

自我省思與改進(王正禮)

這學期才接 809 的班，這一班孩子相當喜愛籃球課。且在我接這班以前，相當多的孩子已是有「底子」的學生，所以我打算利用這些有底子的孩子來當我的助理教練。上籃的快攻分個人的快攻上籃與有效率的小組戰術配合。當然小組的配合必須奠基於個人基本動作的純熟。我花了一節課的時間讓學生把上籃技術與傳球技巧做了一個複習與練習。約九成學生能掌握到動作技巧，第二三節則安排小組配合，大致能收到很高的成效。課前的議課與準備，同組教師的建議與提示讓我覺得很受用，感覺如虎添翼，感謝夥伴的幫忙與指導。