

自我省思與改進

課後的自我省思與改進，在課程暖身與練習時間之安排妥當，以性別將學生分組練習能使學生發揮自我的最大表現，以利建立學生學習的自信心；另外分組練習讓學生能培養彼此同理、尊重個人練習時間的觀念，這些教學理念值得延續。

然我也在課堂中觀察到，將學生以性別分組使得學習速度較慢的男學生難以跟上進度、學習速度較快頗具運動潛力的女學生對課堂內容安排感到無聊，由此點提醒我，應講此分組模式改進為以學習速度與運動潛能分組更為妥當，定且從中指導學生同理與互助學習之技能與概念，讓全體同學都能樂在學習並有所收穫。