

南華大學社會科學院國際事務與企業學系公共政策研究碩士班

碩士論文

Master Program in Public Policy Studies
Department of International Affairs and Business
College of Social Sciences
Nanhua University
Master Thesis

教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之評估：
以新北市某公立幼兒園為例

An Assessment of Preschool Educators Guiding Preschoolers to
Implement Sweating Gross Motor Activities: A Case Study of a
Public Kindergarten in New Taipei City

曾羿瑄

Yi-Hsuan Tseng

指導教授：張子揚 博士

Advisor: Tzu-Yang Chang, Ph.D.

中華民國 112 年 6 月

June 2023

南 華 大 學

國際事務與企業學系公共政策研究碩士班

碩 士 學 位 論 文

教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之評估：
以新北市某公立幼兒園為例

An Assessment of Preschool Educators Guiding Preschoolers to
Implement Sweating Gross Motor Activities: A Case Study of a
Public Kindergarten in New Taipei City

研究生：白羽瑩

經考試合格特此證明

口試委員：彭文麗
李佩珊
張子揚

指導教授：張子揚

系主任(所長)：張心怡

口 試 日 期 ： 中 華 民 國 1 1 2 年 5 月 1 7 日

中文摘要

本研究旨在探討教保服務人員實施出汗性大肌肉活動之現況與阻礙因素，以新北市某公立幼兒園為例。教保服務人員實施出汗性大肌肉活動之阻礙因素包括以下三項：幼兒對於大肌肉活動不感興趣、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動感到無力感、出汗性大肌肉活動教學配置不足。本研究以質性研究法作為主要研究方式，藉由半結構的訪談架構，與 10 位幼兒及 6 位教保服務人員進行訪談並將資料分析及歸納，結論如下：

- 一、幼兒對於大肌肉活動不感興趣之阻礙因素探究：個人因素以沒吃飽、沒睡飽等生理因素占多數；同儕因不小心的或輕微的碰觸身體而向老師告狀，是大多數幼兒不喜歡的經驗；課程活動缺乏變化，常玩相同的運動，以上三項皆為幼兒對出汗性大肌肉活動課程缺乏興趣的原因。
- 二、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動感到無力感之阻礙因素探究：大肌肉活動僅作現場狀況調整，沒有整年度的關於幼兒發展完備的活動內容；因學校處於分齡教學與混齡教學過渡期，多數教保服務人員未依不同年齡層設計課程；教保服務人員常因主題活動課程進度致影響教學；班級秩序及特殊生會影響活動的進程；幼兒穿著不適當的服裝及很晚到校影響活動推動；教保服務人員可能因同班教師因為幼兒生理、心理需求、行政單位需要資料須立即提供、每日的值班、打掃等瑣事影響教學品質；每學期僅一次期末總評量，無其他評量項目有失客觀判斷致影響教學，以上七項皆為教保服務人員實施出汗性大肌肉活動感到無力感的原因。
- 三、出汗性大肌肉活動教學配置不足情形因素之阻礙因素探究：沒有足夠的教學活動空間、用具缺乏而使課程一成不變、尚未有專款專用經費故採購相關器材有難度、教學資源無法有效被利用、大肌肉活動相關研習偏少，以上五項皆為出汗性大肌肉活動教學配置不足的原因。
- 四、依據研究結果對提出相關建議

依據研究的結果，作者於最後章節提出相關建議，供教保服務人員實施出汗性大肌肉課程的評估及未來研究之參考。

關鍵詞：公立幼兒園、教保服務人員、出汗性大肌肉活動



Abstract

The present study aims to realize current situation and constraints of sweating gross motor activities which preschool educators implemented in public preschool in New Taipei City. Constraint factors of educators implemented sweating gross motor activities in public preschool could be firstly, children were not interested in activities; secondly, there were sense of powerlessness of preschool educators; lastly, there were insufficient teaching configuration to carry out sweating gross muscle activities.

The present study adopts the qualitative methodology to conduct semi-structured interview, interviews with 10 children and 6 preschool educators as research objects.

Following is the summary of the present research:

1. Physiological factors of young children; sudden physical contact; and lack of curriculum diversity would cause the reasons why children are not interested in gross muscle activities.
2. Preschool educators feel sense of powerlessness when implementing sweating gross motor activities due to seven factors. Firstly, there is no year-round developmental content for young children; secondly, sweating gross motor curriculum not designed for different ages; thirdly, sweating gross motor activities are often affected by the course progress; fourthly, class order and the students with special educational needs would affect the progress of activities; fifthly, children wearing inappropriate clothing and coming to school late may affect the promotion of activities; sixthly, trivial to-do list may have an impact on teachers' teaching quality; last but not least, there are no other assessment items that are not objectively judged would affect the teaching of the teachers.
3. Five reasons of insufficient teaching configuration conducting sweating gross muscle activities reveal as follows: there is not enough space for teaching activities; lack of equipment makes the curriculum static; it is difficult to purchase related equipment because there is no specific fund for special purpose; teaching resources cannot be effectively used; there is less study of sweating gross motor activities.

According to the conclusions, concrete suggestions are provided for preschool educational institutions, preschool educators, and future researchers who interested in the educational fields.

Keywords: public kindergartens, preschool educators, sweating gross motor activities



目 錄

中文摘要	I
Abstract	III
目 錄	V
圖目錄	VII
表目錄.....	IX
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究問題與研究假設.....	4
第三節 研究架構與研究流程.....	5
第四節 名詞解釋.....	11
第五節 研究範圍與限制.....	13
第二章 文獻探討.....	15
第一節 幼兒大肌肉動作發展.....	15
第二節 幼兒大肌肉身體動作課程.....	20
第三節 出汗性大肌肉活動課程內涵與現況.....	28
第四節 實施出汗性大肌肉阻礙及困境.....	33
第三章 研究設計.....	39
第一節 研究方法.....	39
第二節 研究對象.....	42
第三節 研究工具.....	44
第四節 研究資料蒐集與分析.....	45
第五節 研究倫理及信實度.....	47
第四章 研究分析與研究發現.....	51
第一節 幼兒上出汗性大肌肉活動課程不感興趣的可能因素	51
第二節 教保服務人員實施出汗性大肌肉活動心有餘力不足因素	

.....	60
第三節 幼兒園實施出汗性大肌肉活動教學配置不足因素	
.....	72
第五章 結論與建議	79
第一節 結論	79
第二節 建議	83
參考文獻	87
附錄	91
附錄一 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動現況之評估訪	
談大綱	91
附錄二 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動現況之幼兒評	
估訪談大綱	93
附錄三 參與訪談同意書	95
附錄四 家長同意書	97
附錄五 訪談逐字稿	99

圖目錄

圖 1-1 研究架構.....	7
圖 1-2 研究流程圖.....	10
圖 2-1 運動發展階段和年齡對照.....	18





表目錄

表 2-1 學齡前幼兒運動能力發展順序.....	16
表 2-2 基本運動技能之說明.....	18
表 2-3 課程定義.....	21
表 2-4 身體動作領域能力及學習面向.....	23
表 2-5 大肌肉遊戲類別.....	24
表 2-6 教保服務人員身體動作課程專業能力.....	25
表 2-7 研究者整理實施幼兒園大肌肉活動實施現況.....	29
表 2-8 研究者整理實施幼兒園大肌肉活動影響因素及阻礙因素	34
表 3-1 受訪者 教保服務人員背景一覽表.....	42
表 3-2 受訪者 幼兒背景一覽表	43



第一章 緒論

本研究探討新北市公立幼兒園教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉課程活動實施現況與影響教學效能因素，本章節共分成五部分：第一節研究背景與動機；第二節研究問題與假設；第三節研究架構及研究流程；第四節名詞解釋；第五節研究範圍與限制。

第一節 研究背景與動機

壹、研究背景

幼托整合前，幼兒園舊課程標準領域區分為：健康、語文、常識、音樂、工作及遊戲六大領域，實施幼兒身體動作活動的教育相關課程幼托整合前也有許多各種不同的名稱有稱：幼兒遊戲、運動時間、體育課程、體能活動…等，課程中也沒有統一標準與模式。幼托整合後之幼兒園教保活動課程大綱以出汗性大肌肉活動界定幼兒園運動課程。

幼兒園教保活動課程大綱指出：維護幼兒身心健康與安全是幼兒園實施教保服務首要目標，也是幼兒學習活動中不可或缺的基本內涵。幼兒園健康促進計畫推動模式中也指出 0-6 歲是兒童生長發育的關鍵階段，如果幼兒園可以及早介入健康促進活動，不僅可以提升幼兒園教保人員對於健康安全的專業知能，也可以提升我國學齡前的健康（教育部，2017）。經幼稚園課程標準至幼兒園教保活動課程大綱發展讓幼托整合後的幼兒園有更為明確的課程依據其中也強調幼兒每天應有 30 分鐘的大肌肉活動。而身體動作與健康是六大領域中的第一項，其領域的目標更具體提出健康與安全是幼兒園實施教保服務首要目標。而衛生福利部 109 年也推出幼兒園健康促進計畫推展模式，顯見幼兒身體健康結合出汗性大肌肉活動之重要性。

貳、研究動機

一、教育當局對幼兒大肌肉活動的重視

幼兒園教保活動課程大綱（以下簡稱課綱）的身體動作與健康領域中明訂規範 2 至 6 歲幼兒每天至少有 30 至 40 分鐘出汗性活動（教育部，2017）。而幼兒園教保服務實施準則第八條明定，幼兒園每日應提供幼兒 30 分鐘以上出汗性大肌肉活動時間，且活動前、後應安排暖身及緩和活動（教育部，2012）。教育部也推動提升學生體適能計畫，簡稱三三三計畫，也就是每週至少運動 3 次，每天至少 30 分鐘，每次運動後個人身心狀況心跳達 130 次以上。而新北市在運動規畫上打造國民運動中心、推動運動 i 臺灣計畫、各項學校運動發展計畫…等，都說明了出汗性活動對於幼兒在課程中已視為重要一環；因為如此重視，故出汗性大肌肉活動課程也成為幼兒園的例行性課程，列入每日作息表中，並為幼兒園基礎評鑑佐證之依據，期望老師在課程中落實活動並為幼兒奠定良好的健康基礎。

二、傳統幼兒體能教育

以前不重視幼兒體能的年代，教保服務人員在運動時間僅讓孩子自由活動自己跑一跑、跳一跳、曬太陽或者提供空曠場地僅讓孩子自己玩遊戲，有些教保服務人員也可能僅提供一些遊樂器材讓孩子自己使用、自己玩耍或戶外溜滑梯以及自由追逐為主要活動在課程中皆已無結構性、無連結性的活動為主。漸漸地隨著時代重視幼兒大肌肉活動，教保服務人員也隨著時代的演變而認真的準備教學活動，但初期卻有時因教保員設計課程難度太高或太低，使得太容易達成或者太多人無法達成教學目標而產生挫折感。自從幼兒課程大綱實施後，將出汗性大肌肉活動排入每日的例行性活動中，幼兒大肌肉活動有了一大進展，也說明了幼兒每天的出汗性活動很重要。然而，在實施課程中，傅雅琪（2017）研究發現，仍有許多教保服務人員因許多的因素無法每日為幼兒指導出汗性大肌肉活動。亦或直接使用教保人員喜愛的器材不管孩子的發展而直接使用。

三、幼兒身體發展

幼兒教保活動課程大綱指出幼兒身體動作與健康教保活動實施的原則就是能營造安全有趣的遊戲氣氛及以統整的觀點將健康行為融入日常生活，營造安全的氣氛需先有一個良好的身體動作發展。國外研究也指出，有規律性運動的學齡前兒童比運動不足的孩子身體及心理都更為健康。幼兒時期若身體活動機會缺乏，將影響到幼兒動作的品質、肌力及耐力，導致兒童行動力下降、注意力不足及缺少學習潛能，進而危及兒童之智力發展（黃鳳怡，2001）。

現今，台灣少子化的影響，父母皆過於保護孩子，捨不得孩子走路、捨不得孩子跌倒、捨不得孩子做任何事、或者覺得孩子做事情太慢而乾脆自己來…等，因此影響了孩子在學習過程中各項發展，也因此許多孩子的能力發展在基本能力之下，為了能讓幼兒有更健康的身體、靈活的動作能力，出汗性活動課程已成為重要的課題之一。

四、作者的經歷及校園中的實施大肌肉活動的現況

作者曾經離開幼兒教育這份工作，8年前再次回到幼兒教育行列，當時已經推動幼兒園課程暫行大綱，出汗性大肌肉活動也已被列為是幼兒在幼兒園每日的例行性活動。因為幼兒園課程大綱重視幼兒健康、作者亦遵守幼兒園課程大綱及幼兒園基礎評鑑、故作者在每日 30 分鐘為孩子實施大肌肉活動課程，然而在校園實施例行性出汗性大肌肉活動過程中，發現大型活動時，全園（幼兒及家長）無法一同活動、過了指定的使用時間沒有場地可實施、想使用的器材學校可能沒有此項器材，課程中也可能因為協同教學、幼兒的情緒及家長配合的程度等問題而影響教學，與同事課餘時間討論實施大肌肉活動現況之問題中發現同事也有相同的看法。除此，在閱讀文獻探討中也發現研究者（沈柏吟，2017；林佳慧，2018；陳冠僅，2019；劉珊珊，2021 等）也有場地、設備、課程資源、教師專業、活動課程而影響大肌肉活動課程之探究，故將實施大肌肉活動所遇到的困難分成三面向，其三面向為；第一面向：幼兒會因個人或健康因素的好壞、有過不好的舊經驗大肌肉活動、課程實施中因課程缺乏變化而對大肌肉活動課程缺乏興趣。第二面向：教保服務人員是否在例行性出汗

性大肌肉活動課程中有事先規劃、因主題課程進度、課程中幼兒特殊狀況、家長及同班教保服務人員的配合協助，以及課後是否對幼兒及老師自己實施課後評量影響教學。第三面向：教學資源配置中因場地、環境、設備、經費、課程參考資源及進修資源影響教學。更進一步了解目前教保服務人員實施幼兒出汗性大肌肉活動實施現況評估、實施效益及影響教學效能因素，故，特此研究相關議題。

綜合以上，就研究動機與背景說明，茲將本研究目的分述如下：

- (一)、了解幼兒於出汗性大肌肉課程活動中遇到的問題。
- (二)、了解使教保服務人實施例行性出汗性大肌肉活動影響教學因素。
- (三)、了解例行性出汗性大肌肉課程中教學資源配置不足的因素。
- (四)、根據研究結果提出相關建議，以供日後對教育行政單位及相關教育人員改善實施例行性出汗性大肌肉活動現況及未來研究之參考。

第二節 研究問題與研究假設

基於上述之研究背景與動機，將研究與研究假設分述如下：

壹、研究問題

本研究欲探討新北市公立幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動現況為主要研究，探討教保服務人員實施出汗性大肌肉之現況及影響教學效能因素，茲歸納本研究之問題如下：

- 一、為什麼幼兒上例行性出汗性大肌肉活動課程不感興趣？
- 二、為什麼教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉活動心有餘而力不足？
- 三、為什麼幼兒園實施例行性出汗性大肌肉活動教學資源不足？

貳、研究假設

基於前述之研究問題，本研究提出下列欲探討之假設：

- 一、幼兒上出汗性大肌肉活動課程不感興趣因素

1-1 因幼兒個人身體健康狀況不佳影響幼兒大肌肉活動課程。

1-2 因幼兒曾經參與大肌肉活動時有不好的經驗致上課不感興趣。

1-3 因課程缺乏變化影響幼兒大肌肉活動課程情形。

二、教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉活動心有餘而力不足因素

2-1 教保服務人員沒有事先規劃活動內容致影響教學之評估情形。

2-2 教保服務人員沒有依幼兒不同年齡設計課程致影響教學之評估情形。

2-3 教保服務人員因主題活動課程進度致影響教學之評估情形。

2-4 教保服務人員因幼兒於課程中特殊狀況致影響教學之評估情形。

2-5 教保服務人員因家長配合狀況及是否重視幼兒肢體運動致影響教學之評估情形。

2-6 教保服務人員因同班教師於課程中無法協助致影響教學之評估情形。

2-7 教保服務人員沒有對幼兒實施課程後評量致影響教學之評估情形。

三、幼兒園實施例行性出汗性大肌肉活動現況教學配置不足之因素

3-1 因場地面積影響教學之評估情形。

3-2 因設備因素影響教學之評估情形。

3-3 因經費因素影響教學之評估情形。

3-4 因教學課程參考資源不足影響教學之評估情形。

3-5 因進修研習資源取得不易影響教學之評估情形。

第三節 研究架構與研究流程

壹、研究架構

本研究欲探討新北市公立幼兒園實施出汗性大肌肉實施現況，以公立幼兒園教保服務人員及幼兒背景為自變項，將教保服務人員年齡、年資、相關專業背景及幼兒年齡、在校年資納入背景變相。將依變相中公立幼兒園教保服務人員執行之現況依現場實際需求之面項分為：幼兒、教保服務人員、教學資源三

面向影響實施出汗性大肌肉活動。並根據過去相關文獻之探討，得出本研究之架構，其中變項包含教保服務人員個人變項，而自變項及依變項，其中，依變項為公立幼兒園教保服務人員執行現況依現場需求之面項分為：幼兒上出汗性大肌肉活動課程不感興趣因素、教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉活動心有餘而力不足因素、幼兒園實施例行性出汗性大肌肉活動現況教學配置不足之因素三面項執行現況之影響。其研究架構如下圖 1-1 所示：



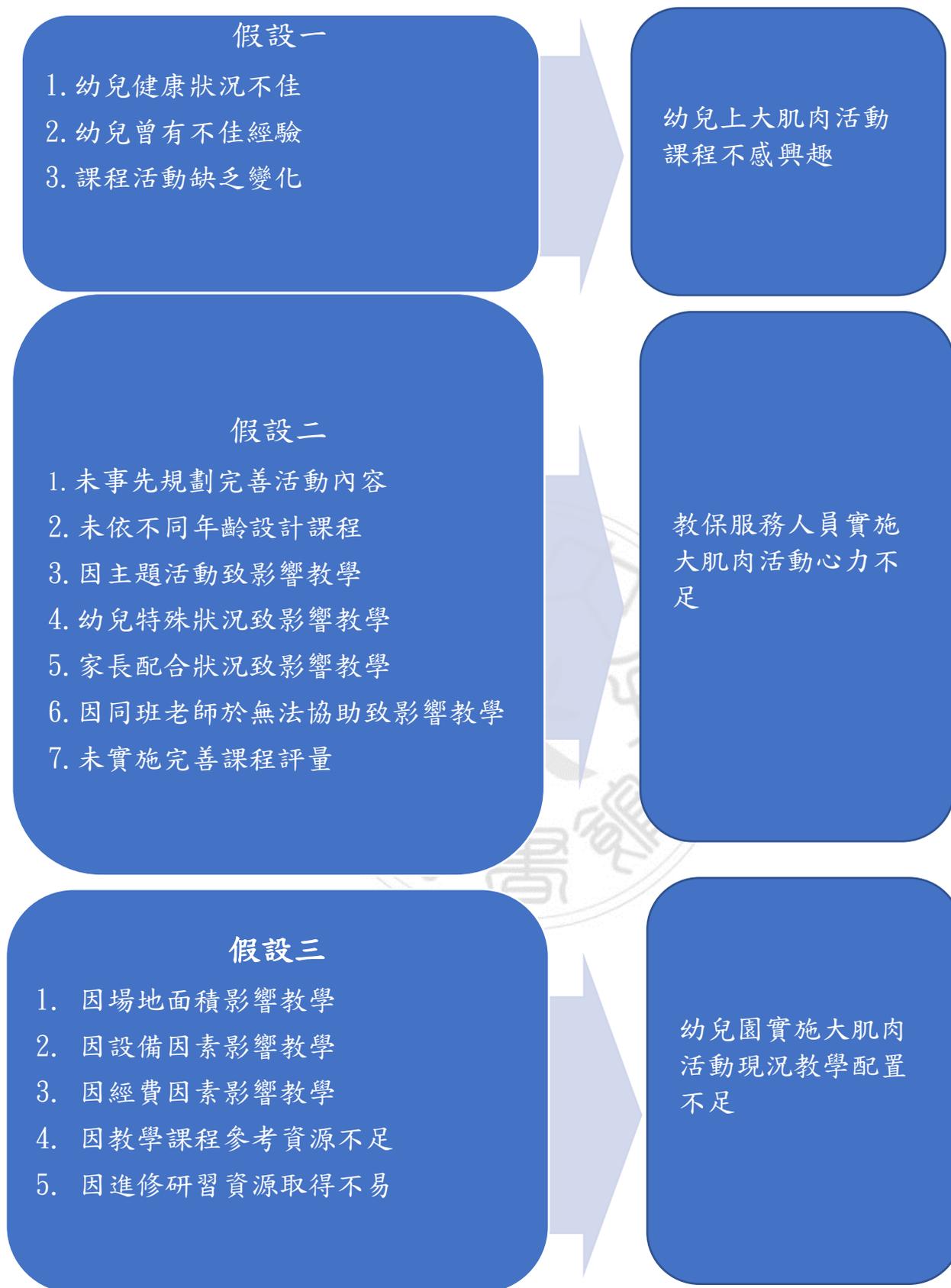


圖 1-1 研究架構

資料來源：作者自製

貳、研究流程

依據本研究主題及目的，規劃研究步驟以作為研究進行的方向，擬定研究流程如圖 1-2 所示。

實施程序依研究三階段進行，分別為準備階段、實施中階段、完成後階段，藉以探討新北市公立幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動現況，其分述如下：

一、計畫階段

（一）決定研究方向與目的：

作者於教育現場服務，想進一步了解教保服務人員實施出汗性大肌肉活動使用徒手出汗性大肌肉或操作器材現況為何？出汗性大肌肉活動實施成效為何？以及不同背景變項的教保服務人員與教學困境為何？大致確定研究方向後，即開始搜尋教師實施大肌肉活動相關資訊及書籍，並參考台灣博碩士論文知識加值系統網的資料蒐集，於文獻蒐集期間不斷與指導教授進行討論，經由指導教授多次修改後決定研究主題與目的。

（二）文獻探討：

確定研究方向與目的後，蒐集並閱讀與研究相關文獻，文獻內容主要來自於全國博碩士論文、華藝線上圖書館期刊論文、網站資料、教育相關書籍、法令等進行閱讀、整理，彙整相關研究的理論依據。

（三）建立研究計畫：

參考相關書籍及整理大肌肉活動的相關研究後，建立研究計畫，採取訪談記錄與課程中觀察紀錄，蒐集資料，探究研究的原因。

（四）研究計畫發表與修訂：

經由指導教授與論文審查委員指導，針對研究計畫缺漏或不足修正，使論文計畫更為成熟。

二、執行階段

(一) 發展研究工具：

參考相關文獻與研究方法，設計半結構式的訪談大綱、編製訪談大綱、擬定大綱初稿。

(二) 修正訪談大綱：

邀請實務工作者審查訪談大綱將適合的題目做保留，並將不適用的訪談題目修正、修改或刪除，建立專家制度。

(三) 實施訪談：

1.訪談前準備：確定訪談大綱及訪談同意書內容，將確定的訪談大綱及同意書內容提供受訪教師及受訪幼兒之家長並說明內容及目的，並請受訪老師及受訪幼兒之家長於訪問前務必詳讀，最後與受訪老師及受訪幼兒之家長確定正式訪談時間。

2.正式訪談：規劃合適的場所進行訪問，訪談過程中，觀察受訪教師及幼兒的意願，彈性調整訪談時間與內容。

(四) 資料整理：

把訪談記錄詳細記載，請受訪者確認內容無誤，依據研究問題與目的，進行分類、整理。

(五) 結論與建議：

針對訪談紀錄配合書籍、文獻，統整資料，分析出研究結果，做出研究報告，並將結論提出相關建議。

三、完成階段

(一) 撰寫論文初稿：

將資料分析所得結果與研究目的、研究問題比對後，歸納出研究結果與建議，撰寫研究結論並進一步提供未來研究建議與方向，完成論文。

(二) 完成論文：

依據口試委員意見及教授指導後修改完成繳交與印製。

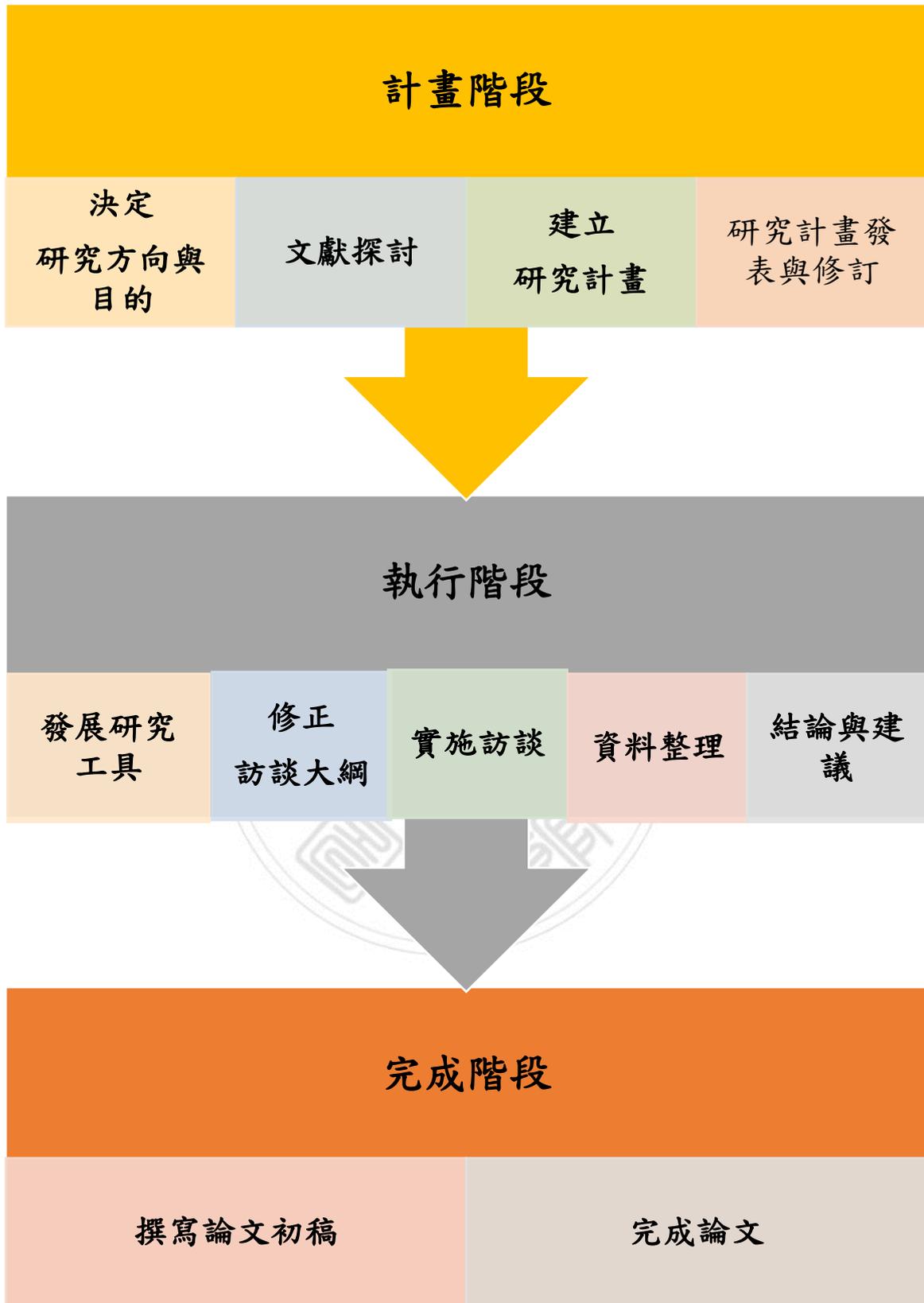


圖 1-2 研究流程圖

資料來源：作者自製

第四節 名詞釋義

本研究旨在了解幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動課程現況、成效及實施困境之研究，透過本節來說明本研究所使用的重要名詞，包含幼兒園、教保服務人員、出汗性大肌肉活動、例行性活動、教學困境、教學資源，分述如下：

壹、幼兒園

幼托整合後已將幼稚園、托兒所等機構統稱幼兒園，幼兒園一般招收年齡 2 歲至 6 歲的學齡前兒童，對幼兒提供教育及照顧服務之教育機構稱之。幼兒園課程大綱（教育部，2017）幼兒園應依據二歲以上至入國民小學前幼兒特性，透過教保情境的安排實施教保服務並以家庭及社區密切配合，以幫助幼兒健全發展。

本研究所稱之幼兒園係指新北市某公立幼兒園。

貳、教保服務人員

根據幼兒教育及照顧法（2021）第三條第五項中提到教保服務人員係指在公私立已立案幼兒園服務之園長、教師、教保員及助理教保員。

本研究所稱之教保服務人員，以在幼兒園實際執行教學之教師、教保員、代理教師、代理教保員、助理教保員。

參、出汗性大肌肉活動

林風南（1990）指出走、跑、跳、攀爬、投擲大肌肉動作，是身體大肌肉群所產生的「全身性運動」。幼兒園教保活動課程大綱所指之大肌肉活動包含穩定性、移動性及操作性動作技能（教育部，2017）。幼兒園教保活動課程大綱課綱推廣 Q&A 指出出汗性大肌肉活動主要透過長時間持續的運動，才能促進幼兒新陳代謝及骨骼肌肉發展，使幼兒擁有健康的體能及體態（教育部，2017）。

本研究所指的出汗性大肌肉活動即幼兒運用身體的大肌肉，透過徒手（走、跑、跳、律動）及操作器材（空氣棒遊戲、呼拉圈遊戲、球類的遊戲、橡皮筋繩遊戲、飛盤遊戲）之出汗性活動等，長時間持續運動來控制身體動作促進幼兒新陳代謝及骨骼肌肉發展，藉由一連串的由易到難課程學習基本動作技能及靈活掌握身體自主的行動達到出汗之目的，使幼兒喜愛運動並擁有健康的體能及體態。

肆、例行性活動

根據幼兒園教保活動課程大綱-課綱推廣 Q&A（2017），例行性活動是指幼兒園在固定的時間進行常態活動，作息計畫指的是根據課程取向和教保服務實施準則所安排的作息時間表。教保服務人員需要根據作息時間表，訂定重要的例行活動。

本研究所稱之例行性活動係指在幼兒園實際執行課程中，在固定的時間進行常態活動。

伍、教學困境

教學困境係指教保服務人員實施大肌肉活動時所遭遇到的困難，致使教保服務人員無法依據教學目標進行幼兒出汗性大肌肉活動，或是因為場地、時間的安排而減少幼兒出汗性大肌肉活動的時間及內容（曾子暘，2016；林佳慧，2018）。

