

全國高級中等學校家政群107年專題及創意製作競賽複賽 「專題組」作品說明書

群 別：家政群

類 別：家政類 服裝類 幼保類 美容類

作品名稱：「幼」「老」共學「球」幸福

關 鍵 詞：祖孫情感、代間互動、球類活動



參賽編號：參賽資格：是 否

(編號由群科中心填寫)

目錄

壹、摘要.....	1
貳、研究動機與目的.....	1
一、研究動機.....	1
二、研究目的.....	1
參、研究方法與流程.....	2
一、研究方法.....	2
二、研究流程.....	2
肆、主題與課程之相關性或教學單元之說明.....	3
伍、文獻探討.....	4
一、高齡者生心理特質.....	4
二、祖孫互動關係.....	5
三、球類活動.....	6
四、常見遊具種類.....	7
陸、研究歷程.....	8
一、研究流程.....	8
二、設計遊具.....	9
柒、研究結果.....	13
一、完成圖.....	13
二、活動實際過程.....	14
三、活動後訪談.....	17
四、訪問後總結.....	18
捌、討論.....	18
一、設計與製作四合一球類活動套組.....	18
二、進行社區試教實際狀況討論.....	18
三、進行社區推廣實際狀況討論.....	19
玖、結論與建議.....	19
一、結論.....	19
二、建議.....	19
拾、參考資料及其他.....	20
一、書籍資料.....	20
二、網路資料.....	20

圖目錄

圖 1 研究流程圖.....	2
圖 2 主題與課程相關圖.....	3
圖 3 完成圖.....	13
圖 4 遊具推廣.....	15
圖 5 遊具推廣.....	15
圖 6 遊具推廣.....	15
圖 7 遊具推廣.....	15
圖 8 遊具推廣.....	16
圖 9 遊具推廣.....	16
圖 10 遊具推廣.....	16
圖 11 遊具推廣.....	16

表目錄

表 1 老化現象及照護方法.....	4
表 2 祖孫互動型態.....	5
表 3 常見遊具種類.....	7
表 4 研究流程.....	8
表 5 高爾夫製作流程.....	9
表 6 足球台製作流程.....	10
表 7 迷宮製作流程.....	11
表 8 彈跳球製作流程.....	12
表 9 社區活動實錄.....	14
表 10 活動後訪談分析.....	17

全國高級中等學校家政群107年專題及創意製作競賽複賽

「專題組」作品說明書

【「幼」「老」共學「球」幸福】

壹、摘要

隨著時代的變遷，科技越來越發達，祖父母和幼兒的文化差距越來越大，導致代間關係逐漸疏遠，所以我們希望增進高齡者與幼兒的互動可以達成共伴學習的目的，因此透過本專題設計出一套球類活動，針對社區的祖孫實施活動，目的是想增加高齡者生活樂趣、自信，也能透過活動增進長輩與幼兒彼此間的情感與默契。

貳、研究動機與目的

一、研究動機

根據台灣內政部統計顯示，老化指數在106年12月底達105.7，而老人占總人口12.83%，已逼近14%的高齡化社會(Aged society)，國發會甚至發出警訊，台灣將在民國115年進入超高齡社會，因此，高齡者的照護相關議題刻不容緩。然而，面對老年人口增加，有多半的老人因體力不足、行動能力退化或收入無法長期支助於休閒活動等因素，選擇天天待在家不出門，拒絕參與活動的機會，長久下來易導致高齡者身心退化速度增快。

而我們組員對此現象更是有感，因為從小與祖父母的互動密切，因此在高二下學期便選擇老人養護中心進行實習。在試教過程中，身為幼保科的我們發現不僅幼兒對於球類活動有高度興趣，高齡者竟對球也非常感興趣，但因高齡者身體退化造成行動不便，所以我們以體積較小的「乒乓球」為主要媒介，設計一套結合四項球類活動且老少咸宜的桌上型活動組合，不僅可以個人操作，也可透過團隊合作一同完成。

再者，依據「國內年輕學子對於祖父母之態度與行為全國民意調查報告書」得知，祖孫關係中有9.5%之幼兒幾乎不與祖父母互動（林如萍，2008），且代間的互動品質和祖父母的年紀與身心理健康狀況有高度相關。因此，期許我們的活動除了能提升長輩的自信心與自我價值感外，且藉由代間互動增進彼此之間的情感與默契，增進幼兒與祖父母互動的品質。

二、研究目的

- (一) 設計一款幼兒與高齡者皆能操作的球類活動組。
- (二) 透過活動讓高齡者增加生活樂趣與提升自我價值感。
- (三) 建立祖孫代間正向的情感交流。

參、研究方法與流程

一、研究方法

為使研究更加嚴謹，我們使用了以下的研究方法：

(一) 團體討論法

組員共同討論主題，確定方向後，一同詢問實習機構的主任及指導老師，以增進代間關係為主，製作成品並規畫活動內容，經過多次討論後，組員們決定以乒乓球為主，設計一套球類活動組合。

(二) 實作法

我們改良四款現有的球類活動(迷宮、高爾夫、彈跳球及手足球台)，使其更適合長輩與幼兒操作，並實際拿給長輩使用後進行第一次遊具修改，再到社區進行活動，且在活動後進行訪談，根據觀察及訪談結果進行第二次遊具修改，最終再至社區進行推廣。

