

關於這次的公開觀課是這個單元的第二節課。我先安排讓學生針對上肢伸展的暖身做起，然後老師講解並示範側肩投擲動作以及口訣(側瞄舉投跨)，並讓學生複誦口訣後，站起來一起做動作，最後分組練習。因為當下較多班級上體育課，所以器材有些不足，所以本來規畫兩兩一組練習，有的組別就只能變成三人一組。練習前再次叮嚀孩子注意距離與安全，並強調拋物線投擲。練習的過程中，有的孩子動作和姿勢不到位，造成孩子撿球的情況頻繁，所以在下次的課程中，在個人投擲的動作練習要增加時間，再進行小組互動，練習起來會更順暢。