

學生：梁佟嬌

指導老師:張婷婷

有一天俊俊和多多在打籃球~

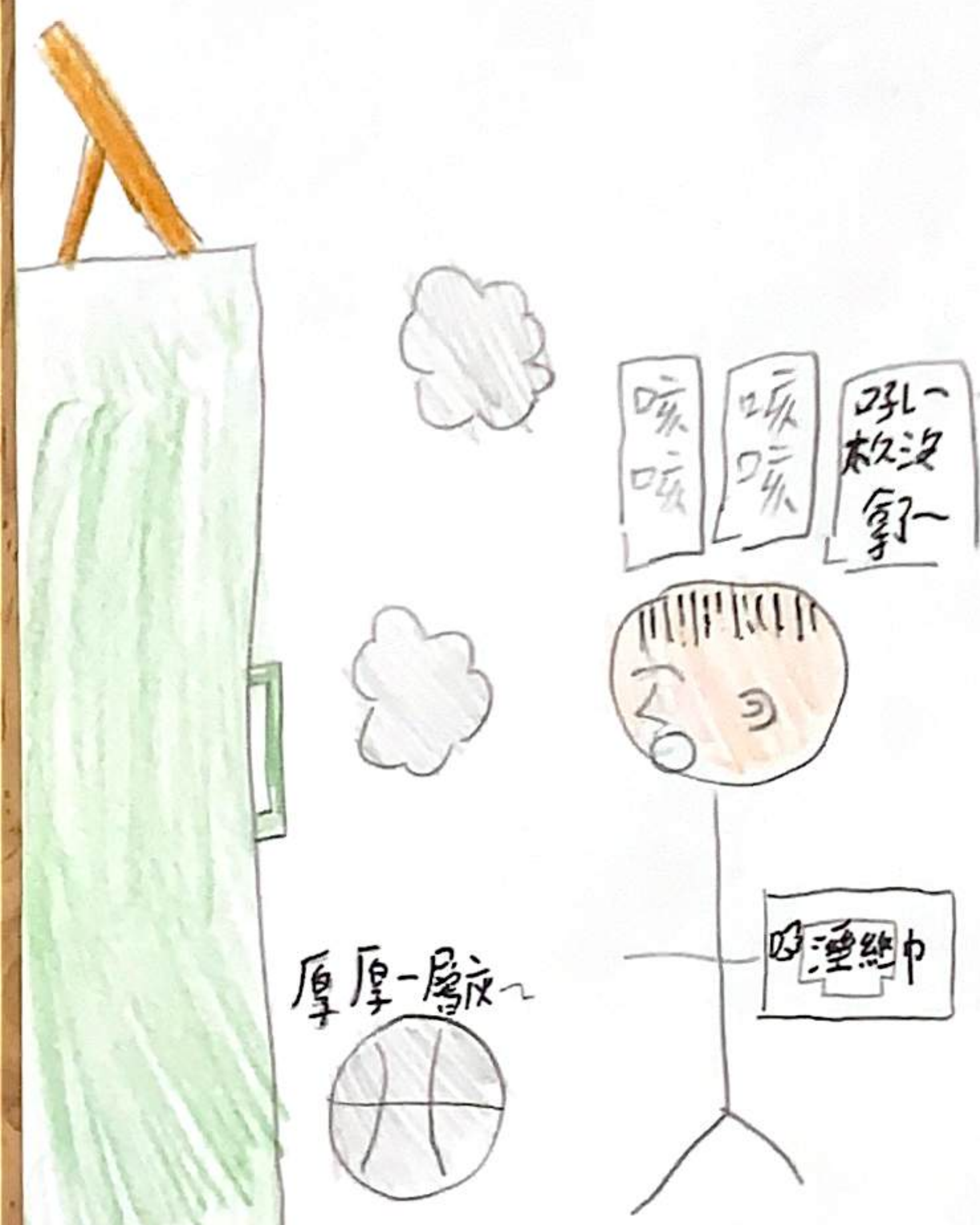