本研究所指幼兒出汗性大肌肉活動教學困境係指教保服務人員在實施幼兒大肌肉活動時所遭遇的困難或阻礙。

陸、教學資源

教學資源是為教學的有效開展提供的素材等各種可被利用的條件，通常包括教材、案例、影視、圖片等，也包括教師資源、教具、基礎設施等，廣義也應該涉及到教育政策等內容。從廣義上來講，教學資源可以指在教學過程中被教學者利用的一切要素，包括教學服務的人、財、物等。從狹義上來講，教學

資源（學習資源）主要包括教學材料、環境及後系統。

教學資源可以理解為一切可以利用於教育、教學的物質條件、自然條件、社會條件以文化條件，是教學材料與信息的來源。在學資源構成的大環境下，學生的學習需求在教師的指導下，可以主動的利用資源。（MBA 智庫百科）

本研究所指教學資源係指教保服務人員在實施幼兒大肌肉活動時所需各要素且必要直接的條件。

第五節 研究範圍與限制

本研究旨在探討處於教育現場的幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動現況、實施出汗性大肌肉對幼兒的成效以及教保服務人員實施出汗性大肌肉活動的教學評估。

本節研究範圍與限制共分為兩個部分：第一部分為研究範圍，第二部分為研究限制。

壹、研究範圍

一、研究對象

本研究是以新北市某公立幼兒園為研究對象，訪談 6 位教保服務人員（一位教保服務人員兼組長、5 位教保服務人員），不同資歷、背景的教師，進行訪問，記錄他們針對研究主題的想法和做法。以及測試並訪談 10 位中大班的幼兒（2 位中班、8 位大班），紀錄幼兒對於大肌肉活動喜愛程度、以及幼兒於出汗性大肌肉課程活動中遇到的問題。

二、研究地區

本研究因為時間及人力限制以新北市某公立幼兒園為研究對象，雖然是學校中的分班人數偏少，但老師仍然在幼兒園例行性活動中積極參與各項教育重視問題並於各項課程發展活動中重視孩子的健康。

貳、研究限制

一、研究地區的限制

本研究地區為新北市，基於各縣市對於大肌肉活動實施現況情形有所不同，且各地區之幼兒有其個別差異，因此，研究結果僅能推論至具有相同條件之團體，但推論時需注意不同研究樣本有不同的時空背景與差異。

二、研究對象的限制

訪談對象包含個案幼兒園分班的 6 位教保服務人員，不同背景資歷的教師為主，以及 10 位幼兒進行訪問，受訪的教育人員未必願意對研究生說出內心真正的想法，而幼兒記憶的遺忘、受訪時受到旁邊的人、事、物以及受訪者的問題引導，可能是研究的限制因素之一。

三、研究方法的限制

本研究以新北市幼兒園教保服務人員為研究範圍，並未進行全國性之研究，因此在研究結果分析時，僅限於新北市地區，故不宜將研究結果過度推論。



第二章 文獻探討

本章整理與分析與研究相關之文獻，作為本研究基礎，全章節共分成四節探討：第一節介紹幼兒大肌肉動作發展，找出幼兒發展中身體動作是連續性且漸進式的發展；第二節為探究幼兒大肌肉身體動作課程設計之相關研究；第三節為探討出汗性大肌肉活動內涵與目前實施現況；第四節實施出汗性大肌肉活動困境。

第一節 幼兒大肌肉動作發展

身體動作的發展是一切行為的基礎，個體從受孕的那一刻起發展過程有一定的順序及生長原則，以下為作者尋找相關文獻及動作發展原則表格做探討。

壹、幼兒動作發展原則與影響因素

蘇建文（1997）引用美國心理學家 Gesell 提出發展是由頭至尾的頭足定例、由近而遠之近遠定例、由軀幹到四肢的中心到邊緣，發展的方向是可預測且具順序性、前後連續性、階段性、相似性、不平衡性的發展原則。Clark 與 Whitall（1989）提到，人類的發展過程中，隨著年紀的生長、生長環境的影響等各種交互作用的因素下，一連串的動作發展從成熟至退化之過程與結果。張春興教授也提出發展是指個體生命開始至死亡一生期間，在遺傳的限度內，其身心狀況因年齡與學得的經驗增加所產生改變的歷程。許義雄（2001）研究指出如表 2-1，兒童的成長過程中，移動性、操作性和穩定性等活動行為，採漸進的方式增長，皆由穩定性動作再進階移動性動作，基本的動作技巧習得後，便能衍生更多的操作性動作，此類身體活動對促進兒童發展有正面的幫助。黃志成等（2010）指出，幼兒身體動作是根據生理狀況，包括：粗細動作、大小肌肉、平衡、身體發育等從事肢體動作，進而從動作發展中幫助幼兒提升智慧情感身體的成長，已透過運動來追求樂趣、表達自我及發展動作技能。0-5 歲運動

遊戲百科中也指出幼兒動作發展階段過程中，每階段都有動作發展重點如下圖 2-1 及表 2-2，發展年齡於 0-2 歲幼兒初步運動的階段，為初步基礎的運動技能。發展年齡於 2-7 歲為基本運動的階段（前喬明，2017）。

綜合以上敘述，可知幼兒的身體動作發展除了順序性、前後連續性、階段性、相似性、不平衡性的發展原則外也受到成熟、學習、遺傳、環境有關，個體因遺傳及環境因素不同以及生理、心理方面皆有個別差異，並非完全依照年齡而定。而是依照成長過程中，移動性、操作性和穩定性等活動行為採漸進的方式增長，也透過運動提升各項發展、透過孩子運動活動與遊戲追求樂趣、表達自我，適時給予鼓勵幫助孩子學習新技能，透過一連串漸進且有順序的活動建立孩子完善的品格。

表 2-1 學齡前幼兒運動能力發展順序

類型	起始年齡	運動能力
走	3 歲以前	幼兒已經具備基本的移動能力包括橫走、倒退走、被攙扶上樓梯、逐階上下樓梯
跑	2-3 歲	第一次會跑
	4-5 歲	跑得有效且姿勢優美
	5 歲	快速跑且動作成熟
跳	2 歲	由 30 公分高往下跳
	2 歲半	雙足跳離地面
	5 歲	跳約 30 公分遠，跳約 30 公分高
單腳跳	6 歲	成熟的用各種方式跑
	3 歲	以慣用腳跳躍三次
	4 歲	以同一隻腳連續跳 4-6 次
	5 歲	以同一隻腳連續跳 8-10 次

	6 歲	成熟的跳躍姿勢
投擲	2-3 歲	面相目標、腳不動，用前臂投球
	4-5 歲	能同手同腳踏前投球
	5 歲以下	男孩表現得比女孩更成熟
捕接	6 歲	各種熟練的投球
	2 歲	無法做空中接球動作
	2-3 歲	以遲鈍的手臂動作做空中接球
	3-4 歲	接球時有畏懼的反應
	5 歲	接小球亦用雙手
踢	6 歲	成熟且優美的接球
	3-4 歲	能彎曲腳並將腳後舉踢球
	4-5 歲	能明確大幅度向後擺腳，向前踢球
	5-6 歲	精熟的踢球
靜態平衡	5 歲以上	能用單腳站立連續 3-5 秒
	6 歲	頭手三點支撐倒立

資料來源：許義雄（譯），1997。

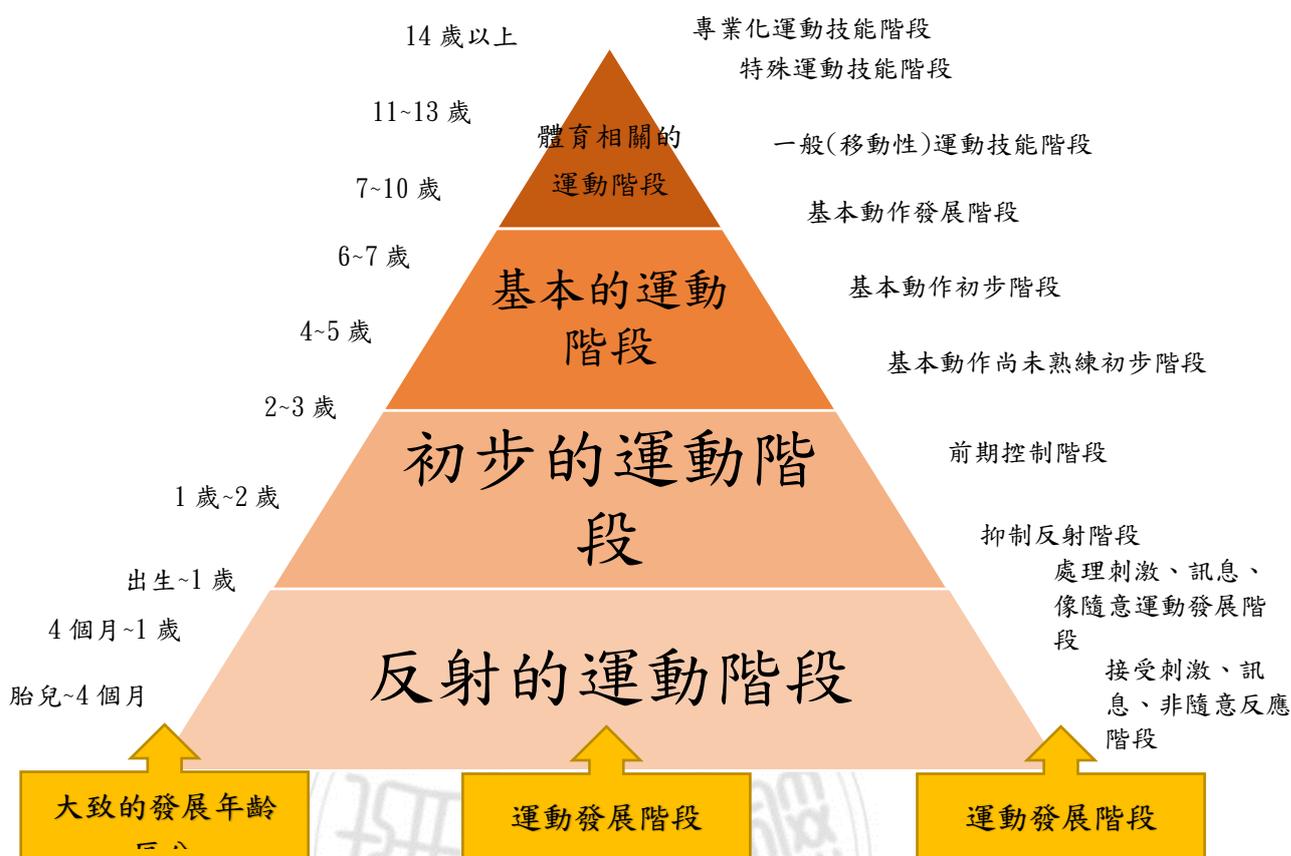


圖 2-1 運動發展階段和年齡對照

資料來源：前橋 明，2017。

表 2-2 基本運動技能之說明

移動性動作		
初步運動階段 (0-2 歲)	初步、基礎的運動技能	腹部貼地的爬、四肢著地爬，往上爬、行走、攀登、下來。
初步運動階段 (2-7 歲)	基本的運動技能	腹部貼地的爬、四肢著地爬，往上跳起落下、攀爬、撲過來、跳越、跨越、閃躲、鑽過、滑動、游泳

操作性動作		
初步運動階段 (0-2 歲)	初步、基礎的運動技能	伸手、抓、捏、放掉、拋 扔。
初步運動階段 (2-7 歲)	基本的運動技能	投、踢、打、運球、敲打、 抓住、接住、搬運、挑起、 放下、推、拉、划船動作
平衡性動作		
初步運動階段 (0-2 歲)	初步、基礎的運動技能	頭和脖子的控制、翻身、用 手臂支撐身體、坐、蹲、站 立、站起來
初步運動階段 (2-7 歲)	基本的運動技能	旋轉、單腳站立、保持平 衡、垂釣、乘坐、移動到另 一側、倒立、水面漂浮等。

資料來源：前橋 明，黃儂芬（譯），2016。

綜合上述，身體動作領域是基本元素也是身體動作發展中首要之際，在各種動作技能終須先熟悉單一的動作技能，才能進行多種動作技能的串聯（王宗騰，2009），而幼兒動作發展顧及的面向很多包括生理、心理、社會、成熟、遺傳、內、外在環境等，全方位的有效評估、正確教導及輔導策略，以安全為前提進行各項動作發展協助幼兒快樂的成長與發展。

本研究中欲確認教師是否依照孩子的能力設計遊戲活動，確認活動時是否依幼兒的發展由淺入深進行並提供幼兒漸進式進行操作體能器材，在課程中觀察孩子的動作發展，進行難易度增減變換，使幼兒身體各部位能協調運用，並創造新的運動遊戲，刺激孩子思考、創造力及提升幼兒樂於學習，從中成為全人幼兒。

第二節 幼兒大肌肉身體動作課程

第一節中提到幼兒身體發展是順序性、前後連續性、階段性、相似性、不平衡性的發展原則，若幼兒身體動作課程能依照幼兒身體的發展順序進行課程，相信在幼兒動作發展中更能達到事半功倍的效果。而幼兒園課程大綱尚未公布前，有些幼兒園僅進行生動活潑的律動、有些幼兒園重複使用單一器材密集訓練、有些僅是讓幼兒在草地上曬太陽、跑跑操場就算是身體動作課程，在身體動作中並未規劃完整連續的課程。而教育部公布幼兒園教保活動課程大綱後，身體動作與健康扮演重要的角色，除此，幼兒教保及照顧服務實施準則明訂幼兒園每日應提供幼兒 30 分鐘以上之出汗性大肌肉活動時間，活動前、後應安排暖身及緩和活動。顯示幼兒身體動作課程對於幼兒在幼兒教育的重要性。

本節針對幼兒身體動作課程的重要性、教保服務人員實施身體動作課程所需要的專業能力、身體動作課程設計教學原則加以探討，其詳細如下：

壹、幼兒身體動作課程重要性

「運動健康，快樂成長。」「運動是快樂的源泉，快樂是生命的財富。」「運動是健康的源泉」這些標語都在告訴我們運動不僅重要，更能帶給我們健康和快樂。」行政院衛生署頒布的 2020 健康國民白皮書身體活動促進目標，採「優於最佳者」策略，希望增加「達成身體活動量適量」人口百分比，推動身體活動促進政策，讓全民不分年齡願意改變生活方式增加運動與身體活動，達成促進國人健康目標。同時，2020 健康國民白皮書指出兒童及青少年的健康，會影響未來成人健康狀態。可見身體動作對幼兒是一切學習的基礎，也將影響幼兒日後各方面的發展，故在身體動作課程的選擇上極為重要。

一、課程定義、課程設計、身體動作課程

(一) 課程定義：原指跑道或奔跑中。許多學者也曾為課程給予不同的釋義，在眾多解釋下，總結解釋可知課程是一套有順序的課程，同時也是學生學習目標、學習經驗、學生學習的任何一切過程皆可被稱為課程。而一般課程意

義定義為學科、經驗、目標、計畫及研究假設。研究者簡易整理：

表 2-3 課程定義

課程定義	
學科	課程分成各種學科，在各學科中重視學科內容。
經驗	幼兒在各種學習環境中相互交互作用所得的經驗歷程。
計畫	課程前規劃的教學計畫，重視學習目標、內容、活動和評鑑。
目標	課程是教師所要學生達到預期的效果。
研究假設	課程應該是一套教學內容與教學方法的建議說明，為了驗證此套課程是否具有教學可行性，將課程視為有待教師在教室的教學過程加以考驗的一套研究假設。

資料來源：黃光雄、蔡清田，2015。

幼兒的成長過程中，透過感官的探索認識周遭環境的一切。而幼兒園為了實現教育目標亦在課程中透過生活直接經驗讓幼兒獲得各項發展，在各項課程定義中，幼兒園課程已經驗為宜。

(二) 課程設計：課程設計是教保服務人員，依照教育目標及課程目標，有系統的安排幼兒教學過程，讓幼兒在課程過程中獲得課程內容。幼兒能在過程中依循著有系統和目標性的安排，可以漸漸感受自己體型的成長與能力的提升，進而養成良好的健康行為能力，促進身心的完好狀態。(新北市政府，2021)。王宗騰(2013)也提到，身體課程進行須根據幼兒發展以統整方式實施。故若教保服務人員能按照幼兒的身心發展設計專業的相關活動，將能促進幼兒身心全面發展。

教保服務人員課程設計中，除重視經驗課程意義，重視幼兒的直接經驗教學外，也應考量以下幾項原則：

1. 教保服務人員應依孩子個別差異選擇課程。
2. 教保服務人員須兼顧六大領域及六大和素養。
3. 提供有趣的課程，並給予充足時間探索。
4. 各項活動中須留意教具及環境的安全性。
5. 兼顧動態、靜態室內及室外之多元活動。
6. 教保服務人員須不斷的充實課程參加相關的研習課程。

(三) 身體動作課程：身體動作是幼兒生活的必需元素，也是幼兒的基礎學習工具。幼兒運動已成為學前全人教育課程的核心，有意義和有系統的幼兒身體活動教學（楊金寶，2020）。

根據教育部公布的幼兒園教保活動課程大綱身體動作與健康領域有三項領域能力以及三項學習面，以下針對幼兒園課程大綱身體動作與健康領域內涵之領域能力及學習面向，加以說明（教育部，2017）：

1.領域能力

身體動作與健康領域包括三項領域能力（教育部，2017）：

- (1) 覺察與模仿：是指幼兒能在環境中注意到新事物的存在，意識或模仿生活中出現各類動作和健康行為。
- (2) 協調與控制：指幼兒能整合不同動作，使動作間配合得當，和諧一致。
- (3) 組合與創作：是指幼兒能掌握自己的肢體，發揮想像力，組合各種肢體動作，以扮演心中設定的故事或圖像能力。

2.學習面向

身體動作與健康領域包括三項面相（教育部，2017）：

- (1) 身體動作面向：包括穩定性動作技能、移動性動作技能。穩定性動作技能:伸展、彎曲、蹲下、原地擺動等；移動性動作技能:走路、跑步、踏步、跳躍、滑步等。
- (2) 用具操作面向：是指使用各種工具、文具、玩具、素材、器材、設施設備等，包括操作性動作技能、精細性動作技能。操作性動作技能；過肩投出、

雙手接住、單腳踢出、雙手揮擊等；精細性動作技能:捏、抓、握、搓、揉等。

(3) 健康行動面向：是指健康與安全的學習。健康方面包括個人衛生、保健行為、健康促進行為、健康飲食、收拾整理與維護環境的自理行為，協助幼兒發展健康信念、學習健康行為與落實自我管理。安全方面包括身體活動的安全距離，辨別與保護自己與他人的安全、食物安全、遊戲安全、用品安全等議題。

其中「健康行動」建立在「身體動作」、「用具操作」兩面向基礎，故幼兒園教保服務人員應提供幼兒兩面向學習機會。

表 2-4 身體動作領域能力及學習面向

	身體動作		用具操作		健康行動
覺察與模仿	身-1-1	模仿身體操控活動	身 1-2	模仿各種用具的操作	身-1-3 覺察與模仿健康行為及安全的動作
協調與控制	身-2-1	安全應用身體操控動作, 滿足自由活動及與他人合作的需求	身-2-2	熟練各種用具的操作	身-2-3 熟練並養成健康生活習慣
組合與創造	身-3-1	應用組合及變化各種動作, 享受肢體遊戲的樂趣	身-3-2	樂於善用各種素材及器材進行創造性活動	

資料來源: 教育部, 2017。

幼兒園課程與教學品質評估表中，也為大肌肉遊戲類別劃分身體技能類以及綜合技能遊戲類，以下研究者簡單整理：

表 2-5 大肌肉遊戲類別

各項身體技能類	綜合技能遊戲類
(1) 徒手活動類	(1) 循環體能遊戲:綜合運用以上體能遊戲
A. 走:走直線、曲線、往前往後走、走迷宮	(2) 鬆散遊戲材料
B. 跑:跑步、快跑、折返跑、障礙跑	A. 自然素材與回收物品的直接操作: 輪胎、木梯
C. 爬:身體爬行、匍匐前進	B. 自然素材與回收物品的間接使用: 寶特瓶裝水、竹竿及竿子障礙物
D. 跳躍:向前跳、雙腳跳、單腳跳、跳房子	(3) 音樂遊戲
E. 翻滾:側翻滾、前後滾、翻筋斗	A. 律動
F. 旋轉:身體各部位轉動、上下前後轉	B. 舞蹈:竹竿舞、舞龍舞獅
(2) 固定式器材操作類	C. 模仿動物行為動作
A. 爬:攀岩、爬竿、爬樓梯、鑽洞、鑽籠	(4) 團體遊戲:大風吹、木頭人…
B. 跨越:走木樁	
C. 懸重:單槓、雙槓、拉環	
D. 協調:溜滑梯	
E. 平衡與擺盪:蹺蹺板、鞦韆、索橋、繩橋、吊橋	
(3) 移動式器材操作類	
A. 跳:跳繩跳、呼拉圈、跳橡皮筋	
B. 拉推:拔河、拉推車、推大龍球	

- C. 協調:搖呼拉圈、打陀螺
- D. 平衡與擺盪:搖木馬、平衡木、平衡球
- E. 騎乘: 妞妞車、滑板車、划步車
- F. 球類:接球、滾球、踢球、打球

資料來源: 教育部, 2021。

幼兒園課程大綱及幼兒園課程與教學品質評估表 2021 版本皆為大肌肉活動領域能力及學習面向、類別給予明確的指標及說明，故在設計身體動作活動課程按照順序及階段性發展課程，讓幼兒動作更靈敏、對身體運動興趣。

貳、教保服務人員實施身體動作課程

一、教保服務人員實施身體動作所需的專業能力

沈柏吟（2017）研究顯示幼兒園課程逐漸由教保服務人員設計課程，教保服務人員具備身體動作課程須具備專業能力。研究者蒐集相關文獻整理出以下表格

表 2-6 教保服務人員身體動作課程專業能力

研究者及年代	論文題目	身體動作課程專業能力
賴品如（2015）	台北市公立幼兒園教保服務人員實施身體動作與健康領域課程專業能力	1. 實施教學能力 2. 課程設計能力 3. 設備運用能力 4. 教學評量能力
朱鳳嬌（2017）	台北市幼兒園實施身體動作與健康課程現況及專業能力	1. 專業技能 2. 專業知識 3. 專業成長

周姵吟 (2017)	建構幼兒體能教學專業課程	<ol style="list-style-type: none"> 1. 發展與保育 2. 動作教育 3. 健康與安全 4. 體能活動設計與指導 5. 身體動作與健康教材教法 6. 體能與律動 7. 體能環境設計實務 8. 體能發展與學習評量 9. 幼兒認知發展 10. 幼兒遊戲與理論運用 11. 動作觀察記錄與分析 12. 創意課程設計與實務
吳盈瑩 (2020)	高雄市幼兒教保服務人員實施 大肌肉活動課程專業能力調查	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課程設計能力 2. 實施教學能力 3. 設備運用能力 4. 教學評量
駱建樺 (2021)	新北市教保服務人員實施身體 動作課程設計之研究	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解幼兒的身體發展知識 2. 課程設計能力 3. 實施教學能力 4. 教學評量能力
劉姍姍 (2021)	教保服務人員實施幼兒出汗性 活動專業能力與教學困境之相 關研究	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課程設計能力 2. 教學執行能力 3. 場地設備運用能力

資料來源:研究者彙整

研究者歸納上述學者研究，將教保服務人員專業能力區分以下幾點：

1. 幼兒身體發展重要性

幼兒的身體活動是根據其身心發展特性及社會現況的需要，以「運動為主體、遊戲為方法、教育為指導」，培養幼兒身心發展的基礎能力為目標（林風南，1988）；為了順應幼兒身體發展原則及順序，也為了促進幼兒生心理發展、提高幼兒對運動興趣，身體動作課程進度表擬定符合幼兒發育循序漸進，因此課程進度表主要規劃者就相對重要（朱鳳嬌，2017）。

2. 專業課程設計能力

幼兒對動作展現或自我行動能力的感覺及控制良好，就比較願意將運動視為生活的一部分。基本動作技能會隨著幼兒成長自然成就。動作能力會隨著幼兒成長而成熟，但，動作成熟只是幼兒能表現出動作的最低程度。如果缺乏指導、練習及鼓勵，幼兒即無法學習用於運動和終生活動的重要技能（楊金寶，2020）。研究中，有無休息幼兒體能之高雄市教保服務人員有參與幼兒體能研習之教保服務人員在課程專業能力優於無參與幼兒體能研習之教保人員（吳盈瑩，2020）。幼兒的身體發展相關知識、安全是大家重視一環，在教學原則中安全原則為首要目標，亦提到課程設計亦須適齡、樂趣、多樣化。

3. 有效的推展教學能力（駱建樺，2021）

賴品如（2015）指出教保服務人員具有相當的專業能力對於現場課程較不產生困難，現場老師也應變化教學方法讓課程更有趣提升幼兒學習興趣。

4. 教學評量能力

賴品如（2015）駱建樺（2021）設計多元化教學評量包含教師教學省思及幼兒的參與過程，亦指出教師在身體動作課程所需的專業能力中教學評量方面偏弱，建議教保服務人員在此方面多進修，也藉由評量了解課程成效作為下次

修正的依據。

第三節 出汗性大肌肉活動課程內涵與現況

幼兒教保及照顧服務實施準則明訂幼兒園每日應提供幼兒 30 分鐘以上之出汗性大肌肉活動時間，活動前、後應安排暖身及緩和活動。除此，出汗性大肌肉活動亦被列為每日例行性活動。透過幼兒教育於身體動作課程的重視及實施，幼兒的大肌肉活動之身體動作活動課程設計成為教保服務人員的重要課題之一，本節主要針對出汗性大肌肉活動教學課程設計研究之相關文獻，針對其課程內涵、實施現況加以探究，其詳述如下：

壹、出汗性大肌肉活動教學課程內涵

出汗性大肌肉活動教學指的是幼兒園教保服務實施準則中所規定的每天 30 分鐘出汗性大肌肉活動，屬於幼兒園例行性活動。為強化新陳代謝功能，強健骨骼肌肉，活動時間須持續 30 分鐘不分段進行，主要透過長時間持續有氧運動促進新陳代謝及骨骼肌肉發展，使幼兒擁有健康的體能及體態。教保服務人員需為該時段進行課程規劃。除了觀察幼兒身體動作發展外，須適時引導幼兒，調整不同活動類型與方式，以充分發揮 30 分鐘出汗性大肌肉活動之目的（教育部，2017）。

大肌肉活動是活動時區分活動的性質，將身上的肌肉區分為大肌肉與小肌肉。而大肌肉範圍係指身體中胸肌、潤背肌、大圓肌、斜方肌、旗直肌、股四頭肌、腓腸肌、縫匠肌、肱二頭肌、肱三頭肌等且能發出強大的肌肉，因此所謂大肌肉活動是指使用發出較大肌肉的身體活動（教育部，2018）。

幼兒園教保活動課程大綱所指之大肌肉活動包含穩定性、移動性及操作性動作技能，透過身體動作和用具操作面向提供幼兒學習的機會（教育部，2017）。

綜合上述，幼兒藉由身上的大肌肉透過活動、運動、遊戲中發展穩定性、移動性及操作性動作的技能練習，藉由身體動作和用具操作靈活掌握身體自主

行動。

貳、出汗性大肌肉活動教學實施現況

實施出汗性大肌肉活動類型很多，除了各項常見體能運動外，晨間律動、戶外遊戲、各項身體伸展活動等皆為運動，教師在實施出汗性大肌肉活動同時，也須依照園所各種條件、幼兒的生理發展、有趣的課程方式及搭配各類型方式進行方能有效的實施。

表 2-7 研究者整理實施幼兒園大肌肉活動實施現況

研究者及年代	論文/期刊題目	大肌肉活動實施現況
張鳳菊 (2010)	幼兒運動遊戲課程實施現況與 阻礙因素之研究	1. 實施課程的歷程 2. 課程人數 3. 每節課班級數 4. 每週實施課程的次數 5. 實施每堂課程分鐘數 6. 實施的地點 7. 實施課程的面積 8. 實施課程進度表規劃及 教材來源 9. 師資來源. 證照. 育程 度. 在職進修 10. 目前幼兒園的教材資 源及教學效能
許美蓉 (2015)	幼兒園身體動作與健康領域實 施現況與阻礙因素之研究	1. 每節課班級數 2. 每週實施課程的次數 3. 實施每堂課程分鐘數

		<ol style="list-style-type: none"> 4. 實施課程的時段 5. 實施課程的場地設施 6. 實施課程進度表規劃及教材來源 7. 師資來源, 證照, 育程度, 在職進修 8. 對於實施 30 分鐘大肌肉活動之政策想法
沈柏吟 (2017)	臺南市國民小學附設幼兒園教保服務人員實施大肌肉活動現況探討	<ol style="list-style-type: none"> 1. 授課者 2. 最常實施場域 3. 每週 實施次數 4. 每次實施時間 5. 最常實施時段 6. 課程設計 7. 教學能力 8. 設施設備 9. 運用能力 10. 教學評量
林佳慧 (2018)	臺北市公立教保服務人員實施大肌肉活動之教學困境及專業成長之需求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教學年資 2. 幼兒規模 3. 專業背景 4. 教師職務 5. 在職進修
劉姍姍 (2021)	教保服務人員實施幼兒出汗性活動專業能力與教學困境之相	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課程設計能力 2. 教學執行能力

	關研究	3. 設備運用能力 4. 教學評量能力
黃永寬 (2007)	幼兒運動遊戲課程實施概況之探討	1. 實施課程的歷程 2. 最常實施場域 3. 每週實施次數 4. 每次實施時間 5. 每節實施的班級數 6. 師資來源, 證照, 教育程度, 在職進修 7. 課程規劃情形
許美蓉 黃永寬 (2015)	公立幼兒園教師實施 30 分鐘大肌肉活動現況-以七位老師為例	1. 時間安排 2. 教師對 30 分鐘大肌肉活動的認知 3. 30 分鐘大肌肉活動內容的設計
黃雅玲 黃永寬	實施身體動作與健康領域活動教學原則之現況研究	1. 協助及提醒幼兒遵守共同建立的安全活動規則 2. 活動空間 3. 自然的引導幼兒覺察模仿及協調控制的動作技能 4. 提供充足的活動時間, 注意觀察幼兒的體能適應狀況 5. 鼓勵幼兒展現肢體, 並樂於參與身體動作的集體

