

110 年度彰化縣棒球運動教師增能教育實施計畫

壹、依據：教育部體育署補助推動學校體育運動發展經費原則（108 年 12 月 12 日臺教體署學(一)字第 1080043396B 號令修正發布），配合政府推動基層棒球計畫辦理深耕基層棒球工作。

貳、主旨：為辦理基層中小學棒球教練品德教育，培養教練以身教輔導學生高尚人格及良好生活學習習慣，以達潛移默化的效果。

參、指導單位：教育部體育署

肆、主辦單位：彰化縣政府

伍、承辦單位：彰化縣永靖國中

陸、研習日期、地點：

一、日期：110 年 12 月 20、21 日(星期一、二)

二、地點：彰化縣永靖國中三樓會議室

柒、參加對象：

一、接受 110 年深耕基層棒球整體發展計畫、或 110 年推動中小學社區學生棒球發展計畫之單位、或參加學生棒球運動聯賽參賽學校，務必指派二名教師或教練參與。

二、有興趣參與棒球教學或樂樂棒球工作之縣內外教師或教練。

捌、研習報名：參加人員請准予公假登記並核發研習時數 14 小時，請至全國教師在職進修資訊網站報名。

玖、參加人數：本次活動預計 50 人，額滿為止。

拾、研習課程：由承辦單位遴聘相關領域之學者、專家研訂之。

拾壹、本實施計畫報教育部體育署核備，經彰化縣政府核定後實施。

110 年度彰化縣棒球運動教師增能教育研習課程表

第一天 (12/20 星期一)

日期/時間	課程	講師	備註
0830-0840	報到	永靖國中服務團隊	
0840-0850	開訓典禮暨長官致詞	教育處長官	
0850-1020	投手技術訓練與戰略	翁豐堉	前三商虎職棒 球星
1020-1030	茶敘及討論	永靖國中服務團隊	
1030-1200	投手基本體能及核心肌群訓練	翁豐堉	前三商虎職棒 球星
1200-1300	午餐、午休	永靖國中服務團隊	
1300-1430	打擊基本動作理論與實務	林仲秋	前三商虎職棒 球星
1430-1440	茶敘及討論	永靖國中服務團隊	
1440-1610	打擊技術訓練與戰略	林仲秋	前三商虎職棒 球星
1610-1630	問題與討論	永靖國中服務團隊	
1640	賦歸	永靖國中服務團隊	

第二天 (12/21 星期二)

日期/時間	課程	講師	備註
0840-0850	報到	永靖國中服務團隊	
0850-1020	棒球-體能與肌力訓練	林弘偉	職棒球星指定 訓練師
1020-1030	休息	永靖國中服務團隊	
1030-1200	體能與肌力(重量訓練)	林弘偉	職棒球星指定 訓練師
1200-1300	午餐、午休	永靖國中服務團隊	
1300-1430	跑壘訓練與實務	楊承駿	台中市成棒隊 教練
1430-1440	休息	永靖國中服務團隊	
1440-1610	守備技術訓練與戰略	楊承駿	台中市成棒隊 教練
1610-1630	綜合座談	永靖國中服務團隊	
1640	賦歸	永靖國中服務團隊	