下一個下課——



昊昊不怕俊俊沒帶!錯!其實他家有~

星期日

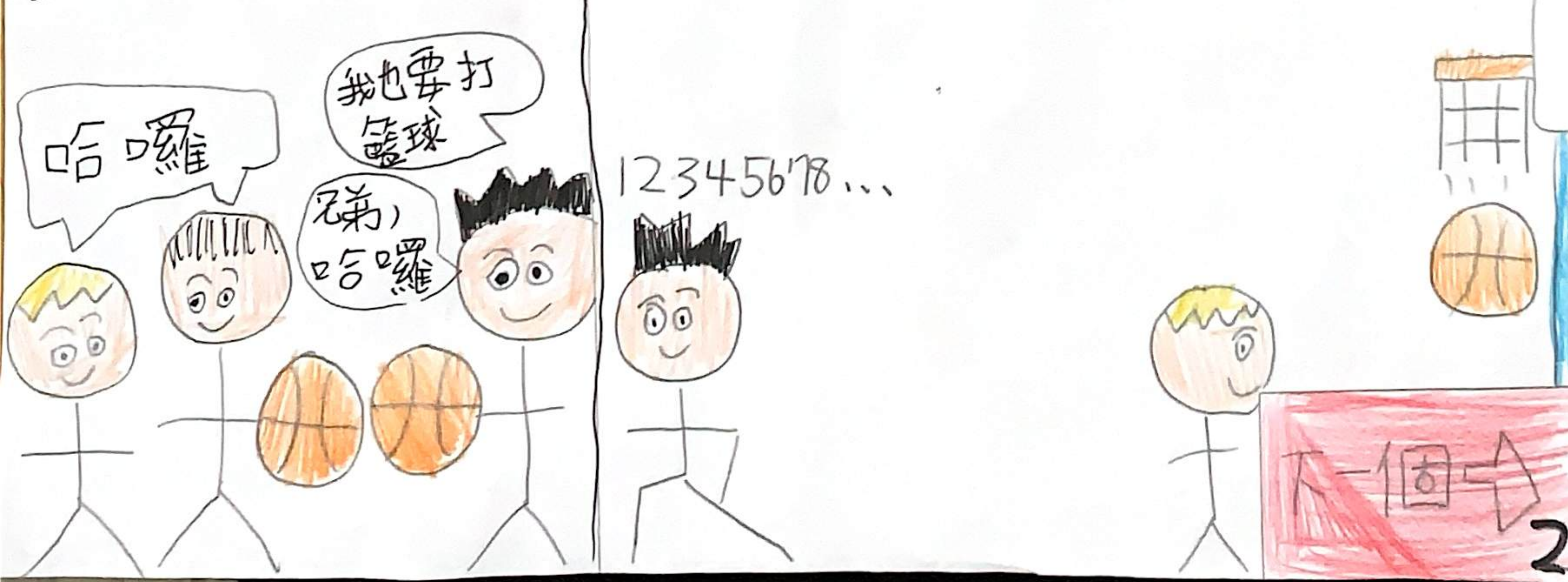
