 教師重述以上本地動物，指出每種動物都擁有其獨特之處
- 教師鼓勵幼兒郊遊時多留意周邊小動物的行為特徵





贊助團體：



主辦機構：



給老師的話

-  是次活動重點是透過介紹數種本地動物和牠們的行為，讓幼兒多動動身體，訓練平衡力和身體協調能力。
-  教師只需著重讓幼兒明白每種動物均有其獨特之處，毋須他們記下各物種的名稱*。



贊助團體：



主辦機構：



附件：金斑蝶



贊助團體：



主辦機構：



附件：眼鏡王蛇



贊助團體：



主辦機構：



附件：黃牛



贊助團體：



主辦機構：



附件：寬額大額蟹



贊助團體：



主辦機構：



附件：麻鷹



贊助團體：



主辦機構：

