

# 國立清華大學教學大綱

【尊重智慧財產權，請使用合法教科書，不得非法影印！】

課程名稱	中文：手球		修別	選修
	英文：Handball		課程類別	
開課單位	運動科學系		開課年級/ 學期(上、下)	一上
學分數	1		上課時數	2
先修課程	無			
<p>課程目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.了解手球運動的比賽規則。</li> <li>2.學習手球運動的攻擊與防守的動作要領。</li> <li>3.瞭解手球運動團隊（攻擊、防守）合作之要領。</li> </ol>				
<p>課程內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.手球攻擊動作之綜合複習 基本動作複習（傳接球）、基本動作複習（各位置之射門）、小組快攻練習、防守動作練習</li> <li>2.手球比賽的方法介紹 影帶欣賞（正式比賽影片）、各種發球介紹（開球、自由球、邊線球、七公尺球、守門球員、九公尺球）</li> <li>3.練習基本攻擊戰術 一對一的攻防練習（閃切與過人動作）、二對一及三對二的攻防練習</li> <li>4.學習基本防守技術 分組比賽</li> </ol>				
<p>教學方式：</p> <p>教師口授與示範，學生於課堂及課餘主動練習。(本課程無涉及 AI 使用)</p>				
<p>評量方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.出缺席與態度 20%</li> <li>2.平時測驗 20% (簡易規則、縮小版場地)。</li> <li>3.期中評量 30%。</li> <li>4.期末評量 30%。</li> <li>5.本課程實體進行 16 週，17-18 同學自行觀賞比賽 (現場或影片)。</li> </ol>				
<p>參考書目：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.國際手球規則</li> <li>2.相關訓練書籍</li> </ol>				

週次	日期	課程內容	備註
1	0914	課程介紹 (簡史規則、場地)	
2	0921	基本傳、接球練習	
3	0928	教師節	
4	1005	行進間傳球 (一) 與射門	
5	1012	行進間傳球 (二) 與射門	
6	1019	傳球綜合練習與不同位置跳射	
7	1026	個人射門動作 (一) 切入與中樞射門	
8	1102	期中測驗	
9	1109	個人射門動作 (二) 切入、中樞與快攻	
10	1116	個人射門動作 (三) 左右翼射門	
11	1123	個人射門動作 (四) 假動作過人	
12	1130	影帶欣賞與規則介紹	
13	1207	防守與截球練習	
14	1214	攻防練習 (一) 1 v.s.1 2 v.s.1	
15	1221	攻防練習 (二) 3 v.s.2 4 v.s.3	
16	1228	期末測驗	
17	0104	觀賞比賽	
18	0111	觀賞比賽	