

國立臺灣大學 一百 學年度第二學期 體育課教學進度表

一、課程名稱	中級壘球	二、任課老師	康正男
三、課程目標	1.學會壘防守與攻擊的戰略戰術之運用 2.學會如何欣賞壘球比賽之比賽內容 3.增進學生對壘球運動之熱愛		
四、選修資格	二年級男生		
五、課程內容	1.內野防守技術-雙殺、觸殺、夾擊 2.外野防守技術-高飛接球（前、後、左、右）方向 3.跑壘方法-打擊跑壘、壘上跑壘 4.攻擊-揮棒擊球、觸擊 5.分組模擬比賽		
六、教學進度	週次	教 學 進 度	
	一	能力測驗、說明上課內容、注意事項	
	二	基本內外野防守技術複習、打擊練習	
	三	外野飛球接球動作需要說明（前、後、左、右）方向	
	四	內野防守技術（雙殺）、打擊練習	
	五	內野防守技術（夾擊）、打擊練習	
	六	跑壘的動作要領說明	
	七	內、外野防守連合技術— 截傳、打擊練習	
	八	模擬實戰練習— 內野區	
	九	模擬實戰練習— 外野區	
	十	分組比賽	
	十一	分組比賽	
	十二	分組比賽	
	十三	分組比賽	
	十四	分組比賽	
	十五	測驗	
十六	測驗		
七、測驗項目	一.跑壘一週、計秒 二.滾地傳接球 10 球計成功次數 三.自拋自打 10 球計成功次數 四.筆試		
八、評量參考 給分標準	客觀評量：跑壘計秒：10% 高飛接球：計成功次數 20% 自拋自打：計成功次數 20% 筆試：20% 出席率：30%		