資料來源：研究者彙整

綜合上述整理實施幼兒園大肌肉活動實施現況，目前現況大致分成課程方面、教師方面、空間方面及教材器械方面，歸納說明如下：

1. 課程方面：

有效的課程教學對幼兒而言是重要的。在實施大肌肉活動課程方面實施課程歷程、每週實施課程的次數、實施每堂課程分鐘數、實施課程進度表規劃及教材來源、課程設計重視幼兒身體發展、30 分鐘大肌肉活動內容的設計皆是實施現況所考慮的因素，但實施中仍有困難，主要原因是當主題課程或單元課程正進行時，無法將時間切割出來單獨的實施大肌肉活動，因為會影響其他活動或是課程的進行。所以每日能實施大肌肉活動的時間長度是不一定的，甚至有可能因此而沒辦法實施，與身體動作與健康領域教保活動實施的原則有落差。

2. 教師方面：

師資來源、老師的證照、教育程度、在職進修、教師對 30 分鐘大肌肉活動的認知、鼓勵幼兒展現肢體，並樂於參與身體動作的集體創意活動，是教師方面實施課程現況的重要因素。教師若認知上認同且重視幼兒每日實施大肌肉活動課程，將提升自己能力而利用課餘時間進修、研習、考取專業證照，課程中也將規劃有系統且有趣的活動提升幼兒身體動作能力，教師缺乏事前的活動設計，易造成幼兒不喜愛運動甚至可能會有運動傷害。

3. 空間方面：

幼兒園實施大肌肉活動課程空間區分為室內活動空間及戶外活動空間，研究顯示足夠的空間減少幼兒攻擊行為。故在幼兒園實施出汗性大肌肉活動課程中，實施的地點、實施課程的空間面積、以及當天此節課所使用班級數的現況

可能所面臨的問題。活動場地中，確認活動空間合宜可用、事先劃分界線、檢視是否通風、地面有無坑洞或留有未收拾的物品。與幼兒共同建立活動界線，以區分個人與整體的活動空間。

4. 教材/器材方面：

目前每一間幼兒園園所內的教材皆非相同，其中也會因園所不同，提供不同的教學器材影響教學效能。園內中若有較多的器材，不僅在大肌肉活動課程中有較多的豐富課程變化也增加幼兒喜愛活動。若園所教材及器材少，甚至因校園空間小不採購任何運動教材及器材，每天僅跳跳律動、或簡單的課程帶過也將可造成幼兒不喜歡運動或不愛運動。

第四節 實施出汗性大肌肉阻礙及困境

身體動作指的是靈活掌握身體自主的行動，而健康則是促進身體、心理及社會幸福感完好狀態的積極作為，有足夠的時間實施出汗性大肌肉活動帶給孩子美好的幸福感（楊金寶，2017）。本節主要針對出汗性大肌肉目前實施現況、阻礙及相關因素之相關文獻加以探究，其詳述如下：

壹、阻礙及困境的概念

Lewin（1951）最早提出阻礙一詞，他以社會心理學說明個人的行為受到內、外在各種環境影響。「阻礙」一詞相關研究中阻力，障礙、阻礙生產力的發展、是指在生活或者做事情當中，遇到人為或者自然阻擋的事情，阻擋住使不能順利通過或發展。本研究所探討的阻礙因素即採用阻止、妨礙的意涵。

貳、影響教保服務人員實施幼兒出汗性大肌肉活動之阻礙因素

幼兒園教保活動課程大綱（2017）正式發布之後，身體動作成為單獨領域也是排列第一領域顯為重要（翁麗芳，2017）。幼兒教保及照顧服務實施準則第8條中明訂，幼兒園每日應提供幼兒30分鐘以上之出汗性大肌肉活動時間。幼兒園課程與教學品質評估表中大肌肉遊戲區指標及層級也給予許多的方向與建

議。幼兒園評鑑指標細項中也提及每日應規劃連續 30 分鐘以上之幼兒出汗性大肌肉活動時間。因此各幼兒園也依循著各項指標進行與實施。但身為現場老師的我，知道幼兒園除了了解孩子的各種情況還必須在各項課程下功夫，在每日緊湊的時間下執行大肌肉活動課程時，往往有許多無預期的因素，也成為課程阻礙的因素。

表 2-8 研究者整理實施幼兒園大肌肉活動影響因素及阻礙因素

研究者及年代	論文題目	大肌肉活動課程阻礙因素
張鳳菊 (2010)	幼兒運動遊戲課程實施現況與阻礙因素之研究	1. 經費來源 2. 課程資訊 3. 場地設備 4. 重要他人
許美蓉 (2015)	幼兒園身體動作與健康領域實施現況與阻礙因素之研究	1. 場地 2. 設備 3. 課程資源 4. 教師專業 5. 個人意願 6. 人際互動
傅雅琪 (2016)	幼兒園教保服務人員無法落實大肌肉活動之現象	1. 場地 2. 設備 3. 課程資源
沈柏吟 (2017)	臺南市國民小學附設幼兒園教保服務人員實施大肌肉活動現	1. 教師專業

況探討

林佳慧 (2018)	臺北市公立教保服務人員實施大肌肉活動之教學困境及專業成長之需求	1. 場地 2. 設備 3. 課程資源 4. 教師專業 5. 個人意願
陳冠瑾 (2019)	臺北市公立幼兒園身體動作課程實施現況與阻礙因素之研究	1. 場地 2. 設備 3. 教師專業
駱建樺 (2021)	新北市教保服務人員實施身體動作課程設計之研究	1. 課程設計 2. 教學 3. 教案
劉姍姍 (2021)	教保服務人員實施幼兒出汗性活動專業能力與教學困境之相關研究	1. 內控因素 (專業知識、技能、經驗、課設設計等等) 2. 外空因素 (進修、器材、空間、經費、場地等等)

資料來源:研究者彙整

綜合上述整理實施幼兒園大肌肉活動影響因素，最主要的阻礙因素，歸納說明如下：經費來源、課程資訊、場地設備、教師專業、個人意願、人際互動

1. 經費來源：

目前市面上的器材大都昂貴，園所需有足夠的經費且有編列採購項目園所才有意願採買。

2. 課程資訊：

市面上實施出汗性大肌肉活動課程，亦或園所的教材缺乏器具的介紹、缺乏交流討論機會、缺乏進修及教學評量的機會。

3. 場地設備：

園所場地過於狹小、空間不足無其他適合的空間可代替，實行大肌肉運動實施相對困難。

4. 教師專業：

教師教育程度高或較常研習進修，大肌肉活動時間教學顯著較佳；教育程度中等或不常進修、研習則面臨較多的困境及阻礙。

5. 個人意願：

喜愛實施出汗性大肌肉活動的教師，相對喜愛這方面課程設計、專研此方面課程；反之教師平日業務繁忙、不喜愛、不重視實施出汗性大肌肉活動課程教師，缺乏課程設計能力、幼兒園課程大綱中身體動作領域認知不足、不了解幼兒身體動作發展、擔心幼兒受傷不安全等因素而阻礙大肌肉活動課程實施。

6. 人際互動：

因家長、同儕、家長等人為因素阻礙大肌肉活動課程實施。包含幼兒來園時是否穿著合適的服裝、家長是否支持、同班老師是否願意協助配合、幼兒身體狀況及喜愛運動的程度。

綜合上述，實施幼兒大肌肉活動課程阻礙分析，可以得知在幼兒園實施大肌肉活動會因為許多的影響面向而有所阻礙，在政府大力推動幼兒在幼兒園每日應提供幼兒 30 分鐘以上之出汗性大肌肉活動時間，也需要幼兒園教師充分的支持與了解幼兒身體發展、專業課程的設計、不斷的研習進修還要排除各項困境，幼兒才能充分獲得良好課程。

許多大肌肉活動相關文獻中皆提到教學現場困境中遇到經費來源、課程資

訊、場地設備、教師專業、個人意願、人際互動之阻礙，作者在現況中也遇到相同的影響，除此也在現況中遇到幼兒特殊狀況、教學現場課程、家長及協同教學、課程參考資源及進修資源等因素影響教學，因此將相關因素一併加入研究探討。





第三章 研究設計

本研究欲探討公立幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動現況研究，經第二章針對幼兒大肌肉動作發展、幼兒大肌肉身體動作課程、出汗性大肌肉活動課程內涵及現況及阻礙及困境進行相關文獻探討後，本章將討論研究方法。本研究先探討公立幼兒園大肌肉活動之相關文獻 已形成研究理論基礎，並確立研究架構、研究假設及設計適切之訪談大綱，採取質性研究，研究者透過半結構式訪談大綱作為訪談的工具，對公立幼兒園教保服務人員及幼兒進行訪談。透過蒐集教保服務人員平日在實施大肌肉活動現況及遭遇之困境現況，整理歸納並分析他們的看法和意見，以做為將來幼兒園實施出汗性大肌肉活動政策上的參考；也期盼藉由教育現場中真實現況的資料促進未來其相互間的有效溝通、相互交流及共同合作。本章一共分為四節：第一節為研究方法；第二節為研究對象；第三節為研究工具；第四節為研究倫理與信賴度。

第一節 研究方法

本研究採用質性研究來進行研究，質性研究中，研究者即是工具。質性方法之可靠性，則甚大程度取決於從事實地工作者之技巧、職能和嚴謹性；以及研究者生命中發生而可能分散其注意力的事件（吳芝儀、李俸儒，2008）。質性研究一詞相對於量化研究，是社會科學研究中廣泛運用於收集資料的方法之一。意指非由統計程序或其他量化方法來獲得研究發現的任何類型研究，其研究問題並非採用操作性的變項來設計，而是以情境中複雜的主題來探討。（國家教育研究院）。一般說來，質的研究有下列五個特徵：是以情境為基礎的研究、研究者是資料蒐集的主要工具、研究的重點在歷程的描述、強調資料的分析與歸納、重視事件本身的意義（吳明清，2001）。王文科、王智弘（2007）指出研究者針對現象，蒐集資料將資料組織並以組織，並以觀念、假設或類別定義對照，予以考驗，即將資料抽象化。質的研究是自然探究的主要焦點，質性研

究可在參與者已被隨機分派為實驗組和控制組實驗中蒐集。也就是說，研究者藉由肢體的接觸親自從自己所要研究的環境中接近所研究的人們蒐集和資料詮釋，研究現象締造可信度、信賴的、真確的且平衡高品質資料為目標。(吳芝儀、李鳳儒，2008)。也因為此特性，研究者可以在自然情境脈絡下，從現場的關係架構中，統整、歸納出事件發生的連續關係和意義，注重被研究者的觀點，利用文字描述出被研究者的內在觀點，認為研究者應該向他們學習觀看世界的方式，不做價值性的判斷，進而對自己的價值觀產生新的覺知，是一個人性化、彈性化的研究工具(黃瑞琴，2010)。質的研究方法優勢，詳盡且有足夠的深度，能看到標準化測驗所看不到的現象也較開放性，能發展新的理論，找出過去文獻或研究所忽略的現象，協助人們從更廣的視野看待研究及世界而不會侷限於過去所得研究發現，可以避免主觀先見。(田秀蘭，2006)。質的最大特徵是研究者在研究過程中，注重實地考察、從社會事件參與者的視角來獲得對社會現象的感知，而不是以旁觀者的視角來進行研究、廣泛並深入地參與所研究的社會事件，而不是獨立在所研究的社會現象之外、謀求對社會現象背後所蘊含的意義的深入理解，因而相對量化研究來說進行更多更深的闡釋、盡可能廣泛地收集數據，注重對現象的全面了解，而不是研究孤立的預先設定的個別變數、承認研究者自身的主觀性而不刻意掩蓋，並在研究報告中陳述個人經歷以及觀念供讀者鑒別反思自身。研究者自身也是所研究的社會現象的一部分，反思自身也可以是研究的一部分。對理論的敏感性，即數據的收集和分析不僅僅關注技術層面而是要兼顧到方法論的全盤考慮，也就是說要考慮到以上的各項特徵的融合。(李佳潔，2013)。

基於上述可知，本研究欲深入了解公立教保服務人員實施出汗性大肌肉活動中，了解幼兒於出汗性大肌肉課程活動中遇到的問題、教保服務人實施出汗性大肌肉活動教學現況及困境，以研究主題取向而言，採用質性研究方法是較恰當的，藉此可以了解教保服務人員的觀點、內心世界和經驗，同時在研究過程中，透過教保服務人員的價值觀，研究者可以產生新的覺知，進一步深入了

解新北市教保服務人員的內心真正的感受，統整、歸納出其意義，以做為資料分析的依據。本研究採用質性研究中的深度訪談法（in-depth interview）來進行研究，使用自編的訪談大綱，對受訪者進行面對面問題討論，由訪談過程中，了解教學者在實際教學過程中經驗及想法，訪談資料大部分取決於訪談者。在訪談進行之前，研究者根據研究的問題與目的，設計訪談綱要，做為訪談引導方向，訪談時以訪談內容為主，但在進行訪談過程中，訪問者在問問題的方式上採取開放式問題，讓受訪者在受訪過程中充分的表達其想法與情感。

研究者以公立幼兒園之 6 位教保服務人員及 10 位幼兒為受訪者，其中包含 3 位教保員、2 位教師、以及 1 位教保員兼組長；2 位中班幼兒、8 位大班幼兒。依本研究之研究目的，設計出「教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之評估訪談大綱」（如附錄一）、「教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱」（如附錄二）調查及訪問新北市公立幼兒園教保服務人員及幼兒實施出汗性大肌肉活動現況及困境之意願，希望從教保服務人員自身的觀點與經驗，了解目前新北市實施出汗性大肌肉在教學現場的實施情況。本研究以訪談方式進行資料蒐集，作者於訪談前皆親自與訪談者教保服務人員及受訪幼兒之家長聯繫，向受訪者及家長解釋研究目的與受訪者的權利，徵求其同意並簽訂參與訪談同意書及家長同意書（如附錄三、附錄四）。在面對面訪談過程中，研究者抱持著尊重的態度，營造和諧開心的訪問氣氛、仔細傾聽受訪者的經驗以及感受，不隨意加以論斷，並將受訪者的一些非語言訊息、狀態描述、感受見解、特殊事件等重要訊息先以筆記記錄下來，再輔以錄音器材錄下訪談內容，事後將錄音檔轉成逐字稿並讓受訪者檢視驗證，希冀經由與教保服務人員及幼兒的分享和討論，得以對教保服務人員對實施出汗性大肌肉活動激盪出更多的思考與深入的觀點。

第二節 研究對象

以下將針對本研究 6 位教保服務人員及 10 位幼兒受訪者及逐一簡介之：
本研究調查主要是以 111 學年度 6 位公立幼兒園教保服務人員及 10 位公立幼兒園之幼兒為受訪者（如表 3-1、表 3-2），包含 3 位教保員、1 位教師、1 位代理教師以及 1 位教保員兼組長，一共有 6 位教保服務人員。訪談過程，研究者藉由課餘時間以電話及面對面訪談的方式，來瞭解新北市公立幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動現場狀況及困境，因此研究者先以電話或親自碰面方式，將本研究之目的及方法，向 6 位教保服務人員及 10 位幼兒之家長說明，並邀請他們接受訪談。在獲得首肯之後，研究者隨即將訪談大綱當面給予以教保服務人員及受訪幼兒之家長可以預先清楚及了解訪談內容，並且約好面對面訪談時間，期待能有更深入的了解及探究主題。

本研究為顧及受訪者的隱私，將受訪對象一律以代號處理：新北市公立幼兒園組長、教師、教保員依序編號為 T1、T2、T3、T4、T5、T6 共六位教保服務人員；新北市公立幼兒園幼兒依序編號為 K1、K2、K3、K4、K5、K6、K7、K8、K9、K10 共 10 位幼兒，為了讓讀者對本研究受訪者的背景有基本的認識，茲將受訪者相關背景資料整理如表 3-1、表 3-2。6 位受訪的教保服務人員皆是女性，4 位取得幼兒園教師合格證。在教學年資上有：3 位為 6-10 年，有 3 位為 1-5 年。

表 3-1：受訪教保服務人員背景一覽表

代號	性別	年齡	教育程度	年資	現職稱謂
T1	女	42	學士	7	契約教保員兼組長
T2	女	29	學士	3	代理教師（在目前學校代理 2 年）
T3	女	38	學士	10	契約教保員

T4	女	24	學士	1	教師
T5	女	27	學士	4	契約教保員
T6	女	27	學士	4	契約教保員

資料來源：作者自製

- 1.訪談個數：共 6 位
- 2.性別：6 位女性。
- 3.年齡：分布在 24-45 歲。
- 4.教育程度：6 位為學士。
- 5.任教年資：2 位教師 4 位教保員；其中有 3 位教保服務人員的年資為 1~5 年，3 位教保服務人員年資為 6~10 年。4 位有教師證。
- 6.現職描述：6 位皆為中大班混齡教師。

表 3-2：受訪幼兒背景一覽表

代號	性別	年齡	在校年資	班級名稱
K1	男	6	2	大班
K2	男	6	1	大班
K3	女	5	2	大班
K4	女	5	3	大班
K5	男	6	3	大班
K6	男	6	2	大班
K7	男	5	2	大班
K8	女	5	3	大班
K9	女	4	2	中班
K10	女	4	2	中班

資料來源：作者自製

- 1.訪談個數：共 10 位，5 位男學生，5 位女學生。
- 2.年齡：2 位 4 歲， 4 位 5 歲，4 位 6 歲。
- 3.就讀年級：8 位大班，2 位中班。

第三節 研究工具

首先，藉由文獻探討以及對現況的初步了解，研究者擬出一份訪談大綱，在與本研究之指導教授討論訪談大綱（如附錄一、附錄二）之後並依所提意見修改訪談內容，讓訪談大綱的問題更符合本研究之目的。編擬訪談大綱的目的，是希望受訪的教保服務人員及受訪的幼兒在訪問者的訪問下，除了讓思緒更明確外，也能同步提供給受訪者，讓他明白這個訪談的目的，會更容易進入狀況，除此，能在不偏離本研究主題之下，自由描述其經驗及想法。在訪談過程中，對於受訪者的狀況描述、心理狀態以及感受見解簡略的紀載，於訪談結束立即將當天所撰寫之摘要，配合錄音檔將逐字稿完成。

壹、研究工具

本研究為質性研究，所使用的工具有：新北市公立幼兒園教保服務人員實施出汗性大肌肉活動情形訪談大綱研究者自編「教保服務人員實施出汗性大肌肉活動之評估訪談大綱」（如附錄一）及「教保服務人員實施出汗性大肌肉活動評估幼之兒訪談大綱」（如附錄二），訪談綱要內容包括：

一、教保服務人員：

- （一）教保服務人員基本資料：主要重點在了解教保服務人員的學經歷、證照有無、工作年資情形。
- （二）教保服務人員實施出汗性大肌肉活動情形：了解教保服務人員於現場實施出汗性大肌肉活動的評估情形。
- （三）教保服務人員實施幼兒園出汗性大肌肉活動困境：了解教保服務人員在教學現場實施出汗性大肌肉活動影響教保服務人員的評估情形。

二、幼兒相關情形：

(一) 幼兒參與大肌肉活動課程的評估情形。

(二) 開放性問題：以開放性問題讓受訪者發表。經訪談後，了解實施出汗性大肌肉活動教學現況及所遇到的問題狀況情形、課程需求及再調整之處。

研究者在質性研究中，研究者本身即為研究工具過程中保持中立態度，將所得資料整理與分析進行編碼。研究者本身亦是現場教保服務人員，深深體會實施出汗性大肌肉活動課程對幼兒重要性。更易從受訪者的角度了解教保服務人員實施出汗性大肌肉課程評估情形及需求，這也使得研究者訪談時更能貼近受訪者的內心世界，而得到更趨近於事實的資料。

第四節 研究資料蒐集與分析

本研究為質性的個案研究，目的在探究，教保服務人員實施出汗性大肌肉課程評估？教保服務人員實施出汗性大肌肉課程困境？幼兒參與大肌肉課程現況？主要研究方法為訪談、課室觀察與書籍文獻等資料，加以整理分析，研究工具主要是自編的訪談大綱及課室觀察記錄表等。

壹、資料蒐集

一、訪談

訪談對象經由研究者邀請與確認，選擇有相關、有意願的教保服務人員及受訪幼兒之家長接受訪談。作者訪談前事先與受訪者確認受訪時間、地點。每位訪談時間為 40~60 分鐘，視訪談狀況增減時間，訪談大綱在訪談前三天，提供給受訪者及受訪幼兒之家長，請受訪者事先蒐集相關資料。本研究的文本資料以開放式訪談法，訪談題目以預先設計好的訪談大綱來進行。訪談過程中採用個別且面對面訪談方式，蒐集受訪教保服務人員及幼兒，實施出汗性大肌肉活動之想法及作法，從中探究教保服務人員實施出汗性大肌肉活動之現況。訪談過程中，避免受訪者偏離主題、避免資料的遺漏，使用錄音筆記錄訪談的內容並輔以筆記本做記錄，訪談狀況依受訪現況彈性調整，過程中，如果發現

值得探究的問題或現象，會進一步加以詢問或列為下次訪談的內容。訪談結束後，若發現資料有缺漏的情形，則再輔以追蹤性的電話訪談。

二、課室觀察

為了探究大肌肉活動課程，研究者在取得受訪教師及幼兒同意後，約定時間參與相關課程，以觀察學習情形為主，觀察時除了以觀課記錄表紀錄，並於觀察結束，檢視教學錄影，以求觀察資料的正確性。

三、書籍文獻

為了充實研究內容，蒐集相關書籍文獻、相關學位論文、網路相關報導及資料、期刊文獻等，與訪談紀錄交互驗證，從中探究教學場域發生的各種情況，讓研究資料更加豐富。

貳、資料處理與分析

以下就資料的處理、資料編碼方式加以說明：

一、資料的處理

訪談紀錄是本研究最重要的資料來源，在實施訪談後，研究者以即時處理為原則，盡可能當天進行逐字稿的繕打工作，繕打過程中也盡可能保留受訪者的語氣，繕打後送交受訪的教保服務人員及受訪幼兒之家長確認繕打資料是否正確，有沒有扭曲原意，有不正確或不清楚的部分加以修改，以求資料的正確性，最後配合觀課記錄與書籍、文獻，針對研究主題做深入的探討。透過不斷地省思、檢視與質問，確認這些主題是否真的回答了研究問題？達成了研究目的嗎？

二、資料的分析

作者將訪談內容、問卷資料及相關文獻內容整理後，依本研究的目的歸納整理，並加以分析，以多方面角度探討及驗證，了解現今教學現場中教保服務人員實施出汗大肌肉課程現況及困境，以獲得更準確真實的有效資料。

研究者將彙整訪談所得主題資料與指導教授重覆討論與修改，最後完成歸

納、彙整出結論，期望對未來新北市公立幼兒園教保服務人員對實施出汗性大肌肉活動課程提出建議。

第五節 研究倫理及信實度

「研究」和「倫理」兩個面向來定義。「研究 (research)」一般係指有系統地利用科學方法規劃、設計和蒐集資料，並將資料進行分析和詮釋的過程；目的則是為了探求特定問題的答案。至於「倫理 (ethics)」是指個體在某一社會脈絡及歷史情境下，其主觀行為應遵循的客觀準則和規範 (張作為，2007)。由此可知，倫理是透過理性的態度探討人類的行為，並為其歸納出普遍適用之準則，藉以約束人類的行為規範。(台灣學術倫理教育推廣資源中心)。研究倫理之目的在於，透過對於這些公共道德爭議的釐清與相關規範的建立，讓研究本身不僅是在充分尊重被觀察對象、參與者、實驗對象的權益之情況下進行，且是在可被公眾信賴的基礎上持續進展，以善盡研究者對於研究參與者個人、社群與社會的責任。(國立成功大學人類研究倫理治理架構)。

研究信實度為研究的信度、效度 源自傳統實證主義 (Positivism) 對量化研究結果可信、有效的判定標準，強調研究的客觀性與嚴謹度，因此亦被運用以檢視質性研究 (姚美華、胡幼慧，2009)。

壹、研究倫理

本研究是針對一所個案學校進行研究，因此遵守下列幾個原則：

一、匿名為原則：

確保研究資料的隱密性，可使用代號、匿名，確保資料不外洩。

二、中立為原則：

研究進行要中立觀察，研究結果要做客觀、正確的分析及詳實報導。

三、和諧原則：

避免破壞研究現場的人事、結構與氣氛。

四、尊重原則：

誠實告訴研究對象研究目的和性質，研究結果不得作為非研究用途之用。

五、感同身受：

參與研究者在訪談中的情緒表達，研究者要能感同身受，一方面要能融入研究對象內心世界的情境中，一方面也要能保持客觀、中立及超然的立場。

六、尊重及保密原則：

訪談前，事先徵求受訪者同意才錄音，研究者不可以隨意將受訪者的個人意見和想法外泄，受訪者有權拒絕回答，對於訪談內容，以匿名方式處理。

七、資料正確與可靠原則：

訪談資料整理後，請受訪者確認，以避免誤解或不正確，力求資料的正確性與可靠性。

貳、研究信實度

為了提高研究信實度，採用以下幾點原則：

一、受訪同意權：

訪談前，事先徵求受訪者及受訪幼兒之家長同意，才進行訪談與觀察，隨後整理成逐字稿及觀察紀錄，真實反映研究情境。

二、建立信賴關係：

與研究對象建立良好的信賴關係，於訪談過程中營造美好的氣氛，並將訪談內容轉成逐字稿，委請受訪者加以檢視，以確認訪談內容並無與訪談對象之原意相違，以共同為本研究之可信賴度做檢定。

三、詳述研究目的：

在訪談過程中，研究者說明研究的目的、問題，協助受訪者清楚明白。

四、保留原始資料：

在訪談過程中，研究者徵得受訪者及受訪幼兒之家長同意，以錄音筆錄下訪談過程，保留原始資料。

五、客觀一致性：

在訪談過程中，研究者研究過程不斷省思，力求客觀論述，使用第一手資料，不做過度推論。

六、相關資料參考：

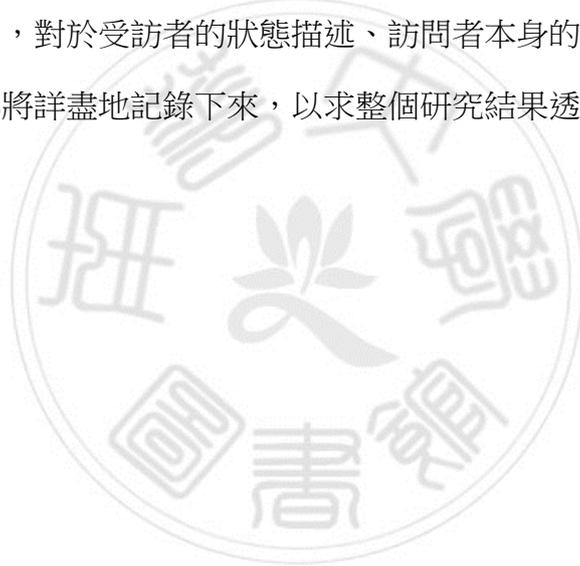
在訪談過程中，研究者配合書籍、文獻等資料呈現、互相比較，讓內容與現象的詮釋基礎穩固。

七、不斷省思及請益：

在訪談過程中，研究者重複閱讀、歸類，不斷地省思、檢視，透過向指導教授請益，提供可靠的資料。

八、結果透明化：

在訪談過程中，對於受訪者的狀態描述、訪問者本身的自我覺察、心理狀態以及感受見解都將詳盡地記錄下來，以求整個研究結果透明化。





第四章 研究分析與發現

本章節根據第一章所設定的研究目的訪談六位教保服務人員及十位幼兒，針對教保服務人員及幼兒所回答問題的答案，依獲得的資料由研究者根據訪談內容與研究問題假設分析並統整。將本章結果分成三個小節：第一節幼兒上出汗性大肌肉活動課程不感興趣的可能因素；第二節教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉活動心有餘而力不足因素；第三節幼兒園實施例行性出汗性大肌肉活動現況教學配置不足之因素。

第一節 幼兒上出汗性大肌肉活動課程不感興趣的可能因素

幼兒身體動作課程資源手冊提及長達 30 分鐘以上的身體動作課程，幼兒的學習動機是需要透過活動過程給予維持。若能適時增加活動趣味性，容易引發孩子的關注和參與，學習效果也將令人期待。(新北市政府，2021)。

確認幼兒實施出汗性大肌肉活動不感興趣因素前，與 10 位幼兒詢問最喜歡及最不喜歡的大肌肉活動為何？其訪談紀錄中提及最喜歡的大肌肉活動及最不喜歡大肌肉活動如下：

壹、 幼兒喜歡哪一類大肌肉活動？為什麼喜歡？

K1 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是騎腳踏車活動，因為騎腳踏車活動很像大人在騎摩托車感覺很帥氣，也喜歡快速的感覺。(K1，附錄五，99 頁，行 16-22。)

K2 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是彩色泡棉棒和三角錐一起玩，因為我曾經玩過彩色泡棉棒變成動物，三角錐當障礙物，我覺得很好玩。(K2，附錄五，101 頁，行 17-20。)

K3 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是水谷式器材的箱子，因為喜歡站高高的感覺，跳下來的感覺很有趣，很像小鳥飛起來。(K3，附錄五，103 頁，行 17-22。)

K4 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是水谷式器材的平衡木可以學習平衡。
(K4，附錄五，105 頁，行 17-22。)

K5 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是飛盤，因為可以和同學丟來丟去除了可以和同學丟來丟去外，還有喜歡和同學一起玩的感覺 (K5，附錄五，107 頁，行 17-22。)

K6 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是飛盤，因為可以和爸爸或同學互丟。有時候可以在戶外丟飛盤，所以是我最熱愛的運動。(K6，附錄五，109 頁，行 17-22。)

K7 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是拍球，我會邊跑步邊拍球唷。
因為我以後想成為籃球明星，所以我要常練習拍球。(K7，附錄五，111 頁，行 17-21。)

K8 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是躲避球。因為玩躲避球可以跑來跑去且打到不會痛，所以覺得很好玩。(K8，附錄五，113 頁，行 17-21。)

K9 幼：我最喜歡的出汗性大肌肉活動是跳房子數字遊戲，因為跳房子數字遊戲可以認識數字。(K9，附錄五，115 頁，行 17-21。)

K10 幼：我最喜歡的是和同學玩互丟球遊戲。因為丟球遊戲可以和好朋友一起玩。(K10，附錄五，117 頁，行 17-21。)

訪談時，欲了解幼兒目前於出汗性大肌肉活動課程中現況，故在受訪者十位幼兒中確認幼兒在平日運動經驗中最喜歡的活動為何，從十位幼兒提出最喜歡的活動統計出，幼兒喜歡球類佔 3 位，其中喜歡練習拍球是希望以後可以成為籃球明星、喜歡躲避球是因為打到不會痛、喜歡丟球是因為可以和好朋友互動；喜歡飛盤佔 2 位，因為飛盤可以和家人及同學互動；喜歡水谷式器材佔 2 位是因為可以想像鳥飛的感覺及學習平衡；喜歡跳房子數字遊戲 1 位因為可以

從中學習數字；喜歡彩色泡棉棒和三角錐佔 1 位，喜歡的原因是可以利用泡棉變成各種動物；喜歡騎腳踏車活動佔 1 位，喜歡原因是可以像大人騎摩托車一樣很帥氣。在多種類型的運動活動中，每一位幼兒都有偏愛的活動，然而在過程中發現幼兒喜愛的活動對於能發揮想像、能與人互動、不受傷、可以有認知學習的學習方式是幼兒最喜歡的大肌肉活動。

貳、 幼兒不喜歡哪一類大肌肉活動？為什麼不喜歡？

參、 十位幼兒訪談紀錄中提及最不喜歡的大肌肉活動如下：

K1 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是律動活動。因為律動這項活動會蹦蹦跳跳會流很多汗，有時候流汗很多連內褲都會濕掉了，我不喜歡內褲濕掉的感覺。(K1，附錄五，99 頁，行 23-30。)

K2 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是保齡球活動，因為球很重如果手不夠力氣的話，就會打不到保齡球瓶，我不喜歡沒有打到的感覺。(K2，附錄五，101 頁，行 21-28。)

K3 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺球，因為刺刺球脫襪子站在上面會搔癢的感覺讓我不舒服。(K3，附錄五，103 頁，行 23-28。)

K4 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是投球，因為投球時對準目標還是投不進去，一直不成功。(K4，附錄五，105 頁，行 23-28。)

K5 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺球，因為刺刺球走在上面時，會有不舒服的感覺。(K5，附錄五，107 頁，行 23-27。)

K6 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺球，因為刺刺球踩在上面會有點刺刺的，讓我覺得不舒服。(K6，附錄五，109 頁，行 23-26。)

K7 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺平衡木，因為平衡木踩在上面會有點刺刺、滑滑的，讓我覺得不舒服也怕跌倒。(K7，附錄五，111 頁，行 22-

25。)

K8 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是彩色泡棉棒，因為彩色泡棉棒很長，很容易打到人。(K8，附錄五，113 頁，行 22-25。)

K9 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是躲避球，因為躲避球被打到會很痛而且可能會跌倒。(K9，附錄五，115 頁，行 22-25。)

K10 幼：我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是踢球，因為踢球如果不小心會跌倒，腳和屁股會很痛。(K10，附錄五，117 頁，行 22-25。)

在十位幼兒最不喜歡運動中，刺刺球佔 3 位，不喜歡刺刺球的原因大都是因為在刺刺球上面會感到不舒服所以不喜歡；除了刺刺球另有三種球類幼兒不喜歡，有躲避球因為打到會很痛而且可能會跌倒、踢球可能會跌倒、投球對準目標還是一直投不進去失敗了；不喜歡保齡球 1 位中因為一直沒打到保齡球瓶；刺刺平衡木佔 1 位不喜歡的原因是站在上面感覺不舒服；彩色泡棉棒很長容易打到人佔 1 位不喜歡；律動佔 1 位因為會把衣服褲子用濕讓身體感覺不舒服。作者訪談過程中發現孩子，對於最不喜歡的大肌肉活動中，若讓自己的身體感到不舒服或容易受傷讓幼兒感到有痛覺，幼兒接受度最差，其次，若幼兒無法或不容易達成學習任務也較不受幼兒歡迎而因此不喜歡大肌肉活動。

叁、什麼原因幼兒不想參加大肌肉活動?如何解決?

