

【附件二】課程計劃表

樂樂棒球 社 B 班

堂次	預計授課內容	備註
課程簡介	(含標點符號 80 字以內，會放在報名簡章上，版面有限，超過字數由學校自行刪除)	
1	樂樂棒球器材與安全(暨上課)規定解說、球感練習	
2	樂樂棒球器材與安全規定解說(複習)、傳接球指導	
3	基礎體能訓練、傳接球練習	
4	基礎體能訓練、接滾地球與綜合守備練習	
5	基礎體能訓練、接高飛球與綜合守備練習	
6	基礎體能訓練、握棒、揮棒指導	
7	跑壘練習、分組練習	
8	綜合守備練習、跑壘練習、分組練習	
9	基礎體能訓練、接滾地球與綜合守備練習、分組比賽	
10	基礎體能訓練、接高飛球與綜合守備練習、分組比賽	
11	基礎體能訓練、握棒、揮棒指導、分組比賽	
12	跑壘練習、分組練習、分組比賽	
13	綜合守備練習、跑壘練習、分組練習、分組比賽	
14	分組比賽	
15	分組比賽	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。

※ 上課若適逢放假日或彈性放假日，請自行與學員聯繫，順延補課，務必上滿 15 堂。

※ 課程計畫表在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

【附件三】講師簡介

姓名	溫之禾
社團	樂樂棒球社
相關學歷	新竹市 科園國小畢業 新竹市 光武國中畢業 台中市 新社高中畢業 中原大學 環境工程學系畢業 中原大學 環境工程研究所 中華民國棒球教練證 C 級
相關經歷	第七屆黑豹旗全國高中棒球大賽 新社高中青棒隊 一百零九學年度高中棒球聯賽（木棒組）24 強 一百一十二學年度全國大專院校棒球運動聯賽（公開組二級）4 強
備註	若有教學網頁或影片連結亦可放上 每生材料費：__480__元 教材費說明：樂樂棒球組(選購)

※ 社團活動之師資優先遴聘校內具有專長之教師擔任。外聘師資，具有相關專長及下列資格之一者，依序聘任。但外聘之體育性(運動性)社團指導講師未具合格教師資格者，應依第二項規定聘任：

- (1) 具有專長之合格講師。
- (2) 大學以上相關系、所畢業或在學學生。
- (3) 直轄市、縣(市)級以上公開鑑定或競賽前三名，或參加中央、直轄市、縣(市)政府主辦之相關才藝公開表演、展示。
- (4) 未具備前三款資格，而有特殊專長。
- (5) 持有全國性體育團體核發之有效教練證。
- (6) 具體育(運動)相關科系學經歷或相關能力檢定、競賽證明。
- (7) 其他：經校內社團審查會審查通過者。

※ 【附件三】講師簡介在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

桃園市龍安國小 114 學年度下學期

課後社團成果紀錄表

社團名稱	樂樂棒球社	教學者	陳玉謙 老師
本社團成果簡介：樂樂棒球社致力於推廣校園體育，以安全、低門檻的樂樂			
棒球作為學生接觸棒球運動的絕佳橋樑。本學期的課程規劃秉持循序漸進的			
教學方針，將訓練結構分為技能建立、趣味激發與團隊實戰三大階段。			
從最根本的「基礎傳接球」與「跑壘教學」開始扎根，並透過專業的「打擊教學」，			
讓每位社員都能親身享受將球擊飛的暢快感。			
我們深知趣味是最好的老師，因此特別舉辦了刺激的「九宮格挑戰賽」，不僅			
考驗孩子們的專注力，更讓球場充滿了歡笑與加油聲。而學期末的實戰對抗則			
是所有人最期待的總驗收！看著孩子們將平時練習的技巧搬上球場，從一開始的			
生疏漏接，到最後能與隊友默契配合、互相鼓勵，展現了最棒的團隊凝聚力。			
			

賽前列隊：社員們在實戰對抗賽前，整齊列隊、精神抖擻的專注瞬間。在我們的球場上，「球技在後，品格先行」。每場比賽開打前，孩子們學會的第一件事不是如何揮棒，而是端正儀態，向對手、裁判以及球場行禮致敬。透過這份「禮始禮終」的儀式感，不僅建立了團隊的自律與紀律，更在潛移默化中將互相尊重與謙遜的運動家精神，深植於每位孩子的心中。

各位課後社團的任課老師，辛苦了！

此張社團成果紀錄表，請在這學期課後社團結束前填寫，並會在社團成果展時張貼公布，您的認真教學，相信是參與課後社團每一位孩童最大的幸福，再次感謝您的付出。

龍安國小 學務處

桃園市龍安國小 114 學年度下學期課後社團照片

社團名稱：樂樂棒球社

指導老師：陳玉謙



說明：
內野滾地球接球練習



說明：
打擊練習前動作示範教學



說明：
九宮格對抗賽



說明：
兩天室內觀摩比賽影片及防守位置
解釋教學



說明：
實戰分組對抗賽



說明：
賽後集合檢討

