

自我省思

在這次教學中，我發現可以多用一些簡單的辭彙或口訣，讓學生增加較深刻的記憶點，像是擊球時的身體要像彈簧一樣的彈性，或是雙手要呈現三角形或御飯糰，都是能讓學生更了解動作要點。利用不同情境讓學生練不一樣的球感，增加練習的難度。一開始可以先坐下原地放球→再來做著原地拋球→最後站著拋球，感受不同的球路漫漫循序漸進。