作者在訪談幼兒的第三個問題中將幼兒不想參加大肌肉活動分成三項因素有：個人因素、不好的經驗、課程因素，作者將三因素分述如下：

一、個人因素有那些：

K1:早上有時候沒有吃早餐肚子會很餓沒有力氣會不想運動。解決方式：以後我會在家吃完早餐再來學校運動，這樣也會比較有精神。(K1，附錄五，99 頁，行 31-33。100 頁，行 1-5。)

K2:怕跑一跑腳扭到會受傷，我曾經有過一次因為跑一跑，結果腳扭到會痛而且很痛，所以我不喜歡運動。解決方式：以後我會小心一點。(K2，附錄五，101頁，行 29-33。102 頁，行 1-5。)

K3:其他小朋友有學過大肌肉活動而且他們會的而我不會，我害怕不成功，也害怕大家都會而我不會。解決方式：我要把不會的學會，但如果真的學不會我會放棄。(K3，附錄五，103 頁，行 29-33。104 頁，行 1-4。)

K4:如果身體不舒服我就會不想運動，曾經因為肚子痛不舒服而不想參加。解決方式：我會跟老師說我不舒服的地方，並請老師讓我休息。(K4，附錄五，105 頁，行 29-33。106 頁，行 1-4。)

K5:如果身體不舒服會讓我不想運動。曾經因為腸胃痛不舒服而不想參加。解決方式：我跟老師說我肚子痛無法參加運動。(K5，附錄五，107 頁，行 28-33。108 頁，行 1-3。)

K6:如果吃完點心跑的時候肚子會有點痛，我就會不想參加運動。曾經因為吃太飽肚子痛不舒服而不想參加。解決方式：我跟老師說我現在吃太飽肚子痛不舒服，並請老師讓我休息，休息等消化。(K6，附錄五，109 頁，行 27-33。110 頁，行 1-3。)

K7:一直學習但是都學不會，我就會不想參加運動。我一直學不會的是呼拉圈，曾經一直搖還是會讓呼拉圈摔下來，但沒辦法轉。有機會可以多練習，如果真的不會就不學了。以別的運動代替。(K7，附錄五，111 頁，行 26-33。112 頁，行 1-3。)

K8:別人很會玩的大肌肉器材，但是我怎麼學都不會我就會不想參加運動。一直學不會的是呼拉圈。曾經將呼拉圈拿來跳、當方向盤，但當要拿來搖呼拉圈時，都無法成功。解決方式：有機會試試看，不行就會放棄。(K8，附錄五，113 頁，行 26-33。114 頁，行 1-5。)

K9:我不想參加大肌肉通常是身體不舒服及腳痠，我就會不想參加大肌肉活動課程。解決方式：我會跟老師說我不舒服的地方，請老師讓我休息。(K9，附錄

五，115 頁，行 26-33。)

K10: 我不想參加大肌肉通常是沒睡飽、心情不好我就會不想參加大肌肉活動課程。解決方式: 我每天要早一點睡。(K10，附錄五，117 頁，行 26-33。)

訪談中，實施出汗性大肌肉活動因幼兒個人因素影響幼兒上課不感興趣因素有: 生理需求佔多數，其中身體不舒服有 3 位，肚子餓沒吃飽而沒活力佔 1 位，吃太飽不舒服佔 1 位，沒睡飽而心情不好無法參加大肌肉活動佔 1 位；安全需求怕受傷佔 1 位；成就需求中，若一直學不會或無法成功佔 3 位。以馬斯洛需求層次理論其中，生理需求佔多數，生理需求是級別最低但也是最重要，若能滿足此需求即從較低的層次逐級向上也會增加幼兒活動興趣。而心理層面較成熟的孩子已明瞭優秀及超越的觀念而有競爭的心理及成就的需求。若在活動過程中能從基礎練習並依照能力逐漸引導成功也能增加幼兒興趣而不使幼兒放棄。

二、不好的經驗有哪些：

K1: 大肌肉活動時，做了不好的事情。不愉快的經驗是被同學告狀。因為做活動碰到別人，自己摔倒很痛，別的小朋友皮膚變紫色有瘀青。解決方式: 我下一次會小心一點，注意旁邊有沒有人。(K1，附錄五，100 頁，行 6-16。)

K2: 大肌肉活動時，我碰到別人，但是我已經跟他說對不起，小朋友還是跟老師告狀，我被老師誤會，我跟老師解釋後老師就沒誤會我，我下一次會溫柔一點。(K2，附錄五，102 頁，行 6-16。)

K3: 不愉快的經驗是，老師很兇而不想參加大肌肉活動課程。不是這裡的老師很兇，是其他學校的老師。解決方式: 希望可以遇到溫柔一點的老師。(K3，附錄五，104 頁，行 5-14。)

K4: 不愉快的經驗是，我很認真參加大肌肉活動課程，但有些小朋友會一直推別人然後就受傷了，如果受傷了就不能來上學。解決方式: 希望老師向同學宣導不要衝動一直推擠，這樣才不會受傷。(K4，附錄五，106 頁，行 5-13。)

K5:我不愉快的經驗是，我騎腳踏車跌倒受傷了，不愉快的經驗解決方式，可以常常練習之後就不會跌倒受傷了。(K5，附錄五，108 頁，行 4-9。)

K6:不愉快的經驗是，不小心碰到別人身體，小朋友會告狀。解決方式：和小朋友保持適當距離。(K6，附錄五，110 頁，行 4-9。)

K7:不愉快的經驗是，玩器材時被小朋友告狀。譬如說:小布球要丟到另一邊，結果不小心丟到別人，同學向老師告狀。解決方式：丟的時候會注意對面的人，如果不小心丟到小朋友也會和小朋友說對不起。(K7，附錄五，112 頁，行 4-12。)

K8:不愉快的經驗是，運動時，不小心碰到別人，來不及向同學道歉就被同學告狀。譬如說:循環式運動排隊等待時可能會碰到同學，我還來不及道歉同學已經跟老師告狀，解決方式:碰到別人時，趕快向小朋友說對不起。(K8，附錄五，114 頁，行 6-14。)

K9：不愉快的經驗是，一直學不會拍球，怕同學笑我。解決方式:請老師教我。(K9，附錄五，116 頁，行 1-6。)

K10: 不愉快的經驗是，運動時，我會不小心碰到別人而被別人告狀。解決方式:下次要小心不要用到同學。(K10，附錄五，118 頁，行 1-6。)

幼教現場中，大多數的孩子是喜歡大肌肉活動時間的。然而幼兒在大肌肉活動中因曾經不愉快的經驗而造成日後不喜歡大肌肉活動的原因從十位受訪者中分述如下；影響幼兒上課不感興趣因素中有四項主要原因有：被同學告狀、受傷、一直學不會及教保服務人員態度不佳。曾經因為被同學告狀這項經驗有 6 位幼兒佔多數，大多數是因為活動中不小心碰到別人，來不及向同學道歉就被同學向老師告狀，又或者已經道歉但還是同學還是向老師告狀等；曾經有過因大肌肉活動受傷不愉快經驗有 2 位，受傷的原因是被同學推倒受傷害怕不能來上學及自己騎腳踏車而不小心跌倒；一直學習學不會怕被同學取笑佔 1 位、老師很兇佔 1 位。大多數孩子不愉快的經驗是因為不小心碰撞同儕而被同儕告

狀佔多數，幼兒也在反思的過程中了解注意周圍、溫柔小心是很好的解決方式。同儕是幼兒很好的學習夥伴，活動中一同遊戲、一同學習，然而在眾多同儕間難免會有不小心的碰撞多少會有摩擦、加上向老師告狀造成同儕間的不愉快，甚至在各種活動中處處針對對方或互相不往來而失去與同儕的互動機會。平日教保服務人員可利用繪本、影片、機會教育，亦可在學習區時間以扮演活動角色取替方式了解對方感受，下次若遇到類似情況時更能包容對方、更為對方著想。同儕間保持彼此良好關係、良好互動，在各種活動中也能盡情的發揮、盡情的遊戲。

三、課程因素有那些：

K1:器材不是我想玩。譬如說:今天我以為老師會玩躲避球，可以讓我跑來跑去追著球，結果老師說今天要練習平衡木，只能在平衡木上走。解決方式:我會先和老師說，我今天想玩躲避球，但老師今天想讓我們練習平衡木，是不是可以讓我心情調適一下，在旁邊休息。旁邊休息後心情調適好了，再回來玩平衡木時心情是開心的，因為我想老師一定是認為，我們的平衡不好，想讓我們多練習。(K1，附錄五，100頁，行 17-31。)

K2：一直玩一模一樣的大肌肉活動課程我會不想玩。譬如說:老師拿了一箱球出來，叫中班練習拍5下，叫大班連續拍10下。(K2，附錄五，102頁，行 17-32。)

K3:一直玩一模一樣的大肌肉活動課程我會覺得很無聊。譬如說:老師拿球，讓我們一直玩拍球活動。解決方式:我會與老師溝通之後有機會可以玩其他的活動嗎?之後老師有分組拍球比賽，可以得到錢幣(代幣)。(K3，附錄五，104頁，行 15-29。)

K4:今天老師提供的器材不是我心中想玩的器材。譬如說:我今天想玩的球類是布球，但是老師讓我們玩飛盤。解決方式:請求老師有機會讓我們玩想玩的器材。(K4，附錄五，106，行 14-28。)

K5:課程讓我不舒服。指的是刺刺球。刺刺球曾讓我踩在上面腳不舒服，因此我

會不想參加大肌肉活動，解決方式：我一樣會試試，但也會跟老師說明我不舒服的感覺。(K5，附錄五，108 頁，行 10-20。)

K6:老師每天讓我們玩球。譬如說:老師一直讓我們拍球或拋球。請求老師若時間足夠，有機會讓我們玩想玩的活動。(K6，附錄五，110 頁，行 10-21。)

K7: 一直玩一樣的活動。譬如說:老師每天讓我們拍球。解決方式:坐在一旁休息調適心情。(K7，附錄五，112 頁，行 13-22。)

K8:怕受傷。譬如說:飛盤射到人會痛、泡棉棒會打到人。解決方式:在玩的時候會更小心一些。(K8，附錄五，114 頁，行 15-24。)

K9: 我今天原本想玩的活動玩不到。譬如說:腳踏車。解決方式:我會跟老師說下一次有機會讓我騎腳踏車。(K9，附錄五，116 頁，行 7-18。)

K10:一直玩拍球和拋球不能玩別的。解決方式:跟老師說測驗之後讓我們玩別的。(K10，附錄五，118 頁，行 7-16。)

幼兒園教保活動課程大綱親職座談會參考版(2018)中提及:引導幼兒實踐生活自理行為及遊戲與運動等方式，喜愛活動提升身體健康及體能。幼兒若能於生活自理及遊戲運動中喜愛活動，從中提升身體健康是一件很美好的事情。然而在現場教學中，實施出汗性大肌肉活動，從訪談十位幼兒過程中，了解因課程因素影響幼兒上課不感興趣的課程中，若常常或一直玩一樣的活動佔 5 位幼兒不感興趣，主要是因期末評量在課程中練習拍球、拋球活動造成幼兒練習中相同活動不感興趣；活動當下與幼兒原先預設不同活動也會造成幼兒當日對活動不感興趣，例如：今天想騎腳踏車、今天想玩小布球、以為今天老師會讓大家玩躲避球共佔 3 位；而器材讓幼兒感覺不舒服及怕器材使用不當而受傷各佔 1 位。從訪問中顯見課程活動缺乏變化佔幼兒不喜歡參加大肌肉活動的課程原因多數。教保服務人員應提供合宜、適性、足量有趣且具有挑戰性的活動機會若課程活動能多元化進行，並且不讓幼兒感覺不舒服或不會有受傷可能，

可增加幼兒對活動的興趣。

第二節 教保服務人員實施出汗性大肌肉活動心有餘而力不足因素

30 分鐘出汗性大肌肉活動屬於例行性活動，已屬於幼兒園課程的一部分幼兒園，教保服務人員須為該時段進行課程規劃。除觀察幼兒身體動作發展須適時引導幼兒，調整不同的活動類型與方式，充分發揮 30 分鐘出汗性大肌肉活動目的。(教育部，2017)。訪談中，教保服務人員實施出汗性大肌肉活動皆已列入例行性課程中，但在實施中卻會因為許多因素而影響教學，其影響因素如下：

壹、教保服務人員沒有事先規劃完善大肌肉活動課程內容致影響教學之評估

T1：我會以學校現有的運動器材，然後去設計各個關卡，讓小朋友闖關，讓他們覺得這項出汗性大肌肉活動很有趣。而大肌肉活動課程安排目前設計課程以學校現有的運動器材當下馬上設計活動讓小朋友做練習，沒有整年度及事先做規劃。(T1，附錄五，119 頁，行 16-24。)

T2：目前學校來說，其實每班都有規定的時間，然後我們就按照各班排定的時間去進行，活動前會先想大概要上什麼，但是會依照現場的情況去做更換。目前學校沒有整年度相關計劃，依各班老師自行安排。(T2，附錄五，124 頁，行 10-20。)

T3：我們會先視學校有的設備然後事先排定這學期我們要使用的教具有哪些，然後，我們會將這些教具稍微排定課程內容，也會依孩子的學習狀況去做調整，會看孩子的狀況或是課程的內容再去做調整。老師有接受新的資訊、新的課程的上課方式再做課程的變化，也會依孩子的能力及年齡去做調整。我們有排定這學期要使用的教具，排定後大約一個月會視孩子的狀況去調整，如果孩子的能力比較弱一點，我們可能會增加時間的長度。課程計劃稍微有構想，但是沒有正式的課程的計劃，因為會依孩子的操作的狀況安排課程調整。

(T3, 附錄五, 128 頁, 行 10-22。)

T4: 首先, 我應該會先看一下我們現在正在走的主題大概是哪一種方向, 然後可能會根據我們的主題設計一些相關的體能活動, 像我們現在走社區相關主題, 可能就會讓幼兒去拜訪公園, 讓幼兒發現公園有什麼好玩的器材, 或者是我們有哪一些在公園好玩的活動, 我們也可以帶回學校在學校進行遊戲, 然後或者也會配合一些節慶, 像是萬聖節或是聖誕節活動, 可能就會設計一些有關於變裝之類的大肌肉活動, 讓孩子們扮演萬聖節會出現的角色, 像是殭屍、巫婆把整個大肌肉活動變得比較有趣, 而不是說每天就是讓孩子們在外面跑跑跳跳這種出汗性的大肌肉而已, 會想辦法用一些遊戲的方式把整個大肌肉活動變得比較充實有趣, 孩子可能也會比較有興趣。(T4, 附錄五, 132 頁, 行 10-20。)

T5: 目前我們班的大肌肉活動安排事前有先規劃這學期所要使用的器材, 然後, 也會參考書籍如: 新北市幼兒身體動作課程資源手冊及 0-5 歲身體動作發展, 除此, 也會每天有 40 到 50 分鐘大肌肉活動課程規劃 (包含暖身)。目前課程內容是拿到器材才做設計。(T5, 附錄五, 137 頁, 行 10-16。)

T6: 我會觀察場地的大小做規劃, 活動開始前先讓小朋友做暖身活動, 課程內容會按照跟主題的契合度就做運動或團康遊戲。
我會事先規劃在主題課程, 比如這星期想讓幼兒學習平衡的動作或是攀爬的動作, 我就會自己會先預先想好要的器材再結合其他器具。我沒有做整年度計畫, 但會讓幼兒先從基本的動作開始。(T6, 附錄五, 140 頁, 行 10-19。)

規劃例行性活動時, 需根據班級幼兒年齡層選擇課程目標和學習指標。無論作息計畫是全園相同或各班不同, 規劃例行性活動都需要考量幼兒的年齡、經驗、能力和興趣。(教育部, 2017)。訪談過程中, 大部分的教保人員用心於課程也包含大肌肉活動課程, 受訪者六位教保服務人員有兩位教保服務人員有先將課程規劃與主題課程結合或先選好這學期使用的器材, 而大部分教保服務人員每日為幼兒實施出汗性大肌肉活動但沒有明確年度規劃或事先規畫課程內容, 也未依照幼兒年齡層選擇課程目標和學習指標。大都是活動當下開始規劃

課程內容，而影響出汗性大肌肉活動之實施。若有事先擬訂大肌肉活動計畫有助於提醒教保服務人員執行課程時更全面性及系統性。

貳、教保服務人員沒有依幼兒不同年齡設計大肌肉活動課程致影響教學之評估

T1: 目前沒有特別分齡也沒有特別考量因素，安排都是一樣的課程目標，活動的設計符合中大年齡層。但我認為如果有事前規劃，會知道幼兒的身心狀況比較符合幼兒的需求，如果是臨時的課程遇到問題較沒辦法當下解決。且以現有器材盡量每天規劃不一樣的活動讓幼兒學到大肌肉方面發展敏捷度，幫助小肌肉方面更容易在美勞方面進行。若不實施出汗性大肌肉活動，小朋友體能方面較弱、體力不好、也容易造成傷害，比如說動不動就跌倒或是摔倒受傷。

(T1, 附錄五, 119 頁, 行 25-31。120 頁, 行 1-21。)

T2: 學校沒有相關的規定給予大肌肉活動課程設計不同年齡特定的學習目標，但是老師在設計課程時，會去參照相關的學習目標，再依現有的教材、空間、時間、天氣、光照隨時調整。目前所帶的中、大混齡班的幼兒本身他們的能力其實蠻接近，基本上教學課程不分年級、沒有什麼差異性，他們做的事情都是一樣的。我認為若先有設計目標，可以去確認學習目標，例如說這一堂課我可能會讓他拋接球練習。如果是沒有先設計，當下看到器材而讓他們玩，讓他們操弄的話，其實並不會去想說他們可以學到什麼或者學到哪個目標，只想讓他們去做出汗性運動而已。每天進行的活動其實都會依照器材、依照環境有差異性，或者是看孩子他們練習的程度吧！譬如說像今天他們練習運球，如果今天看他們運球的成效可能需要再多加練習，那明天後天就一定會叫他們多在練習到比較熟練為止。我希望幼兒能夠運動到他所有的大肌肉，當下會考量我今天想要練習他的手或者是練習他的腳、若今天情緒比較躁動，需要幼兒去動到他全身會動到讓他們沒力為止。幼兒每天所需要的運動量就像是我們常跟家長說放電時間，如果沒有實施出汗性大肌肉，在課程中團體討論所需時間比較長的話，他們就會坐不住好像身上長蟲一樣這邊癢那邊癢或是走來走去。有實施，他們就會比較靜的下心來聽老師說話。

(T2, 附錄五, 124 頁, 行 21-32。125 頁, 行 1-28。)

T3: 我們在設計教具安排都是統一的教具擺放、遊戲方式也相同，但是會以孩子的年齡或孩子能力去調整遊戲的難易度。學習目標方面：目前沒有為不同年

齡設定學習目標可能之後我們會再增加或調整。我認為有事先設計具體目標可以看到孩子在動作發展有沒有達成想要的目標以及目標動作有沒有做出來。每月排定使用不同的器材、排定不同的體能活動，利用遊戲去做變化希望孩子學習到手眼協調，大肌肉方面的協調性、還有團體互動、團體合作的能力。也從實施出汗性大肌肉讓孩子練習思考說出不同創意的想法。(T3，附錄五，128頁，行 23-33。129 頁，行 1-21。)

T4：因為我的經驗還不是很足夠，所以在課程設計上，我會比較根據課程的走向才突然上網找適合孩子們進行的大肌肉活動相關資料，想說可以設計一些什麼樣的遊戲讓他們來玩。因為我覺得如果循序漸進對我來說，我的經驗還不是很足夠沒辦法把它做得很好，但是在設計活動的時候，我會先做一個主要的規劃，然後讓孩子們先試看看，在觀察活動發現，中班的孩子可能在某一些活動上他可能會有比較不足的地方，我再去做調整。或者針對大班的孩子，他可能會覺得這個已經太簡單了可能就會再提高一些難度讓他挑戰，所以仍依現場看幼兒的能力來做調整，沒有特定學習目標。混齡教學目前在這間學校發現我們雖是中大班混齡，但是中大班的孩子他們在體能活動能力上沒有太大的差別，所以我們在活動的設計上也都用一樣的標準，來給孩子。

如果真的要循序漸進可能一開始我會先帶孩子們進行較簡單的課程，從課程中發現孩子們他們的能力，是否慢慢變好，從中可能會增加一些難度做一些適當的調整。在設計活動的時候，我會先想這個活動我需要多大的空間或者是需要哪一些設備幫助我這個活動的進行，如果我需要一個大一點空間，我可能會將桌椅搬開進行活動，我發現學校裡面沒有我想要的器材，那我會想說我可以用什麼相似的器材來進行調整或者是做改變。我覺得大肌肉活動其實蠻多元的，不管是什麼能力都可以培養。例如：因為他們在進行大肌肉活動的時候我也會去提問激發他們的創意及思考，孩子們是否有什麼不一樣的玩法、除此與其他孩子討論的時候也會有一些語文互動表達他們自己的想法。幼兒園這階段年齡幼兒，他們很需要很足夠的活動力，所以才會有規定孩子們可能每天需要有 30 分鐘以上的出汗性大肌肉活動，而我覺得老師在設計課程之上，也是需要有一些動靜穿插的部分，前面活動讓孩子們消耗能量，再進行課程時候孩子可能也比較容易靜的下來聽我們做一些課程上的走向、安排、討論之類的。

(T4，附錄五，132 頁，行 21-33。133 頁，行 1-30。)

T5：目前是拿到器材才做設計。一開始課程會以多數大班的能力去進行課程設

計，如果有些動作發現大班幼兒做的已經很好了，那會在課程中間增加些難度更有挑戰性。中班部分，有一些動作沒有那麼確實，老師一邊指導透過多運動的方式，可以讓他們熟悉動作然後也做得更精確。課程內容是跟著幼兒園課程大綱能力指標來看，幼兒大概可以做到哪個程度然後去做調整，沒有整年度學習計畫。

不同的年齡沒有非常明確的分界學習目標，因為不一定現有的年齡就是幼兒的能力。課程設計與課程的活動不同年齡目標大致上都差不多活動內容變化最長兩星期，最短希望一周或是搭配其他的徒手動作讓課程更有趣。因為我們園所的場地有限制、也有不同程度動作能力的幼兒、也有特殊的幼兒，依照幼兒的能力及場地限制做考量。在大肌肉活動課程中希望幼兒可以提升身體的肌耐力與計畫的能力，然後也能夠消耗一些體力提升幼兒上課專注度、促進身體發展。覺得孩子還是要多動一點，身體動作能力提升也會對日後學習或者是身體的控制也會比較好。(T5，附錄五，137頁，行 17-33。138頁，行 1-14。)

T6：現在班級大都為混齡班。課程設計我會讓大家都做一樣的體能活動我們沒有整年度也沒有紙本規劃，但會讓幼兒先從基本的動作開始參考大綱做體能活動的設計規劃。

體能活動我們都會用先以鼓勵的方式以大班為主，中班小孩可以先看然後再一起加入活動，所以大中班做的事情是一樣的沒有不同學習目標。

有事先設計大肌肉活動課程與沒事先設計有差別的，因為要是事先設計，可以從平常觀察小孩的發展將較弱的部分強化。課程調整大約一個禮拜做一次到兩次調整難度，讓活動變複雜加深難度讓小孩可以利用先前的經驗做練習設計活動的時候我會考量到小孩是否真的會流汗，看他活動的強度與時間長短全身是否都有利用到，還有器材的使用與場地規劃尤其器材的組合使用很重要。我希望幼兒在大肌肉活動中學到靜態平衡、動態平衡，然後他們要熟知自己身體的各個部位該怎麼使用。除此也讓小朋友知道如何讓身體變健康強壯、知道怎麼健康運動很重要。

(T6，附錄五，140頁，行 17-33。141頁，行 1-13。)

大部分的教保服務人員贊同事先設計大肌肉活動課程，有事先設計課程，可以從平常觀察小孩的發展將較弱的部分強化，也會為課程做變化增加趣味性，在課程中希望幼兒可以提升身體的肌耐力、計畫的能力、各項平衡、激發

他們的創意及思考、手眼協調，協調性、還有團體互動、團體合作的能力等，事先設計大肌肉活動課程有多方的優勢。目前許多學校在班級編班中，大都已混齡教學，而許多教保服務人員在實施出汗性大肌肉活動中未先有學習目標、教具安排都是統一的教具擺放、遊戲方式也相同沒有非常明確的分界，但是會以孩子的年齡或孩子能力去調整遊戲的難易度。因受訪學校處於分齡教學與混齡教學過渡期，多數教保服務人員還未依不同年齡層設計課程也尚未依幼兒不同年齡設計課程，而將影響出汗性大肌肉活動之實施。

參、教保服務人員因主題活動課程進度致影響大肌肉活動教學之評估

T1：若當天需要較長的時間上主題課程，我們在大肌肉活動的課程的時間就會縮短或者會另外安排其他時間。時間或場地允許的話，會安排在放學的前半個小時帶幼兒去另外一個活動場所運動，如果沒有時間的話可能就會暫停。

(T1，附錄五，120 頁，行 22-27。)

T2：看天氣、看幼兒當天秩序、看疫情、或者主題活動會外出走走就會替代當天的活動、學校大型活動佔掉太多時間，就會暫停。

(T2，附錄五，125 頁，行 30-31。)

T3：主題的課程內容時間活動若需要比較長的時間就影響到大肌肉活動時間，我們可能會縮減或調整或者學校有時候會進行大型的活動因學校只有一個使用空間而沒有辦法使用而暫停大肌肉活動。(T3，附錄五，129 頁，行 22-25。)

T4：在設計這活動時，會先看孩子們對於設計這個活動的反應是怎麼樣，如果孩子對這個課程、這個活動開始很明顯沒興趣的話或不符合我預期，我會進行課程調整，讓課程變得豐富有趣。除此也會因為學校的主題活動或者是大型活動調整大肌肉活動。

(T4，附錄五，133 頁，行 31-33。134 頁，行 1-3。)

T5：首先會觀察幼兒的表現，若幼兒表現的覺得很無聊或者是覺得很難，我們就會調整難度或是增加其他變化讓幼兒覺得很有趣。除此，也會因為時間的關係要做一些可能場地或者是器具擺放不用花太多時間的遊戲。也可能空間會有

些限制，如果是天氣不好，那需要調整室內空間限制，如：安全距離，如果可以借到戶外場地，那就會比較大範圍的活動區去做考量。主題活動如果需要長時間進行，超過當天可以使用的時間或者全園性活動已經有安排了，那我們就會暫停大肌肉活動。(T5，附錄五，138 頁，行 15-23。)

T6：我可能會因為有時候主題的課程進行到一半，而不想中斷。
(T6，附錄五，141 頁，行 14-16。)

訪談六位教保服務人員實施出汗性大肌肉活動中，大部分教保服務人員只要時間允許一定會帶幼兒大肌肉活動，但六位教保服務人員中都提及可能因主題活動不想被中斷、主題活動需要較長時間而過了使用活動場地時間或學校有大型活動而被迫暫停使用大肌肉活動空間當日就會暫停大肌肉活動。除此，幼兒當天的秩序及幼兒對課程的反應也會影響教保服務人員課程活動的進行。若遇到此情形教保服務人員可更改運動形式解決暫時無法運動的情形。