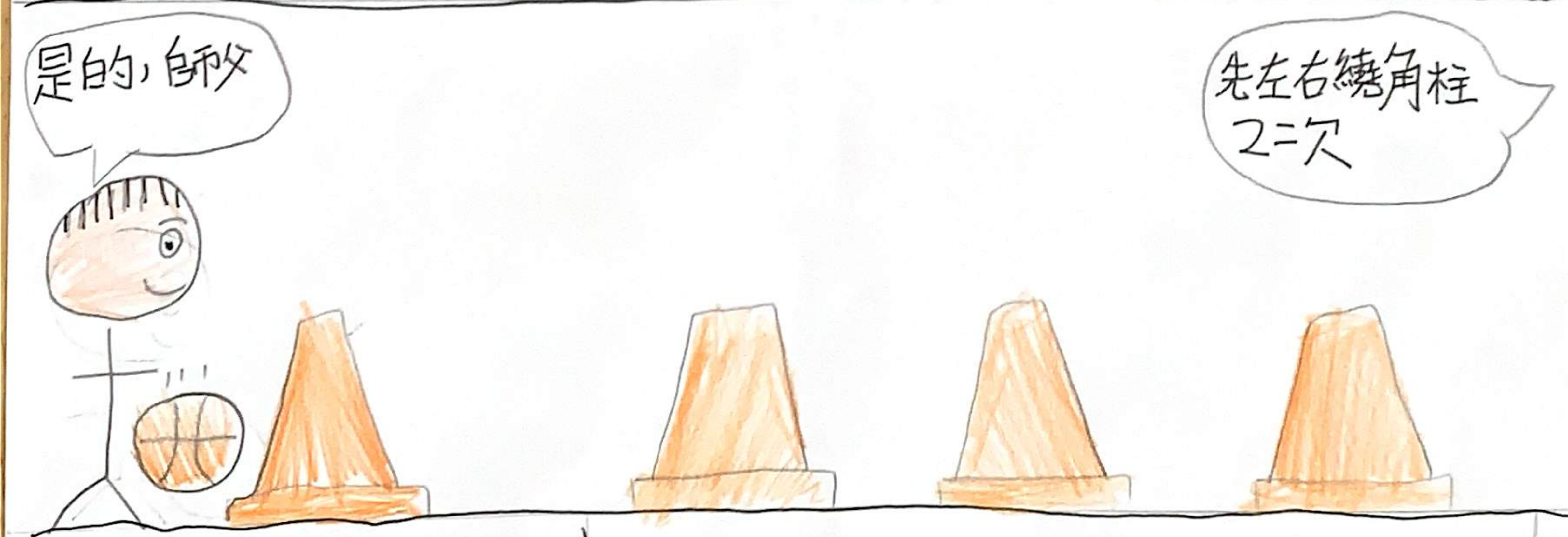
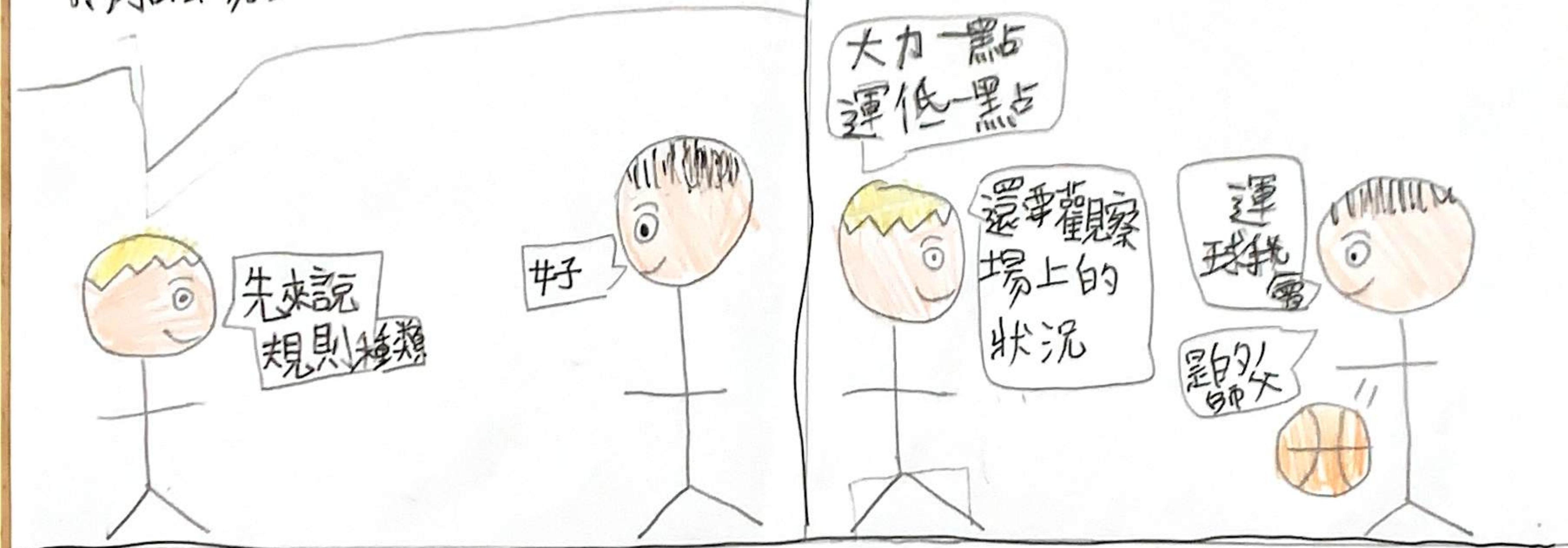


