

單元七 來玩呼拉圈

7-2 一起來合作

彰化縣立忠孝國小 黃稚婷



七 來玩呼拉圈

呼拉圈真好玩

利用呼拉圈伸展身體。



▲腰部伸展

我們用呼拉圈來讓腰部動一動。



▲坐著伸展

你的雙手要撐在後面。



▲腳部伸展

影片

串糖葫蘆

手拉著手，用身體的力量將呼拉圈從前面傳到後面。

可以試試不同方法，一個一個穿過去，不能鬆開手。

我先用頭部穿過去。

我用手穿過去。

我等一下先用腳。



加油！

快完成了！

YA！我完成了。



說說看，同一組同學最先用身體哪一個部位穿過呼拉圈？



2 一起來合作

火車過山洞

一起來玩火車過山洞遊戲，看看哪一組穿越的時間最長。

我會注意同學怎麼穿越呼拉圈。

我要拿好呼拉圈。

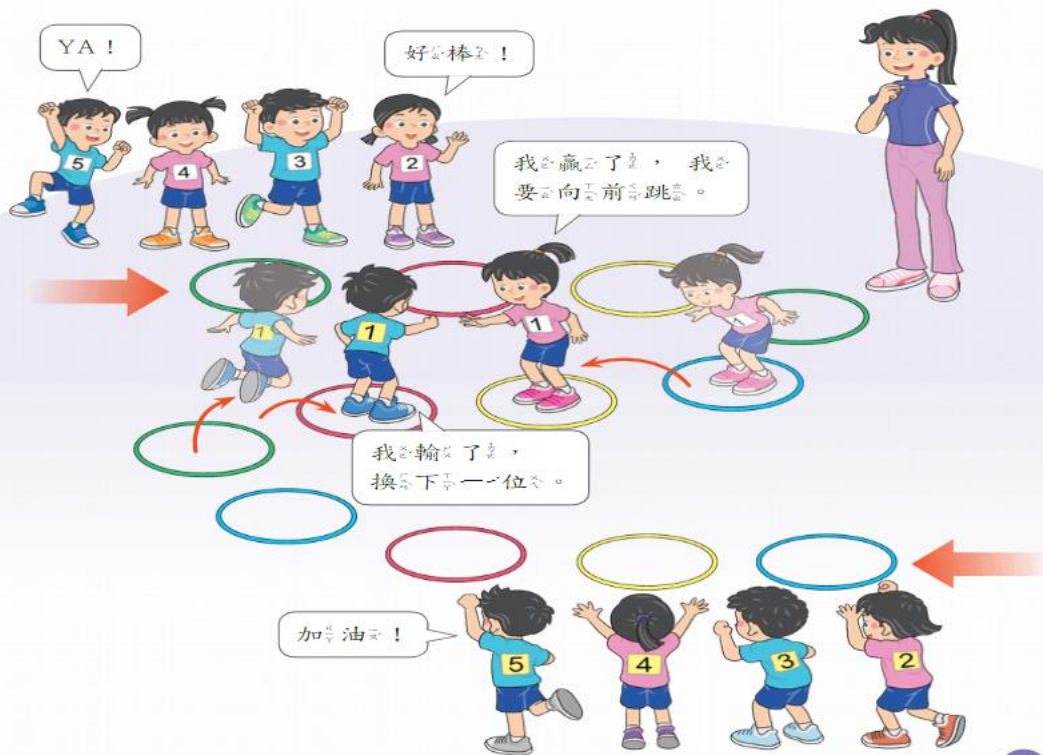