(三) 口頭訪談法

我們在遊具試玩與社區活動結束後，實際訪談參與民眾，發現長輩及幼兒不僅對活動感到非常有興趣，也肯定在活動中增進祖孫間的默契之目的。

二、研究流程

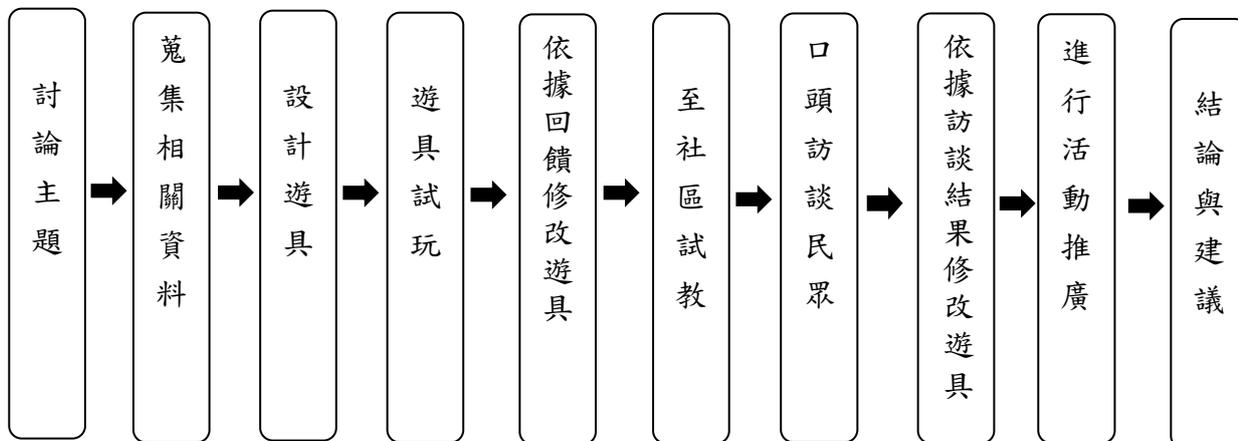


圖 1 研究流程圖

肆、主題與課程之相關性或教學單元之說明

本研究主要是透過高齡者與幼兒都喜歡的球類活動作為彼此互動的媒介，透過活動可增進彼此間的情感與默契。而我們的活動設計依據運用了三年所學專業知能，說明如下：

一、「幼兒教保活動設計」課程：

在「身體動作與健康領域」章節中，了解到該領域學習面向可分為身體動作與用具操作，因此，我們的活動可同時提供幼兒使用球桿操控球與需調整身體動作以完成活動的機會。

二、「家庭教育」課程：

因應時代的變遷，家庭結構的改變，人與人之間的互動模式也隨之調整，因此，我們透過親職教育、子職教育及家庭倫理教育的內容，學到家人關係的重要性和促進家人互動的引導方式。

三、「嬰幼兒發展與保育」課程：

在「嬰幼兒動作的發展與保育」章節中，我們知道滿3歲的幼兒可完成用三隻手指握住筆，也可熟練地將粒狀物固體放進瓶中等動作，因此，我們的活動提供了可以讓幼兒充分練習精細動作與手眼協調的機會。

四、「家政概論」課程：

在第六章「高齡者的照顧」中，我們學習到高齡者的生心理特質，為了能讓高齡者能盡興互動，我們進行活動的改良，期許除了能增進長輩的自信心與價值感外，也能提升幼兒與祖父母互動的品質。

