

## 自我省思與改進

本次課程內容為上籃，上課中，察覺到學生當中有少數人協調性能力不足，無法活用運球技巧及傳導，我認為可以多教導個人技術，多練習個人的原地運球、行進間運球及原地傳接球、行進間傳接球，能夠活用運球技巧才可以進行運球上籃，能夠熟練傳接球就更進一步的與他人進行配合，傳接後再上籃等技巧，當然這當中也要教導學生上籃動作，上籃的技巧以這次上課的經驗，我認為也是得一步一步的教導，每一位學生的動作都要去仔細觀察缺點所在，加以改進，多讓學生反覆操作，修正姿勢。