



運動遊戲 理論與實務

運動遊戲是幼兒多元學習管道的重要一環

讓孩子在運動遊戲的過程中滿足好奇心，發揮想像力與創造力！

黃永寬 著



洪葉文化事業有限公司



理論與實務

黃永寬 著

運動遊戲是幼兒多元學習管道的重要一環

讓孩子在運動遊戲的過程中滿足好奇心，發揮想像力與創造力！



國家圖書館出版品預行編目資料

幼兒運動遊戲理論與實務 / 黃永寬著. -- 初版. --

-- 臺北市：洪葉文化, 2009. 05

面；公分

ISBN 978-986-6828-34-8 (平裝)

1. 幼兒教學 2. 體育教學 3. 遊戲教學

523.23

98006460

幼兒運動遊戲理論與實務

作 者 黃永寬

主 編 鄭美珠

責任編輯 薛克強

美術編輯 張淑慧

企 劃 李曉秋

發行人 洪有道

發行所 洪葉文化事業有限公司

登記號：局版北市業字第1447號

地 址：106台北市羅斯福路三段283巷14弄22號3樓

電 話：02-2363-2866

傳 真：02-2363-2274

郵政劃撥：1630104-7 洪有道帳戶

客服專用信箱：service@hungyeh.com.tw

http://www.hungyeh.com.tw

版 次 2009年05月 初版一刷

I S B N 978-986-6828-34-8

定 價／320元

〔如有缺頁、破損、裝幀錯誤請寄回更換〕

◀ 版權所有・翻印必究 ▶

HUNG YEI



Preface

邱 序

台灣有一句俗話說「孩子不要輸在起跑點」，身為教育工作者的我們應進一步思考，父母是否持續關心孩子能夠快樂又順利地邁向終點。尤其在忙碌的現代社會，多數父母希望給孩子最多的才藝學習，給孩子最好的讀書環境。我常聽到或看到一些親戚朋友，爲了孩子究竟該讀哪一家幼兒園大傷腦筋，甚至四處比較安親班替孩子安排了哪些語文、音樂或數理課程。然而，我很少看到爲人父母者關心孩子在玩些什麼？或應該玩哪些遊戲？以及，究竟該如何引導孩子去玩這個或那個遊戲？

荷蘭哲學家與語言學家赫伊津哈（Johan Huizinga, 1872-1945），在1938年出版了他的哲學與歷史鉅作《遊戲的人》（*Homo Ludens*），賦予遊戲和玩一個肩負開創人類文明與文化的任務。赫伊津哈引經據典指出，歐洲人在遊戲中或者透過休閒與遊戲的啓發，據以創造出燦爛的思想、藝術，乃至於更健全的社會關係。

但是正如赫伊津哈感嘆的，現代工業文明使人喪失那種透過遊戲而促進思考，並且創造多元文化的能力。

赫伊津哈的警惕，恰恰說明當今爲人父母者可能習以爲常的想法，即誤以爲孩子的學習重點是如何學好英文、注音、古詩甚至算數，卻忽略幼兒最重要的學習路徑就是遊戲，特別是



肢體活動的運動遊戲。尤其父母可能遺忘了，自己也曾在遊戲中學習如何運用身體的四肢，學習如何運用五官的感受力和運用大腦的思考能力。遊戲中我們還因此學會與人交往，並體驗到世界與自我這個小生命之間的微妙關係。

我們大人都知道運動有益身心健康，但對一個成長中的幼兒來說，運動遊戲更是其發展身心與向外學習的絕佳路徑。孩子在運動遊戲的過程中滿足好奇心，發揮想像力、創造力，同時增進人際關係並練習解決各種難題。運動遊戲是幼兒多元學習管道的重要一環，也為幼兒和親子生活增添色彩。