規則：四節，每一節10分鐘 1. 運球

(加時賽5分) 球員投籃成功一般2分 三分線3分 而罰球一分。

常見犯規：打手犯規 二技術犯規 (拉)

常見違例：1. 走步 2. 二運 3. 回場 4. 腳踢球



2. 投籃



利用身體
感覺

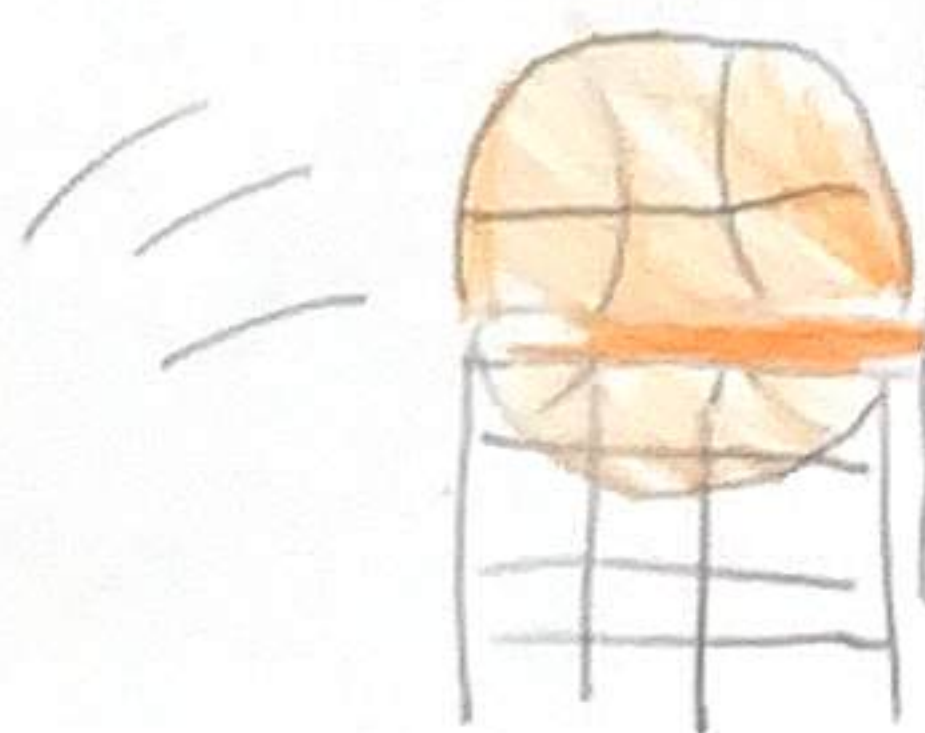
嗯

充分的運
用全身力
量

反覆練習
找出
姿勢

嗯

擦板
較容易
進



真的!

Go Go
Go Go!