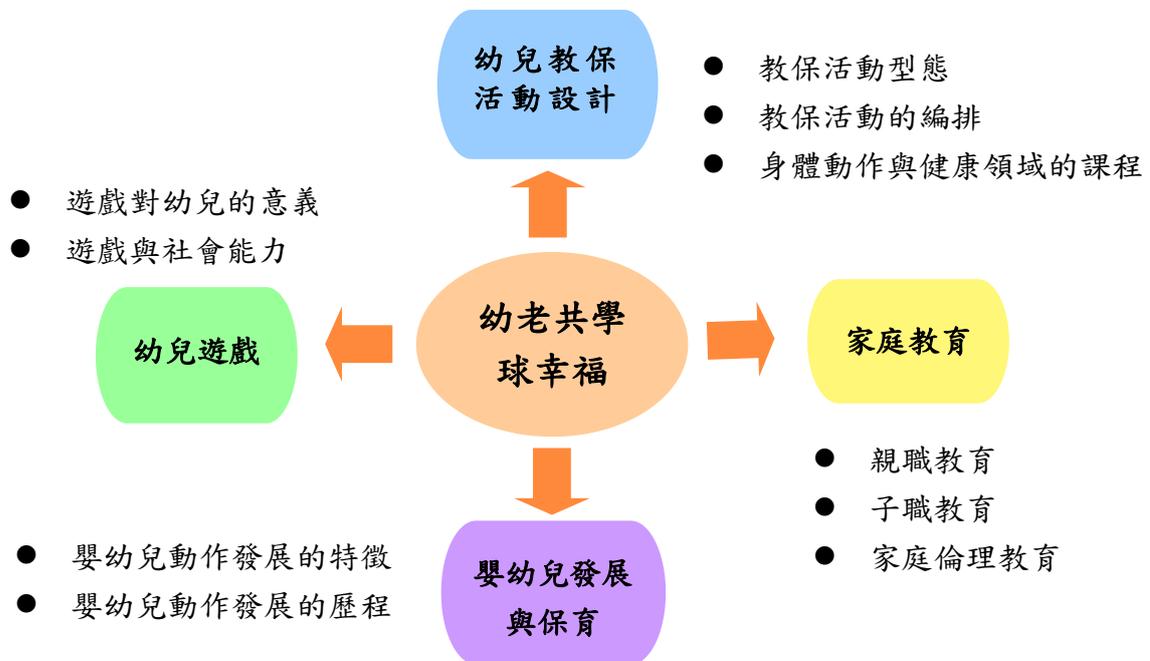


圖 2 主題與課程相關圖

伍、文獻探討

一、高齡者生心理特質

高齡者隨著年紀增長，身體器官也跟著退化，影響了生活功能。而老化的改變包含生理與心理，分述如下：

(一) 生理特質

在身體老化過程中，各個組織和器官將會出現一系列慢性的衰老變化，即使是健康的老年人，各項生理功能相較於年輕時，也會有明顯程度的差異。然而，生理方面的老化直接影響身體功能的運作，使自理效率降低，造成生活上的不便。常見的器官老化現象及照護方法如表 1：

表 1 老化現象及照護方法

器官退化	知覺影響	照護方法
眼睛	1. 瞳孔老化，對光線的適應力變差。 2. 水晶體老化，影響顏色的辨認。	1. 增加照明與避免強光的照射。 2. 增加顏色的飽和度，提高辨識度。
耳朵	1. 耳蝸神經退化，引發耳鳴、處理訊息的時間，甚至失聰，影響社交與溝通。	1. 與高齡者說話音調應放低，放慢速度、發音清楚，以及音量足夠。 2. 語句盡量縮短減少處理訊息的時間。 3. 嚴重者使用助聽器。
神經系統	1. 神經傳導速度慢，導致活動較遲緩，身體協調性也變差。 2. 記憶減退或心智功能退化。	1. 陪伴高齡者移動時，應放慢腳步，且最好有柺杖或助行器的支撐。 2. 不要輕易改變高齡者較熟悉環境中物品的位置，或是對於容易遺忘的例行事項多加提醒。
骨骼與肌肉	1. 骨骼變薄、變脆弱，容易骨質疏鬆。 2. 關節受創傷，易生關節炎。	適度的運動能減輕疼痛，例如慢走、拍手功等，且可增強肌肉力量。

(二) 心理特質

在高齡化社會中，許多高齡者不但會面臨退休、親人的去世，或是兒女不在身邊感到孤獨，讓他們喪失精神的支持和生活支柱，再加上年紀增長，記憶力衰退、反應力變慢等等，造成老人缺乏安全感、恐懼被遺棄等問題發生。因此，高齡者對未來生活最擔心的問題，以自己健康、經濟來源及生病沒人照顧最多。

現代心理學創始人之一詹姆士(William James)認為，自我概念來自於自尊，當個人的實際成就比自己原本期望高，或是相符合時，個體就會有較高的自尊。而擁有高自尊的人，往往也會滿意自己、喜歡自己與相信自己。若高齡者擁有正向的自尊，就會認為自己有價值且尊重自己。

因此，在生活中安排一些適合高齡者能力的活動，讓他找到生命的價值性，就能重建自我概念。

二、祖孫互動關係

根據群園關懷協會於 106 年 8 月公布「祖孫互動情形」統計結果，高達 44.4% 的祖父母希望天天與孫子女見面，但孫子女的意願卻是 29.1%，調查也發現，祖孫最常一起做的事是吃飯，佔 8 成，由此可知現在兩代對於祖孫互動的期待是有落差的，而此現象也造成祖父母幸福感低落。

(一) 祖孫互動類型

依據祖父母在互動中的功能與行為方式，作為祖孫關係的參考依據，如表 2：

表 2 祖孫互動型態

型態	說明
正式型	有時會協助子女照顧孫子女，但不會干涉孫子女的教養問題，也不會去侵犯其親職角色。
經驗傳承型	祖父母保有傳統家庭中權威角色，是特殊技術與經驗的傳遞者，也是家庭中所尊崇的人物。
尋求歡樂型	祖父母是孫子女的玩伴，強調祖孫之間彼此的參與、歡樂的享受，不重視家庭權威傳統順序。
代理父母型	子女均外出工作，祖父母為替代的親職角色，承接教養孫子女的责任。
關係疏遠型	與孫子女保持距離，只在假日或特殊節日才會見面。

(二) 代間互動技巧

家庭結構的改變，同時也代表著人與人之間情感互動產生變化，越來越多的小朋友在安親班或才藝班度過他們的童年，也越來越多的老人在孤獨的歲月中度過，兩代的情感交流似乎已經呈現平行線，毫無交集。而國外的精神心理專家曾提出祖孫關係研究，結果發現祖父母參與小孩生活的積極度與對孩子價值觀的影響有明顯的關係，如果祖父母能多參與孩子的日常活動，孩子就能更加了解長輩的人生智慧和看法，這對孩子的成長是非常重要的。

但年紀差距越大，價值觀落差會更大，有些祖父母年長，觀念保守、言語隔閡，加上眼不明、耳不聰、或記性差，而年幼的孫子女則有認知不夠與表達力有限的情形，因此很容易產生溝通不良的問題。良好有效的溝通可解決「誤解」與「不解」，針對祖孫間的溝通方式提出六點建議，如下：

