

# 自我省思與改進

一、教學者的教學優點與特色有哪些：

1. 項目說明清楚，學生較能理解。
2. 能清楚指出每位學生錯誤動作並修正。
3. 完整說明體適能項目成績標準。

二、對改進學生學習所能提供的建議：

pu 跑道上施測，有些學生鞋底比較滑。

三、這次觀課對我自己教學的啟發是：

1. 運用角錐讓學生練習跳躍能力。
2. 能更了解實際施測的動作要領。

四、這堂課我印象最深刻的是：

1. 秩序掌握很好，學生學習很認真。
2. 動作步驟說明清楚，學生專注度高，教學動作能注意每位學生狀況隨時指導與指正。

五、其他建議事項：

可請一位學生協助紀錄成績。

綜合上述，之後測驗可先利用網路影片教學，讓學生更進一步了解測驗動作，以利學生學習動作更快上手。