

# 南臺科技大學 107 學年度第 1 學期課程資訊

課程代碼	04D01702
課程中文名稱	壘球(B)
課程英文名稱	Softball
學分數	1.0
必選修	選修
開課班級	高年級體育選修
任課教師	林坤宏
上課教室(時間)	週一第 8 節() 週一第 9 節()
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	1、慢速壘球是結合棒球和壘球比賽型態的一項休閒運動,傳接球容,投手球速緩慢,容易打擊,適合老中清的一項運動 2、球賽特性以團隊為主體,可以養成互助合作,以球會友,增進學生之間感情和交流,並提倡正當的休閒運動促進身體健康。
先修科目或預備能力	對壘球有相當興趣
課程學習目標與核心能力之對應	※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 ----- 1.建構豐富全人健康生活，充實壘球運動概念與技能及專業知識，--，1 建構健康生活 2.養成規律運動習慣，將理論與實際結合，融會貫通，--，2 永續健康照護 3.培養健康與快樂生活，有條理的表達與溝通，加強積極回應之能力，--，3 休閒技能養成 4.發展健全人格特質，培養文藝涵養、道德品格，--，4 尊重生命價值 5.建立尊重與關懷他人之習慣，培養與他人互動和發展友誼的能力，--，5 真誠關懷社會 6.培養文化表達的能力，欣賞創意、運動、藝術，感受生命的力量，得到美的享受，--，6 運動藝術欣賞 7.謙虛主動學習新事物，有企圖心，對新環境的應變，有效的調整自我之適應彈性，--，7 優質情緒管理 8.能與學習夥伴維持良好關係，建立為目標而共同努力的良好互動發揮團體

	合群意識 , -- , 8 強化團體意識
中文課程大綱	1、短傳球,長傳球,接球,滾地球,高飛球,第一時間反彈球,過頂飛球等練習 2、投手投擲練習 3、揮打法及推打法兩種擊球方式 4、規則研討 5、一壘封殺演練 6、分組比賽講習規則
英/日文課程大綱	
課程進度表	一、講解上課注意事項 二、認識慢速壘球-介紹場地與用具 三、傳接球練習-手套的用法,正面傳接球,側面傳接球 四、接滾地球練習-正面滾地球,側面滾地球,反彈球接法 五、接高飛球練習-判斷接球時機與落地點,前跑接球,後跑接球,側面接球 六、投手投球練習 七、打擊練習-握棒方式,站立姿勢,瞄球,揮棒,整體姿勢調整 八、術科測驗 九、期中考 十、內野守備練習-平飛球接殺,滾地球接住的後續傳球動作,內野高飛球 十一、內野守備練習-雙殺練習-143 方式,463 方式,543 方式,643 方式,夾殺 十二、外野守備練習-滾地球,反彈球接法,高飛球接球後長傳回本壘,或二壘三壘 十三、跑壘練習-擊球後跑壘,安打後的跑壘,全壘打跑壘 十四、裁判判決手勢與規則講解 十五、分組比賽 十六、術科測驗 十七、筆試 十八、期末考
教學方式與評量方法	※課程學習目標，教學方式，評量方式 ----- 建構豐富全人健康生活，充實壘球運動概念與技能及專業知識，課堂講授，自我評量 養成規律運動習慣，將理論與實際結合，融會貫通，啟發思考，自我評量 培養健康與快樂生活，有條理的表達與溝通，加強積極回應之能力，成果驗收，筆試實作實作 發展健全人格特質，培養文藝涵養、道德品格，啟發思考，自我評量 建立尊重與關懷他人之習慣，培養與他人互動和發展友誼的能力，實作演練，日常表現 培養文化表達的能力，欣賞創意、運動、藝術，感受生命的力量，得到美的享受，啟發思考，自我評量 謙虛主動學習新事物，有企圖心，對新環境的應變，有效的調整自我之適應

	彈性，實作演練，同儕互評 能與學習夥伴維持良好關係，建立為目標而共同努力的良好互動發揮團體合群意識，課堂講授，日常表現
指定用書	書名：無 作者： 書局： 年份： ISBN： 版本：
參考書籍	中華民國慢速壘球協會最新編審規則
教學軟體	壘球比賽用具
課程規範	穿著運動服裝、注意補充水分