1. 重視非語言的線索，透過察言觀色，覺察非語言之提示，如眼神、臉部表情與姿態等。
2. 增加身體語言的交流，透過擁抱，感受彼此的溫度，也能無聲勝有聲。

3. 避免負面的批判，代間溝通時需注意說話的語氣與聲調，長輩和孩子說話而不是對孩子訓話，不要全權掌控說話權利，孩子也需有耐心聽完長輩的話。
4. 尊重孫子女的抉擇，長輩要了解有些選擇是無傷大雅，其實可放手讓孩子學習選擇，每個孩子都希望大人能尊重其想法與感受！
5. 給予孫子女肯定是很重要的，如果孩子完成階段性任務，不要吝於給予大大讚賞，可提升自信心，有助改善祖孫氣氛並培養對人事物抱持感恩的態度。

三、球類活動

幼教之父福祿貝爾認為「球體是最完美的，無起點也無終點，象徵萬物的統一」。因此在恩物的發明中，六色球為第一順位，可見福氏對於球的重視。然而，球類活動至今仍是老少咸宜，主要在培養使用者擁有健全的身心，以促進均衡的發展。

(一) 起源與種類

球類活動的起源可追溯至 19 世紀初，常見的種類高達近 20 種，可依據是否需要媒介，分為使用球棒或球拍的羽球、棒球、網球等，或是可直接利用身體部位玩的球類活動有皮球、排球、美式足球等，若依照球的體積由大到小可分為大龍球、籃球、網球、桌球、高爾夫球等，由此可知球是相當豐富的一種活動。

(二) 球類對幼兒的意義

在幼兒園中常見的球類是大龍球，單單一種球就有各種不同玩法，而每種玩法對幼兒都有不一樣的發展目標，如：將球放在兩位幼兒之間，利用身體任何部位去擠壓，此活動為訓練四肢肌力及協調性；或是幼兒全身趴在大龍球上，老師用手慢慢前後左右原地來回推動球，此活動為訓練肌耐力及平衡感為主。

因此，球類對於幼兒來說，不但有趣又能在玩樂中得到有效的訓練。透過活動過程能培養手眼協調能力、反應能力以及敏捷性，促進發展並啟發幼兒的學習與興趣，藉由良好習慣和運動行為的養成，來促進幼兒的身心健康。

(三) 球類對老人的意義

現今大多長輩會因為行動不便或經濟不允許，導致不想參與任何活動，而平常常見的球類大多需靠體力，相對的長輩接觸球類的機會也越來越少。身為幼保科的我們到老人養護中心實習時，在遊戲過程中偶然發現長輩對於球類活動相當感興趣，如：長輩面對面排兩排，並透過互相拋接海灘球，可以延緩手眼協調、反應力及大肌肉的退化為主，讓長輩在遊戲中可獲取自信心。

四、常見遊具種類

我們針對常見的遊具且同時適合幼兒與長輩操作的活動進行調查，其分析結果如表 3：

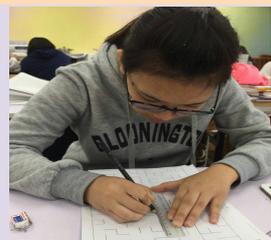
表 3 常見遊具種類

活動名稱	照片	規則	特色
彈跳球		用乒乓球往前彈入前方的洞口即可得分，不同顏色代表的分數皆不同，進洞數越多，分數則越高。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 此遊戲需透過上肢肌力控制力道大小，來決定球的方向。 2. 需藉由手眼協調來使球彈入洞口。
足球台		比賽開始時，球會從球檯側邊的洞口發球，也可用手把球放在中場人偶腳旁，人偶利用碰撞擊球。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 此遊戲需要快速的反應來操控，可提升使用者的動作敏捷力。 2. 需有手眼協調運動技能來控制球的滾動。 3. 透過手把的轉動，訓練手腕及抓握能力。
迷宮		由許多拐彎抹角、難辨方向與出口的道路組成的迷宮圖型內，使用者必須用筆從起點仔細選擇，劃出一條正確的道路通往終點。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過彎曲的路線，可培養觀察力及方向感。 2. 在前進的同時，必須維持一定的力道，使筆可以在路線範圍內移動。
高爾夫球		調整好身體位置，利用高爾夫球桿瞄準高爾夫球，將高爾夫球打進洞內就得分。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 此活動需運用全身肌肉進行揮桿動作。 2. 須具備良好的手眼協調能力。

陸、研究歷程

一、研究流程

表 4 研究流程

	<p>(一)進行小組討論、確定主題</p> <p>組員透過高二實習試教中，發現老年人對球類感興趣，於是決定設計出一系列球類活動，在過程當中，不斷與師長討論，研發出四合一球類活動。</p>
	<p>(二)文獻討論</p> <p>確定主題後進行資料整理，並且不定時與組員和老師進行討論及修改，達到最好的結果。</p>
	<p>(三)設計製作球類活動</p> <p>與組員進行球類設計及製作，以及準備好在活動當日需要使用到的材料，方便參與活動的家庭使用。</p>
	<p>(四)社區宣傳與施測</p> <p>活動進行前，實際到社區進行接洽，在社區布告欄張貼海報及口頭宣傳，讓民眾知道當日活動時間及內容。</p>
	<p>(五)討論及修正</p> <p>針對第一次試教後，進行討論與修正，並改善遊具的美觀問題以及遊具的堅固性，製作新版的球類活動。</p>
	<p>(六)口頭訪問、資料統整及專題完成</p> <p>再次將遊具推廣到社區，透過口頭訪問，了解民眾對於活動的滿意度及建議，並針對建議做改善並完成此專題。</p>