OK

下一個

3. 不要單打獨鬥

就算球技再好
單打獨鬥也沒
用。沒馬扁你

嗯
恩
恩
恩
恩
恩



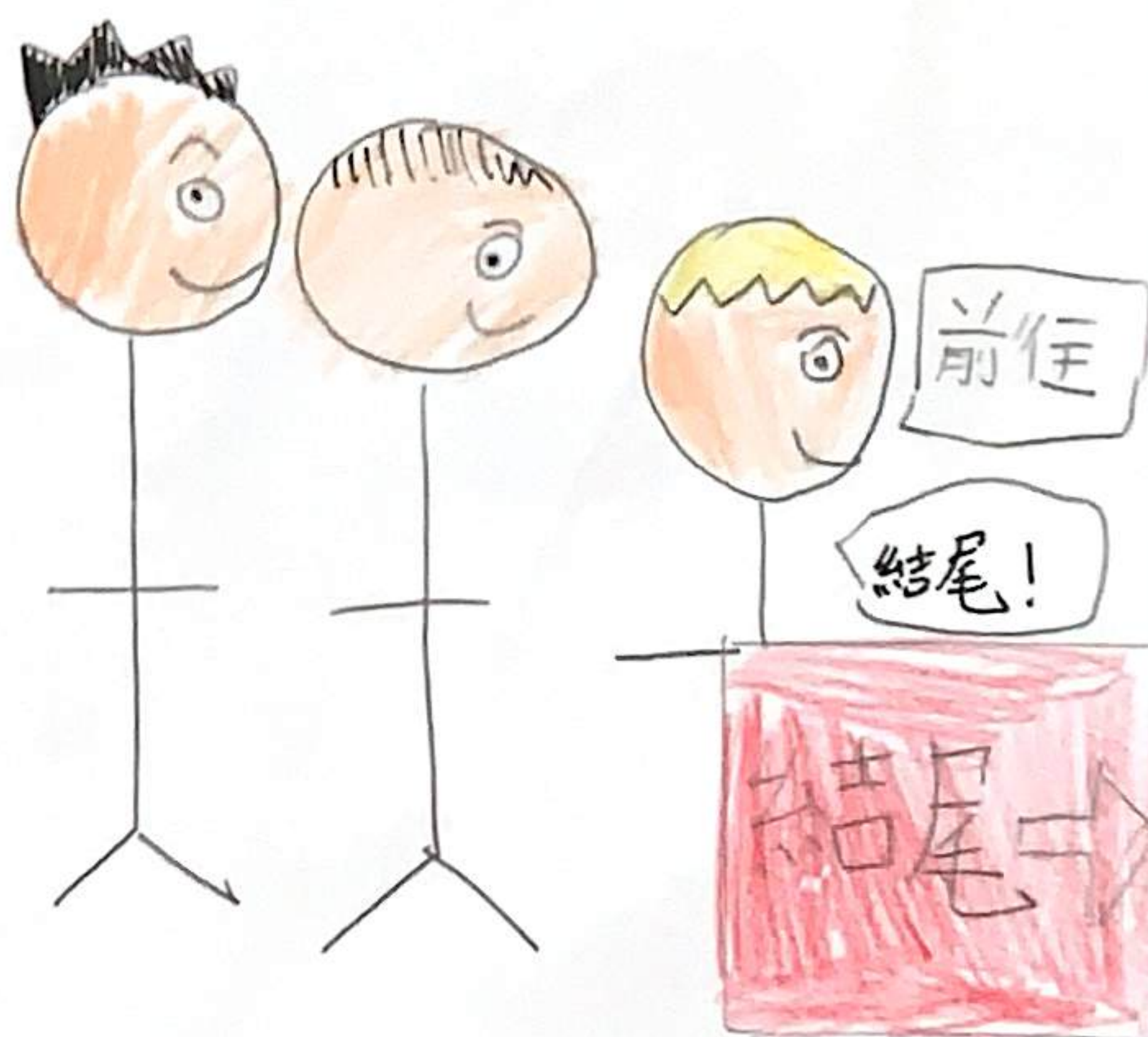
5:7

看



不要單打
獨鬥
不要
單打獨鬥

很重要所以
說2次



結尾!

1. 運球大力且低一點

2. 投籃用全身力量, 姿勢沒有對和錯

3. 不要單打獨鬥

只要做好以上幾點就能 win! (不一定)



看板?

不知道

甲 乙 丙 丁 戊
山 山 山 山 山

The end

謝謝觀看

你好強

也對世

誰叫我是
「混血人」!

靚