

## 呼拉圈遊戲教學活動設計——你拋我接

器材名稱	呼 拉 圈	編 號	A-5
單元名稱	五 你 拋 我 接	設計者	郭 色 嬌
教 學 目 標	一、培養調整身體肌肉與認識時間的能力 二、培養手眼協調能力以認知空間與時間的因果關係。 三、促進兒童對事物的空間移動知覺。 四、培養兒童的社會性。	教 學 資 源	呼 拉 圈
教 學 內 容			評 量
			通過 (+)      不通過 (-)
一、拋出呼拉圈（先用雙手，再換單手練習，拋出距離，由近而遠） (一) 握住呼拉圈，然後鬆手放下 (二) 向前拋出呼拉圈 (三) 向上拋出呼拉圈 (四) 向左拋出呼拉圈 (五) 向右拋出呼拉圈 (六) 向後拋出呼拉圈 (七) 兒童排成一列，每人手持一呼拉圈，比賽看誰拋得最遠 二、接住呼拉圈（先用雙手，再換單手練習，與呼拉圈的距離，由近而遠） (一) 接住別人遞過來的呼拉圈 1. 接住別人從前方遞來的呼拉圈。 2. 右轉身接住呼拉圈。 3. 左轉身接住呼拉圈。 4. 後轉身接住呼拉圈。 (二) 接住別人拋過來的呼拉圈 1. 接住前方拋過來的呼拉圈。 2. 右轉身接住呼拉圈。 3. 左轉身接住呼拉圈。 4. 後轉身接住呼拉圈。 三、拋接遊戲 (一) 自己拋接 1. 原地向上拋接。 2. 原地向上拋出呼拉圈，然後做一動作，如拍手、轉身、摸肩等，再接住呼拉圈。 3. 向前拋出呼拉圈，然後移動位置，接住呼拉圈。 (二) 多人拋接 1. 兒童排成一列，甲拋乙接，乙拋丙接……。 2. 兒童分排成兩列做上項活動，比賽看哪隊拋接得最快。 3. 兩人一組，互相拋接呼拉圈。 4. 幾個兒童往上自己拋接呼拉圈，誰的呼拉圈未落地，就是贏家。			
備註：			

## 呼拉圈遊戲教學活動設計——圈圈套套

器材名稱	呼 拉 圈	編 號	A-6
單元名稱	六 圈 圈 套 套	設計者	郭 色 嬌
教 學 目 標	一、培養調整身體肌肉與認識時間的能力 二、培養手眼協調能力的認知空間與時間的因果關係。 三、培養身體概念。 四、促進兒童的社會性。	教 學 資 源	呼 拉 圈 小 旗 杆 椅 子 球
教 學 內 容		評 量	
		通過 (+)	不通過 (-)
一、呼拉圈套人（距離由近而遠）  (一)套自己身體部位 1.把呼拉圈從自己的頭上套下來（由頭、肩、腰、臀…） 。 2.把呼拉圈套進手臂。 3.把呼拉圈套進腳。  (二)套別人身體部位 1.把呼拉圈從別人頭上套下來（由頭、肩、腰、臀…）。 2.把呼拉圈套進別人的手臂。 3.把呼拉圈套進別人的腳。  二、呼拉圈套物（距離由近而遠） (一)把呼拉圈套固定位置的物品，如小旗杆、椅子等。 (二)把呼拉圈套移動位置的物品，如滾動的球等。  三、套接遊戲（距離由近而遠）  (一)教師在地上排列若干物品，如玩具等，並在適當距離畫一起點線，請兒童站在起點線後，套接物品，看看誰套得最多（如地攤上常見的套物遊戲）。 (二)教師滾出一個球，看看誰能套住這個球。 (三)兒童排成兩列，各列甲套乙、乙套丙、丙套丁……看看哪一列最先套完就是贏家。			
備註：			

## 呼拉圈遊戲教學活動設計——熱鬧滾滾

器材名稱	呼 拉 圈	編 號	A-7
單元名稱	七 熱 鬧 滾 滾	設計者	郭 色 嬌
教 學 目 標	一促進調整身體肌肉及認識時間的能力 二發展對空間事物移動的知覺。 三發展社會性及協調性。	教 學 資 源	呼 拉 圈
教 學 內 容			評 量
			通過 (+)    不通過 (-)
<p>一滾出呼拉圈</p> <p>(一)向任一方向，推滾出呼拉圈。</p> <p>(二)向指定目標區，滾出呼拉圈（目標區由大而小，距離由近而遠）。</p> <p>二自己滾別人接（距離由近而遠）</p> <p>(一)兩人一組，相對站立，甲滾出呼拉圈，乙用手接住，乙滾出，甲用手接住。</p> <p>(二)兩人一組，相對站立，甲滾出呼拉圈，乙用腳接住，乙滾出，甲用腳接住。</p> <p>(三)兩人一組，間隔適當距離，相對分腿而坐，豎起呼拉圈彼此滾接。</p> <p>(四)兩人各持一個呼拉圈，彼此對滾（過程中，請兒童考慮如何使呼拉圈不致相撞或倒下）。</p> <p>三自己滾自己接</p> <p>(一)自己滾出呼拉圈後，追出去接住呼拉圈。</p> <p>(二)自己一邊移動位置，一邊推滾呼拉圈。</p> <p>(三)自己一邊移動位置，一邊推滾呼拉圈到指定目標區再接住</p> <p>四滾接遊戲</p> <p>(一)兩人或三人一組一起向目標區滾出呼拉圈，比賽看誰先達到終點。</p> <p>(二)兩人或三人一組，一起向指定方向，滾出呼拉圈，看誰滾得遠。</p> <p>(三)兒童彼此間隔適當距離，排成一列，甲滾出呼拉圈，乙接，乙滾出呼拉圈，丙接……，（或分成兩列，同時進行，看看哪一隊的呼拉圈先滾到最後一位同學接住）。</p> <p>(四)兩人一組，合作滾出呼拉圈到目標區。</p> <p>(五)兩人一組，合作一邊移動身體位置，一邊推滾呼拉圈到目標區。</p> <p>(六)兩人一組，合作一邊移動身體位置，一邊推滾呼拉圈，比賽看看哪一組的呼拉圈最後倒下（並請兒童考慮如何不使呼拉圈彼此碰撞）。</p>			
備註：			