

公開授課後意見回饋與自我反省：

- 1、經由公開授課過程，讓教師更能掌握教學重點，透過同儕視角更能發現以往未發現的問題，不論在學生學習或教師教學有再更精進之處。
- 2、步驟講解與學生操作，可分成小動作，例如老師示範完上下伸展肩關節動作後可讓學生試著操作，之後再進行下一個動作。
- 3、有些學生動作生疏，可鼓勵學生多練習。