肆、教保服務人員因幼兒於課程中特殊狀況致影響大肌肉活動教學之評估

T1:幼兒的興趣與否會影響我下次安排課程的參考設計方向，或者視幼兒的情緒或班級的秩序也會影響到我課程進行，然後使得大肌肉活動課程時間會縮短或者是暫停。(T1，附錄五，120 頁，行 28-31。)

T2:幼兒秩序、能力。例如，秩序上幼兒若太浮躁，大肌肉活動的時間可能會減少，讓他們稍微冷靜。能力上，大肌肉活動時間幼兒接觸新的器材，他們能力比較弱就會強化。

(T2，附錄五，125 頁，行 32-33。126 頁，行 1-4。)

T3：觀察到是孩子的情緒，之前有發生過孩子可能對於這個活動他沒有興趣或他覺得不是他想玩而覺得很無趣。所以他就會離開這個活動現場跑到學校後面去，老師就要中斷活動去找孩子。還有很多女生都喜歡穿裙子穿長裙，都在活動的時候容易踩到裙子而跌倒使得影響大肌肉活動課程在設計上有所限制。

(T3，附錄五，129 頁，行 26-31。)

T4：曾經因為有一些特殊生可能需要老師比較多的注意，或者是幼兒有時候沒有辦法好好的控制自己的時候，老師就比較需要花多一點的時間在他身上，那可能就會造成我們在對於其他孩子的課程進行上面就會有一些像是暫停或停止去關注那個特殊生。另外，可能我們在進行活動的時候，因為我的經驗還不是很足夠，所以我可能還不太會引導小朋友他們，他們可能在課程進行的時候會一臉茫然地告訴我現在要做什麼，這種狀況會造成我在課程設計上或者是課程進行有一些比較不足而影響課程，還有，如果是他們常規本身沒有建立好的話老師在這種課程設計上可能也會花比較多的時間在管理秩序先引導孩子們現在應該做什麼事情讓孩子們冷靜下來。(T4，附錄五，134 頁，行 4-14。)

T5：當天會觀察孩子的神情若狀態沒有很好，可能會調整課程。(T5，附錄五，138 頁，行 24-25。)

T6：現在許多幼兒本身缺乏主動性，或者是有點害怕去嘗試新的事物，這時候我會適時地調整課程，將步驟簡化並陪伴他，但在簡化或陪伴過程可能會將腳步放慢而影響課程。(T6，附錄五，141 頁，行 17-20。)

教保服務人員因幼兒於課程中特殊狀況致影響教學之評估情形有幼兒的興趣、能力、情緒、穿著、班級秩序等，影響教學課程及活動。若有特殊生，教保服務人員花費較多時間關注幼生，課程進行上面也會暫停或停止的可能性。訪談中有三位教保服務人員認為班級秩序是影響課程活動的因素。六位教保服務人員都將幼兒的情緒、興趣納入課程評估，除此，幼兒當日的穿著也會影響教學活動。

伍、教保服務人員因家長配合狀況及是否重視幼兒肢體運動致影響大肌肉活動教學之評估

T1：家長如果對於活動的安全有疑慮、或者是家長沒辦法配合讓孩子穿著不適當的服裝或者是鞋子進行大肌肉活動時可能會影響到我順利進行大肌肉活動課程。(T1，附錄五，120 頁，行 32- 33，121 頁，行 1-2。)

T2 家長反饋孩子在學校學習的情況，還有孩子當天的穿著如果是不適宜運動的話，時間也會減少。例如我們班有很多小女生喜歡穿裙子，我們都會跟家長說明每天在園所都會有運動時間，希望孩子能穿著褲裝來學校，每當我們問家長

今天怎麼又穿裙子，家長都會回覆孩子今天沒穿裙子吵著不出門。

(T2, 附錄五, 126 頁, 行 5-10。)

T3：家人注重安全的部分，我們在設計一些遊戲的時候都會稍微留意一下環境，之前有安排三角錐的遊戲，結果有孩子在跳的時候可能不小心有撞到生殖器官，家長有反映這部份，我們就會留意孩子安全部分。(T3, 附錄五, 129 頁, 行 32-33。130 頁, 行 1-2。)

T4：我的經驗中，我在設計一些大肌肉活動的時候，我們班上有一位小朋友他的能力比較弱一點點，肌肉活動量也都不太足夠，我與媽媽多次溝通知道他是獨生子，媽媽很疼寶貝，但我們仍希望媽媽能讓他嘗試著自己做好自己的事情或者是要他學會負責，或者讓他能夠自己走路來上學、自己穿鞋等等。但是，媽媽有時候可能還是會因為小朋友撒嬌或者是鬧一下脾氣就屈服。這一點是我在課程的設計上比較有困難的地方因為小孩各項能力都較一般年齡孩子差也慢，會影響課程進度。(T4, 附錄五, 134 頁, 行 15-22。)

T5：因為我們有時候是早上晨光時間可以大肌肉活動，有一些家長習慣遲到，經過多次溝通他們沒有辦法配合，每天上學還是很晚來的，這樣子會少掉孩子練習的機會。(T5, 附錄五, 138 頁, 行 27-29。)

T6：有的家長會很在意一點點的傷口而到學校理論。所以在設計課程時就會有更多的考量點，若是較難的活動，在安全上會更小心甚至也會考慮這個器材不使用。(T6, 附錄五, 141 頁, 行 21-24。)

教保服務人員因家長配合狀況及是否重視幼兒肢體運動致影響教學中：其中安全性是家長及教保服務人員最重視的一環，也是教保服務人員在設計課程中首要的考量因素，因此在設計課程活動中安全因素會影響課程的設計及進行，除此，幼兒的穿著、鞋子及準時上學也將影響教學評估。與家長溝通過程中，幼兒的穿著不穿裙裝、高跟鞋，不遲到而可以增加大肌肉活動課程機會，讓幼兒能多練習基本的肢體動作等，家長若重視並能配合便不會影響教學。

陸、教保服務人員因同班教師於課程中無法協助致影響大肌肉活動教學之評估

T1：原則上我跟我的同班老師我們會輪流主副教學，主教者必須主導活動課程的規劃，副教則進行協助，只是因為我有負責行政職，有時候需抽離教室，所以如果需要抽離班級的時候，我會讓增置教保員進我們班級去協助，如果沒有增置教保員的時候，可能有時候僅會一位老師班務工作。

(T1，附錄五，121 頁，行 3-7。)

T2：協同教學這一方面，主教老師負責教學、副教協助拿器材或收器材，如果有一些額外需要抽離的情況，譬如說像需要協助打掃或者是行政一些需求的話可能就會先與搭班老師說。(T2，附錄五，126 頁，行 11-16。)

T3：主教老師就負責安排課程活動、教具的擺放，請副教老師幫她看孩子使用器材的正確性、安全性的部分，教材調整的部分及結束的收拾，協助的部分上有可能孩子有些突發狀況要去處理，或是學校有特別的狀況需要我們協助或者是學校有安排值班的部分，當天值班的老師如果有按門鈴或是有其他的學生突發狀況要處理，這部分的話這時間點就會只有一位老師看全部的孩子。(T3，附錄五，130 頁，行 3-10。)

T4：關於同班老師，因為我來到這間學校我的同班老師比較特別，他擔任組長的角色，所以他有時候會突然被找去做一些行政方面的事情，這個時候，我可能會因為他是這星期主教老師但被叫去處理行政，如果又沒有事先跟我討論他想要的課程，我可能就會讓孩子們做一些比較簡單的大肌肉活動，那這樣子可能就會比較比會妨礙到他本來想要孩子學習的活動，而影響孩子的學習。可能他是組長的關係，所以讓我們在協同教學方面可能還需要更多的默契。

(T4，附錄五，134 頁，行 23-30。)

T5：我們在一開始的討論會分享彼此想法，實際上課的過程中都彼此觀察幼兒的狀況，如果需要調整器材或是當下有安全性顧慮需調整器材也會協助彼此，安排器材上面也會給予彼此建議。但當下有孩子受傷、尿尿大便在褲子需要幫忙、也譬如說行政單位需要資料、早上的值班就有可能沒辦法當下協助。

(T5，附錄五，138 頁，行 31-33。139 頁，行 1-3。)

T6：麻煩搭班老師協助幫忙拍攝小朋友上課照片、記錄，這週主要上課的老師管控全場的資訊。(T6，附錄五，141 頁，行 25-27。)

協同教學是幼兒園常見的教學。常見的協同教學，主教老師負責教學、助教協幫忙看孩子使用器材的正確性、安全性的部分，教材調整、拍攝照片及結束的收拾，兩位老師分享彼此想法、給予對方建議。然而在課程進行中副教師也常因為活動當下有孩子受傷、尿尿大便在褲子需要幫忙、也譬如說行政單位需要資料、早上的值班、打掃而影響教學，除此，組長班級也會常因手邊的行政工作而中斷教學，需要更多的人力入班協助符合師生比例。

柒、教保服務人員對幼兒較少實施課程後評量致影響大肌肉活動教學之評估

T1：我覺得對幼兒實施課程後評量是有幫助的，因為教學評量可以讓我了解幼兒從一開始到結束的過程當中的一些起始程度，可以確認說這個教學的成果，也可以發現在學習過程中他們小朋友的困難之處，然後以利往後我可以修正之後的課程活動設計。目前學期末會進行教學評量一次。以書面的方式設計表格設計，然後以勾選的方式看看幼兒有沒有達評量的程度，教學評量表格中屬於大肌肉活動的項目大約一到兩題。其他部分為其他的領域方向。(T1，附錄五，121 頁，行 9-22。)

我：老師想請問一下您教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有幫助嗎？

T2：有幫助，因為隨時會讓我調整的課程。一學期一次進行大肌肉活動課程教學評量。用紙本評量表格方式分成課程六大領域，大肌肉活動中被歸於身體與健康領域評分項目，評分項目僅佔 1-2 項。綜合評語方面不一定會評語到大肌肉活動情況。(T2，附錄五，126 頁，行 17-22。)

T3：我們在期末會有一次評量，評量方式採用勾選式，先把指標寫出來之後再看孩子的狀況做勾選，檢視孩子的學習狀況，看看孩子是否有達成，若沒有達成下學期可以在課程方面可以做調整或是增加一些課程指標的課程活動。期末的評量裡面大肌肉評定項目範圍很少，如果用十分計算應該只佔十分之一。(T3，附錄五，130 頁，行 11-20。)

T4：我覺得透過教學評量可以讓我知道我該怎麼檢視自己在教學上的設計，或者怎麼樣去調整我在課程設計上的一些缺漏，同時教學評量也可以讓我了解孩子們在這個課程設計上，他的學習能力大概到哪一個階段，然後也可以讓我評斷說我下一次課程設計的時候有哪一些依據，如果發現孩子們在這些活動方面他已經非常的熟悉了，那我下一次可能就會不再重複這些課程，如果這些活動我發現孩子們還不太熟悉，那我可能就會在進行一些相關活動的加強。

我們學校的話大概是一個學期會對孩子進行一次大肌肉或者身體動作方面的學習評量。我們會做出一張評量表，然後老師針對孩子們的這些表現進行勾選這些勾選項目其實我覺得好像很少大概 1-2 項。

(T4，附錄五，134 頁，行 31-33。135 頁，行 1-12。)

T5：教學評量主要是我可以知道我今天教學的目標在哪裡，有沒有達成這樣的目標，可以跟著目標進行。我們學校目前教學評量主要是針對主題課程，針對大肌肉活動課程的評量非常的少，進行方式是檢核表，評量項目只占百分之一。(T5，附錄五，139 頁，行 6-8。)

T6：我會從課程對應，檢視活動是否還有哪些是還沒有涉獵到，並做課程上的調整。學校教學的評量檢核表的方式大概一學期一次，評定項目也很少大約 1-2 項。(T6，附錄五，141 頁，行 28-31。)

對於幼兒身體動作能力的評量是重要的，不僅可以理解幼兒身體動作現況亦可透過評量了解幼兒動作平穩及靈巧的程度，然而大多數教保服務人員也認同評量對於幼兒發展及未來課程設計有幫助。但在訪談中，從中知道現場教學中，一個學期僅以檢核方式評量一次，且評量項目極少，在六大領域中重視程度偏低，故在各種例行性活動中也較不被重視也將影響課程的進行，若能在大肌肉活動中，建議從平日的觀察和定期分析兩方向進行更能在大肌肉活動中順利進行。

第三節 幼兒園實施出汗性大肌肉活動教學配置不足之因素

幼兒園教保活動課程大綱指出，幼兒身體動作與健康活動的實施，最重要也絕對需要的是身體的運用，其次是生活情境的取材。運用額外的教材和設備，能讓活動設計更豐富。不同的教材與設備，也會引發不同的肢體活動與健康行為的學習。(教育部，2017)。為提升幼兒身體動作發展，足夠的教學配置也是相當重要的。然而，教學配置不足因素如下：

壹、因場地面積影響大肌肉活動教學之評估

T1：因為我們的學校的場地不大，如果進行全園的活動，例如：有家長須共同參與的話，可能就需要另外借場地，但是如果是平時的各班輪流時間進行大肌肉活動的話就沒有此項顧慮。如果錯過了各班的運動時間的話可能他們就要到另外一間大美勞區活動，但那個空間會比較小且平常有桌椅，需挪開才能順利讓老師及幼兒活動。(T1，附錄五，121 頁，行 25-29。)

T2：坦白說我們學校場地很小，很多時候幼兒要輪流運動方式才能將身體伸展到最大。(T2，附錄五，126 頁，行 23-26。)

T3：應該說場地不夠大。如果場地夠大孩子能夠有大的活動範圍大肢體運作上會更完善。(T3，附錄五，130 頁，行 23-24。)

T4：在場地上，因為我第一次來到這間學校，我發現這間學校真的很小，但是學校比較特別是他們還有另外一個室內的活動中心可以讓孩子們進行大肌肉活動，不過，如果我設計的活動需要更大的空間，我可能就會借用活動中心的籃球場來進行大肌肉活動。(T4，附錄五，135 頁，行 13-18。)

T5：場地部分，室內遊戲場地是我們主要運動的場地，各班有自己的時間，教學主題課程的安排有時候需要進行無法中斷我們可能錯過時間而無法運動。
(T5，附錄五，139 頁，行 10-15。)

T6：其實場地及器材關係是相對緊密，有時候希望給小朋友更多元有趣的活動，但因為場地空間的不足及器材不足活動中也會有限制。
(T6，附錄五，141 頁，行 32-33。142 頁，行 1-3。)

身體活動過程中，因為動作技能不同會影響到活動場地的使用，因此教保服務人員須因應動作技能的差異安排不同大小的場域。(新北市政府，2021)。然而大肌肉活動課程中在場地面積方面一直是許多學校的問題。訪談中，教保服務人員皆一致認為學校場地過於狹小，室內活動空間僅佔一個位置，時間須輪流若錯過時間則無法運動。再者有限的空間需要幼兒輪流的方式才能有效地伸展。若能借用其他空間才能發揮更大的動作技能。

貳、因設備因素影響大肌肉活動教學之評估

T1 其實我們學校的設備器材不算多，因為去參觀過別的學校他們多元化又多樣化，所以我覺得這器材的部分其實還是可以在向學校申請採購。

(T1，附錄五，121 頁，行 30-33。122 頁，行 1-2。)

T2: 坦白說我們學校場地很小，很多時候幼兒要輪流運動方式才能將身體伸展到最大。設備的話東西也很少，我的解決方式，偏向讓孩子用自己身體去發現自己的身體、玩自己的身體，或是以輪流方式玩球類運動。(T2，附錄五，126 頁，行 25-27。)

T3: 設備的話因為學校不夠多，希望能夠提供更多不同形式的設備能夠讓孩子去練習。(T3，附錄五，130 頁，行 24-25。)

T4: 設備這方面，我現在這間學校，比起我以前待的那間學校量應該算是更多了，因為我以前待的那間學校他的設備可能真的只有呼拉圈和球兩種，但是來到這裡之後我發現可能有大約六、七種，所以我覺得相較下來就差很多。(T4，附錄五，135 頁，行 18-21。)

T5: 設備的部分，我們現有的器材就大概 6 樣左右，如果心中覺得有對幼兒有幫助的器材，想要添購的話也一定要等到有經費才能選購。(T5，附錄五，139 頁，行 15-17。)

T6: 器材設備學校僅 5-6 項較少，若有機會可以添購可以豐富課程及增進幼兒的能力。(T6，附錄五，142 頁，行 1-3。)

幼兒身體動作活動中分成徒手遊戲及器材遊戲，兩種遊戲將帶給幼兒不同的課程及學習，徒手遊戲結合器材遊戲更能增加遊戲的變化性及趣味性。而器材設備方面並非每間學校都有足夠的資源，在訪談中，六位教保服務人員中有五位教保服務人員認為器材設備樣式偏少，僅一位教保服務人員比較先前服務學校這間學校設備算多。大部分的教保服務人員仍希望若有機會可以添購更多元的器材設備，豐富課程、提升幼兒對課程新鮮感及增進幼兒各種不同的動作能力。

叁、因經費因素影響大肌肉活動教學之評估

T1：我們學校其實每年並沒有規劃此項的經費，可是如果學期末有課後留園剩餘的款項時，我們才會分配其他的教材或者是美勞素材做使用。而大肌肉的器材經費不一定能被分配的到，學校是沒有年度採購器材規劃。目前學校沒有聘請大肌肉活動課程專業師資的預算。學校最後一次購買大肌肉活動的器材前年大概 11 月底的時候有 \$6000 買了腳踏車及地墊，(T1，附錄五，122 頁，行 3-15。)

T2：學校沒有特別給這方面的經費。(T2，附錄五，126 頁，行 28-30。)

T3：經費這部分應該是沒有，但是我們可以建議學校另外列出一些經費購買孩子不同的一些體能的設備或者是可以外聘師資讓外面更多師資進來校園充實我們研習課程，讓大家在課程的運用能夠更豐富。(T3，附錄五，130 頁，行 26-30。)

T4：我是今年的新進老師，在這裡待不到半年，所以我對於經費不了解。
(T4，附錄五，135 頁，行 22-24。)

T5：目前我知道是沒有專款專項來做專門給大肌肉活動課程，通常是有一些剩餘的經費我們的器材需要更換了我們才會提出申請，很久才能買一次，不是每年都能採購。(T5，附錄五，139 頁，行 18-22。)

T6：是有聽說都是用課後留園開辦費買的，不確定每年會有多少經費可以採

購。沒有這項專門款項分配這些經費。(T6, 附錄五, 142 頁, 行 4-7。)

要有豐富的資源，需有豐富且可用的經費款項。訪談六位教保服務人員大都非行政職老師，其中僅一位教保服務人員為組長管理行政事務，在學校經費中關於大肌肉活動課程之經費，教保服務人員大都不確定是否有這方面的經費可採買，亦或認為沒有專款專項、或者認為不是想採購即能採購、心中想使用的器材學校若沒有也無法採買，需每學期有剩餘的款項且經過審慎評估才可採購且非每年經費皆可採購也非所有費用皆可買器材。建議學校另外列出一些經費購買幼兒不同的體能設備或者是可以外聘師資讓外面更多師資進來校園充實教保服務人員研習課程，讓大家在課程的運用能夠更多元、更豐富。

肆、因教學課程參考資源不足影響大肌肉活動教學之評估

T1:我都是參加全國教師在職進修網。或上網去查，因為通常網路上都會有人分享相關大肌肉活動課程。(T1, 附錄五, 122 頁, 行 26-30。)

T2:目前沒有去進修但是都會收看一些網路相關的影片。(T2, 附錄五, 126 頁, 行 31-33。)

T3:目前是以網路線上研習比較多，因為本身自己有家庭、小孩比較小，所以在在大肌肉活動進修課程花的時間較少，可能會花在陪伴家庭上面多一些，希望能夠再增加更多大肌肉活動課程方面的線上研習。(T3, 附錄五, 130 頁, 行 31-33。131 頁, 行 1-1。)

T4:因為我是新進的老師，所以我今年還在熟悉整個職場，所以我還沒有什麼多餘的時間可以去參加一些大肌肉活動的進修課程，大學的時候會參與的比較多一點，但真的出社會之後，目前還沒有參與過大肌肉的進修課程。(T4, 附錄五, 135 頁, 行 26-29。)

T5:前幾年比較常參加這一類的課程，近幾年比較少加這樣的研習。(T5, 附錄五, 139 頁, 行 23-24。)

T6：這種課程沒有上很多，我會比較傾向肢體開發的課程研習。

(T6，附錄五，142 頁，行 8-11。)

現代網路科技發達，隨手可得資訊的年代再加上這幾年 Covid-19 疫情關係，大部分人們對於資訊從輕而易舉網路獲得。在訪談過程中，教保服務人員在課程資源中大都僅從隨手可得的網路搜尋獲得資源，但研習除了全國在職進修網易取得相關研習課程外，也有其他許多相關好的研習、好的參考書籍、好的相關課程等卻不知從何索取獲得，因缺乏其他可供實施出汗性大肌肉活動課程之參考資訊，而影響出汗性大肌肉活動之實施。

伍、因進修研習資源取得不易影響大肌肉活動教學之評估

T1：其實我每年都會上網登記參加大肌肉相關的研習課程，可是喜歡的都比較難排到，所以必須要等下次看到喜歡的課程再排，線上報名那天我會在凌晨 12 點就趕快去報名，大多參加的是律動，有參加過泡泡龍的課程覺得還不錯，其他名額數較少的就要看有沒有機會報上。因為人數上的限制而報不到課程。

(T1，附錄五，122 頁，行 16-25。)

T2：分享一下之前因報名喜歡的大肌肉活動研習課程，大多因為人數上的限制而報不到相關研習，也覺得很可惜。(T2，附錄五，127 頁，行 1-2。)

T3：大肌肉活動線上課程有限，希望能夠再增加更多大肌肉活動課程方面的線上研習。(T3，附錄五，131 頁，行 1-2。)

T4：我之前所待的學校區域大肌肉活動進修課程較少，所以在這門課的進修也相對少。(T4，附錄五，135 頁，行 30-32。)

T5：平常若要找新的遊戲方式或動作就會上網尋找，但若參加喜歡的現場研習有時候會因人數限制而無法報名成功。(T5，附錄五，139 頁，行 25-27。)

T6：大肌肉活動這類研習較少所以我會參考網路上的資源或教案。(T6，附錄五，142 頁，行 12-13。)

在新北市地區研習課程選擇性多且很多元。但在訪談過程中，每位教保服務人員都有心參與大肌肉活動相關研習，但常常在熱門課程因報名人數眾多、報名人數有限制而無法報名成功，使得無法順利進行進修，心裡覺得很可惜。也有些教保服務人員認為這類研習或大肌肉活動相關線上研習偏少而在選擇研習時只好選擇其他類別的進修，因研習偏少或報不到喜歡的大肌肉活動相關進修課程而影響出汗性大肌肉活動之實施。





第五章 結論與建議

本研究在於探討教保服務人員指導幼兒每日實施 30 分鐘出汗性大肌肉活動之現況之主要研究方向，並從幼兒不感興趣原因、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動及幼兒園教學配置不足，三方面所遇到之現況獲得相關影響。作者根據訪談之內容分別獲致研究結果，作者將獲得結果之分析如下：

第一節 結論

壹、幼兒上大肌肉活動不感興趣原因的評估情形

幼兒上大肌肉活動不感興趣原因的評估情形，分成個人因素、不好的經驗、課程因素三個方面說明：

一、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動，幼兒不感興趣之幼兒個人因素

目前所遇到幼兒的相關問題，以生理因素影響而對大肌肉活動不感興趣占多數，生理方面如：沒睡飽、沒吃飽、吃太飽 …等，亦或身體的不舒服、或怕受傷等，馬斯洛提倡需求層次理論中以生理及安全需求最為基礎，若幼兒在活動中無法在生理需求及安全需求得到滿足，將影響幼兒在大肌肉活動之進行

二、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動中幼兒不好的經驗

訪談中，幼兒因為同儕不小心輕微的碰觸身體而向老師告狀是大多數幼兒不喜歡也是心中不好經驗，除此，受傷、一直學習學不會、老師很兇等，皆可能是影響活動因素。感覺統合愛爾斯博士提出感覺統合理論以觸覺系統最為基本、影響也最大，對幼兒心理安全感發展也很重要。然而現在許多幼兒觸覺系統過於敏感或過於遲鈍，在兩極現象中以致無法適當組織需要的反應，需靠教保服務人員提醒幼兒輕柔的動作、處理事情時，需包容並鼓勵幼兒積極參與活動，不要怕失敗以利持續活動進行促進大肌肉活動發展。

三、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動時因課程活動缺乏變化

課程活動缺乏變化，常玩相同的運動、與幼兒心中期待不同活動、器材讓

幼兒感覺不舒服及怕器材使用不當而受傷等，皆是幼兒缺乏大肌肉活動課程的活動興趣因素。教保服務人員可依幼兒興趣適當的調整活動內容，器材讓幼兒感覺不舒適或怕器材使用不當，可用相似功能且較安全之器材替代已達同樣功效。

貳、教保服務人員實施出汗性大肌肉活動心有餘而力不足評估因素

教保服務人員實施出汗性大肌肉活動心有餘而力不足評估因素分為七方面：未事先規劃完善活動內容、未依不同年齡設計課程、主題活動致影響教學、幼兒特殊狀況影響教學、家長配合狀況、同班老師無法協助、未實施完善課程評量進行說明。

一、未事先規劃完善活動內容影響大肌肉教學

教保服務人員大都依著課程大綱實施出汗性大肌肉活動，每日為幼兒實施30-40分鐘。也為幼兒設計動靜交替的活動引導幼兒活動。然而在大綱中，指出教保服務人員規劃課程時，進行有系統課程規畫並發展課程。但大部分教保服務人員在課程開始前進行活動設計或課程開始前結合主題活動設計，僅作當時實際現場調整活動，沒有整年度及幼兒發展相關計劃，易流於重複教學或無系統的學習。

二、未依不同年齡設計課程影響大肌肉教學

目前許多學校因少子化從分齡教學轉型為混齡教學，編班方式也可能為：大.中班混齡、中.小班混齡、大.中.小班混齡等，但在分齡教學轉型混齡教學的過渡時期，容易因舊有的教學模式框住教學方式，仍以舊有模式進行而忽略課程內容須依不同年齡設計活動，容易造成較大幼兒因課程容易而敷衍了事，中小班幼兒因課程過於難，而放棄或不想學習的態度出現。

三、主題活動進度影響大肌肉教學

課程大綱中將幼兒園課程分成例行性活動、多元的學習活動、全園性活動實施統整性課程。然而在緊湊的幼兒園生活中，多元學習活動往往所費時間較長，有時候無法中途暫停使得例行性出汗性大肌肉活動教保服務人員常因

主題活動課程進度致影響教學。

四、幼兒特殊狀況影響大肌肉教學

幼兒是課程中重要的靈魂人物，然而若幼兒在課程中有許多的特殊狀況，皆有可能影響課程的進行。訪談過程中，有些幼兒本身缺乏主動性，或者是有點害怕去嘗試新的事物。除此，幼兒的情緒、興趣、能力、穿著也會影響教學課程及活動。而大部分的教保服務人員認為班級秩序是影響課程活動的因素，班級秩序若良好，很多事情能順利完成。而班級中若有特殊生，老師需花費較多時間關注幼生，課程進行上面也會因暫停或停止的可能性而影響教學。

五、家長配合狀況影響大肌肉教學

課程大綱基本理念有「怎麼看幼兒的學習發展」精神強調幼兒是學習主體亦是讓幼兒親生參與。然而卻有許多家長仍不重視大肌肉活動課程。在教保服務人員多次與家長溝通，如：每日有大肌肉活動課程希望幼兒上學以褲裝為主，若穿裙子、長裙運動、高跟鞋，不僅不易運動也有安全顧慮。每日上學 8:30 前到校不遲到，讓幼兒能多練習基本的肢體動作。但家長仍讓幼兒穿著喜歡但不適合運動的服裝、直到 10 點-11 點到校，很晚到園所過了運動時間致影響教學。

六、同班老師無法順利協同教學影響大肌肉教學

協同教學已是幼兒園中常見的教學，然而卻也因實施例行性出汗性大肌肉活動時，教保服務人員可能因同班教保服務人員處理孩子受傷、尿尿、大便在褲子需要幫忙、行政單位需要資料須立即提供、每日的值班、打掃而影響教學。除此，若分配與組長同班，也常會因組長手邊的行政工作而中斷教學，或組長無法協助協同教學，需要更多的人力入班協助，符合師生比例致影響教學。

七、未實施完善課程評量影響大肌肉教學

評量強調價值的判斷，是一系列的過程，也是判斷教學活動是否達成教學目標之過程。其評量種類分成，前評量、過程中評量、後評量及追蹤評

量。訪談過程中，大部份老師皆認為評量對於幼兒的學習是有幫助的，但學校評量每學期僅一次期末總評量，無其他評量項目有失客觀判斷，教保服務人員對幼兒未實施完善課程評量致影響教學。

叁、幼兒園實施大肌肉活動現況教學配置不足評估情形

幼兒園實施大肌肉活動現況教學配置不足評估情形，分為五個方面：場地、設備、經費、課程參考資源、進修研習資源等因素說明：

一、因場地方面配置不足影響大肌肉教學

活動場地面積一直以來是許多學校在大肌肉活動課程實施的困難，若有足夠的教學場地，實施大肌肉活動玩法、變化性更多樣化、身體亦可伸展到最大。然而場地偏小不僅身體無法達到極致，人際互動也會因為來來往往不小心碰到別人有紛爭而影響人際互動，除此，場地小無法全園一起進行活動因此也減少了家長參與的機會而減少對學校信任感、團聚力及向心力。

二、因設備方面配置不足影響大肌肉教學

出汗性大肌肉活動中可分成身體動作及用具操作運動，身體動作包含穩定性及移動性動作技能。而用具操作分為操作性技能和精細動作技能。在活動過程中兩者皆不可缺，在用具操作動作中，訪談過程中，發現大部分學校的器材採購樣式皆不多，除非是實驗學校或是試辦學校才有機會大量採購器具的費用。用具缺乏而使課程一成不變、乏味致影響教學。

