

愛因斯坦 114 學年週四足壘球課程表（課表會依照學生能力做調整）

堂次	課 程 內 容
1	規則說明、投球
2	接球姿勢、練習
3	踢球姿勢、練習
4	防守者傳接球練習
5	捕手接球、傳球
6	壘包站位
7	跑者上壘練習
8	綜合練習
9	比賽練習
10	踢高飛球練習
11	踢平飛球練習
12	影片欣賞（足壘球比賽）
13	捕手指揮觀念
14	投手補位觀念
15	影片欣賞（規則解說）
16	分組比賽
17	選人分組比賽

18	隨機分組比賽
----	--------