

現今科技進步，AI 已經是現今不可或缺的部分，作為老師也要開始學習使用。嘗試後，AI 的確可以提升一定效率，因為可以快速提供相關資訊作參考，可製作簡報，再進深可以協助分析。

我所屬的體育科組，能運用AI 幫助學生投入課堂學習和應用，例如反應燈，幫學生提升運動神經元的反應，同時讓學生投入課堂，亦可透過監控的工具幫助收集學生的運動表現數據，例如心跳帶，學生在九分鐘跑的過程了解學生的心率狀況，讓自己全面了解學生的運動狀況。

總結，AI 在現今學科的應用可言不可缺少，作為體育教育的參與者，需要與時並進，多透過教育趨勢作出反思，給予學生提供優質的學習和應用，培育更多學生對體育投入甚至啟發對運動發展的方向。