二、設計遊具

我們利用家中常見的可用資源，如紙箱、吸管、免洗筷及磁鐵等素材進行遊具製作，設計過程如表 5 至表 8：

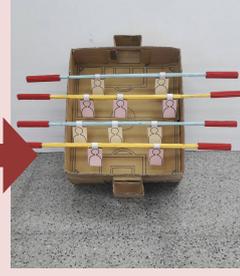
(一) 關卡一：高爾夫設計

表 5 高爾夫製作流程

		製作流程			
第一版					
		製作球洞	製作球洞底座	製作球桿	第一版完成圖
		試玩與修正			
		<ol style="list-style-type: none"> 1. 試玩過程中發現，發球台只能固定在中間不能隨意移動方向，所以將在盒子內左右各增加一顆磁鐵，使瓶子可移動方向。 2. 試玩過程中發現，球洞為水平面的難易度較簡單，所以我們將球洞分出高低並增加數量，使難易度增高。 3. 長輩給予回饋覺得外觀須更美觀。 			
第二版		製作流程			
					
		加大球盒	球盒內增加磁鐵	球盒下黏魔鬼氈	第二版完成圖
		玩法介紹		特色說明	
		將球放置發球架上，使用球桿把球推入洞裡，一人有 8 顆球，兩人需合作把球推至洞裡連成一條線，即可完成關卡。		<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練專注力與手眼協調能力。 2. 設計可移動式發球架，增加活動的有趣性。 3. 學習透過手腕控制力道的大小。 	

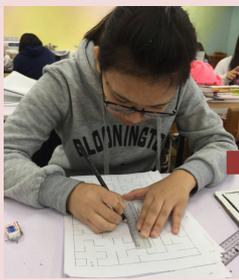
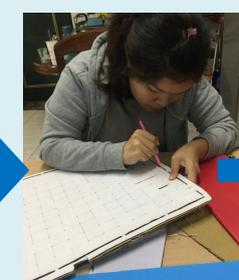
(二)關卡二：足球台設計

表 6 足球台製作流程

第一版	製作流程			
				
	製作球桿	繪製球場	設計球門	第一版完成圖
	試玩與修正			
	<ol style="list-style-type: none"> 1.在遊戲中長輩給予回饋，建議將球桿加長以便轉動。 2.可以將單調的人偶換成動物，讓長輩教導幼兒練習說動物的台語，提升長輩在孫子心中的地位，且增加其自信心。 3.在遊戲進行中，球桿擋片材質為紙片，因紙片材質較軟，所以更換為PP版，材質較堅固。 			
第二版	製作流程			
				
	球場加大尺寸	增加擋板	將人偶換成動物	第二版完成圖
	玩法介紹		特色說明	
<p>將兩位參賽者分組，一位為黃隊，另一位為藍隊，以轉動棍子的方式把球踢入對方的球門內，採三戰兩勝制。</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過常見的陸海空動物圖卡，可以讓幼兒練習說中文、英文及台語的名稱及述說動物特徵。 2. 訓練左右手交互使用。 3. 增進祖孫之間的情感。 		

(三)關卡三：迷宮設計

表 7 迷宮製作流程

第一版		製作流程					
						設計路線	裁剪迷宮底圖
第二版		試玩與修正					
			<ol style="list-style-type: none"> 1.在遊戲中長輩認為釘子對幼兒來說太危險，且因紙箱過薄釘子插上去不牢固，更增加危險程度，所以將釘子更換為插卡方式，避免幼兒受傷。 2.因路線間隔小，所以原本使用彈珠，但因為彈珠對於幼兒而言體積過小，是非常危險的球類活動，所以研究後決定將路線間距加大並將彈珠換為乒乓球。 3.活動結束後發現此教具因材質不堅固導致許多地方出現損壞，討論後決定更換材質並且加大尺寸。 				
第二版		製作流程					
						將釘子換為插卡	將插卡路線簡化
第二版		玩法介紹		特色說明			
		<p>兩位參賽者各握一邊把手，並可以透過插卡自行規劃路線，以左右上下搖晃的方式將球滾至出口處，即可完成此關卡。</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. 祖孫可透過討論共同設計迷宮路線，增加互動機會。 2. 路線具有豐富的變化性。 3. 訓練幼兒耐性及平衡感。 4. 提高對空間的推理能力，促進左右腦同時發展。 			

(四) 關卡四：彈跳球設計

表 8 彈跳球製作流程

第一版	製作流程			
				
	製作球洞	修剪球洞底座	美化球盒外觀	第一版完成圖
	試玩與修正			
		<ol style="list-style-type: none"> 1. 試玩中依據觀察與長輩建議，需增加球洞，避免過於容易達成連線。 2. 遊戲進行中發現，球洞之間間距過大，使球不易進入洞口。 		
第二版	製作流程			
				
	製作外盒	美化球洞	美化外盒	第二版完成圖
	玩法介紹		特色說明	
	<p>將球以彈跳的方式，使球彈入洞孔，兩人合作連成一條線，即可完成。</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. 改變球洞高度，增加活動變化性，及提升使用者參與活動的意願。 2. 可學習力道控制及方向掌握。 	

