

國立臺灣科技大學棒壘球課程大綱

壹、教學目標

認識棒球運動的基本動作及自我訓練的方法，藉以培養棒球活動的愛好並增進棒球技能。

貳、教學內容

- 一、內野防守技術— 雙殺、觸殺、夾擊
- 二、外野防守技術— 高飛接球（前、後、左、右）方向
- 三、跑壘方法— 離壘、打擊跑壘、壘上跑壘
- 四、攻擊— 揮棒擊球、觸擊
- 五、投、捕手動作要領說明
- 六、分組模擬比賽

參、成績評量

- 一、技能（60%）：跑壘一週、高飛接球、投球打擊、自拋自打。
- 二、學習精神與態度（20%）：出席勤惰、平時學習精神與態度。
- 三、筆試與報告（20%）：相關規則與技術及學習心得等。