

113 學年度埔心國中二年級體育-謝明純觀課自我省思與改進

113/09/27 二年級跳繩-單迴旋

- 1.因學生程度不一，必須先讓學生能更熟悉與理解如何手腕甩繩以及腳尖發力並以慢動作分解示範。
- 2.藉由兩人一組練習的過程中，再分成三個大組，反覆做循環練習，彼此互相督促提醒進而加深記憶。
- 3.在最後總結的時候，除了讓大家複習一遍，也可以隨機抽出 3~5 位學生上台分享學習心得。