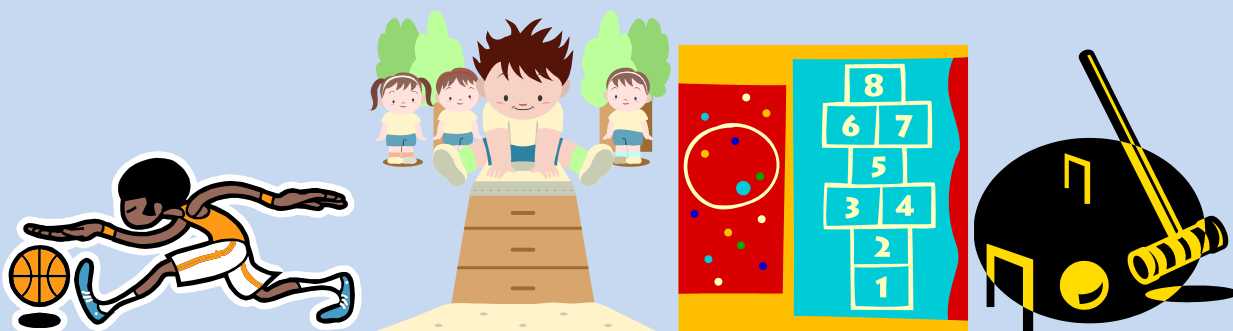


Marshall's Physical Education Time 瑪歇爾體適能時間



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

2026 August

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
08/03	破冰總動員	全體遊戲	藉由遊戲讓幼兒更快適應團體生活。
08/10	創意工程師	萬能工匠	培養幼兒的粗大動作與協調性、空間感。
08/17	熱血橄欖球	橄欖球+球門	培養幼兒的上肢肌力與協調性。
08/24	瘋狂滾滾樂	塑膠車胎	培養幼兒的手眼協調與方向感
08/31	小小探險家	感統步道	刺激幼兒足部觸覺反應並開發肢體控制。

2026 September

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
09/07	泰山過河	段木	提高幼兒的下肢肌力與協調性。
09/14	變形金剛	大卡車	培養幼兒的肢體控制力與方向控制。
09/21	深海八爪魚	八爪繩	培養幼兒的手眼協調與空間概念、方向感。
09/28	蜘蛛人	輪胎網	增進幼兒的平衡感與肢體協調。

2026 October

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
10/05	羽球精靈	羽球拍+球	培養幼兒的手眼協調性與反應力。
10/12	超級卡丁車	卡丁車胎	提高幼兒的爆發力、敏捷性。
10/19	腳丫感官旅行	多功能觸覺板	刺激幼兒足部觸覺反應並開發肢體控制。
10/26	攀登高峰	小登階椅	增進幼兒的全身性肌力與本體覺。

2026 November

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
11/02	忍者城堡	三角組合梯	增進幼兒的平衡感與肢體協調、空間感。
11/09	極速閃電腳	敏捷梯訓練墊	促進幼兒的手腳協調與敏捷性。
11/16	小小體操員	雙槓	培養幼兒的上肢肌力與協調性。
11/23	魔術方塊	大中小方盒	增進幼兒的專注力、協調性與空間感。
11/30	萬里長城	塑膠工具箱	增進幼兒的專注力、協調性。

2026 December

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
12/07	翻滾吧！寶貝	厚軟墊	培養幼兒的平衡感與協調性、大肌肉發展。
12/14	汪汪特攻隊	狗骨平衡木	增進幼兒的全身性肌力、空間感與本體覺。
12/21	登峰造極	攀爬斜板	提升幼兒上肢肌力與提升自信心。
12/28	角標防衛戰	角標+球	增進幼兒的粗大動作、敏捷性與協調性

2027 January

日期	課程名稱	輔助器材	教學目標
01/04	X 穿越地心	馬蹄鑽籠 +障礙桿	培養幼兒的粗大動作與協調性、空間感。
01/11	生日派對	長形蛋糕	增進幼兒的全身性肌力、空間感與本體覺。
01/18	搭橋過河	水谷木箱+棍	增進幼兒的粗大動作、身體協調性。
01/25	一桿進洞	槌球	促進幼兒的手眼協調與動作控制。

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。