自我省思與改進

藉由人人皆知的懷舊童年遊戲「紅綠燈」來帶動學生肢體運動及敏捷反應，並將其規則稍加修改，融入體育器材，希望學生能在活動中體驗到刺激和跑跑停停的變化，感受不同的跑步姿勢和擺臂動作。另外，讓學生在活動過程中，培養他們聽從指令，做出正確的動作指令，也訓練學生們能夠合群，互相幫忙，最後勇於發表分享自己的心得。