

自我省思：

1. 注意課室英語的使用率。
2. 注意在示範練習時除了口頭指導，也可以輔以動作提醒。
3. 可以再增加一些籃球相關技巧使整個課程更為充實。

在觀課後的自我省思中，我深刻意識到了幾個重要的改進點。首先，課室英語的使用率對於學生的學習影響極大。觀課過程中，我發現自己使用課室英語的頻率相對較少，僅就暖身及課堂中的傳接球。

其次，在示範練習時，我也認識到口頭指導之外，動作提醒的重要性。觀課時，有些學生對單純口頭指導可能感到困惑，通過示範動作可以更直觀展示所需技巧。

最後，觀課後我也意識到課程中可增加籃球相關技巧，使課程更充實。在部分學生已掌握基礎技巧後，引入更具挑戰性和豐富性的籃球技巧有助擴展學生技能範圍，激發對籃球運動的興趣。未來的課程設計中，將策劃更多不同難度和類型的籃球技巧練習，提升學生學習樂趣和挑戰感。

綜上所述，在觀課後的自我省思中，深刻意識到課室英語的使用率、示範練習中的動作提醒以及課程中技巧的充實是需要改進的三個重要方面。通過不斷反思和努力，相信逐步提升教學水平，讓每堂課更好幫助學生學習和成長。