同組同學一起合作，用最長的時間穿越呼拉圈，要注意腳不要碰到跌倒。



影片 YouTube

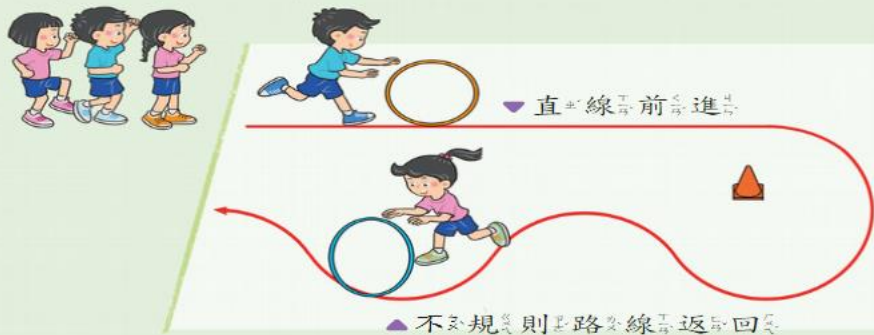
猜拳高手

呼拉圈在地上排成各種路線，進行猜拳比賽，輸的離開，贏的前進，看看哪一組最多人通過。



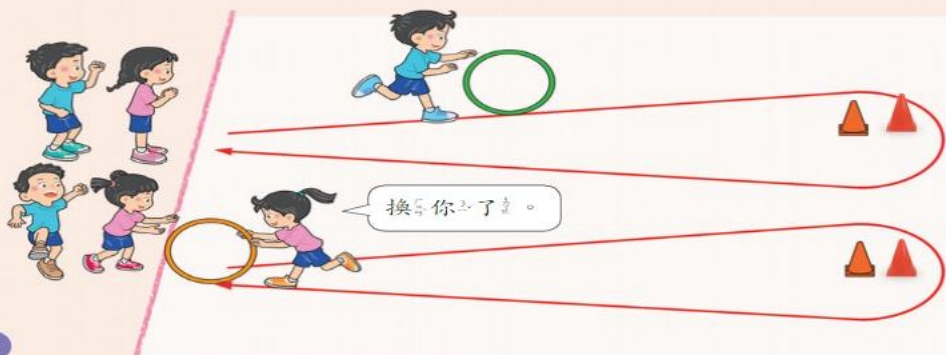
滾動呼拉圈

將呼拉圈往前滾動，分別練習直線前進和不規則路線返回。



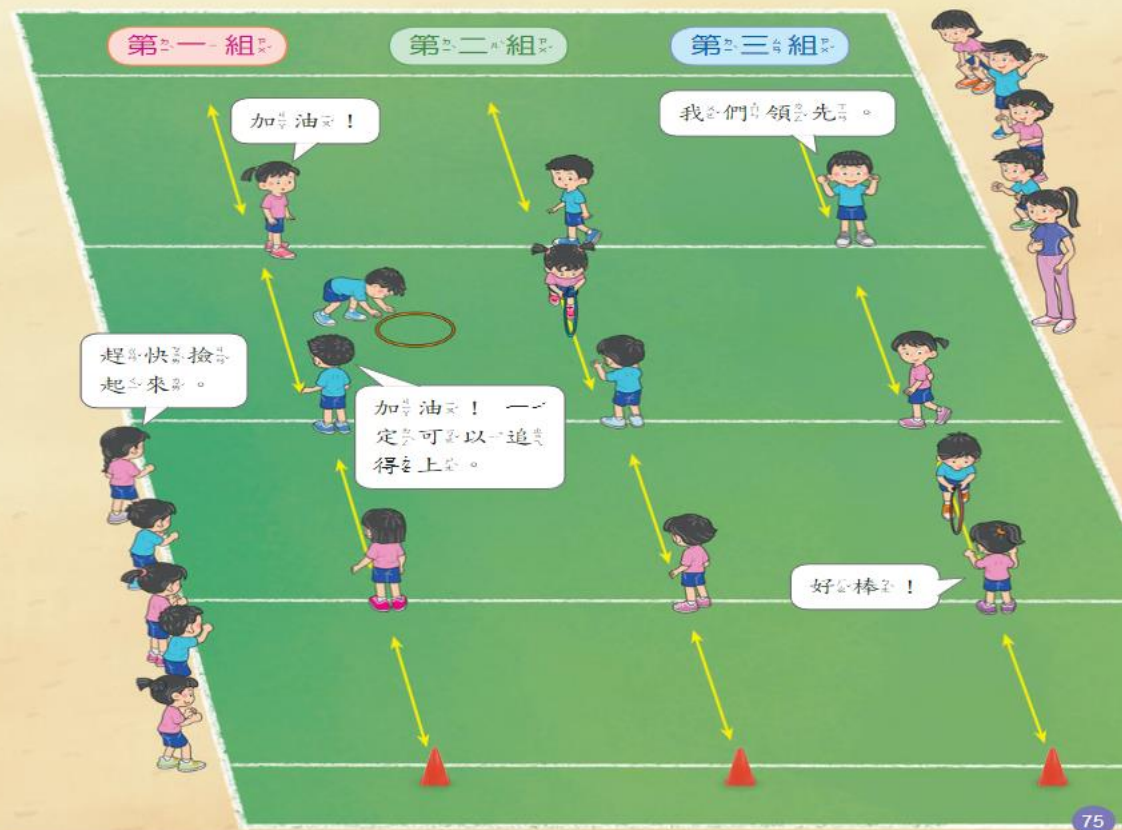
風火輪

分組比賽滾動呼拉圈繞過圓錐，看哪一組同學滾得最快。



呼拉圈接力賽

每個人沿著路線滾動呼拉圈，一棒接一棒，看哪一組最快將呼拉圈滾到終點。



其他遊戲設計參考