柒、研究結果

一、完成圖

以下是我們遊具的完成圖，如圖所見我們利用了紙箱、瓦楞紙、吸管、紙捲等素材將4種遊具合為一體，而遊具的最底層為收納箱，放置活動中所需的所有教具，因此，它不僅是個遊戲箱，當平常不使用時還能變為幼兒的座椅，這樣一來，遊戲箱就更具有多元功能。

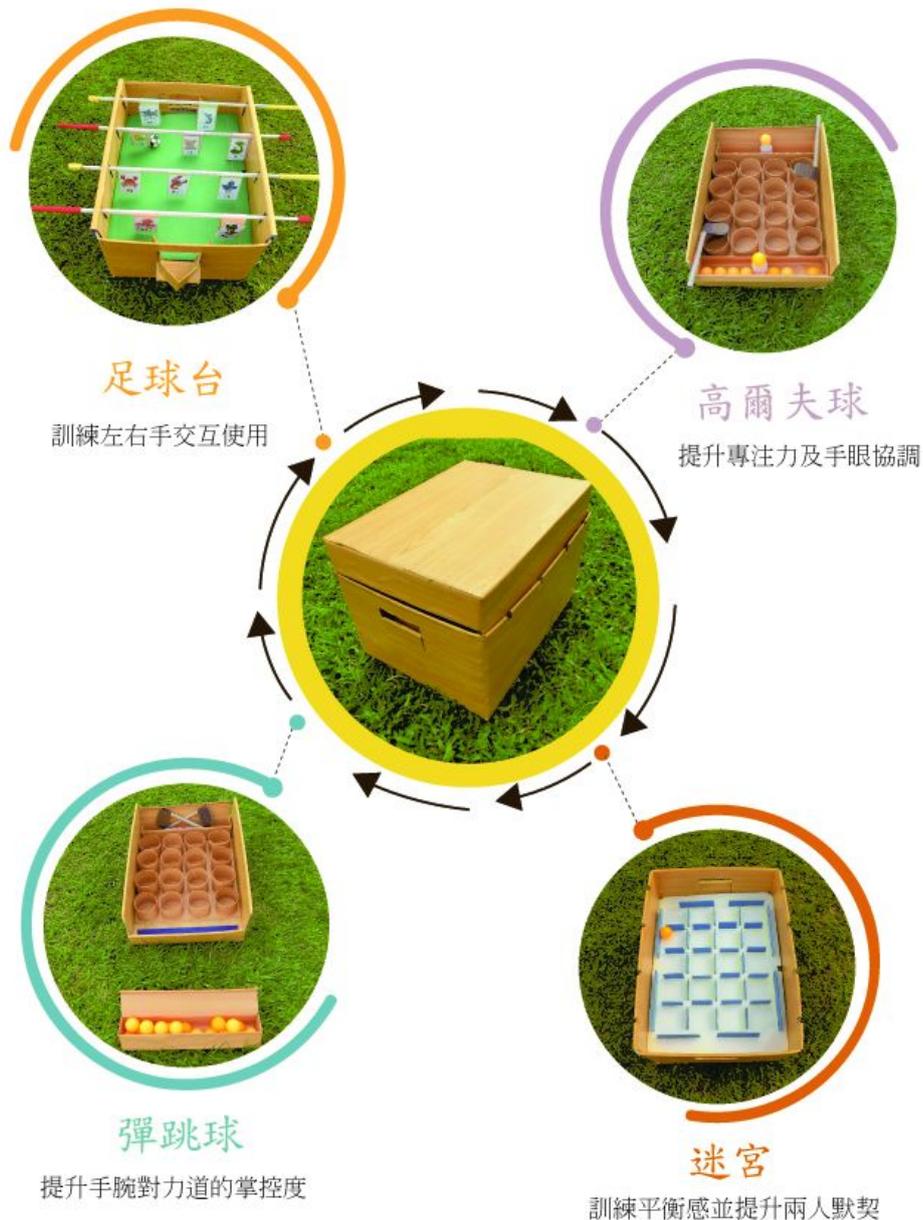


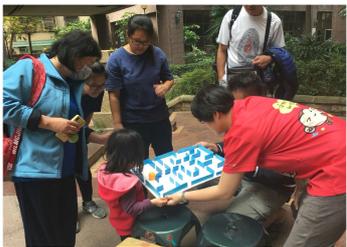
圖 3 完成圖

二、活動實際過程

(一) 活動實施—社區一

107年1月20日我們實際到社區舉辦活動，主要目的為增進祖孫情感，讓長輩在活動中提升自我概念，且在活動後進行訪問及觀察驗證是否達到目的。

表9 社區活動實錄

活動實錄		
		
幼兒與爸爸一起玩迷宮	幼兒與媽媽一起玩彈跳球	奶奶與關主一起玩足球台
		
兄弟一起玩足球台	講解彈跳球遊戲規則	奶奶帶領幼兒設計迷宮路線
		
幼兒教媽媽玩彈跳球	三代一起設計迷宮路線	奶奶與朋友一起玩彈跳球
		
一家人一起玩迷宮	幼兒教爸爸玩迷宮	三代一起玩足球台
<p>試玩結論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在高爾夫球遊戲中，幼兒非常專注在瞄準球洞，可有效提升注意力。 2. 在中庭進行活動，有時會因為風大，而干擾活動的進行，但可發現幼兒同時也能學會控制力道的大小。 3. 在足球台遊戲中，家長確實會教導幼兒認識動物名稱。 4. 家長肯定幼兒在足球台關卡中，確實有運用到左右腦的交互使用。 5. 在迷宮關卡過程中，家長發現幼兒放置迷宮插卡時，較平常有耐性，且在這之中與長輩進行討論交流，拉近了祖孫之間的情感。 		