幼兒運動遊戲已是西方教育學與體育運動學門重要的分支領域，可惜國內相關的參考資料可謂是麟角鳳毛。今日欣聞永寬將他二十餘年教學與研究所得，集結成冊提供大眾參考與應用，我想這不僅是幼兒的福分，也是現代社會中增進親子生活的良方。本書不僅提供專業的教學理念、策略和方法，還提供上百種運動遊戲的操作方式，可以說是理論和實務兼具的教材。我相信這本書是大學院校不可多得的好教材，亦是幼教師、幼兒運動遊戲教師和父母家長們，不可多得的資產。我非常肯定，本書將為國內幼兒運動遊戲推廣工作，注入新的動力。

國立體育學院前校長
教育部推動幼稚園運動遊戲方案委員會主任委員

邱金松



Preface

周 序

少子化的現象是社會大眾所關心的議題，因少子化的緣故，孩子成為家中最受寵的寶貝，太多的關愛與保護，雖然為孩子建立了安全的防護網，但也因為家長無微不至的照顧，反而缺乏享受因需求而獲得的樂趣，這也產生了许多沒有自主能力、缺乏社會性與太多坐式生活型態之幼兒。尤其孩子的四周充滿著科技產品的誘惑，如愛不釋手的電動玩具、包羅萬象的網路世界及隨手可得的玩具。此類之生活環境對幼兒影響之鉅，更需要大家一起來關心。

大多數人都會感覺到現在的孩子不喜歡玩遊戲，其實不然，孩子不是不喜歡玩遊戲，而是不知道玩什麼遊戲？也不知道怎麼玩遊戲。此現象不只發生在幼兒的身上，就連大人也對童年的遊戲樂趣早就拋到九霄雲外，即使家長想帶領孩子玩遊戲卻也不知如何著手。但遊戲對幼兒的重要性是不容忽視的，尤其幼兒的運動遊戲能力培養，更關係著幼兒一生的成長，因為它是幼兒成長的糧食，更是學習的重要管道。簡單的說，幼兒的生活就是遊戲，尤其是運動遊戲，幼兒藉運動遊戲的學習與人互動，增加其成長的經驗，再將各種經驗累積成為自己的智慧，再用此智慧解決各種生活的問題。因此，可以說幼兒就是利用運動遊戲來和周遭的世界相結合，並以運動遊戲來擴展



其知識領域、增強體力、基礎運動能力、提升創造能力、問題解決能力。更何況，孩子的成長過程必須不斷地嘗試、冒險與身體力行才能真正獲得經驗。幼兒是我們未來的希望，如何給予更多的機會讓他去探索、冒險、發展，是我們應盡的義務與責任。

《幼兒運動遊戲理論與實務》一書，記載著正確的教學理念，提供多變的教學策略與方法，更將許多多采多姿的運動遊戲方法轉換成文字與照片供讀者參考應用。其不但是一本實用的教科書，也是一本簡單易懂的指導手冊，相信對有心從事運動遊戲教學及指導的學者專家而言，應該是一本實用的教材，也期望更多的學者專家一起來關心幼兒運動遊戲之領域。

國立臺灣體育大學校長
中華民國幼兒體育發展協會理事長

周宏室



Preface.....

自序

投入幼兒運動遊戲工作已達二十年，這一路走來總是心存無限的感恩與感激，感恩帶我進入幼兒運動遊戲領域的王健次教授及提升我學術理論基礎的邱金松教授。感激許多幼兒園提供我嘗試與研究各種教學的方法與策略的機會。也感謝許多幼兒運動遊戲之前輩不吝指教，才能讓我有機會為幼兒運動遊戲的推廣上略盡微薄之力。

在幼兒運動遊戲的推展過程中，總是覺得幼兒運動遊戲的相關資料取之不易，許多人常問起如何能得到相關的資訊，雖然坊間有許多幼兒教育之叢書可供參考，但單純針對幼兒運動遊戲的書籍更是微乎其微。幸有洪葉出版社與我洽談有關幼兒運動遊戲寫作事宜，當初欣然接受，等到實際動筆時，才知道這是一個巨大的工程。這期間感謝洪葉出版社所有同仁能耐心的督促才能將此書催生。也希望此書能提供對幼兒運動遊戲有興趣之教師及家長參考，及對幼兒運動遊戲之推廣工作能有所助益，更希望藉此有更多的專家學者能一起為幼兒運動遊戲來努力，讓我們的孩子能藉由運動遊戲的參與一起玩出健康、玩出聰明。