三、因經費方面配置不足影響大肌肉教學

訪談過程中，了解許多學校目前尚未有專款專用大肌肉活動之經費，故若有採購器材需求需待每年有所剩的剩餘款才能採購但也非每年能購買。

四、因課程參考資源方面配置不足影響大肌肉教學

目前科技發達查尋各種資料網際網路方便也容易得到資料，許多教保服務人員需要各種資源也大都從網路搜尋，然而在市面上也有許多經典的參考資源如：書籍、期刊、百科全書等等，未被大眾廣用，若能有效運用教學資源、充分利用社會資源，有效提升學習成效。

五、因進修研習資源配置不足影響大肌肉教學

教保服務人員有心參與大肌肉活動相關研習，但相關的研習偏少且熱門課程報名人數眾多，使得想進行進修無法如期進修，而無法與時俱進，而影響出汗性大肌肉活動之教學品質及成效。

第二節 建議

第二節建議部分，由研究目的教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之現況評估情形，依據研究分析及發現之結果、提出下列建議，提供教保服務人員、政府教育相關單位及未來研究者之參考方向，內容詳述如下：

壹、對教保服務人員之建議

一、課程設計方面

(一) 幼兒發展皆有一定的原則及依循的方向，雖有個別差異的不同，但在發展任務階段卻有一定的順序，教保服務人員可於學期初，全園規劃各個級別所需學習方向，再根據所帶領的班級規劃幼兒動作能力的大肌肉活動課程，讓幼兒在幼兒園 3-4 年的時間學習更多面向、更多元且有系統、有目的的規畫課程。

(二) 教保服務人員除了上述的課程設計需有系統規劃及考量幼兒發展原則外，混齡教學的事前規劃，也可依班級不同年齡的幼兒所需要的課程及所需的體能器材參考課程大綱給予不同的目標，給予幼兒適齡、適性的學習，增加幼兒的成就感而喜愛大肌肉活動課程。

(三) 教保服務人員設計幼兒學習目標在練習過程中一成不變易讓幼兒感到無聊、無趣，可給予幼兒豐富且多元的課程變化並可加入社區資源或主題活動，增加幼兒的興趣並累積幼兒的學習經驗。

二、學習評量方面

幼兒為學習的主體，不僅重視幼兒是否學會，也需了解幼兒的學習過程及成效，因此應使用多元的學習評量方式，學期初，了解幼兒之前的能力，日常

生活中，教師隨時觀察行為，經由師生互動依循評量蒐集過程中及教學後的資料，了解幼兒學習困難後，給予補救練習，經過一段時間再追蹤，讓幼兒得到完整及完善的學習。

三、協同教學方面

協同教學指由兩位或兩位以上教師，以專業的關係組成教學團隊，彼此分工合作，共同策劃和執行。但實際幼教現場中，可能因教保服務人員早值、班上幼兒的需求、亦或行政端需給予資料等等，而從教室中被抽離，無法達到良善的協同教學，建議增加人力如：愛心媽媽、增置教保員等等給予幼兒更優質的學習環境。

四、親師溝通方面

教保服務人員可在學期初親師座談會向家長說明作息表及說明大肌肉活動課程對幼兒的重要性，學期中給予相關的文章宣導，上、放學時間與家長分享幼兒的表現並鼓勵幼兒學習，以達到完善的溝通效果。

五、專業發展方面

本研究結果教保服務人員有心參與各項學習，但因資源不足以致無法立即參與知能研習，建議除了專業發展的知能研習，亦可參加專題講座、線上學習、實地參訪或自組社群發展教保服務人員專業社群，共同分享及交流共同成長。

六、善用活動場地

本研究區域，校舍偏小、可使用大肌肉活動場地有限，建議教保服務人員每次設計課程時，將周邊可利用之場地考量進去，提升活動多元性、安全性及趣味性。

貳、對政府主管教育行政相關單位之建議

一、增加大肌肉活動專業知能研習課程

(一) 舉辦教保服務人員及家長大肌肉活動相關研習

教保服務人員每年 18 小時教保專業知能研習，雖未規定哪一領域研習，但大肌肉活動研習比一般課程偏少，而教保服務人員對於此方面有興趣卻常無法報名到喜愛的課程，或因有家庭而無法參與此研習課程。若能增加大肌肉活動專業知能研習課程、專題講座、線上學習、實地參訪，給予提升專業知能機會，必能提升幼兒成效。

（二） 鼓勵教保服務人員組成專業社群

各主管機關與學校應支持並提供專業發展相關研習並鼓勵參加專業社群，不斷與時俱進，精進課程與教學。

二、編列大肌肉活動相關預算

（一） 編列預算採購大肌肉活動相關器材

園所器材偏少，若有專款專項此現象，每年固定採購增添新器材、新設備或汰舊換新，不僅豐富課程變化也更能吸引幼兒喜愛大肌肉活動課程。學校或行政相關單位若能重視大肌肉活課程採購足量、足樣的器材運動，教保服務人員能利用多元的器材搭配身體動作讓課程變得更生動活潑，相信更有趣。

（二） 邀請專業學者到園

為維護幼兒學習權利，主管單位應從寬編列預算，其編列預算除規劃採購相關教材外，須將師資進修，聘請專業講師到園所向教保服務人員或幼兒授課，給予多元的學習方式。

三、 整合教學資源平台

教學資源除了教材的選用，也包括教科書、各類圖書、數位教材等，然而大多數的教保服務人員皆上網查詢相關課程，卻不知道有新的資源參考，建議將新舊資源整合，易讓教保服務人員資料隨手可得。

叁、對未來研究的建議

一、 研究區域方面

本研究訪談區域為新北市某公立幼兒園教保服務人員及幼兒為主，若本研究結果須推論其他幼兒園或其他縣市之學校，需考量各不同性質、不同區域幼

兒園之差異性。

二、研究對象方面

本研究為針對新北市幼兒及教保服務人員為訪談對象做探討，建議未來對象範圍可擴及私立幼兒園或其他縣市公、私立幼兒園增加廣度。

三、研究方法方面

本研究以質性訪談研究為主，受訪人數有所限制，建議未來可以增加樣本數提高信、效度。採量化研究彌補不足之情形。藉此了解教保服務人員實施大肌肉活動課程現況之狀況。



參考文獻

中文部分

- 王文科、王智弘 (2007), **教育研究法**, 臺北: 五南出版社。
- 王怡心、林彥伶 (2014), 教保服務人員實施 30 分鐘大肌肉活動教學行為之個案分析研究, **幼兒教保研究期刊**, 13。
- 王怡雅 (2022), 出汗性大肌肉活動教學課程應用於幼兒園成效之研究, 臺中市: 朝陽科技大學。
- 王宗騰、王銜捷、王柏翔、李昭明、李若喬、朱怡禎、宋以涵、周寶華、林乃宗、葉上綺、楊真妮、張依婷、鄭雅玲、鄧珮偉、劉瓊璘 (2021), **幼兒身體動作課程資源手冊**, 新北市政府。
- 王宗騰 (2013), 從幼兒園新課綱提擬身體動作與健康領域實施策略, **大專體育學刊**, 126, 15-22。
- 王淑貞 (2019), 幼兒園出汗性大肌肉活動實施現況與阻礙因素之研究-以高雄市為例, 台東縣: 國立臺東大學。
- 台灣學術倫理教育推廣資源中心 (2017), 與研究相關之倫理定義, 2022 年 10 月 24 日, 取自網站
https://ethics.moe.edu.tw/files/demo/demo_u01/p02.html
- 田秀蘭 (2006), 質性研究的基本概念, 臺北市: 國立台灣師範大學教育心理與輔導學。
- 朱鳳嬌 (2017), 北市幼兒園實施身體動作與健康現況及專業能力之探究, 臺北市: 國立臺北市立大學。
- 朱詩穎、李美鵬、李翠華、李維琳、李麗娟、余美蓉、何仁馨、邱聿訢、邱美惠、周筠珍、林家如、林語蓁、張杏妃、陳美豐、章寶瑩、黃馨誼、劉文琪、劉麗寶、廖芳儀、廖藪芬、鄧玉霜、羅心怡、羅瑞鳳、羅婉文、鍾素翎、顧妮寶 (2021), **例行性活動引導示例幼兒園資源手冊**, 新北市政府。
- 吳明清 (2001), **教育研究:基本觀念與方法之分析**, 臺北: 五南出版社。
- 吳芝儀、廖梅花 (2001), **質性研究入門: 紮根理論研究方法**。嘉義市: 濤石文化事業有限公司。
- 吳芝儀、李鳳儒 (2008)。 **質性研究與評鑑**。嘉義市: 濤石文化事業有限公司。
- 吳盈瑩 (2020), 高雄市幼兒教保服務人員實施大肌肉活動課程專業能力之調查研究, 屏東縣: 國立屏東大學。
- 李佳潔 (2013), 研究方法與專業寫作, 2022 年 10 月 24 日
取自網站 <https://sites.google.com/site/dmd102da403/07/zhi-xing-yan-jiu-zhi-you-dian>
- 沈柏吟 (2017), 臺南市國民小附設幼兒教保服務人員實施大肌肉活動現況探

- 討，嘉義市：國立嘉義大學。
- 周姍吟（2017），*建構幼兒教學專業課程*，新竹市：國立清華大學。
- 林佳慧（2018），*北市公立教保服務人員實施大肌肉活之教學困境及專業成長之需求*，臺北市：國立臺北市立大學。
- 林昱伶（2022），*幼兒體能教師對幼兒體能課程之教學信念與實踐研究*，臺北市：國立台北教育大學。
- 林風南（1990），*幼兒體能與遊戲*，臺北：五南出版社。
- 幸曼玲、許秀萍、周于佩、李碧玲、李昭明，*幼兒園教保活動課程大綱課綱推廣 Q&A*（2017），分區輔導級推廣小組主編。
- 幸曼玲、楊金寶、柯華蕨、丘嘉慧、蔡敏玲、金瑞芝、簡淑真、郭李宗文、倪鳴香、廖鳳瑞（2015），*幼兒園教保活動課程手冊（上冊）*，教育部國民及學前教育署。
- 幸曼玲、楊金寶、丘嘉慧、柯華蕨、蔡敏玲、金瑞芝、簡淑真、郭李宗文、林玫君（2020），*新課綱想說的事*，新北市：心理出版社。
- 前橋明（2016），*幼兒體育理論與實踐*，新北市：光幼文化。
- 前橋明（2017），*0~5歲幼兒運動遊戲百科*，新北市：新北市政府。
- 前橋明（2019），*身體就是要這樣動*，臺北市：信誼出版社。
- 胡幼慧、姚美華（2008），〈一些質性方法上的思考：信度與效度？如何抽樣？如何收集資料、登陸與分析〉，台北市：巨流。
- 洪玉燕（2022），*從頭到腳動起來~談幼兒園出汗性大肌肉運動*，*臺北市教育 e 報*第 981 期。
- 張春興（1996），*教育心理學三化取向的理論與實踐*，台灣東華。
- 許義雄（譯）（2001），*兒童發展與身體教育*，台北市：國立編譯館。
- 張鳳菊（2010），*幼兒動遊戲課程實施現況與阻礙因素之研究*，臺北市：國立體育大學。
- 許美蓉（2015），*幼兒園身體動作與健康領域實施現況與阻礙因素之研究*，臺北市：國立體育大學。
- 許美蓉、黃永寬（2015），*公立幼兒園教師實施 30 分大肌肉活動現一以七位老師為例*，*幼兒教保研究期刊*，14，1-18。
- 許雅荏（2018），*臺北市幼兒園教保服務人員對兒童遊戲場安全認知、態度與行為之研究*，臺北市：國立臺北護理健康大學。
- 陳亭宇（2018），*出汗性大肌肉活動對學齡前幼兒學習專注力之影響*，臺北市：國立台北教育大學。
- 陳冠瑾（2019），*臺北市公立幼兒園身體動作課程實施現況與阻礙因素之研究*，臺北市：臺北市立大學。
- 教育部（2015），*重編國語辭典修訂本*，2022 年 11 月 2 日，取自網站 <http://dict.revised.moe.edu.tw/cbdic>。

- 教育部 (2015), *幼兒園教學正常化系列宣導短片-語文活動篇*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2017), *幼兒園教保活動課程大綱親職座談會參考版*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2017), *幼兒園教保活動課程大綱*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2017), *幼兒園教保活動課程大綱-課綱推廣 Q&A*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2017), *107 學年至 111 學年幼兒園基礎評鑑指標*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2019), *幼兒學習評量手冊*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2010), *幼兒園教保專業知能研習實施辦法*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2019), *幼兒教保及照顧服務實施準則*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2021), *幼兒教育及照顧法*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2021), *幼兒園課程與教學品質評估表 2021 版*, 臺北市: 教育部。
- 教育部 (2021), *12 年國民基本教育課程綱要*, 臺北市: 教育部。
- MBA 智庫百科, 教學資源, 2022 年 10 月 24 日,
取自 <https://wiki.mbalib.com/zh-tw/%E6%95%99%E5%AD%A6%E8%B5%84%E6%BA%90>
- 國家教育研究院, 質性研究, 2022 年 10 月 24 日,
取自網站
<http://terms.naer.edu.tw/detail/7196096/>
qualitative research - 質性研究 (naer.edu.tw)
- 國立成功大學人類研究倫理治理架構 (2011), 何謂研究倫理, 2022 年 10 月 24 日, 取自網站
https://rec.chass.ncku.edu.tw/about_research_ethics/definition
- 黃瑞琴 (1997), *質的教育研究法*, 臺北市: 心理出版社。
- 黃政傑 (1998), *質化研究的原理與方法*, 載於 *質的教育研究: 方法與實例*。臺北市: 漢文。
- 黃鳳怡 (2001), *唐氏症青年垂直跳躍動作型式之探討*。臺北市: 國立臺灣師範大學。
- 黃永寬 (2007), *幼兒運動遊戲課程實施概況之討論*, *輔仁大學體育學刊*。
- 曾沈連魁 (2008), *培養幼兒體能教學信念需求條件之分析研究*, *嘉大體育健康休閒期刊*。
- 黃光雄、蔡清田 (2015), *課程設計: 理論與實際*, 臺北市: 五南。
- 黃安琪 (2016), *幼兒體適能創新教學之研究*, 臺東縣: 國立臺東大學。
- 傅雅琪 (2017), *幼兒園教保服務人員無法落實大肌肉活動之現象*, 臺中市: 國立臺中教育大學。

黃姿瑜 (2021), *幼兒運動遊戲種子教師專業成長之個案*, 臺北市: 國立台北教育大學。

黃雅玲 黃永寬 (2017), *實施身體動作與健康領域活動教學原則之現況研究*, *真理大學運動知識學報*, 14, 98-108。

新北市政府 (2019), *新北教育 123*, 新北市: 新北市政府。

葉郁菁、林秀娟、彭巧珍 (2020), *幼兒園健康促進計畫推動模式*, 臺北市: 衛生福利部。

劉珊珊 (2021), *教保服務人員實施幼兒出汗性大肌肉活動專業能力與教學困境之相關研究*, 臺中市: 國立台中教育大學。

質性研究: 定義、類型、方法與範例。2022年10月28日,

取自網站 <https://www.translatewisely.com/qr-1/>

數位藝術實驗室, 2022年10月22日,

取自網站

<https://9lib.co/article/%E7%A0%94%E7%A9%B6%E4%BF%A1%E5%AF%A6%E7%A0%94%E7%A9%B6%E8%A8%AD%E8%A8%88%E6%95%B8%E4%BD%8D%E8%97%9D%E8%A1%93%E5%AF%A6%E9%A9%97%E5%AE%A4%E5%AD%B8%E7%BF%92%E7%A4%BE%E7%BE%A4%E7%89%B9%E8%B3%AA%E5%8F%8A%E5%85%B6%E8%97%9D%E8%A1%93%E6%95%99%E8%82%B2%E6%84%8F%E7%BE%A9%E4%B9%8B.wq2n7r6q>

賴品如 (2015), *北市公立幼兒園教保服務人員實施身體動作與健康領域課程專業能力之探究*, 臺北市: 國立臺北市立教育大學。

駱明潔 (2012), *幼身體動作領域*, 蔣儀 (主編), *幼兒園教保活動與課程*, 22-61, 臺北市: 五南出版社。

駱建華 (2021), *新北市教保服務人員實施身體動作課程設計之研究*, 臺北市: 臺北市立大學。

英文部分

Clark, J. E., & Whitall, J (1989). What is motor development: The lessons of history. Quest, 41, 183-202.

附錄一

教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動評估之訪談大綱

日期：

訪談者：

受訪者：

【訪談內容】

1. 您如何實施出汗性大肌肉教學活動？
2. 您如何設計混齡教學？
3. 您會因為那些因素調整課程內容？
4. 您與幼兒的互動中那些因素會影響您的課程？
5. 您與家長的互動中那些因素會影響您的課程？
6. 您的搭班老師如何與您協同教學？
7. 教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有何幫助？
8. 實施大肌肉活動中，您在場地及設備中遇到那些困難？又如何解決？
9. 學校每年有多少經費用於大肌肉活動課程？又如何分配這些經費？
10. 您參加大肌肉活動教學進修課程的情況如何？



附錄二

教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動評估之幼兒評估訪談大綱

◎【基本資料】※請您在下列各項資料中適當的 中勾選及回答問題。

1. 幼兒姓名：
2. 性別：
3. 年齡：4-5 歲 5-6 歲
4. 班級：中班 大班
5. 在校年資：1 年（含）以下 2 年 3 年

◎【名詞釋義】

「幼兒園教保活動課程大綱」所指之大肌肉活動包含穩定性、移動性及操作性動作技能（教育部，2017）。

「幼兒園教保活動課程大綱」課綱推廣 Q&A 指出汗性大肌肉活動主要透過長時間持續的運動，才能促進幼兒新陳代謝及骨骼肌肉發展，使幼兒擁有健康的體能及體態。（教育部，2017）

本研究所指的出汗性大肌肉活動即幼兒運用身體的大肌肉，透過徒手（走、跑、跳、律動.....）及操作器材（空氣棒遊戲、呼拉圈遊戲、球類的遊戲、橡皮筋繩遊戲、飛盤遊戲.....）之出汗性活動等，長時間持續運動來控制身體動作、促進幼兒新陳代謝及骨骼肌肉發展，藉由一連串的由易到難課程學習基本動作技能及靈活掌握身體自主的行動達到出汗之目的，使幼兒喜愛運動並擁有健康的體能及體態。

◎【訪談內容】

幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

1. 你最喜歡哪一類活動？請說說看為什麼喜歡？
2. 你最不喜歡哪一類活動？請說說看為什麼不喜歡？
3. 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程？你會如何解決？
 - 3.1 個人因素有那些：
 - 3.2 不好的經驗有哪些：
 - 3.3 課程因素有那些：



附錄三參與訪談同意書

親愛的教育先進您好:

感謝您同意參與本研究。本研究主要目的為了解新北市教保服務人員實施出汗性大肌肉活動評實施情形評估，期望您能提供寶貴的意見，以作為改進實施出汗性大肌肉之參考，並作為實施課程改進之依據。

本研究將採取面對面訪談方式進行，配合您適合的時間約定為訪談時間，並在訪談前先寄送訪談大綱讓您參考。研究者會與您進行一至二次的訪談，訪談時間每次為 40-60 分鐘，且為了讓訪談後逐字稿之謄錄更真實，訪談過程將全程錄音並輔以現場筆記摘要。

研究者必定遵守研究倫理。本訪談內容採取匿名方式處理，所有研究資料與訪談內容，僅供學術研究之用，不做其他用途使用，敬請放心並詳實回答。訪談後也會將逐字稿讓您確認無誤之後，才進行資料的分析。另外，在進行訪談過程中，若您有任何因素想退出本研究，研究者將完全尊重您的選擇。謹再次懇請您的參與和協助！

在研究過程中，若有任何疑慮或對訪談有任何不清楚的地方，歡迎您隨時與研究者聯絡（曾羿瑄，手機 0927-750813。）

最後，誠摯地邀請並感謝您參與本研究，您的參與將使本研究更進一步了解新北市幼兒園實施出汗性大肌肉活動課程實施現況及改進的空間。

敬祝

教安

南華大學國際事務與企業學系公共政策研究碩士班

指導教授：張子揚博士

研究生：曾羿瑄敬上

聯絡電話：0927750813

本人同意接受訪談：_____ 〈簽名〉

中華民國

年

月



附錄四 家長同意書

親愛的家長您好：

我是班級導師曾羿瑄，就讀南華大學公共政策研究所碩士班。目前著手進行論文研究，研究題目為：「教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之評估」，研究訪談對象為班上 10 位幼兒及學校教保服務人員 6 位老師，研究的目的包括：

- 一、透過幼兒園教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉活動，增進幼兒運動時的興趣。
- 二、透過幼兒園教保服務人員實施例行性出汗性大肌肉活動，提升研究者課程的省思及專業成長。

訪談過程中會透過錄音、拍照、攝影等方式蒐集資料，以便準確觀察及記錄幼兒的學習反應，分析教學成效，於研究論文完成後，將錄音檔案、照片及影片全數刪除，教學過程中拍攝之教學照片，會置於本研究論文中做為輔助說明，幼兒臉部會以圖案遮住，以尊重幼兒之肖像權及個人隱私。

.....同意書.....

班級：_____ 幼兒姓名：_____

本人同意 我的孩子參與『教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動評估』。

本人不同意 我的孩子參與『教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動評估』。

家長簽名：_____

中華民國 年 月 日

南華大學公共政策研究所
指導教授：張子揚博士
研究生：曾羿瑄 敬上
中華民國 111 年 12 月



附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K1 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7 【基本資料】

8 1. 幼兒姓名:石 O 恩

9 2. 性別:男

10 3. 年齡:4-5 歲 5-6 歲

11 4. 班級: 中班 大班

12 5. 在校年資:1 年 (含) 以下 2 年 3 年

13

14 【訪談內容】

15 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

16 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
17 這個活動?

18 K1 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是騎腳踏車活動,因為騎腳踏車活
19 動很像大人在騎摩托車感覺很帥氣。

20 我:除了騎腳踏車很像大人在騎摩托車很帥氣,還有其他喜歡的原因嗎?

21 K1 幼生:騎摩托車很帥氣以外還有騎腳踏車很有快速的感覺,我喜歡這種
22 快速的感覺。

23 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請說說看為什麼不喜
24 歡這個活動?

25 K1 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是律動活動。因為律動這項
26 活動會流很多汗

27 我:但是只要有運動就會流很多汗,為什麼特別不喜歡這樣的大肌肉活動
28 呢?

29 K1 幼生:因為律動活動會蹦蹦跳跳、會流很多汗,有時候流汗很多連內褲
30 都會濕掉了,我不喜歡內褲濕掉的感覺。

31 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

32 3.1 個人因素有那些:

33 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何

- 1 解決？
- 2 K1:早上有時候沒有吃早餐肚子會很餓沒有力氣會不想運動。
- 3 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?
- 4 K1:以後我會在家吃完早餐再來學校運動，這樣也會比較有精神。
- 5 我:這樣很棒唷！有想到很好的方式，期待寶貝的進步
- 6 **3.2 不好的經驗有哪些**
- 7 我:請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌肉活動課程？你會如何解決？
- 8 K1:不愉快的經驗是被同學告狀。
- 9 我:什麼情況會被告狀？
- 10 K1:大肌肉活動時，做了不好的事情。
- 11 我:你做了什麼不好的事情？
- 12 K1:做活動時，因為碰到別人，自己摔倒很痛，別的小朋友皮膚變紫色有瘀青很痛
- 13 我:那這樣不愉快的經驗，你要如何解決？
- 14 K1:我下一次會小心一點，注意旁邊有沒有人。
- 15 **3.3 課程因素有那些**
- 16 我:請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌肉活動課程？你會如何解決？
- 17 K1:器材不是我想玩。
- 18 我:你說的器材是指什麼呢?可以試著說說看嗎?
- 19 K1:譬如說:今天我以為老師會玩躲避球，可以讓我跑來跑去追著球，結果老師說今天要練習平衡木，只能在平衡木上走。
- 20 我:如果老師選的器材剛好今天不是你想玩的會造成你的不想參加運動課程，你會如何解決心理的不舒服。
- 21 K1:我會先和老師說我今天想玩躲避球但老師今天想讓我們練習平衡木，是不是可以讓我心情調適一下，在旁邊休息。
- 22 我:調適過後，在旁邊休息後回來玩平衡木，心情上是開心的嗎?
- 23 K1: 旁邊休息後回來玩平衡木心情是開心的，因為我想老師一定是認為，我們的平衡不好，想讓我們多練習。
- 24 我:很棒唷！寶貝有很好的想法，心情調適得也很好。謝謝寶貝讓我做採訪。
- 25 K1: 不客氣

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K2 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:周 O 安

10 2. 性別:

11 3. 年齡:4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資:1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K2 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是彩色泡棉棒和三角錐一起玩,因
20 為我曾經玩過彩色泡棉棒變成動物,三角錐當障礙物,我覺得很好玩。

21 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼不喜
22 歡這個活動?

23 K2 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是保齡球活動,因為球很重

24 我:除了球很重不喜歡這項大肌肉活動,還有其他原因嗎?

25 K2 幼生:有,還有保齡球如果手不夠力氣的話,就會打不到保齡球,我不
26 喜歡沒有打到的感覺。

27 我:所以你不喜歡沒有成功的感覺嗎?

28 K2 幼生:對不喜歡沒成功的感覺。

29 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

30 3.1 個人因素有那些:

31 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
32 解決?

33 K2:怕受傷。

- 1 我：你怎麼害怕受傷而不想參加大肌肉活動課程
- 2 K2:怕跑一跑腳扭到會受傷，我曾經有過一次因為跑一跑，結果腳扭到會
- 3 痛而且很痛，所以我就不喜歡運動。
- 4 我：那你會怎麼解決這樣的情形呢？
- 5 K2:以後我會小心一點。
- 6 **3.2 不好的經驗有哪些：**
- 7 我：請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌
- 8 肉活動課程？你會如何解決？
- 9 K2:不愉快的經驗是被同學告狀。
- 10 我：什麼情況會被告狀？
- 11 K2:大肌肉活動時，我碰到別人，但是我已經跟他說對不起，小朋友還是
- 12 跟老師告狀，我被老師誤會。
- 13 我：你被老師誤會有跟老師解釋嗎？
- 14 K2:有，後來老師就沒誤會我。
- 15 我：那這樣不愉快的經驗，你要如何解決？
- 16 K2:我下一次會溫柔一點。
- 17 **3.3 課程因素有那些：**
- 18 我：請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌
- 19 肉活動課程？你會如何解決？
- 20 K2:一直玩一模一樣的大肌肉活動課程我會不想玩。
- 21 我：你指的一模一樣的課指的是什麼呢？可以試著說說看嗎？
- 22 K2:譬如說：老師拿了一箱球出來，叫中班練習拍5下，叫大班連續拍10
- 23 下
- 24 我：老師請你練習是因為，老師這學期要看你們會不會這項活動唷！
- 25 我：如果老師讓你們玩這項活動讓你不願參加運動課程，你會如何解決？
- 26 K2:我會與老師溝通拍完球過後可以玩其他的嗎？之前與老師說過，老師有
- 27 讓我們玩其他的活動
- 28 我：玩了其他的過後，心情上是開心的嗎？
- 29 K2:有很開心，因為老師讓我們騎腳踏車
- 30 我：很棒唷！心情調適得也很好。
- 31 我：謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 32 K2:不客氣
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K3 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:張O 函

10 2. 性別:

11 3. 年齡:4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K3 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是水谷式器材的箱子,因為喜歡站
20 高高的感覺。

21 除了喜歡站高高的感覺外,喜歡站在箱子的原因還有什麼呢?

22 跳下來的感覺很有趣,很像小鳥飛起來。

23 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼不喜
24 歡這個活動?

25 K3 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺球,因為刺刺球脫襪子站
26 在上面會搔癢的感覺

27 我:除了不喜歡這項刺刺球大肌肉活動,還有其他原因嗎?

28 K3 幼生:有,搔癢的感覺讓我不舒服

29 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

30 3.1 個人因素有那些:

31 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
32 解決?

33 K3:其他小朋友有學過大肌肉活動而且他們會的而我不會。

- 1 我:所以你害怕和別人不一樣，也害怕不成功嗎？
- 2 K3:對我害怕不成功，也害怕大家都會而我不會。
- 3 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢？
- 4 K3:我要把不會的學會，但如果真的學不會我會放棄。
- 5 **3.2 不好的經驗有哪些：**
- 6 我：請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌肉活動課程？你會如何解決？
- 7 K3:不愉快的經驗是老師很兇而不想參加大肌肉活動課程。
- 8 我:是這裡的老師很兇嗎？
- 9 K3:不是這裡的老師很兇，是其他學校的老師。
- 10 我：這樣不愉快的經驗，你要如何解決？
- 11 K3:希望可以遇到溫柔一點的老師。
- 12 我:我們學校的老師溫柔嗎？
- 13 K3:溫柔
- 14 **3.3 課程因素有那些：**
- 15 我：請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌肉活動課程？你會如何解決？
- 16 K3:一直玩一模一樣的大肌肉活動課程我會覺得很無聊。
- 17 我:你指的一模一樣的課指的是什麼呢?可以試著說說看嗎？
- 18 K3:譬如說:老師拿球，讓我們一直玩拍球活動
- 19 我:老師請你練習是因為，老師這學期要看你們會不會這項活動唷！
- 20 我:如果老師讓你們玩這項活動讓你不願參加運動課程，你會如何解決？
- 21 K3:我會與老師溝通之後有機會可以玩其他的活動嗎？
- 22 我:之後老師有讓你們玩其他活動嗎？
- 23 有，分組拍球比賽
- 24 這樣比賽有比較好玩而喜歡參加嗎？
- 25 K3:有因為贏的那組可以得到錢幣（代幣）
- 26 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 27 K3: 不客氣
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K4 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:陳O 縈

10 2. 性別:女

11 3. 年齡:4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K4 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是水谷式器材的平衡木,因為可
20 以學習平衡。

21 除了喜歡學習平衡外,還有其他喜歡平衡木的原因嗎?

22 沒有。

23 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼不喜
24 歡這個活動?

25 K4 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是投球,因為投球時對準目標
26 還是投不進去

27 我:除了不喜歡這項投球大肌肉活動因素,還有其他原因嗎?

28 K4 幼生:有,一直不成功

29 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

30 3.1 個人因素有那些:

31 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
32 解決?

