

省思與反省

整體來說，學生們的參與度與反應比我預期得更熱烈，這讓我感受到課程設計的節奏與內容是成功的。不過，我也注意到在動作示範的過程中，部分學生對於技術要領仍感困惑，顯示我在講解細節時還有加強的空間。未來我會試著放慢講解速度，並增加個別指導的時間，讓學生們能更確實掌握每一個動作。同時，我也意識到課堂的氣氛對學習效果有極大影響，因此我會持續提升自己的帶動技巧，讓學生在運動中感受到更多的動力與樂趣。這堂課不僅讓學生出汗，也讓我獲得寶貴的教學經驗，未來我會不斷精進，帶給大家更有品質與成效的課程。