

臺南市115年棒球教練增能研習暨優秀選手培育 實施計畫

114年12月5日南市體全字第1141643038號

壹、依據「114學年度推動中小學社區(團)學生棒球發展計畫」辦理

貳、活動目的：

- 一、培養參與本市棒球運動推廣之種子教師，藉以紮根本市棒球運動發展基礎。
- 二、精進學校棒球運動教練之訓練技術，藉以提升學校棒球隊訓練成效。
- 三、增廣學校棒球運動教練多元之專業知能，藉以強化棒球隊正向運作。
- 四、宣導兒童權利與性別平等教育的意義與內涵。

參、主辦單位：臺南市政府體育局。

肆、承辦單位：臺南市永信國小。

伍、實施對象：共80名，額滿截止。

- 一、本市各級學校有興趣參與棒球運動推廣之教師。
- 二、本市各級學校棒球隊教練。
- 三、本市社區棒球運動聯盟等棒球運動團體。
- 四、對棒球教練及裁判基礎知識、實務等專業進修需求人員。

陸、實施方式：

一、講習日期及地點：

- (一) 第一梯次日期：115年1月12、13日，研習時數：16小時
- (二) 第二梯次日期：115年1月12日、14日，研習時數：12小時
- (三) 全梯次日期：115年1月12、13、14日，研習時數：20小時
- (四) 研習地點：臺南市永康區永信國小(永康區復華七街166號)4樓視聽教室、樂動館、忠孝棒球場。
- (五) 報名完成後務必加入本次研習群組，以利訊息通知與課程資訊分享。

二、課程規劃：

棒球增能研習：4樓視聽教室與永信國小棒球場(忠孝)		
日期：115年1月12日(星期一)		
時間	課程	主講人
08：20—09：00	開幕式及臺南市棒球發展政策	臺南市政府體育局 陳良乾 局長
09：00—10：30	棒球規則及各實務判例講解	臺南市棒球委員會裁判長 邱啟綸
10：30—10：40	休息時間	
10：40—12：10	性別平等教育	臺南市性平高階專業人才庫 楊舜傑老師
12：10—13：10	午餐時間	
13：10—14：40	棒球運動傷害與防護實務-機能貼布的應用	康柏物理治療所 吳佳樺物理治療師
14：40—14：50	休息時間	
14：50—16：20	棒球運動傷害與防護理論	康柏物理治療所 吳佳樺物理治療師
16：20—16：30	綜合座談	

棒球增能研習：4樓視聽教室與永信國小棒球場(忠孝)		
日期：115年1月13日(星期二)		
時間	課程	主講人
08：40—10：10	內野守備判斷與練習指導理論	美職紅襪隊新人聯盟守備教練 蘇柏豪
10：10—10：20	休息時間	
10：20—11：50	內野守備判斷與練習指導實務	美職紅襪隊新人聯盟守備教練 蘇柏豪
11：50—13：00	午餐時間	
13：00—14：30	跑壘技術訓練與戰術戰略理論	社團法人中華民國基層跑壘推廣協會理事長 許峰賓教練
14：30—14：40	休息時間	
14：40—16：10	跑壘技術訓練與戰術戰略實務	社團法人中華民國基層跑壘推廣協會理事長 許峰賓教練
16：10—16：40	綜合座談	

棒球增能研習：4樓視聽教室與永信國小棒球場(忠孝)

日期：115年1月14日(星期三)

時間	課程	主講人
08：40—10：20	棒球專項運動表現發力 訓練理論	平鎮高中暨職業棒球選手私人 體能訓練師 林建宏
10：20—10：30	休息時間	
10：30—12：10	棒球專項運動表現發力 訓練實務	平鎮高中暨職業棒球選手私人 體能訓練師 林建宏
12：10—12：30	綜合座談	
12：30--12：40	大合照	
12：40	歸賦	

柒、報名方式：

- 1、請於即日起至115年1月8日(星期四)下午4點前掃描下方Qrcord填寫表單進行報名，完成表單填寫送出代表報名成功。

<https://forms.gle/BsbfV6gmXPWjqRGU9> 全程參與者發給20小時研習

時數。



- 2、報名完請加入LINE方便聯繫<https://reurl.cc/NxzK8q>

未免群組被廣告與詐騙加入，請輸入密碼：4321

群組記事本有張貼課程時間表歡迎參閱。



聯絡人資訊：永信國小楊組長06-2320783#717。

捌、備註：

(一) 本研習提供午餐。

(三) 為響應環保，研習地點備有開飲機，請參加人員自備環保杯。

玖、本計畫呈臺南市政府體育局核示後實施，修正時亦同。