33 K4:如果身體不舒服我就會不想運動。

- 1 我:你曾經有過身體不舒服而不參加大肌肉活動嗎?
- 2 K4:有,曾經因為肚子痛不舒服而不想參加。
- 3 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?
- 4 K4:我跟老師說我不舒服的地方,並請老師讓我休息。
- 5 **3.2 不好的經驗有哪些:**
- 6 我:請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌
- 7 肉活動課程?你會如何解決?
- 8 K4:不愉快的經驗是我很認真參加大肌肉活動課程,但有些小朋友會一
- 9 直推然後就受傷了。
- 10 我:不愉快的經驗是受傷?除了受傷還有其他原因嗎?
- 11 K4:如果受傷了就不能來上學。
- 12 我:這樣不愉快的經驗,你要如何解決?
- 13 K4:希望老師向同學宣導不要衝動一直推擠,這樣才不會受傷。
- 14 **3.3 課程因素有哪些:**
- 15 我:請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌
- 16 肉活動課程?你會如何解決?
- 17 K4:今天老師玩的器材不是我心中想玩的器材。
- 18 你指的不是今天想玩的器材指的是什麼呢?可以試著說說看嗎?
- 19 K4:譬如說:我今天想玩的球類是布球,但是老師讓我們玩飛盤
- 20 我:如果老師讓你們玩這項活動讓你不願參加運動課程,你會如何解決?
- 21 K4:把想玩的跟老師說,並請求老師有機會讓我們玩。
- 22 我:之後老師有讓你玩想玩的活動嗎?
- 23 K4:有
- 24 我:有因此更喜歡運動嗎?
- 25 K4:有
- 26 我:很棒唷!心情調適得也很好。
- 27 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 28 K4:不客氣
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K5

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:王 O 訪

10 2. 性別:男

11 3. 年齡:4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K5 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是飛盤,因為可以和同學丟來丟去

20 除了可以和同學丟來丟去外,還有其他喜歡飛盤的原因嗎?

21 喜歡和同學一起玩的感覺。

22 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼不喜
23 歡這個活動?

24 K5 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺球,因為刺刺球走在上

25 面時,會有不舒服的感覺

26 我:除了不喜歡這項刺刺球大肌肉活動因素,還有其他原因嗎?

27 K5 幼生:沒有

28 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

29 3.1 個人因素有那些:

30 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何

31 解決?

32 K5:如果身體不舒服會讓我不想運動。

33 我:你曾經有過身體不舒服而不參加大肌肉活動嗎?

- 1 K5:有，曾經因為腸胃痛不舒服而不想參加。
- 2 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?
- 3 K5:我跟老師說我肚子痛無法參加運動。
- 4 **3.2 不好的經驗有哪些:**
- 5 我: 請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌肉活動課程? 你會如何解決?
- 7 K5:不愉快的經驗是我騎腳踏車跌倒受傷了
- 8 我: 這樣不愉快的經驗，你要如何解決?
- 9 K5:不愉快的經驗解決方式，可以常常練習之後就不會跌倒受傷了。
- 10 **3.3 課程因素有哪些:**
- 11 我: 請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌肉活動課程? 你會如何解決?
- 13 K5:課程會讓我不舒服。
- 14 你可以試著說說看什麼課程讓你不舒服呢?
- 15 K5:我剛說的刺刺球，曾讓我腳不舒服，我會不想參加大肌肉活動
- 16 我:如果老師讓你們玩這項刺刺球活動讓你不願參加運動課程，你會如何解決?
- 18 K5:我一樣會試試，但也會跟老師說明我不舒服的感覺。
- 19 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 20 K5: 不客氣
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K6

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:吳O軒

10 2. 性別:

11 3. 年齡:4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K6 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是飛盤,因為可以和爸爸或同學互
20 丟。

21 除了喜歡學習飛盤外,還有其他喜歡飛盤的原因嗎?

22 有時候可以在戶外丟飛盤,所以是我最熱愛的運動。

23 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼不喜
24 歡這個活動?

25 K6 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺球,因為刺刺球踩在上面
26 會有點刺刺的,讓我覺得不舒服

27 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

28 3.1 個人因素有那些:

29 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
30 解決?

31 K6:如果吃完點心跑的時候肚子會有點痛,我就會不想參加運動。

32 我:你曾經有過吃完點心跑的時候肚子痛而不參加大肌肉活動嗎?

33 K6:有,曾經因為吃太飽肚子痛不舒服而不想參加。

- 1 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?
- 2 K6:我跟老師說我現在吃太飽肚子痛不舒服,並請老師讓我休息,休息等消
- 3 化後再參加。
- 4 **3.2 不好的經驗有哪些:**
- 5 我:請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌
- 6 肉活動課程?你會如何解決?
- 7 K6:不愉快的經驗是不小心碰到別人身體,小朋友會告狀。
- 8 我:這樣不愉快的經驗,你要如何解決?
- 9 K6:和小朋友保持適當距離。
- 10 **3.3 課程因素有哪些:**
- 11 我:請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌
- 12 肉活動課程?你會如何解決?
- 13 K6:老師每天讓我們玩球。
- 14 你指的玩球是玩什麼球呢?可以試著說說看嗎?
- 15 K6:譬如說:老師一直讓我們拍球或拋球。
- 16 我:如果老師讓你們玩這項活動讓你不願參加運動課程,你會如何解決?
- 17 K6:請求老師若時間足夠有機會讓我們玩想玩的活動。
- 18 我:之後老師有讓你玩想玩的活動嗎?
- 19 K6:有
- 20 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 21 K6:不客氣
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K7

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:林O辰

10 2. 性別:

11 3. 年齡: 4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K7 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是拍球,我會邊跑步邊拍球唷

20 你可以說說為什麼喜歡這個運動。

21 因為我以後想成為籃球明星,所以我要常練習拍球。

22 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請說說看為什麼不
23 喜歡這個活動?

24 K7 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是刺刺平衡木,因為平衡木踩在

25 上面會有點刺刺、滑滑的,讓我覺得不舒服也怕跌倒。

26 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

27 3.1 個人因素有那些:

28 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
29 解決?

30 K7:一直學習但是都學不會,我就會不想參加運動。

31 我:你指的一直學不會是指哪一種器材學不會?

32 K7:一直學不會的是呼拉圈。

33 我:你可以說說你搖呼拉圈的經驗嗎?

- 1 K7:曾經一直搖還是會讓呼拉圈摔下來，但沒辦法轉。
- 2 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?
- 3 K7:有機會可以多練習，如果真的不會就不學了。以別的運動代替。
- 4 **3.2 不好的經驗有哪些:**
- 5 我:請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?
- 6 K7:不愉快的經驗是玩器材時被小朋友會告狀。
- 7 你可以試著說說是哪一種器材嗎?
- 8 譬如說:小布球要丟到另一邊，結果不小心丟到別人，同學來告狀
- 9 我:這樣不愉快的經驗，你要如何解決?
- 10 K7:丟的時候會注意對面的人，如果不小心丟到小朋友也會和小朋友說對不起。
- 11 **3.3 課程因素有哪些:**
- 12 我:請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?
- 13 K7:一直玩一樣的活動。
- 14 我:你指的一直玩一樣的活動指的是什麼呢?可以試著說說看嗎?
- 15 K7:譬如說:老師每天讓我們拍球。
- 16 我:如果老師讓你們玩這項活動讓你不願參加運動課程，你會如何解決?
- 17 K7:坐在一旁休息一下調適心情。
- 18 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 19 K7: 不客氣
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K8 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:陳O 禧

10 2. 性別:

11 3. 年齡: 4-5 歲 5-6 歲

12 04. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K8 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是躲避球。

20 你可以說說為什麼喜歡這個運動。

21 因為躲避球可以跑來跑去且被球打到不會痛,所以覺得很好玩。

22 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請說說看為什麼不
23 喜歡這個活動?

24 K8 幼生:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是彩色泡棉棒,因為彩色泡棉棒
25 很長,很容易打到人。

26 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

27 3.1 個人因素有那些:

28 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
29 解決?

30 K8:別人很會玩的大肌肉器材,但是我怎麼學都不會我就會不想參加運
31 動。

32 我:你指的一直學不會是指哪一種器材學不會?

33 K8:一直學不會的是呼拉圈。

- 1 我:你可以說說你搖呼拉圈的經驗嗎?
- 2 K8:曾經將呼拉圈拿來跳、當方向盤,但當要拿來搖呼拉圈時,都無法成
- 3 功。
- 4 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?
- 5 K8:有機會試試看,不行就會放棄。
- 6 **3.2 不好的經驗有哪些:**
- 7 我:請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌
- 8 肉活動課程?你會如何解決?
- 9 K8:不愉快的經驗是不小心碰到別人來不及道歉就被別人告狀。
- 10 我:你可以試著說說是哪一種情形來不及道歉就被告狀嗎?
- 11 K8 譬如說:循環式運動排隊等待時可能會碰到同學,我還來不及道歉
- 12 同學已經跟老師告狀
- 13 我:這樣不愉快的經驗,你要如何解決?
- 14 碰到別人時,趕快小朋友說對不起。
- 15 **3.3 課程因素有哪些:**
- 16 我:請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌
- 17 肉活動課程?你會如何解決?
- 18 K8:怕受傷
- 19 我:請你說說你指的怕受傷而不想參加大肌肉活動的課程。
- 20 K8:譬如說:飛盤射到人會痛、泡棉棒會打到人
- 21 我:如果老師讓你們玩這項活動讓你不願參加運動課程,你會如何解決?
- 22 K8:在玩的時候會更小心一些。
- 23 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。
- 24 K8:不客氣
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K9 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:黃O涵

10 2. 性別:女

11 3. 年齡: 4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年(含)以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K9 幼生:我最喜歡的出汗性大肌肉活動是跳房子數字遊戲。

20 你可以說說為什麼喜歡這個運動。

21 因為跳房子數字遊戲可以認識數字。

22 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動?請說說看為什麼不
23 喜歡這個活動?

24 K9:我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是躲避球,因為躲避球被打到

25 會很痛而且可能會跌倒。

26 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程?你會如何解決?

27 3.1 個人因素有那些:

28 我:請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程?你會如何
29 解決?

30 K9:我不想參加大肌肉通常是身體不舒服及腳痠我就會不想參加大肌肉活
31 動課程。

32 我:那你會怎麼解決這樣的情形呢?

33 K9:我會跟老師說我不舒服的地方,請老師讓我休息。

1 **3.2 不好的經驗有哪些：**

2 我：請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌
3 肉活動課程？你會如何解決？

4 K9:一直學不會拍球，怕同學笑我。

5 我:這樣不愉快的經驗，你要如何解決？

6 K9:請老師教我

7 **3.3 課程因素有哪些：**

8 我：請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌
9 肉活動課程？你會如何解決？

10 K9:我今天原本想玩的活動玩不到。

11 我：請你說說你心裡想玩卻玩不到而不想參加大肌肉活動的課程是哪一
12 種活動。

13 K9:腳踏車

14 我:如果老師今天不能讓你想玩的腳踏車活動而讓你不願參加運動課程，
15 你會如何解決心理的不舒服？

16 K9:跟老師說下一次有機會讓我騎腳踏車。

17 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。

18 K9: 不客氣

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:K10 (幼兒)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之幼兒評估訪談大綱

7

8 【基本資料】

9 1. 幼兒姓名:林O 芯

10 2. 性別:女

11 3. 年齡: 4-5 歲 5-6 歲

12 4. 班級: 中班 大班

13 5. 在校年資: 1 年 (含) 以下 2 年 3 年

14

15 【訪談內容】

16 幼兒參與例行性出汗性大肌肉活動現況

17 1. 請你分享你最喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動? 請你說說看為什麼喜歡
18 這個活動?

19 K10 幼生:我最喜歡的是和同學玩互丟球遊戲。

20 你可以說說為什麼喜歡這個運動。

21 因為丟球遊戲可以和好朋友一起玩。

22 2. 請你分享你最不喜歡哪一類的出汗性大肌肉活動? 請說說看為什麼不
23 喜歡這個活動?

24 K10 : 我最不喜歡的出汗性大肌肉活動是踢球, 因為踢球如果不小心會跌
25 倒, 腳和屁股會很痛。

26 3 什麼原因你會不想參加大肌肉活動課程? 你會如何解決?

27 3.1 個人因素有那些:

28 我: 請你說說你有哪些自己的因素而不想參加大肌肉活動課程? 你會如何
29 解決?

30 K10: 我不想參加大肌肉通常是沒睡飽心情不好我就會不想參加大肌肉活
31 動課程。

32 我: 那你會怎麼解決這樣的情形呢?

33 K10: 我每天要早一點睡。

1 **3.2 不好的經驗有哪些：**

2 我：請你說說你曾經有哪些不愉快的經驗、不開心的經驗而不想參加大肌
3 肉活動課程？你會如何解決？

4 K10:我會不小心用到別人而被別人告狀。

5 我:這樣不愉快的經驗，你要如何解決？

6 K10:下一次要小心不要用到別人

7 **3.3 課程因素有哪些：**

8 我：請你說說你曾經有哪些出汗性大肌肉活動課程經驗而不想參加大肌
9 肉活動課程？你會如何解決？

10 K10:一直玩拍球和拋球不能玩別的。

11 我:老師請你練習是因為，老師這學期要看你們會不會這項活動唷！

12 我:如果老師因為要考試而一直讓你玩拍球或球往上拋 這項活動而讓你不
13 想參加運動課程，你會如何解決心理的不舒服？

14 K10:跟老師說考完試之後讓我們玩別的。

15 我:謝謝寶貝今天讓我做採訪。

16 K10: 不客氣

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:T1 (教保服務人員)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之教保服務人員評估

7 訪談大綱

8

9 【訪談內容】

10 我:1. 老師您好，開始訪談前想請您先分享實施出汗性大肌肉的看法

11 T1: 我覺得大肌肉活動！可以提升幼兒的專注力，所以可以從體能活動

12 中，可以訓練幼兒的協調能力、反應速度，所以我覺得每天安排此項課程

13 活動是有助於其他課程發展活動喔

14 我:以上是老師對大肌肉的看法，謝謝老師分享。

15 我:請老師分享您如何實施出汗性大肌肉教學活動?

16 T1:我會以學校現有的運動器材，然後去設計各個的關卡，然後讓小朋友去

17 練習闖關，然後他們覺得這項出汗性大肌肉活動會很有趣。

18 老師您剛剛有提到，目前設計大肌肉活動規劃是以現有的活動器材做設計

19 T1:對

20 我:那我想在請問老師聊聊課程規劃是有事先幼兒整年度的大肌肉活動課程

21 規劃嗎?且有按照幼兒課程大綱依照身體做規劃?

22 T1 目前大肌肉活動課程安排沒有整年度及事先做規劃，目前設計課程就是

23 以學校現有的運動器材課程前當下馬上設計活動讓小朋友做練習。

24 我:大肌肉活動設計有給予不同年齡特定的學習目標嗎?

25 T1:目前沒有特別分齡，安排都是一樣的課程目標。

26 我:所以目前沒有給予不同年齡的特定目標對嗎?

27 T1:對

28 我:您認為有事先設計大肌肉活動課程與沒有事先設計課程內容，對老師或

29 對幼兒有差別嗎?

30 T1:我覺得是有差別的，如果有事前規劃，會知道幼兒的身心狀況比較符合

31 幼兒的需求，如果是臨時的課程遇到問題沒辦法當下解決。

32

33

- 1 我：老師我想要再請問一下，大肌肉活動課程內容中您是如何做變化？多
2 久會做一次變化？
- 3 T1:每天都設計不一樣，現有器材會盡量每天規劃不一樣的讓小朋友都有不
4 一樣
- 5 我：想要在請問一下，老師您設計大肌肉活動時您哪些考量的因素？
6 譬如說像學校空間？還是社區的特色之類的？會把這些因素考量進
7 去嗎？
- 8 T1:沒有特別考量因素，依現有器材及場地設計課程。
- 9 我：大肌肉活動時，您希望幼兒是學到哪些能力？
- 10 T1:大肌肉方面發展敏捷度，幫助小肌肉方面更容易在美勞方面進行。
- 11 我：您認為教學中實施出汗性大肌肉對幼兒有哪些影響？不實施的話會有哪
12 些影響？
- 13 T1:不實施的話，我覺得可能會讓小朋友就是他的那個體能方面啊就比較
14 弱、體力不好、也容易造成傷害，比如說動不動就跌倒或是摔倒受傷。
- 15 **我：2. 目前學校已混齡編班為主，您如何設計混齡教學大肌肉活動課程？**
- 16 不同年齡層大肌肉活動如何設計課程？實施差別為何？
- 17 T1:我們就是設計的活動都是符合中大年齡層，所以設計安排其實都是一樣
18 的活動的，沒有特別區分，
- 19 我:所以不同年齡層大肌肉活動是沒有差別
- 20 T1: 我們雖然是混齡的教學，但是在活動課程設計課程與實施課程，其實
21 沒有年齡的差別，所以都是安排的活動都是一樣的
- 22 **我：3. 您會因為那些因素調整大肌肉活動課程內容？**
- 23 T1:若當天需要較長的時間拿去上主題課程的時候，我們在大肌肉活動的課
24 程的時間就會縮短或者會另外安排其他時間。
- 25 我:那另外安排時間是在這一天會做活動嗎？還是其實有可能是會暫停的？
- 26 T1: 有時候可能如果時間或場地允許的話，會安排在放學的前半個小時帶
27 小朋友去另外一個活動場所去運動，如果沒有時間的話就可能就是暫停。
- 28 **我：4. 您與幼兒的互動中那些因素會影響您的大肌肉活動課程？**
- 29 T1: 像幼兒的興趣與否會影響我下次安排課程的參考設計方向，或者是幼
30 兒的情緒或班級的秩序也會影響到我課程進行，然後使得大肌肉活動課程
31 的時間會縮短或者是暫停
- 32 **我：5. 您與家長的互動中那些因素會影響您的課程？**
- 33 T1: 家長如果對於活動的安全疑慮呀、或者是家長沒辦法配合讓孩子穿

1 著不適當的服裝或者是鞋子進行大肌肉活動時可能會影響到我順利進行大
2 肌肉活動課程。

3 **我：6. 您的搭班老師如何與您協同教學大肌肉活動課程？**

4 T1 原則上我跟我的同班老師我們會輪流就是主副教學，這周主教者必須主
5 導活動課程的規劃，副教者進行協助，只是因為我有負責行政職，有時候
6 需抽離教室，所以我如果需要抽離班級的時候，我會讓增置教保員進我們
7 班級去協助，如果沒有增置教保員的時候，可能有時候會一位老師。

8 **我：7. 教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有何幫助？**

9 T1: 我覺得是有幫助的，因為教學評量可以讓我了解幼兒他從一開始到結
10 束的過程當中的一些起始程度，可以確認說這個教學的成果，也可以發現
11 在學習過程中他們小朋友的困難之處，然後以利往後我可以修正之後的
12 課程活動設計。

13 我:老師想請問一下，就是您覺得說教學評量對您的教學是有幫助的，那您
14 大概多久會進行大肌肉活動課程的教學評量呢？

15 T1:應該算是學期末。學期末會進行教學評量一次。

16 我:那如何進行大肌肉活動的教學評量？

17 T1 我們會是以書面的方式設計表格設計，然後以勾選的方式看看幼兒有沒
18 有達評量的程度

19 我: 那老師您剛有提到說，學期末的時候會以表格的方式進行教學評量，
20 那想請問一下老師您，教學評量表格中就是屬於大肌肉活動的項目，表
21 格項目裡面大概會有幾項的評量是關於大肌肉活動的。

22 T1:大約一到兩項為大肌肉活動。那其他部分為其他的領域方向。

23 **我：8. 實施大肌肉活動中，您在場地及設備中遇到那些困難？又如何解
24 決？**

25 T1: 因為我們的學校的場地不大，如果進行全園的活動例如有家長參
26 與參與的話，可能就需要另外借場地，但是如果是平時的各班輪流時
27 間進行大肌肉活動的話就沒有此項顧慮。

28 我:所以如果錯過了各班的運動時間的話，還有其他的地方可以運動
29 的空間嗎？

30 T1:可能他們就要到另外一間大美勞區活動，但那個空間會比較小且
31 平常有桌椅，需挪開才能順利讓老師及幼兒活動。

32 我:老師您剛有提到就是在場地的部分遇到的困難，請問一下那設
33 備器材中您有遇到哪些困難呢？

1 T1 其實我們學校的設備器材不算多，因為去參觀過別的學校他們多
2 元化又多樣化，所以我覺得這器材的部分其實還是可以就是在申請採購。
3 我：9. 學校每年有多少經費用於大肌肉活動課程？又如何分配這些經費？
4 T1：我們學校其實每年並沒有規劃此項的經費，可是如果學期末有課
5 後留園剩餘的款項時，我們才會分配其他的教材或者是美勞素材做使
6 用。而大肌肉的器材經費不一定能被分配的到，學校是沒有年度採購
7 器材規劃。
8 我：老師那想請問一下就是學校能每年有多少預算會聘請大肌肉活動課程專
9 業師資的預算經費可以使用呢？
10 T1 目前學校沒有聘請大肌肉活動課程專業師資的預算。
11 我：學校最後一次購買大肌肉活動的器材呢？大概是在多久以前然後大概
12 有花了多少經費然後買了什麼東西？
13 T1：前年大概 11 月底的時候有 \$6000 買了腳踏車及地墊，
14 我：所以這個款項就是您剛提到的課後留園的款項嗎？
15 T1：對。
16 我：10. 您參加大肌肉活動教學進修課程的情況如何？
17 T1：其實我每年都會上網登記就是參加相關的研習課程，可是喜歡的都比
18 較難排到，所以必須要等下次看到喜歡的課程再排，那天我會在凌晨 12 點
19 就趕快去報名，
20 我：那大多參加的是哪一類型的肢體運動課程
21 T1：律動有參加過泡泡龍的課程覺得還不錯，其他名額數較少的就要看機會
22 和命運了。
23 我：律動應該是比較好報名的對不對？那其他的部分可能就像剛老師您講的
24 是不是就是可能有時候真的會因為人數上的關係而報不到課程。
25 T1 對
26 我：老師想要請問一下，您是都如何獲得教學課程進修及參考的資源
27 T1：我都是參加全國教師網研習課程。
28 我：還有其他的嗎？
29 T1：我還會去上網去查，因為通常網路上都會有人分享相關大肌肉活動課
30 程。
31 我：結束前的想要再請老師談一下，出汗性大肌肉活動中造成您最大的困擾
32 是什麼？
33 T1：最大的困擾就是，可能小朋友會怕、不敢嘗試、不敢進行時，不願意配

1 合。像譬如說像上次我們有一個刺刺球的感官活動關卡，然後小朋友踩上
2 去刺刺球就會說這個活動很痛，就不想要參加也不想參與，以至於後面課
3 程無法順利進行。

4 我：小孩的不配合、不敢活動是造成您大肌肉活動課程最大困擾。

5 我：我們的訪談結束，感謝老師您的訪談。

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33



1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:T2 (教保服務人員)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之教保服務人員評估

7 訪談大綱

8

9 【訪談內容】

10 我:1. 老師您好，想請問一下您是如何實施出汗性大肌肉教學活動

11 T2:目前學校來說其實都有規定的時間，然後我們就按照各班排定的時間去
12 進行

13 我:所以老師想問一下，您的教學活動是事先就已經是安排好的呢？還
14 是當下依現有的器材設計規劃

15 T2:活動前會先想大概要上什麼，但是會依照現場的情況去做更換。

16 我:若課程有事先規劃，是不是有依照幼兒的身體發展作規劃呢？或是整年
17 度循序漸進的學習計劃？

18 T2:目前學校沒有整年度相關計劃，依各班老師安排。

19 我:所以沒有相關計劃是指沒有整年度的計劃是嗎？

20 是的

21 我:大肌肉活動課程設計有給予不同年齡特定的學習目標嗎？

22 T2:沒有，學校沒有相關的規定，但是老師在設計課程時會去參照相關的學
23 習目標，再依現有的教材做隨時調整。

24 我:您認為有事先設計大肌肉活動課程與沒設計大肌肉活動課程目標有沒有
25 差別？

26 T2:一定是有差異的，若事先有設計目標，可以去確認學習目標，例如說
27 這一堂課我可能會讓他拋接球練習，如果是沒有先設計，當下看到器材而
28 讓他們玩，讓他們操弄的話，其實當下並不會去想說他可以學到什麼或者
29 學到哪個目標，只想讓他去做出汗性運動而已。

30 我:大肌肉活動課程內容您是如何做變化？多久做一次變化？

31 T2:依照器材、依照環境。每天進行的活動其實都會有差異性，那或者是看
32 孩子們他們出他們練習的程度吧！譬如說像今天他們練習運球，如果今天

33

- 1 看他們運球的成效可能需要再多加練習，那明天後天就一定會叫他們多在
2 練習到比較熟練為止。
- 3 我:設計活動時，大肌肉活動中，您有哪些考量因素嗎？
- 4 T2:有空間、時間。看空間的大小及當下我可以使用的器材以及當下天氣是
5 好的還是不好的、光照等都是我考量的因素。
- 6 我:請問老師大肌肉活動時，您希望幼兒是學到哪些能力？
- 7 T2:能夠運動到他所有的大肌肉，當下會考量我今天我想要練練他的手
8 或者是練他的腳、情緒間比較躁動需要幼兒去動到他全身動到讓他沒力
9 為止。呵呵呵。
- 10 我:老師請問一下您認為教學中實施出汗性大肌肉對幼兒有哪些影響呢？不
11 實施有哪些影響？
- 12 T2:如果沒有實施，幼兒每天所需要的運動量就像是我們常跟家長說放電時
13 間，那如果在課程中團討所需時間比較長的話他就會坐不住好像身上
14 長蟲一樣這邊癢那邊癢或是走來走去。有實施，他就會比較靜的下心來聽
15 老師說話。
- 16 我:想要請您分享一下您實施出汗性大肌肉的活動的意見跟想法？
- 17 T2:出汗性大肌肉的意見跟想法啊？
- 18 我:例如:您對這個課程的看法？
- 19 T2:我會看主題、看當天課程。但出汗性一定是讓孩子有運動到，然後讓他
20 血液循環暢通。但有的情況是個別的孩子容易出汗、有些孩子不容易出
21 汗，也會依個別狀況做調整。
- 22 我:2. 老師想請問一下目前學校已經是混齡編班為主，您如何設計混齡教學
23 大肌肉活動課程？
- 24 T2:基本上混齡教學課程，是沒有什麼差異性。就一樣看孩子的程度，不會
25 分年級。
- 26 我:所以不同年齡的大肌肉活動設計課程與實施課程其實都是沒有什麼差
27 別。他們做的事情都是一樣的
- 28 T2:而且中大班的年紀本身他們的能力其實蠻接近。
- 29 我:3. 您會因為哪些因素調整大肌肉活動課程的內容？
- 30 T2:看天氣、看幼兒當天秩序、看疫情、或者主題活動會外出走走就會替代
31 當天的活動、學校大型活動佔掉太多時間，就會暫停。
- 32 我:4. 請問一下您與幼兒的互動中哪些因素會影響您的課程
- 33 T2:幼兒秩序、能力

- 1 我:可以說說看那些因素?
- 2 T2:例如,秩序上幼兒若太浮躁,大肌肉活動的時間可能會減少,讓他們稍
3 微冷靜。能力上,大肌肉活動時間幼兒接觸新的器材,他們能力比較弱
4 就會強化。
- 5 **我:5. 您與家長的互動中哪些因素會影響您的課程?**
- 6 T2 家長反饋孩子在在學校學習的情況,還有孩子當天的穿著如果是不適宜
7 運動的話,時間也會減少。例如我們班有很多小女生喜歡穿裙子,我們都
8 會跟家長說明每天在園所都會有運動時間,希望孩子能穿著褲裝來學校,
9 每當我們問家長今天怎麼又穿裙子,家長都會回覆孩子今天沒穿裙子吵著
10 不出門。
- 11 **我:6. 老師想請問一下您的搭班老師是如何與您協同教學**
- 12 T2:協同教學這一方面,主教老師負責教學、副教協助拿器材或收器材,如
13 果有一些額外需要抽離的情況,譬如說像需要協助打掃或者是行政一些
14 需求的話可能就會先與搭班老師說。
- 15 我:老師想請問一下您教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有幫助嗎?
- 16 T2:有幫助,因為隨時會讓我調整的課程。
- 17 **我:7. 那您大概多久會進行大肌肉活動課程教學評量。**
- 18 T2:一學期一次
- 19 我:請問一下你們是如何進行大肌肉活動的教學評量呢?
- 20 T2:用紙本評量已表格方式分成六大領域其中身體與健康領域挑一些比較需
21 要繼續加油或者是可以分享,評分項目僅佔 1-2 項。綜合評語方面不一定
22 會評語到大肌肉活動情況。
- 23 **我:8. 想要再請問您實施大肌肉活動中,您在場地及設備器材中有遇到哪些
24 困難呢?**
- 25 T2:坦白說我們學校場地很小,很多時候幼兒要輪流運動方式才能將身體伸
26 展到最大。設備的話東西也很少,我的解決方式,偏向讓孩子用自己身體
27 去發現自己的身體、玩自己的身體。或是以輪流方式玩球類運動。
- 28 **我:9. 請問一下學校每年有多少經費用於大肌肉活動課程?然後是怎麼分配
29 這些經費?**
- 30 T2:學校沒有特別給這方面的經費。
- 31 **我:10. 老師想要請問一下您參加大肌肉活動教學進修課程的情況如何?**
- 32 T2:目前沒有去進修但是都會收看一些網路相關的影片。
- 33 我:所以還是看影片為主。

1 T2:分享一下之前因報名喜歡的大肌肉活動研習課程因為人數上的限制都會
2 報不到相關研習，也覺得很可惜。

3 我:謝謝老師的分享

4 我:最後再請問您就是想要請您談一下說出汗性大肌肉活動中最大的困
5 境是什麼？

6 T2:例如以設計一個課程來說，有的孩子會覺得這個好難，我不行，有的孩
7 子會覺得很簡單，故在設計課程中抓孩子學習平衡點來講會比較困難。

8 我：謝謝老師今天讓我做訪談。

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33



1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:T3 (教保服務人員)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之教保服務人員評估

7 訪談大綱

8

9 **【訪談內容】**

10 **我：1. 老師想請問您是如何實施出汗性大肌肉教學活動**

11 T3：我們會先視學校有的設備然後事先排定的這學期我們要使用的教具有
12 哪些，然後我們會將這些教具稍微排定課程內容也會依孩子的學習狀況去
13 做調整會看孩子的狀況或是課程的內容再去做調整。老師有接受新的資
14 訊、新的課程的上課方式我們會再去做課程的變化，然後跟孩子的能力及
15 年齡去做調整。

