

丟接球練習注意事項

1. 請穿著適合活動之服裝，可穿室內鞋或光腳，請勿穿拖鞋。
2. 須在合適的空間練習(雙手舉平後四周無阻擋物品)。
3. 請先準備2顆小球，如家中沒有球，可用廢紙揉成球狀，或以較小的填充娃娃代替。
4. 丟接球前請先做一遍體育課熱身操。

* 丟接球練習(1)示範教學影片：

<https://youtu.be/nqaMV8XzOX4>