

期末體育報告

資訊二忠組員:李國瑞、吳翊維、張峻豪、陳品茜



啦啦舞影片欣賞

- 一開始甚麼都比別人慢的我們最後終於完成這項任務，雖然結果沒有達到理想過程中也有許多不愉快吵鬧，但其中讓我們學到很多學到如何團結大家一條心努力做完一件事我覺得這是最重要的。



啦啦舞辛苦練習過程





我知道我們做的還不夠好還不夠團結，到了臨頭還加了一開始都沒教過的進場而且反而超過時間被扣了很多分數，啦啦舞只是一個學習的過程，我覺得結果必然重要但過程也是很重要的學習歷程，雖然我們在這邊不能拿下勝利，但我們可以把過程中學習到的所有東西換在做別的事情上

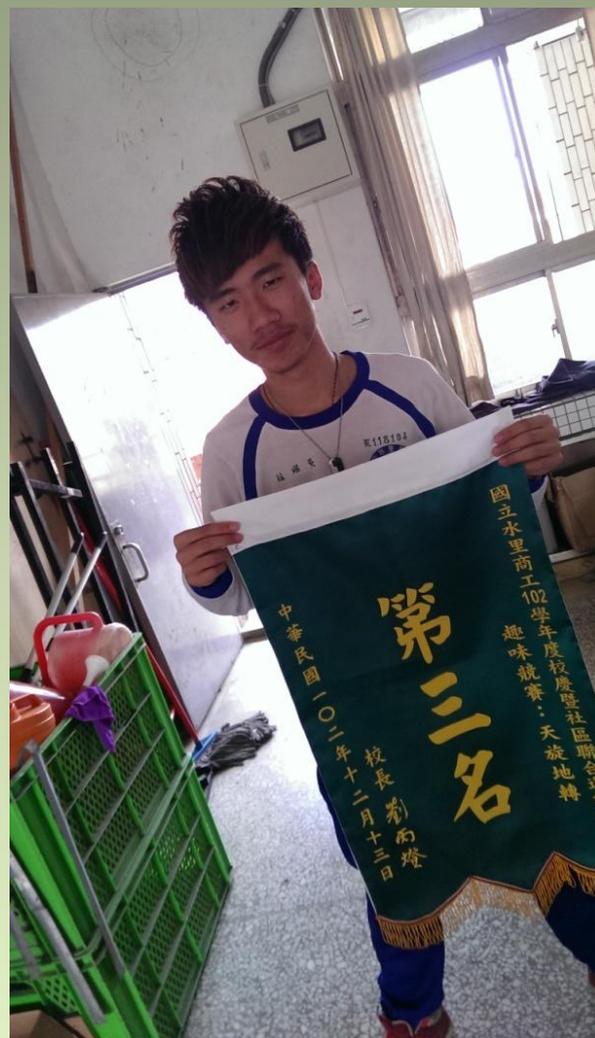
我希信我們一定可以的

We Can Do it .

運動會來臨



運動會比賽項目雖然
沒一個得獎但我們
在趣味競賽天旋地
轉和白面書生可是
有第三名和第六名
哦這算是意外中的
驚喜吧!



練習的最後一項 體適能訓練



談苦甘訓練練習能適體

從體適能訓練開始我就覺得它是地獄的開始，開始厭倦上體育課，因為我討厭跑步但是雖然不喜歡但還硬著頭皮跑完艱難的一千六百公尺，到達終點的那一刻就覺得真的解脫了「體適能除了跑步外還有仰臥起坐，立定跳遠，坐姿體前彎：經過老師的訓練柔軟度真的變佳了。也知道練習是一步一步而不是一步登天」

期末對體育課的感想

體育課，給我的印象大多是不好的，因為常常跑步然後做很多伸展體操都是我不喜歡做的，但期末寫這心得想了好多，其實不然只是壞印象，因為體適能測驗時就感覺得出來做那些伸展運動並不是無聊才叫我們隨便做做而是真的可以改變我們，感謝平常老師七嘴八舌講一堆其實我們真的都有聽進去謝謝老師這一年的教導辛苦了！



THE END
感謝訊二忠這學期的努力
我們真得很棒!!!

分工表

資訊二忠

PPT組員:李國瑞(118107) 、張峻豪(118113) 、陳品茜(118128) 、吳翊維(118104)

啦啦舞編舞:李國瑞、張峻豪、陳品茜

麻豆:吳翊維(118104)

PPT美編、心得、感想、排版:李國瑞

PPT文章說明介紹:吳翊維、陳品茜、張峻豪

光碟燒錄:張峻豪