

南臺科技大學 107 學年度第 1 學期課程資訊

| | |
|----------------|---|
| 課程代碼 | 04D01703 |
| 課程中文名稱 | 壘球(D) |
| 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 | 蘇榮裕 |
| 上課教室(時間) | 週二第 8 節() 週二第 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 | <p>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</p> <p>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。</p> |
| 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 | <p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標</p> <p>-----</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> <p>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</p> |

| | |
|-----------|---|
| | 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 | <p>高年級、二年級體育生活-(壘球)第一學期課程進度</p> <p>第 1 週-講解上課注意事項</p> <p>第 2 週-認識慢速壘球-介紹場地.用具.手套的用法.傳接球練習</p> <p>第 3 週-傳接球練習-正面傳接球.側面傳接球.正面滾地球.側面滾地球.反彈球接法.分組比賽</p> <p>第 4 週-高飛球接法-判斷接球時機與落地點.跑前接球.後跑接球.側面接球</p> <p>第 5 週-投手投球練習.分組比賽</p> <p>第 6 週-打擊練習-握棒方式.站立姿勢.瞄球.揮棒.整體姿勢調整.分組比賽</p> <p>第 7 週-內野守備練習-1 平飛球接殺.滾地球接住的後續傳球動作.內野高飛球 2 雙殺練習-143 方式.463 方式.543 方式.643 方式.夾殺 3 分組比賽</p> <p>第 8 週-期中術科測驗</p> <p>第 9 週-期中術科測驗</p> <p>第 10 週-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.分組比賽</p> <p>第 11 週-規則講解與應用.分組比賽</p> <p>第 12 週-規則講解與應用.分組比賽</p> <p>第 13 週-規則講解與應用.分組比賽</p> <p>第 14 週-規則講解與應用.分組比賽</p> <p>第 15 週-規則講解與應用.分組比賽</p> <p>第 16 週-期末術科測驗</p> <p>第 17 週-期末術科測驗</p> <p>第 18 週-體育常識測驗</p> |
| 教學方式與評量方法 | <p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>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，成果驗收，筆試實作實作</p> <p>養成規律運動習慣，將理論與實際結合，融會貫通，實作演練，日常表現</p> <p>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，實作演練，日常表現</p> |

| | |
|------|--|
| | <p>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，啟發思考，同儕互評</p> <p>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</p> <p>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，日常表現</p> <p>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，實作演練，同儕互評</p> |
| 指定用書 | <p>書名：無</p> <p>作者：</p> <p>書局：</p> <p>年份：</p> <p>ISBN：</p> <p>版本：</p> |
| 參考書籍 | 棒、壘球相關書籍與規則 |
| 教學軟體 | 無 |
| 課程規範 | <p>1.上課場地-學校大操場。上課方式:以分組比賽取代個人基本動作訓練</p> <p>2 選課同學請自備手套、(球棒)帽子</p> <p>3 準時到達上課地點、著運動服裝、運動鞋，禁止穿牛仔褲、拖鞋、涼鞋等</p> <p>4 上課中禁止滑手機、攜帶食物食用</p> <p>5 第一週上課請在三連堂前集合</p> <p>課程評分標準：</p> <p>期中術科測驗:20%</p> <p>期末術科測驗:20%</p> <p>期末筆試:10%-依慢速壘球之規則為出題範圍。</p> <p>平時成績:50%-學生對課程參與度、出缺席、服裝等。(缺席 6 次以上含 6 次者，以 0 分計算)</p> |