其實簡單的說，幼兒運動遊戲主要是情境與角色的扮演，並藉由運動遊戲的方式讓幼兒培養成就感和自信心，達到教育



的目的。教學的內容最好從幼兒生活中取材，教學的過程應該讓幼兒能主動參與，著重問題與解答，不吝惜提供幼兒擔任領導者的角色及表達的機會，更不應該將任何一個孩子排除在運動遊戲外。

本書分為兩部分，第一篇以理論概念為基礎，從幼兒運動遊戲之理念出發，提供各種教學策略與方法，且以簡單易懂的方式將個人的經驗與理念和讀者分享；第二篇以實務為主，將幼兒運動遊戲常用之教材的變化及可應用方法提供讀者參考。雖然每乙種教材均提供一、二十種不同的運動遊戲方法，但這只是希望能達到拋磚引玉的功效，期望使用者可以衍生各種不同的創作出來，這才是本書最大的用意。若能將此教學的理念與教材的活化搭配使用，相信幼兒運動遊戲的教學內容必能多采多姿。

最後要特別感謝台北市立中正托兒所、桃園八德國小附設幼稚園、泰山鄉立托兒所全體師生協助攝影工作，也要感謝快樂寶貝工作室的全體幼兒運動遊戲指導員的協助才能讓本書順利完成。在此謹以此書獻給所有曾經協助永寬成長的所有師長及朋友。

國立臺灣體育大學推廣教育中心主任
國立臺灣體育大學幼兒體育發展中心主任

黃永寬



Contents

目 錄

邱 序	i
周 序	iii
自 序	v

第一篇 教學理念 1

第一章 幼兒運動遊戲課程及教學之理念	3
一、國內幼兒運動遊戲教學發展的基礎.....	3
二、幼兒運動遊戲課程應符合幼兒園之課程標準.....	4
三、幼兒運動遊戲教學應符合幼兒發展.....	5
四、幼兒運動遊戲教學的意義.....	7
五、幼兒運動遊戲教學的目標.....	10
六、教學模式.....	13
七、結論.....	14

第二章 論幼兒運動遊戲的價值	19
一、前言.....	19
二、運動遊戲的價值.....	20
三、結論.....	27

第三章 幼兒運動人口倍增計畫之省思與推展策略	31
一、前言.....	31
二、幼兒運動人口倍增計畫之省思.....	32
三、幼兒運動的推展應以家庭為根基.....	34



四、幼兒運動的推展應以社區為據點	35
五、幼兒運動的推展應將幼兒運動遊戲課程全面 落實於幼兒園（幼稚園、托兒所）	37
六、結論	38
第四章 現代生活對幼兒運動遊戲發展的影響	41
一、前言	41
二、現代生活對幼兒運動遊戲發展衍生的問題	42
三、幼兒運動遊戲發展的建議	49
四、結論	53
第五章 幼兒運動遊戲的教學	57
一、前言	57
二、幼兒運動遊戲教學的基本概念	58
三、幼兒運動遊戲的教學方法	60
四、結論	69
第六章 幼兒運動遊戲之教學策略	73
一、前言	73
二、幼兒運動遊戲的本質	74
三、幼兒運動遊戲之特性	77
四、幼兒運動遊戲教學策略	78
五、結論	86
第七章 如何營造良好的幼兒運動遊戲教學氣氛	89
一、前言	89
二、何謂幼兒運動遊戲課程	89
三、教學氣氛營造的重要性	90
四、如何營造良好的教學氣氛	92
五、結論	99

