

公開授課自我省思與改進

透過公開授課的方式，從不同的角度與觀點重新審視自己的教學方式，與觀課老師相互切磋琢磨，讓教學得以發揮最大的效益，讓學生收穫可以更多。

上課活潑和有趣是吸引學生投入的不二法門，在上課過程中要給學生多點活動，培養體適能和鍛鍊協調性，養成健康的身心靈。

學生平常運動時間和強度都不足，體育課正是補足此缺乏最好時間，提醒學生養成運動習慣，並注意生活正常，這麼一來才會健康有活力。