

運動指導法案例八

阿倫與壘球

姓名：_____ 學號：_____

阿倫與壘球

阿倫很喜歡跟他的三個朋友，雪莉、小吉、比利，一起玩球，他們幾個擁有差不多的運動能力，他們在玩球時不會考慮太多的比賽規則，完全是以娛樂為優先考慮。阿倫有時候會贏，他很享受和朋友一起玩遊戲的時光，阿倫討厭很多運動，壘球大概是他最討厭的運動項目之一，但是老王老師最喜歡教的運動項目之一。

阿倫很害怕上壘球課。阿倫不喜歡目前和他分配在同一組的同學一起打球，因為和他同組的男同學實力都很強，常常會開阿倫接不到球的玩笑。而且阿倫在壘球課上面，會遇到許多的挫折，當阿倫嘗試抓住球棒，他會盡可能的將球棒遠離臉部和身體，因此動作的不正確。而在傳球的部分，他常常傳球時，手臂擺動得太用力，造成重心不穩而跌倒。

沒錯，你大概已經猜到，他在打擊方面也有問題，阿倫可以打到球，但是球都不會飛得很遠，然後他會抱怨說，當他揮擊的時候，球會打到他的手，所以他沒辦法把球擊的很遠。最後在壘球單元結束時，阿倫很高興的在心理想，好險壘球只有上四個星期，終於結束了這個噩夢。

一、從 Case 中發現問題？

二、請提出你對此案例的看法？

三、為了解決問題，該怎麼行動（或是可以做哪些行動）？

四、老王老師說：「本班學生壘球成績普遍低落這件事實，說明了這班體能不好。」你認為老王老師講話合理嗎？