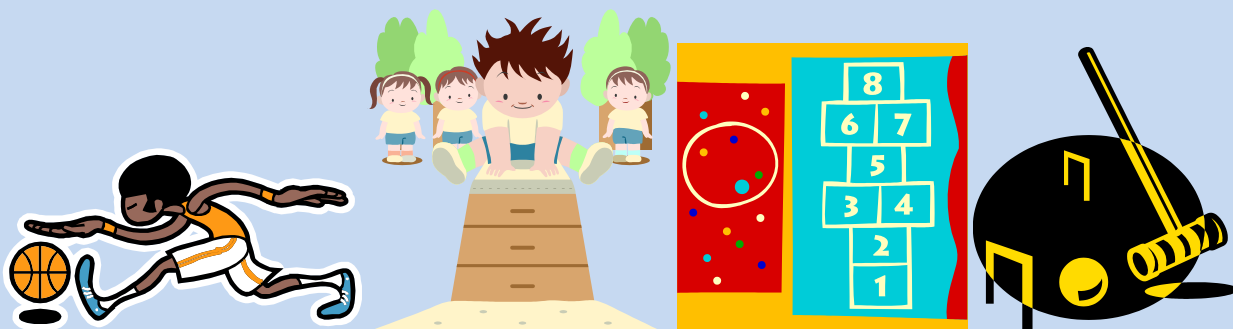


Marshall's Physical Education Time 瑪歇爾體適能時間



Marshall's Philosophy 瑪歇爾教學理念

在專業的幼兒體適能教練指導下，使用數十種精心設計的遊戲器材，讓幼兒們透過各種闖關或競賽活動，達到以下各種能力的培養和訓練

1. 感覺統合能力的訓練(包含平衡感、上下肢體協調性、左右兩側協調性、前庭感)。
2. 思考敏捷性、反應瞬發力的訓練。
3. 身體柔軟度、肢體伸展度、肌耐力、心肺活量的訓練。
4. 專注能力、邏輯思考能力的訓練。
5. 團隊合作與運動家精神的訓練。

Marshall's Methodology & Goals 遊戲名稱和教學目標

2020/8/3~8/31

課程名稱	輔助器材	教學目標
歡樂園地 包羅萬象 神奇寶貝 小小消防員 勇敢向前走	全體遊戲 萬象組雪糕筒 寶貝球板 圓繩+車胎 半圓觸覺球	藉由遊戲讓幼兒更快適應團體生活。 培養幼兒的平衡感，增進專注力。 培養幼兒的平衡感，增進專注力。 培養幼兒的協調性與上肢肌力，增進自信。 培養幼兒的協調性與平衡感，增進專注力。

2020/9/7~10/5

課程名稱	輔助器材	教學目標
小勇士出擊 一起去郊遊 步步驚心 輕而易舉 橡皮筋超人	假人樁 網狀橋 鑽籠+健康步道 塑膠槓鈴 彈力圈	培養幼兒的手眼協調與協調性。 培養幼兒的手眼協調與肌耐力，增進專注力。 培養幼兒的上肢肌耐力，增進空間感與自信。 培養幼兒的上肢肌耐力，增進同儕間的默契。 培養幼兒的手眼協調與專注力。

2020/10/12~11/09

課程名稱	輔助器材	教學目標
我是不倒翁 尋寶遊戲 旗開得勝 瘋狂炸彈 跳箱高手	半圓搖晃板 終極密碼 三角旗 長方巾+皮球 跳箱	培養幼兒的協調性與平衡感，增進專注力。 培養幼兒的四肢肌耐力，增進空間感。 培養幼兒的手眼協調與肌耐力，增進空間感。 培養幼兒的四肢肌耐力，增進同儕間的默契。 培養幼兒的協調性，增進專注力、協調性。

2020/11/16~12/14

課程名稱	輔助器材	教學目標
跑跑卡丁車 超級變變變 強棒出擊 歡樂小英雄 超級任務	卡丁車輪胎 PVC 多向柱 加油棒+池球 兒童彈彈圈 觸覺座墊	培養幼兒的肌耐力，增進自信。 培養幼兒的下肢肌耐力，增進專注力。 培養幼兒的敏捷度與下肢肌力，增進自信。 培養幼兒的肌耐力，增進專注力。 培養幼兒的協調性，增進專注力、協調性。

2020/12/21~1/25

課程名稱	輔助器材	教學目標
別有洞天 排球小子 手忙腳亂 測驗 1 測驗 2 測驗 3	造型鑽洞組 排球+羽球網 手腳板 碼錶+捲尺 碼錶+捲尺 碼錶+捲尺	培養幼兒的肌耐力與平衡感，增進專注力。 培養幼兒的協調性，增進同儕間的默契與空間感。 培養幼兒的協調性，增進專注力。 藉由體適能測驗讓家長知道幼兒的體適能程度 藉由體適能測驗讓家長知道幼兒的體適能程度 藉由體適能測驗讓家長知道幼兒的體適能程度

PS: 以上內容在瑪歇爾目標設定下，由喜寶運動專業團隊羅教練規劃內容和指導教學。