

苗栗縣竹南國民小學 114 學年度上學期  
( 樂樂棒球社 ) 教學計劃表

教學目標及課程內容簡介

一、上課時段：每週四(9/18~12/18) 15:40~17:00

二、招生對象：一~六年級

三、課程簡介

1. 為提升學童的運動習慣。
2. 發展學校特色運動社團。
3. 增強學童體適能發展。
4. 建立團隊合作觀念。
5. 發展多元智能。
6. 對外比賽，增加學童視野。
7. 校際交流，增加人際發展。

師資簡介

指導老師：黃宇正

文化大學體育系

後勁國中教練

開南大學企管系

山腳國中助教

斯科特營隊籃球教練

大有國小教練

體育人營隊籃球教練

中山高中總教練

星宇營隊樂樂棒球老師

照南國小社團教練

高雄餐旅大學助教

高雄醫學大醫學系教練

高雄科技大學國企系教練

苗栗縣竹南國民小學 114 學年度第一學期 樂樂棒球社 教學計畫表

次數	日期	授課內容	
1	9/18	1. 球感訓練	2. 反應訓練
2	9/25	1. 基本體能訓練	2. 敏捷度訓練
3	10/02	1. 投球姿勢學習	2. 傳球訓練
4	10/09	1. 傳球技巧學習	2. 傳球訓練
5	10/16	1. 拋接球練習	2. 反應力測試
6	10/23	1. 打擊訓練	2. 跑壘訓練
7	10/30	1. 打擊訓練	2. 跑壘訓練
8	11/6	1. 傳球準度訓練	2. 三角傳接
9	11/13	1. 傳球準度訓練	2. 三角傳接
10	11/20	1. 跑壘練習	2. 隊形防守練習
11	11/27	1. 跑壘練習	2. 隊形防守練習
12	12/4	1. 綜合演練	2. 戰術演練
13	12/11	1. 綜合演練	2. 戰術演練
14	12/18	1. 樂樂棒球實戰	

承辦人：

學務處：

校長：