

113 學年度彰化縣南郭國小教師專業發展實踐方案

公開授課－自我省思與改進

授課教師： 陳江圳 任教年級： 六年級 任教領域/科目： 健康與體育/體育
教學單元： 迷你網球

自我省思與改進

1. 時間安排：可以調整迷你網球「反手拍擊球」趣味競賽時間為 10 分鐘，收拾器材與檢討 5 時間為 3 分鐘，讓趣味競賽時間更加充裕。
2. 迷你網球「反手拍擊球」練習 20'：可以再細分為 4 次練習*5 分鐘。
3. 迷你網球「反手拍擊球」練習中，兩人一組，一人原地放球，一人持拍反手擊球過網時，放球的學生可以加入口令，會使打球的學生更容易抓到揮拍的時間點。
4. 迷你網球為海綿球體，萬一誤擊時不會造成傷害，但須特別注意各組間的左右距離，避免揮拍時球拍揮擊到同學。