

南臺科技大學 107 學年度第 2 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	1 Short pass, long pass, catching, ground ball, high flying ball, overhead flying ball 2 Pitcher throwing practice 3 Hitting methods: swing and push 4 Rules discussion 5 first base force out drill 6 Group competition
課程進度表	壘球第二學期課程進度 第 1 週-講解上課注意事項 第 2 週-守備練習:1.移位與補位練習 第 3 週-守備練習:1 夾殺 2.高飛球狀況處理 第 4 週-跑壘練習:1 跑壘指導員的職責 2 離壘時機判斷 第 5 週-規則講解:1 講解守備、跑壘相關規則 2 裁判手勢 3 分組比賽 第 6 週-分組比賽:1 比賽講評 2 規則研討 第 7 週-分組比賽:1 比賽講評 2 規則研討 第 8 週-期中術科測驗-跑壘計時 第 9 週-期中術科測驗補測 第 10 週-接球練習:1 反彈球 2 分組比賽 第 11 週-投手練習:1 投手投球練習 2 分組比賽 第 12 週-規則講解與應用.分組比賽 第 13 週-規則講解與應用.分組比賽 第 14 週-規則講解與應用.分組比賽 第 15 週-綜合討論:綜合討論與意見交流. 第 16 週-期末術科測驗-打擊 第 17 週-期末術科測驗補測 第 18 週-體育常識測驗
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，成果驗收，筆試實作實作 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>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</p> <p>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	<p>1 中華民國慢速壘球協會最新編審規則</p> <p>2 聯廣圖書公司發行-壘球教室</p>
教學軟體	無
課程規範	<p>1 男生需具備 30 公尺以上投擲能力，女生需具備 20 公尺以上的投擲能力。</p> <p>2 上課場地-室外:學校大操場、室內:另訂</p> <p>3 請自備手套、帽子，球、球棒由學校提供。</p> <p>4 請準時到達上課地點、著運動服裝、運動鞋</p> <p>5 上課禁止穿著牛仔褲、西裝褲、洋裝、拖鞋、涼鞋等</p> <p>6 上課中禁止吃零食、麵包、便當等食物</p> <p>課程評分依據:</p> <p>平時分數:上課服裝、出席率、學習態度(參加比賽守備、打擊等)佔 40%。曠課次數達 6 次(含 6 次)以上以 0 分計算。</p> <p>筆試-壘球常識與規則佔 10%</p> <p>期中術科測驗-壘球擲遠、跑壘計時.由老師指定一項佔 20%</p> <p>期末術科測驗-2 人 20 公尺相互傳接球各十次或打擊測驗佔 20%</p>