(二) 活動推廣與教學—社區二

在平常假日發現，許多父母會帶著孩子回到此社區與長輩們聊天互動，而為了能讓此專題推廣出去讓大家知道並參與，我們於 107 年 3 月 4 日與社區接洽舉辦活動，不僅拉近了代間關係，也讓參與的民眾過了一個與平常相較下更精彩的一個下午。

關卡一：迷宮



圖 4 遊具推廣



圖 5 遊具推廣

觀察紀錄:

- 1.阿嬤能自行思考路線並將插卡成功地連接至出口。
- 2.幼兒能與他人一同設計路線，發揮邏輯思考力完成此關卡。
- 3.幼兒對於路線可自由創作感到很新奇。
- 4.插卡與插槽大小符合奶奶的需求。

關卡二：彈跳球



圖 6 遊具推廣



圖 7 遊具推廣

觀察紀錄:

1. 對此遊戲不了解的妹妹，剛開始進行活動時，球一直不斷的亂跑，但經過幾次的練習後也漸漸學會穩定力道及方向感，所以很開心地叫朋友們看她表現。
2. 奶奶對於玩遊戲覺得很沒信心，但是經過我們的引導與鼓勵後，奶奶嘗試著去接觸這個遊戲，沒想到奶奶還意猶未盡地想再玩第二次。
3. 妹妹很喜歡這關卡因為覺得有挑戰性。
4. 奶奶認真地將球丟進洞口覺得很開心。

關卡三：高爾夫球



圖 8 遊具推廣



圖 9 遊具推廣

觀察紀錄:

- 1.因為還差一個洞就能完成此關卡，所以弟弟不斷很認真想讓球進洞完成關卡，可確認此遊具能激發企圖心。
- 2.在活動中看到祖孫很認真地討論著目標，努力地想完成關卡，因此肯定遊具增進了溝通互動的機會。
- 3.球沒進洞弟弟覺得很可惜，代表弟弟非常投入此活動。
- 4.祖孫同心協力將球推進洞口。

關卡四：足球台



圖 10 遊具推廣



圖 11 遊具推廣

觀察紀錄:

- 1.妹妹不但很認真地完成關卡，還在遊戲結束後與關主分享她學會了5種動物的台語名稱。
- 2.阿嬤很認真地聽關主解說遊戲規則，也在引導下順利地完成關卡，而因為關主不太會說台語，阿嬤還很開心地教她所有動物的名稱。
- 3.妹妹很開心地贏得勝利。
- 4.在活動進行前，奶奶認真聽規則，代表此遊具對她有足夠的吸引力。

三、活動後訪談

當天活動後針對 20 組共 40 位祖孫進行口頭訪談，表 10 為活動後訪談分析內容：

表 10 活動後訪談分析

參與對象年齡	
<p>6~12歲 38% 12~15歲 15% 65~70歲 47%</p>	
當天參與對象超過 8 成為祖孫	
<p>活動中較特別的項目</p> <p>遊戲內容 32% 外觀 25% 材質 43%</p>	<p>活動較好玩的關卡種類</p> <p>高爾夫球 22% 彈跳球 24% 足球台 18% 迷宮 36%</p>
<p>43% 民眾覺得遊具外觀特別</p>	<p>36% 民眾認為迷宮最好玩</p>
<p>活動是否具有幫助情感互動</p> <p>是 95% 否 5%</p>	<p>活動是否具備發展團隊精神</p> <p>是 92% 否 8%</p>
<p>95% 民眾認同遊具有增進情感功能</p>	<p>92% 民眾認為此活動須運用團隊精神</p>
<p>是否願意再參加相關活動</p> <p>是 88% 否 12%</p>	<p>是否願意將此遊具放置家中使用</p> <p>是 78% 否 22%</p>
<p>88% 民眾希望還能參加此類活動</p>	<p>78% 民眾有意願放置在家中玩</p>

四、訪問後總結

經由訪問結果統計後，許多的長輩非常滿意我們這次所辦理的活動，覺得經過這次的活動讓他們與孫子女們的互動有明顯增加的現象，有一個孫女也分享她的阿嬤會用台語把每一隻動物都念過才開始進行活動，覺得很可愛。因此，在活動過程中每一個甜蜜又溫馨的畫面，都代表著我們的遊具及活動能有效提升人與人之間的情感互動。

捌、討論

一、設計與製作四合一球類活動套組

- (一) 我們跳脫傳統的固定路線式迷宮，為了增加使用者的互動性及活動變化性，改以插卡式，透過多元路線方式，發展觀察力及邏輯思考能力。
- (二) 市面上常見的手足球台以直立固定式為主，我們改造為可攜式，又其手把皆為同一色，我們新增為兩色，可讓使用者清楚分辨組別。而人偶則改以幼兒熟悉的動物圖卡為主，將動物分為陸海空三種類別共 15 張，可讓祖孫們有更多溝通互動的機會。
- (三) 在高爾夫關卡中，因原本設計的球桿太長不好拿，因此縮短長度後，不僅好握也容易施力；又將使用完畢的衛生紙紙捲，裁剪黏貼包裝成為球洞。
- (四) 遊具原本設計二合一，共有兩個紙箱，但不好收納與攜帶，將其中一個縮小，成為上蓋部分，而底部則可收納全部的遊具，再將遊具組裝就成為四合一套組。
- (五) 當此活動組放在家中不使用時，除原本遊戲功能之外，也可增加椅子功能，發揮最大效能。

