

小學體育科自學內容：

P1、P2、P3、P4 太極+律動

P5、P6 太極+Tabata+有氧操

<p>太極音樂：</p> <p>https://drive.google.com/file/d/1_5JdTVtbU5phAfd5WaUPzW0EAyciCRI6/view</p>	
<p>律動：</p> <p>洗手歌 https://www.youtube.com/watch?v=tv7aZIt59V8&t=163s</p> <p>跟我做運動 https://www.youtube.com/watch?v=Q6DqHKFYIjs&t=52s</p>	 
<p>Tabata：</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=PhVIFo6aAU8</p>	
<p>有氧操：</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=0wp35R3oCD8</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=ShXnbUBHGlc</p>	 