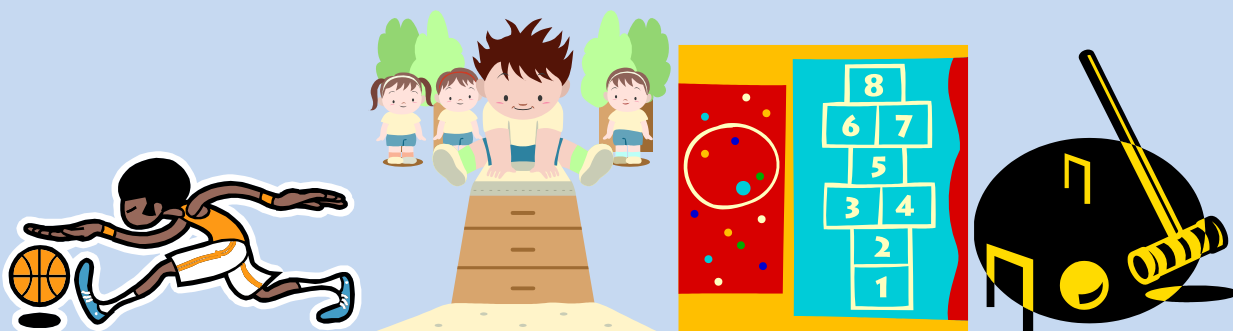


Marshall's Physical Education Time 瑪歇爾體適能時間



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

2025 August

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
08/04	歡樂園地	全體遊戲	藉由遊戲讓幼兒更快適應團體生活。
08/11	衝浪高手	衝浪板車	提高幼兒的方向感，增進空間及平衡感。
08/18	超級變變變	四角泡棉棒	培養幼兒的專注力，增進幼兒自信心。
08/25	飛象過河	河石	增進幼兒的平衡感與空間感，增進專注力。

2025 September

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
09/01	神力超人	麻袋+泡棉	增進幼兒自信心，提升專注力與敏捷性。
09/08	超級任務	多功能搖晃板	培養幼兒的協調性與平衡感，增進距離感。
09/15	驚奇小牛仔	發泡馬蹄鐵+黑籃	培養幼兒的空間感與協調性，增進同儕間的默契與空間感。
09/22	宇宙探險家	外星頭盔	增進幼兒的平衡感及協調性。

2025 October

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
9/29	步步高升	高低平衡木	培養幼兒的平衡感，增進協調性與專注力。
10/06	圓圓滾滾	大籠球	提高幼兒的專注力，培養幼兒的協調敏捷性
10/13	一起數一數	數字墊	培養幼兒的爆發力，增進專注力、協調性。
10/20	驚奇百變	短繩	培養幼兒的敏捷、平衡與下肢肌力。
10/27	太空漫步	核半球	增進幼兒的平衡感，培養幼兒的肌耐力與專注力。

2025 November

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
11/03	過河大橋	網狀吊橋	促進幼兒的空間感、專注力，培養幼兒平衡感。
11/10	建築小工人	工地推車	培養幼兒的專注力，增進空間感與自信。
11/17	超級障礙賽	障礙桿+角椎	增進幼兒的專注力與反應，培養幼兒的敏捷性與下肢肌力。
11/24	天氣預報	滑溜布	培養幼兒的同儕間的默契與增進自信心。

2025 December

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
12/01	爬上爬下	木梯	培養幼兒的專注力與空間感，增進距離感。
12/08	別有洞天	組合式彩虹拱門	培養幼兒空間感，提升四肢肌力。
12/15	有夠輪轉	PVC 迷你滾輪	培養幼兒的專注力，增進手眼協調敏捷性。
12/22	行走大師	木製高蹺	培養幼兒的平衡感，增進空間感與專注力。
12/29	消防總動員	組合花盆	培養幼兒的協調性，增進專注力與敏捷性。

2026 January

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
01/05	雞蛋運輸車	雞蛋車	提高幼兒的方向感，增進空間及平衡感。
01/12	板球高手	板球拍+球	提高幼兒的手眼協調，增進敏捷性與專注力。
01/19	滾來滾去	鋁合金滾輪組	增進幼兒的平衡感，培養幼兒的上肢肌力與方向感。
01/26	勇士向前行	長+正方-木框	培養幼兒平衡感與敏捷能力，增進方向感。

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。