第八章	幼兒運動遊戲課程之風險管理	101
一、前言		101
二、風險管理的意義與功能.....		102
三、幼兒運動遊戲課程的潛在風險.....		106
四、幼兒運動遊戲課程之風險管理步驟.....		109
五、結論		113
第九章	動作教育模式在幼兒運動遊戲教學之運用	117
一、前言		117
二、動作教育的意義		118
三、動作教育的目標		121
四、幼兒運動遊戲的意義		124
五、動作教育在幼兒運動遊戲的課程設計原則.....		125
六、課程設計實例.....		127
七、教學策略		132
八、結論		135
第十章	提升創造力之幼兒運動遊戲教學	139
一、前言		139
二、幼兒創造力之特質.....		140
三、創造力在幼兒運動遊戲之應用.....		141
四、結論		145
第十一章	幼兒運動遊戲課程實施之差異分析	149
一、前言		149
二、研究目的		151
三、研究方法		152
四、結論		173



第二篇	教學實務	175
第一章	徒手遊戲	177
第二章	報紙遊戲	193
第三章	大龍球遊戲	205
第四章	輪胎遊戲	213
第五章	空氣球遊戲	225
第六章	汽球傘遊戲	237
第七章	烏龜墊遊戲	241
第八章	太空棒遊戲	247
第九章	小布球遊戲	263
第十章	溜溜布遊戲	275
第十一章	迷你繩遊戲	287
第十二章	圓圓圈遊戲	293
第十三章	海綿墊遊戲	305

第一篇

教學理念





第1章

幼兒運動遊戲課程及教學之 理念

一、國內幼兒運動遊戲教學發展的基礎

台灣幼兒體育的發展，從1969年邱金松發表〈幼兒運動能力的發展研究〉及1972年翻譯英國倫敦教育局的《幼兒運動教育》一書，開啓了該領域之門。到了1971年，日本的學者水谷英三，將日本幼兒運動遊戲實際的教學經驗及方法引進台灣，並在王健次、邱金松及多位學者專家盡心推動下，使國內幼兒運動遊戲的教學得以萌芽茁壯。而教育部（1987）也在幼兒園課程標準中，將鍛鍊幼兒基本動作、發展幼兒運動興趣與能力設為課程目標。

在眾多的條件配合下，國內幼兒運動遊戲之課程理應蓬勃發展，從黃永寬（2002）的研究中發現，幼兒園有實施幼兒運動遊戲課程已達76.8%，但幼兒園對幼兒運動遊戲課程理念不一，有的將其定位為才藝課程，另行開班，有些則採全園實施，但也有幼兒園對此項課程並未加以重視，所以在認知及實施上確實存在著很大的落差。由於目前幼兒運動遊戲師資缺乏，大多數幼兒園的運動遊戲教學還是由該班教師授課，對落



實幼兒運動遊戲的教學讓人心存擔憂（潘倩玉，1998）。因此，建立對幼兒運動遊戲課程及教學之正確理念有其必要。

二、幼兒運動遊戲課程應符合幼兒園之課程標準

依據教育部（1987）修訂的幼兒園課程標準中提到課程領域應包括：健康、遊戲、音樂、工作、語文、常識等。除遊戲明文規定外，在健康的目標中亦提到：鍛鍊幼兒基本動作，發展幼兒運動興趣與能力；而在範圍中也指出：使用基本動作、簡單的技巧、簡單的運動器材、利用感覺、知覺等從事運動遊戲；參與簡單的團體遊戲、模仿遊戲、想像遊戲、解決問題的遊戲及隨著音樂做簡單的體操等。

另外在法國學校體育課程改革（編輯部，1990）中曾提到幼兒園的課程，主要是探索動作要素，配合整合課程（世間活動、探索世界、想像感覺與創造等），讓幼兒發現四周的空間，並操作熟悉的物體，使其習得感覺及動作能力的經驗，而後再提供幼兒更複雜及各種不同的環境，延伸其活動經驗。

Gwendolyn（1990）針對田納西州的幼兒運動遊戲指導手冊的研究顯示，其主要內容包括：身體部位的認識、空間方向、平衡、手眼協調、身體移動、跳繩、非移動性活動、身體控制技巧、器物控制技巧、發展性活動、圈、棒、特技、障礙、滾翻、律動等。

綜合以上的文獻可以發現：身體意識、穩定性、移動性、操作性等基本運動技能，應是幼兒運動遊戲的主要架構（Avery, 1994; COPEC, 1992; COPRC, 1994）。幼兒運動遊戲課