

自我反思與建議

1. 講解前可讓學生先觀看影片，對於指令及技巧講述上可再明確。
2. 因學校草地較少無法拉出適當安全距離，所以使用比賽用標槍時只能一位投擲，課堂時間有限無法讓所有學生實際投擲。
3. 學校練習用標槍器材數量有限，學生無法充分練習，可提前利用寶特瓶製作成器材讓學生練習投擲技巧，讓學生多一點實務操作，點出實務操作上的錯誤。