2026/11/11 下午 11:46:37

大阪中華學校2022自聘文化教師　武術

#文化教師指導(武術)

大阪中華學校

活動時間：2022-10-10

武術目標
1. 認識武術的由來。
2. 瞭解中華武術文化。
3. 了解功夫動作中每一個招式的意涵。
4. 體會武術與肢體表達
5. 中華傳統體育項目進入課堂，豐富了他們的文化體育活動
6. 課堂上融入靜坐訓練，正念訓練

訓練期間三個月
1. 探索期：孩子零基礎開始寫武術，觀察、實際操作、模仿老師動作開始
2. 動作完成期：能夠呈現完整動作，完成一整套基礎套路
3. 詮釋期：能在活動裡，全班集體一起做演出，成果發表

教學內容
武術基本軟身操、武術基本熱身操增強肌肉、韌帶的伸展性和彈性，加大關節活動的靈活性和幅度、身體運動的速度性、發展身體柔韌、靈敏、協調等素質

文化教師於雙十國慶中演出時，獲得各界好評，希望海外華僑子弟亦能傳承此武術文化。



雙十國慶升旗典禮中演出

大阪中華學校2022自聘文化教師　武術

#文化教師指導(武術)

大阪中華學校

活動時間：2022-10-10



文化教師指導學生武術



雙十國慶升旗典禮中演出