16 我：老師想請您談談，有事先規劃學期的課程內容，那您有為幼兒身體
17 發展的大肌肉活動整年度循序漸進的學習計劃嗎？就是學習計劃的排定？

18 T3：我們有排定這學期要使用的教具，排定後大約一個月會視孩子的狀況
19 去調整，如果孩子的能力比較弱一點我們可能會增加他的長度。

20 我：所以這樣的話應該算設備的取用，但是應該沒有計劃對不對。

21 T3：計劃就是稍微有構想，但是就是沒有說比較正式的一個課程的計劃就
22 是只是有一個構想這樣子，因為會依孩子的操作的狀況安排課程調整。

23 我：老師您剛有提到，因為你們是混齡教學所以會給予不同年齡的小朋
24 友有不同的學習目標嗎？

25 T3：目前沒有為不同年齡設定學習目標可能之後我們會再增加或來調整。

26 我：您認為有事先設計大肌肉活動課程跟沒事先設計課程目標有差別嗎？
27 有什麼具體成效可以跟我們分享

28 T3：有設計具體目標可以看到孩子在動作發展有沒有達成你想要的目標以
29 及目標動作有沒有做出來。像我們有進行跨越障礙物的部分，若中班大部
30 分孩子沒辦法跳躍成功這個動作，我們會請他調整請他跨過去就可以了。

31 我：剛剛您有提到器材部分你們期初已經先選定，一個月做變化，那大概是
32 會做什麼變化？是所有的器材都已經是放到裡面去了呢？還是一項一項更
33 換？

- 1 T3：我們是每月排定使用不同的器材排定不同的體能活動，利用遊戲去
2 做變化，例如：玩球類會：拍球、投球、胯下的運球、雙人合作的運球等
3 等做不同的方式的練習。
- 4 我：老師想請問一下您大肌肉活動的時間您希望幼兒學的是哪些的能力
- 5 T3：希望孩子學習到手眼協調，大肌肉方面的協調性、還有團體互動、團
6 體合作的能力。
- 7 我：老師想請問一下您認為教學中實施出汗性大肌肉對幼兒有哪些影響？
- 8 T3：有時候我在實施出汗性大肌肉活動的時候會先詢問孩子說你覺得這個
9 器材還有哪些玩法，除了之前老師有帶你們玩過的方式之外，還可以有那
10 些不同玩法？從中也讓孩子練習思考說出不同創意的想法
- 11 我：想請您分享實施出汗性大肌肉活動的想法嗎？
- 12 T3：首先看孩子運動的能力程度，知道孩子能力才能設計遊戲讓孩子玩、
13 讓孩子出汗，所以如果這個運動的是適合孩子的話會增加或延長時間，讓
14 孩子可以代謝，然後盡量能夠安排更多元的不同的器材。器材這個部分可
15 能也需學校的支援才能讓孩子使用更多元更豐富不同的素材。
- 16 **我：2. 老師想請問一下目前學校就是已經是混齡編班為主，您是如何設計**
17 **混齡教學大肌肉活動的課程**
- 18 T3：我們在設計教具安排都是統一的教具擺放、遊戲方式也相同，但是會
19 以孩子的年齡或孩子能力去調整遊戲的難易度，比如說：攀爬，如果孩子
20 不敢往上爬老師可能會幫忙協助牽手，沒辦法完成我們就會把難度降低或
21 給予協助。
- 22 **我：3. 老師想請問一下您會因為哪些因素調整大肌肉活動課程內容**
- 23 T3：主題的課程內容活動若需要比較長的時間就會影響到大肌肉活動
24 時間，我們可能會縮減或調整或學校有時候會進行大型的活動，因學校
25 只有一個使用空間而沒有辦法使用而暫停。
- 26 **我：4. 想要請問老師您與幼兒的互動中哪些會影響大肌肉活動課程呢？**
- 27 T3：觀察到是孩子的情緒，之前有發生過孩子可能對於這個活動他沒有興
28 趣或他覺得不是他想玩而覺得很無趣。所以他就會離開這個活動現場跑到
29 後面去，老師就要中斷活動去找孩子。還有很多女生都喜歡穿裙子穿長
30 裙，都在活動的時候容易踩到裙子而跌倒使得影響大肌肉活動課程在設計
31 上有所限制。
- 32 **我：5. 老師想請問一下您與家長的互動中哪些會影響大肌肉活動課程呢？**
- 33 T3：家人注重安全的部分，我們在設計一些遊戲的時候都會稍微留意一下

1 環境，之前有安排三角錐的遊戲，結果有孩子在跳的時候可能不小心有撞
2 到生殖器官，家長有反映這部份，我們就會留意孩子安全部分。

3 **我：6. 請問老師您是如何與搭班老師就是協同教學大肌肉活動**

4 T3：主教老師就負責安排課程活動、教具的擺放，請副教老師幫她看孩子
5 使用器材的正確性、安全性的部分，教材調整的部分及結束的收拾，

6 我：那會有其他可能沒有辦法協助的部分嗎？

7 T3：協助的部分上有可能孩子有些突發狀況要去處理，或是學校有特別的
8 狀況需要我們協助或者是學校有安排值班的部分，當天值班的老師如果有
9 按門鈴或是有其他的學生突發狀況要處理，這部分的話這時間點就會只有
10 一位老師看全部的孩子。

11 **我：7. 老師想請問一下教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有什麼幫
12 助？**

13 T3：我們在期末檢視孩子的學習狀況，看看孩子有達成，若沒有達成下學
14 期可以在課程方面可以做調整或是增加一些課程指標的課程活動。

15 我：老師請問一下你們大概是多久進行大肌肉活動課程的教學評量

16 T3：大概是期末一次。

17 我：如何進行大肌肉活動的教學評量

18 T3：我們是採用勾選式，先把指標先寫出來之後再看孩子的狀況做勾選

19 我：想請問期末的評量裡面大肌肉評定項目範圍大概是占多少？

20 T3：很少，如果用十分計算應該只佔十分之一。

21 **我：8. 老師想請問實施出汗性大肌肉活動中，您在場地及設備器材中有遇
22 到哪些困難呢？**

23 T3：應該說場地不夠大及設備不夠多元。如果場地夠大孩子能夠有大的活
24 動範圍大肢體運作上會更完善，而設備的話因為學校不夠多，希望能夠提
25 供更多不同形式的設備能夠讓孩子去練習。

26 **我：9. 老師想請問一下學校每年有多少經費用於大肌肉活動課程？又如何
27 分配這些經費經費？**

28 T3：經費這部分應該是沒有，但是我們可以建議學校另外列出一些經費購
29 買孩子不同的一些體能的設備或者是可以外聘師資讓外面更多師資進來校
30 園充實我們研習課程，讓大家在課程的運用能夠更豐富。

31 **我：10. 想請問老師您參加大肌肉活動教學進修課程的情況如何？**

32 T3：目前是以網路線上研習比較多，因為本身自己有家庭、小孩比較小所
33 以在大肌肉活動進修課程花的時間較少，可能會花在陪伴家庭上面多一

1 些，但大肌肉活動線上課程有限，希望能夠再增加更多大肌肉活動課程方
2 面的線上研習。

3 我：老師最後想要再請您談一下實施出汗性大肌肉活動課程中最大的困擾
4 是什麼？

5 T3：學校的設備及場地不夠大、不夠多。一些新的資源或大肌肉活動課程
6 的教法可能會因為學校沒那麼大的空間，或是器材設備不足而無法進行，
7 所以是這兩方面是在實施中最大的困擾

8 謝謝老師今天的訪談。

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33



1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:T4 (教保服務人員)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之教保服務人員評估

7 訪談大綱

8

9 **【訪談內容】**

10 **我：1. 老師想請問您是如何實施出汗性大肌肉教學活動**

11 T4:首先我應該會先看一下我們現在正在走的主題大概是哪一種方向，然後
12 可能會根據我們的主題要去設計一些相關的體能活動，像我們現在走社區
13 相關主題，可能就會讓幼兒去拜訪公園，讓幼兒發現公園有什麼好玩的器
14 材，或者是我們有哪一些在公園好玩的活動，我們也可以搬回學校在學校
15 進行遊戲，然後或者也會配合一些節慶，像是萬聖節或是聖誕節活
16 動，可能就會設計一些有關於變裝之類的大肌肉活動，讓孩子們扮演萬聖
17 節會出現的角色，像是殭屍、巫婆把整個大肌肉活動變得比較有趣，而不
18 是說每天就是讓孩子們在外面跑跑跳跳這種出汗性的大肌肉而已，對辦法
19 用一些遊戲的方式把整個大肌肉活動變得比較充實有趣，孩子可能也會比
20 較有興趣。

21 我：老師想問一下您分享了許多的教學活動？也說了許多關於實施出汗性
22 大肌肉活動？在活動中都會事先安排嗎？還是當下你會依現有的器材設計
23 規劃

24 T4：如果是節慶相關活動，大肌肉相關活動我會先上網找一些相關資料，
25 找適合在節慶適合的大肌肉活動或者是平常觀察小朋友他們有興趣活動，
26 假設是球類的話，可能就會用球類去設計並與萬聖節做結合，像是投球但
27 我會包裝成打敗怪物，然後丟球、拋球各種球的玩法來進行大肌肉的活動
28 設計

29 我：老師您在設計大肌肉活動課程是否有整年度的循序漸進的學習計劃
30 呢？

31 T4：因為我的經驗還不是很足夠，所以在課程設計上我可能會比較根據課
32 程的走向才突然上網找適合孩子們進行的大肌肉活動相關資料，想說可以
33 設計一些什麼樣的遊戲讓他們來玩。因為我覺得如果循序漸進對我來說我

1 的經驗還不是很足夠沒辦法把它做得很好，但是如果真的要循序漸進可能
2 一開始我會先帶孩子們進行較簡單的，然後課程中發現孩子們他們的能力
3 已經慢慢變好，那我可能會增加一些難度做一些適當的調整。

4 我：老師會給予不同年齡的孩子不同特定的學習目標嗎？

5 T4：我在設計活動的時候，我會先做一個主要的規劃，然後讓孩子們先
6 試看看，在觀察活動發現中班的孩子可能在某一些活動上他可能會有比較
7 不足的地方，我再去做調整。或者針對大班的孩子，他可能會覺得這個已
8 經太簡單了可能就會再提高一些難度讓他挑戰，所以仍依現場看幼兒的能
9 力來做調整。沒有特定學習目標。

10 我：想再請問老師，請您說說在實施大肌肉活動中有哪些考量的因素？

11 T4：在設計活動的時候，我會先想這個活動我需要多大的空間或者是需要
12 哪一些設備幫助我這個活動的進行，如果說我需要一個大一點空間，我可
13 能會將桌椅搬開進行活動，我發現學校裡面沒有我想要的器材，那我會想
14 說我可以用什麼相似的器材來進行調整或者是在改變。

15 我：老師分享您在大肌肉活動中，希望幼兒是學到什麼能力？

16 T4：我覺得大肌肉活動其實蠻多元的，不管是什麼能力都可以培養。如：
17 因為他們在進行大肌肉活動的時候我也會去提問激發他們的創意及思考，
18 孩子們是否有什麼不一樣的玩法、除此與其他孩子討論的時候也會有一些
19 語文互動表達他們自己的想法。

20 我：老師想請問實施出汗性大肌肉活動對幼兒有哪些影響？

21 T4：幼兒園這階段年齡幼兒，他們很需要蠻足夠的活動力，所以才會有規定
22 孩子們可能每天需要有 30 分鐘以上的出汗性大肌肉活動，而我覺得老師在
23 設計課程之上，也是需要有一些動靜穿插的部分，前面活動讓孩子們消耗
24 能量，再進行課程時候孩子可能也比較容易靜的下來聽我們做一些課程上
25 的走向、安排、討論之類的。

26 我：2. 老師想要請問，目前學校已經是混齡編班為主，您如何設計混齡教
27 學的大肌肉活動課程

28 T4：混齡教學目前在這間學校發現我們雖是中大班混齡，但是中大班的孩
29 子他們在體能活動能力上沒有太大的差別，所以我們在活動的設計上也都
30 用一樣的標準，來給孩子。

31 我：3. 老師想請問您會因為哪些因素調整大肌肉活動課程的內容

32 T4：在設計這活動時會先看孩子們對於設計這個活動的反應是怎麼樣，如
33 果孩子對這個課程或者是這個活動開始很明顯沒興趣的話或不符合我預期

1 或幼兒的能力不到或者是已經超過預期，我會進行課程調整，讓課程變得
2 豐富有趣。除此也會因為學校的主題活動或者是大型活動調整大肌肉活
3 動。

4 **我：4. 老師想請問您與幼兒的互動中哪些因素會影響您的課程**

5 T4：曾經因為有一些特殊生可能需要老師比較多的注意，或者是他有時候
6 沒有辦法好好的控制自己的時候，老師就比較需要花多一點的時間在他身
7 上，那可能就會造成我們在對於其他孩子的課程進行上面就會有一些像是
8 暫停或停止去關注那個特殊生。另外，可能我們在進行活動的時候，因為
9 我的經驗還不是很足夠，所以我可能還不太會引導小朋友他們，他們可能
10 在課程進行的時候會一臉茫然地告訴我現在要幹嗎種狀況，會造成我在課
11 程設計上或者是課程進行有一些比較不足而影響課程，還有，如果說是
12 形容他們常規本身沒有建立好的話老師在這種課程設計上可能也會花比較
13 多的時間在管理秩序先引導孩子們現在應該做什麼事情讓孩子們冷靜下
14 來。

15 **我：5. 老師想請問您與家長的互動中哪些因素會影響您的課程？**

16 T4：我的經驗中，我在設計一些大肌肉活動的時候，我們班上有一位小朋
17 友他的能力比較弱一點點，肌肉活動量也都不太足夠，我與媽媽多次溝通
18 知道他是獨生子，媽媽很疼寶貝，但我們仍希望媽媽能讓他嘗試著自己做
19 好自己的事情或者是要他學會負責，或者讓他能夠自己走路來上
20 學、自己穿鞋等等。但是，媽媽有時候可能還是會因為小朋友撒嬌或者是
21 鬧一下脾氣呀就屈服。這一點是我在課程的設計上比較有困難的地方因為
22 小孩各項能力都較一般年齡孩子差也慢，會影響課程進度。

23 **我：6. 老師想請問一下您跟您的同班老師是如何協同教學大肌肉教學活動**

24 T4：關於同班老師，因為我來到這間學校我的同班老師比較特別，他擔
25 任組長的角色，所以他有時候會突然被找去做一些行政方面的事情，這個
26 時候，我可能會因為他是這星期主教老師但被叫去處理行政，如果又沒有
27 事先跟我討論他想要的課程，我可能就會讓孩子們做一些比較簡單的大肌
28 肉活動，那這樣子可能就會比較比會妨礙到他本來想要孩子學習的活動，
29 而影響孩子的學習。可能他是組長的關係，所以讓我們在協同教學方面可
30 能還需要更多的默契。

31 **我：7. 想要請問老師教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有幫助嗎？**

32 T4：我覺得透過教學評量可以讓我知道我該怎麼檢視自己在教學上的設
33 計，或者怎麼樣去調整我在課程設計上的一些缺漏，同時教學評量也可以

1 讓我了解孩子們在這個課程設計上，他的學習能力大概到哪一個階段，然
2 後也可以讓我評斷說我下一次課程設計的時候有哪一些依據，如果發現孩
3 子們在這些活動方面他已經非常的熟悉了，那我下一次可能就會不再重複
4 這些課程，如果這些活動我發現孩子們還不太熟悉，那我可能就會在進行
5 一些相關活動的加強。

6 我：大概多久會進行大肌肉活動課程的教學評量活動

7 T4：我們學校的話大概是一個學期會對孩子進行一次大肌肉或者身體動作
8 方面的學習評量。

9 我：那大概是怎麼進行這個教學評量

10 T4：我們會做出一張評量表，然後老師針對孩子們的這些表現進行勾選

11 我：這些勾選項目裡面大概有幾項是有關於大肌肉活動的

12 T4：其實我覺得好像很少大概 1-2 項

13 我：8. 想請老師談談出汗性大肌肉活動中，您在場地跟設備器材中有遇到
14 哪些困難呢？

15 T4：在場地上，因為我第一次來到這間學校，我發現這間學校真的很小，
16 但是學校比較特別是他們還有另外一個室內的活動中心可以讓孩子們進行
17 大肌肉活動，不過，如果我設計的活動需要更大的空間，我可能就會借用
18 活動中心的籃球場來進行大肌肉活動，我覺得在設備這方面啊，我現在
19 這間學校，比起我以前待的那間學校量應該算是更多了，因為我以前待的
20 那間學校他的設備可能真的只有呼拉圈和球兩種，但是來到這裡之後我發
21 現可能有大概六七種，所以我覺得相較下來就差很多

22 我：9. 想請老師聊聊學校每年有多少經費用於大肌肉活動課程？如何分配
23 這些經費？

24 T4：我是今年的新進老師，在這裡待不到半年，所以我對於經費不了解

25 我：10. 想請老師談談您參加大肌肉活動教學進修課程的情況

26 T4：像我剛提及的，因為我是新進的老師，所以我今年還在熟悉整個職
27 場，所以我還沒有什麼多餘的時間可以去參加一些大肌肉活動的進修課
28 程，大學的時候會參與的比較多一點，但真的出社會之後，目前還沒有參
29 與過大肌肉的進修課程。

30 我：老師之前進修大肌肉活動進修課程有遇到什麼樣的困難嗎？

31 T4：我之前所待的區域大肌肉活動進修課程較少，所以在這門課的進修也相
32 對少。

33 我：老師想請您談一下實施出汗性大肌肉活動中活最大的困擾是什麼

1 T4：我覺得我在實施大肌肉活動最大的困擾應該還是場地跟設備，因為我
2 如果想要帶孩子們在我們班上做一些大肌肉的活動，像是我可能想要舉辦
3 一個舞會，那在教室裡面可能就會有一些難度，即使我把全部的桌子都搬
4 出去的話，我會覺得孩子們在進行一些舞蹈的部分可能還是不免去撞到人
5 家而發生一些其他的意外。那在設備方面的話我覺得如果園所有更多元的
6 設備讓老師使用的話，那老師在教學設計上可能也會有更多元的想法或者
7 是有比較多元的設計方式
8 謝謝老師今天讓我訪談。

9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33



1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:T5 (教保服務人員)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之教保服務人員評估

7 訪談大綱

8

9 **【訪談內容】**

10 **我：1. 老師想請問您是如何實施出汗性大肌肉教學活動**

11 T5：目前我們班的大肌肉活動安排事前有先規劃這學期所要使用的器材，
12 然後，也會參考書籍新北市幼兒身體動作課程資源手冊及 0-5 歲身體動作
13 發展，除此，也會每天有 40 到 50 分鐘大肌肉活動課程規劃（包含暖身）。

14 我：老師剛剛提及器材會事先規劃，那器材選擇後使用的活動課程部分是
15 事先有活動的設計呢？還是當下拿到器材才設計？

16 T5：目前是拿到器材才做設計

17 我：老師您剛說明大肌肉活動課程有事先規劃器材？在設計活動課程時，
18 是不是有為幼兒身體發展整年度循序漸進的學習計劃？

19 T5：課程是跟著幼兒園課程大綱能力指標來看，幼兒大概可以做到哪個程
20 度然後去做調整，沒有整年度學習計畫。

21 我：那會給予不同的年齡不同學習目標嗎？

22 T5：沒有非常明確的分界，不過就是要看他們的能力，因為不一定現有的
23 年齡就是幼兒的能力。

24 我：課程設計與課程的活動是不是也沒有差別目標

25 T5：目標大致上都差不多

26 我：老師您大約多久會在器材做變化？

27 T5：最長兩星期，最短希望一周或是搭配其他的徒手動作讓課程更有趣。

28 我：老師想了解一下在設計大肌肉活動的時候您會有哪些考量因素？

29 T5：因為我們園所的場地有限制、也有不同程度動作能力的幼兒、也有特
30 殊的幼兒，依照幼兒的能力及場地限制做考量。

31 我：想請您聊一下，您希望幼兒在大肌肉活動課程中學到哪些能力

32 T5：希望可以提升身體的肌耐力與計畫的能力，然後也能夠消耗一些體力
33 提升幼兒上課專注度、促進身體發展。

- 1 我：想再詢問一下教學中實施出汗性大肌肉對幼兒有哪些影響？
- 2 T5：我覺得在他們的平常的專注力很差，若實施能提升專注力，除此，身
3 體發展是從大肌肉發展到精細動作，也能提升身體動作能力而刺激其他領
4 域成長。
- 5 我：想請老師分享一下實施出汗性大肌肉活動的想法
- 6 T5：覺得孩子還是要多動一點，身體動作能力提升也會對日後學習或者是
7 身體的控制也會比較好。
- 8 我：2. 老師想請問一下目前學校已經混齡編班為主，那您如何設計混齡教
9 學大肌肉活動課程？
- 10 T5：一開始課程會以多數大班的能力去進行課程設計，如果有些動作發現
11 大班幼兒做的已經很好了，那會在課程中間增加些難度更有挑戰性。中班
12 部分，有一些動作沒有那麼確實，老師一邊指導透過多運動的方式可以讓
13 他們熟悉動作然後也做得更精確。
- 14 我：3. 想請老師談談，您會因為哪些因素調整大肌肉活動的課程內容
- 15 T5：首先會觀察幼兒的表現，若幼兒表現的覺得很無聊或者是覺得很難，
16 我們就會調整難度或是增加其他變化讓幼兒覺得很有趣。除此，也會因為
17 時間的關係要做一些可能場地或者是器具擺放不用花太多時間的遊戲。也
18 可能空間會有些限制，如果是天氣不好，那需要調整室內空間限制，如：
19 距離安全距離，如果可以借到戶外場地，那就會比較大範圍的活動區去做
20 考量。
- 21 我：老師想請您談談，有哪些因素有可能讓您暫停大肌肉活動呢？
- 22 T5：主題活動如果需要長時間進行，超過當天可以使用的時間或者全園性
23 活動，如果已經也是有安排了那我們就會暫停大肌肉活動。
- 24 我：4. 想問一下就是您與幼兒的互動中有哪些因素會影響您的課程
- 25 T5：當天會觀察孩子的神情若狀態沒有很好，可能會調整課程。
- 26 我：5. 老師想請問一下您與家長的互動中哪些因素會影響您的課程？
- 27 T5：因為我們有時候是早上晨光時間可以大肌肉活動，有一些家長習慣
28 遲到，經過多次溝通他們沒有辦法配合，每天上學還是很晚來的，這樣子
29 會少掉孩子練習的機會。
- 30 我：6. 老師想請您聊聊您與搭班老師是如何與您在大肌肉活動協同教學
- 31 T5：我們在一開始的討論會分享彼此想法，實際上課的過程中都彼此觀察
32 幼兒的狀況，如果需要調整器材或是當下有安全性顧慮需調整器材也會協
33 助彼此，安排器材上面也會給予彼此建議。

1 我：有什麼情況是他可能沒辦法協助您的課程。

2 T5：當下有孩子受傷、尿尿大便在褲子需要幫忙、也譬如說行政單位需要
3 資料、早上的值班就有可能沒辦法當下協助我。

4 我：7. 老師想請問一下，教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有什麼
5 幫助？

6 T5：主要是我可以知道我今天教學的目標在哪裡，有沒有達成這樣的目
7 標，可以跟著目標進行。我們學校目前教學評量主要是針對主題課程，針
8 對大肌肉活動課程的評量非常的少，進行方式是檢核表，評量項目只占一
9 項。

10 我：8. 想請問一下老師大肌肉活動中您在場地及設備器材中有遇到哪些困
11 難？

12 T5：場地部分，主要是室內遊戲場地是我們主要運動的場地，各班有自己
13 的時間，教學主題課程的安排有時候需要進行無法中斷我們可能錯過時間
14 而無法運動。設備的部分，我們現有的器材就只有這麼多，如果心中覺
15 得對幼兒有幫助的器材，想要添購一定要等到有經費才能選購。

16 我：您剛有說就是只有這麼多器材，大概器材有多少項目？

17 T5：大概 6 樣左右。

18 我：9. 老師想請您聊聊，學校每年大概有多少經費是用於大肌肉活動課
19 程？然後是如何分配這些經費？

20 T5：目前我知道是沒有專款專項來做專門給大肌肉活動課程，通常是有一
21 些剩餘的經費且我們的器材也需要更換了我們才會提出申請，很久才能買
22 一次，不是每年都能採購。

23 我：10. 想請老師聊一下，您參加大肌肉活動教學進修課程的情況如何？

24 T5：前幾年比較常參加這一類的課程，近幾年比較少加這樣的研習。

25 我：老師再進修研習有遇到什麼樣的困難嗎？

26 平常若要找新的遊戲方式或動作就會上網尋找，但若要參加喜歡的現場研
27 習有時候會因人數限制而無法報名成功。

28 我：最後，想請老師談一下大肌肉活動課程中最大困擾是什麼？

29 T5：目前遇到困擾，應該是活動設計上變化性比較低，會以以前的經驗設
30 計活動為主，如果要找一些新的遊戲方式或不同動作就會上網參考資料。

31 我：謝謝老師今天撥空讓我訪談，感謝您。

32

33

1 附錄五 訪談逐字稿

2 日期:2022/12/09

3 訪談者:曾羿瑄 (作者)

4 受訪者:T6 (教保服務人員)

5

6 教保服務人員指導幼兒實施出汗性大肌肉活動之教保服務人員評估

7 訪談大綱

8

9 **【訪談內容】**

10 **我：1. 老師想請問您是如何實施出汗性大肌肉教學活動**

11 T6：您好喔！我會觀察場地的大小做規劃，活動開始前先讓小朋友做暖身
12 活動，課程內容會按照跟主題的契合度就做運動或團康遊戲。

13 我：請問老師您規劃大肌肉教學活動器材及活動是事先規畫還是當下以現
14 有器材再做規劃？

15 T6：我會事先規劃在主題課程，比如這星期想讓幼兒學習平衡的動作或是
16 攀爬的動作，我就會自己會先預先想好要的器材再結合其他器具。

17 我：如果您有事先規劃大肌肉活動課程，是否有為幼兒身體發展整年度的
18 循序漸進的學習歸到課程中？

19 T6：沒有整年度規劃，但會讓幼兒先從基本的動作開始。

20 我：有紙本的依據的學習計劃嗎？還是說只是依現有的參考資料做規劃？

21 T6：沒有紙本，基本上參考大綱做體能活動的設計規劃。

22 我：不同年齡有不同學習目標嗎？

23 T6：體能活動我們都會用先以鼓勵的方式會以大班為主，中班小孩可以先
24 先看然後再一起加入活動，所以大中班做的事情是一樣的沒有不同學習目
25 標。

26 我：想請老師分享，您覺得有事先設計大肌肉活動課程與沒事先設計課程
27 目標有沒有差別？

28 T6：我想是有差別的，因為要是事先設計，可以從平常觀察小孩的發展
29 將較弱的部分強化。

30 我：老師您剛剛提及您有事先規劃大肌肉活動課程，大約多久會做一次變
31 化？T6：我大約一個禮拜做一次到兩次調整難度，讓活動變複雜加深難度
32 讓小孩可以利用先前的經驗做練習

33 我：老師請您聊一下設計大肌肉活動時有沒有考量哪些因素？

- 1 T6：設計活動的時候我會考量到小孩是否真的會流汗，看他活動的強度與
2 時間長短全身是否都有利用到，還有器材的使用與場地規劃尤其器材的組
3 合使用很重要。
- 4 我：您希望幼兒在大肌肉活動中學到哪些能力？
- 5 T6：基本的就是一些像靜態平衡、動態平衡啊然後他們要熟知自己身體的
6 各個部位該怎麼使用。
- 7 我：想請您分享實施出汗性大肌肉的想法
- 8 T6：出汗性大肌肉的目的是讓小朋友知道的如何讓身體變健康強壯、知道
9 怎麼健康運動很重要。
- 10 我：2. 老師想請問目前學校已經是混齡編班為主，您如何設計混齡編班 11
11 的課程。
- 12 T6：現在班級大都為混齡班。課程設計我會讓大家都做一樣的體能活動，
13 但是會先讓年紀大的孩子做一遍再請年紀小的孩子玩，讓他們有的信心如
14 3. 果還是不太敢嘗試的小孩就是會陪伴並鼓勵完成。
- 15 我：老師想請問一下你會因為哪些因素調整大肌肉活動課程的內容
- 16 T6：我可能會因為有時候主題的課程進行到一半，而不想中斷。
- 17 我：4. 老師想請您談談您與幼兒的互動中哪些因素會影響大肌肉活動課程
- 18 T6：現在許多幼兒本身缺乏主動性，或者是有點害怕去嘗試新的事物，這
19 時候我會適時地調整課程，將步驟簡化並陪伴他，但在簡化或陪伴過程中
20 可能會將腳步放慢而影響課程。
- 21 我：5. 老師想請您談談您與家長互動中哪些因素會影響大肌肉活動課程？
- 22 T6：有的家長會很在意一點點的傷口而到學校理論。所以在設計課程時就
23 會有更多的考量點，若是較難的活動，在安全上會更小心甚至也會考慮這
24 個器材不使用。
- 25 我：6. 老師請您談談您與您的搭班老師會如何協同教學大肌肉活動
- 26 T6：麻煩搭班老師協助幫忙拍攝小朋友上課照片、記錄，這周主要上課的
27 老師管控全場的資訊。
- 28 我：7. 老師想請問您教學評量對您實施出汗性大肌肉活動課程有幫助嗎？
- 29 T6：我會從課程對應，檢視活動是否還有哪些是還沒有涉獵到，並做課程
30 上的調整。學校教學的評量檢核表的方式大概一學期一次，評定項目也很
31 少大約 1-2 項。
- 32 我：8. 老師想請您談談大肌肉活動中場地及設備器材中遇到哪些困難？
- 33 T6：其實場地及器材關係是相對緊密，有時候希望給小朋友更多多元有趣

1 的活動，但因為場地空間的不足及器材不足活動中也會有限制。
2 器材設備學校僅 5-6 項較少，若有機會可以添購可以豐富課程及增進幼兒
3 的能力

4 我：9. 想再請問老師學校每年有多少經費用於大肌肉活動課程，然後是怎
5 麼分配這些經費。

6 T6：沒有這項專門款項，不確定每年會有多少經費可以
7 使用也不是所有的費用都可以買器材。

8 我：10. 老師想要再請您談談您參加大肌肉活動教學進修課程的情況如何？

9 T6：這種課程沒有上很多，我會比較傾向肢體開發的課程研習，但其實這
10 類研習課好像也比較少看到大肌肉的進修課程，如果有開這類研習，會有
11 意願去參加。

12 我：你都是如何獲得這些教學課程的進修跟參考資源

13 T6：大肌肉活動這類研習較少所以我會參考網路上的資源或教案。

14 我：最後請老師聊聊，大肌肉活動中最大的困擾是什麼？

15 T6：我最大的困擾應該是空間太小，若空間太小活動就會有所限制，變化
16 無法多元課程有時就會顯得無趣

17 我：謝謝老師

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32