二、進行社區試教實際狀況討論

- (一) 透過實際活動中，可看見不論是祖孫、親子或是幼兒之間的互動皆非常熱絡，甚至在進行迷宮關卡的過程中，有兩位幼兒對於誰是指令主導者或聽從者有小小的爭執，最後仍合作成功完成，因此，由此可證此活動可增加彼此之間的情感。
- (二) 當天活動試玩後，民眾感到意猶未盡，有一位社區打掃阿嬤下班後還要再次挑戰，因此社區民眾對於我們的成品與活動設計具有高度肯定。
- (三) 社區民眾結束活動後，期待能將其變成例行性活動，不僅增加社區內假日悠閒活動參考，同時也希望我們可以常常來社區辦活動，讓社區裡的所有民眾皆能體驗不一樣的遊戲樂趣。

三、進行社區推廣實際狀況討論

- (一) 當天參與的民眾中，有阿嬤帶孫子女到現場參加我們的活動，但一開始長輩們都對活動無意願參加，因為覺得自己能力不夠感到沒信心，而經過我們的鼓勵以及孫子女在一旁打氣，最後都能開開心心地完成活動。
- (二) 活動中有一關卡可讓長輩們教導孫子女唸出動物的台語名稱，看著孫子女跟著長輩們唸，發音雖然不是很準確，但透過祖孫交流，確實看到長輩的臉上展現出自信心，而活動結束後，孫子女至少會說出 1~5 個動物名稱。
- (三) 活動進行中有一群國小生是跟同學一起出來玩，活動中他們為了完成活動，每個人都絞盡腦汁地發揮想像力，最後離開前還聽到他們紛紛討論著在活動中印象深刻的事。

玖、結論與建議

一、結論

隨著時代變遷，祖父母和幼兒的文化差距越來越大，導致代間關係逐漸疏遠，於是我們以增進祖孫情感為主題，製作出一套球類活動，讓長輩與幼兒能透過活動增進彼此之間的情感，讓長輩能在活動中得到肯定增加自信，幼兒也能有所成長。我們也藉由此活動得到許多不同的收穫，同時發現：

- (一) 透過活動可幫助長輩及幼兒學習控制力道及訓練手眼協調能力。
- (二) 長輩透過活動向幼兒傳遞知識或經驗，確實有效提升自我價值。
- (三) 從活動中可見到不論是祖孫、親子或是幼兒之間互動皆非常熱絡。
- (四) 長輩與幼兒透過活動增進彼此之間的情感與默契。

二、建議

- (一) 建議社區能多舉辦代間互動活動，可活化代間關係增進情感。
- (二) 將遊具更改為更具堅固性，例如：增加防水功能、可折疊材質。

拾、參考資料及其他

一、書籍資料

- 劉錚綺、劉嘉豪(2014)。《兒童體能活動設計》。台北市：心理出版社。
- 康惠琴(2001)。《幼兒體能》。新北市：啟英文化。
- 林惠芳(2015)。《幼兒教保活動設計I》。新北市：龍騰文化。
- 郭靜宜、陳千蕙(2015)。《幼兒教保活動設計II》。新北市：啟英文化。
- 陳姣伶、龔美娟、陳學怡(2014)。《嬰幼兒發展與保育II》。新北市：啟英文化。
- 陳娟娟、王怡又、陳若琳、韓京倫、王偵權、趙孟婕、王春展、簡嘉美、邱飄逸、李芸湘、李昭螢、鈕則誠(2005)。《人類發展學》。新北市：啟英文化。
- 廖信達(2004)。《幼兒遊戲》。新北市：群英出版社。
- 彭懷真、彭駕驛(2013)。《老人心理學》。新北市：揚智文化。
- 陳人豪、黃惠璣、蕭文高、郭旭格、陳政雄、陳俊佑、陳瑛瑛、曾月盃、詹鼎正、石慧玲、毛慧芬、張淑卿、黃源協、蔡秋敏、王寶英、林志鴻、莊秀美、林綺雲(2011)。《老人服務與照護》。新北市：威仕曼文化。
- Cathy Jo Cress(2013)。《老人照顧管理》。台北市：華騰文化。

二、網路資料

- 每日頭條(2016)。《老年人鍛鍊手用什麼樣的球》。取自
<https://kknews.cc/zh-tw/health/x2zryo.html>
- 陳凱筑(2011)。《祖孫互動關係及其對幼童在校生活自理能力之影響》。取自
臺灣博碩士論文知識加值系統
- 江林月嬌。《常見的十種老人病》。取自 106 年 8 月 23 日愛網
<http://www.julia4christ.org/Healthy/JHolder10.html>
- 鄭幸讚、蔡美華、張月琴。《台灣人口老年化趨勢》。取自 106 年 10 月 14 日佛教
弘誓學院
<http://www.hongshi.org.tw/writings.aspx?code=348D1A7FBDEBB297847E93DB89CFD92E>
- 洪瑞(2012)《國內年輕學子對於祖父母節之態度與行為》。取自 106 年 11 月 11 日
台灣發展高齡友善城市之樂齡教育教材設計與教案開發社群
<http://lms.ctl.cyut.edu.tw/board.php?courseID=24550&f=doc&cid=1429253>