

## 體育心得報告



4a4i0037

4a4i0035

4a4i0039

4a4i0040

4a4i0037:

一直覺得射箭課很好玩，所以很期待可以射箭，但是在練習的時候才發現好困難，要用好大的力氣才可以把弦鉤住，自己一個人根本沒辦法把弦用好，必需要別人幫忙壓才可以完成，雖然很困難，但是當鉤上去的那一刻就會覺得很有成就感很開心。

4a4i0035:

在我印象當中體育課好像就是球類運動居多，沒想到大學的體育課有射箭我還是第一次上過射箭課，要射箭之前必須先學會把弦用好，但是光是用個弦就已經精疲力盡了，看老師示範的時候還覺得應該沒那麼困難，結果換自己親自體驗之後才發現必須求助別人幫忙壓住才有辦法完成，射箭果然是一項需要力氣及技巧的運動。

4a4i0039:

射箭是第一次上大學之後體育課教的項目，以前的體育課都不是上這些東西，而是排球、桌球、羽毛球、籃球之類的活動，上射箭真的非常新鮮好玩，雖然上弦的時候很困難要出很大的力氣，可是在同學的幫助下還是成功的把弦完成了。

4a4i0040:

第一次的射箭課程，讓我覺得很新奇很有趣，從來沒想過體育課會上到這門課，非常得特別，也激起我想學習的動力，一開始在練習上下弦，看似簡單卻很困難，如果沒有按照規矩做，很有可能會發生危險，所以一定要很認真的做這個動作，完成之後一定檢查是否有固定。