

自我省思與改進

1. 學生雖然知道「正足背前踢」的四項要領，但是實際演練中，還是常常會忘了動作要領，所以需要反覆練習，直到學生身體變成反射動作。
2. 透過學生分組練習，讓學生能反思自己是否做正確，再藉由學生彼此間討論同學是否執行正確，再一次確定「正足背前踢」要領是否有達成。
3. 看見學生們逐漸掌握動作並取得進步，做為教學者感到非常有成就感，也激勵自己不斷改進教學方法。