

台灣社區棒球推廣協會
114 年度「棒球文化與運動科學儀器體驗活動」實施計畫

一、實施目標

為增進國中學生對棒球有更多認識，藉由靜態活動認識棒球運動與台灣棒球發展，並透過動態活動與運動科學儀器輔助親身體驗棒球，提供專業訓練場地、專業棒球教練與運動科學儀器辦理國中戶外教學。

二、主辦單位

台灣社區棒球推廣協會

三、承辦單位

好的運動股份有限公司

四、實施對象

公、私國民中學在學學生。

五、活動地點

- (一) NiceSports 好的運動-中和運動基地(新北市中和區錦和路 388 號 2 樓)(大台北地區學校)
- (二) NiceSports 好的運動-泰山棒球學苑(桃園市中壢區三光路 350 號 7 樓，中壢國民運動中心 7 樓)(桃園、新竹地區學校)

六、活動人數

- (一) 中和運動基地每場次 90 至 120 人
- (二) 泰山棒球學苑每場次 60-90 人。

以上地點人數為活動時最大容納量，人數上有需討論請洽承辦人。

七、活動內容

以校外教學方式辦理，課程規劃為 3 小時，依參與活動總人數分組輪流體驗各活動，以利活動進行。詳細活動內容如下：

(一) 棒球運動科技儀器體驗

1. 活動簡介：認識基礎棒球運動科學數據，使用 HitTrax 棒壘球打擊模擬系統，能即時偵測打擊表現及模擬比賽情境，讓學生有如身在美國大聯盟球場打球。
2. 課程目標
 - (1) 認識棒球運科數據。
 - (2) 了解運科儀器如何應用於棒球訓練。
 - (3) 實際棒球打擊運科儀器體驗。
3. 活動流程
 - (1) 運科儀器、運科數據介紹。
 - (2) 專業教練實際指導棒球打擊技巧，並使用運科儀器進行打擊練習。

(二) 棒球裁判

1. 活動簡介：由專業教練講解基本棒球規則，透過比賽影片及實際情境模擬，讓學生擔任裁判，與正確判決比較，體驗棒球場上不同身分。
2. 課程目標
 - (1) 認識棒球基礎規則。
 - (2) 認識棒球裁判手勢及使用時機。
 - (3) 體驗裁判角色。
3. 活動流程
 - (1) 介紹基礎棒球規則。
 - (2) 介紹棒球裁判常見手勢與其意義。
 - (3) 以影片或實際模擬情境，讓學生擔任裁判進行判決，比較判決正確率。

(三) 棒球文化演變

1. 活動簡介：在 2024 年世界棒球 12 強比賽中，我國榮獲冠軍，無論是透過媒體或是人群之間口耳相傳，越來越多人接觸到棒球運動，希望透過此活動能讓學生認識台灣棒球發展，了解台灣棒球發展至今的起起伏伏。
2. 課程目標

- (1) 認識棒球歷史。
- (2) 認識台灣棒球職棒發展及現況。
- (3) 認識台灣棒球名人。
- (4) 台灣國際賽歷史。

3. 活動流程

- (1) 簡報與影片介紹。
- (2) 問答互動。

(四) 球員/教練分享會

1. 活動簡介：本次活動特別邀請「好的運動」技術總監及台灣社區棒球推廣協會理事——張泰山擔任活動指導顧問，並邀請「好的運動」職業級教練、前中華職棒明星捕手鄭達鴻教練，或其他「好的運動」專業教練，與學員分享他們的棒球生涯經歷。內容涵蓋學生時期如何克服訓練的艱辛、面對傷痛與低潮的調適過程，以及在棒球路上堅持不懈的心路歷程，藉此激勵參與者持續追夢、不畏挑戰。
2. 課程目標
 - (1) 了解球員在比賽場下的所付出的努力。
 - (2) 學習在低潮時的應對方式。
3. 活動流程
 - (1) 球員/教練分享經歷。
 - (2) 與學生問答互動。

*以上活動內容得視實際時間或活動強度予以調整，惟體驗項目將依前述項目維持不變。

八、活動日期

全年度(例假日與暑假期間(7月1日至8月27日)除外)，請各校自行擇定日期辦理。

九、活動時間

- (一) 上午場次每日上午9：00起至12：00止(例假日除外)。
- (二) 下午場次每日下午13：00起至16：00止(例假日除外)。

十、申請程序及費用

- (一)申請單位請於活動前 1 個月填妥附件活動申請表，並將電子檔 E-mail 至 celinelai612@gmail.com，以利活動安排；信件標題請註明「棒球文化與運科體驗活動_學校名稱」，活動確認以申請表為主。
- (二)活動**相關費用**將依參加人數與活動內容細節而定，請逕向承辦聯繫窗口洽詢（賴小姐，02-2245-0208 分機 667）。

附件

114 年度「棒球文化與運科體驗活動」活動申請表

申請日期： 年 月

日

學校/單位				
學校承辦人	姓名		電話	
	職稱		手機	
	E-mail			
帶隊老師	姓名		手機	
	姓名		手機	
報名日期	月 日 <input type="checkbox"/> 上午場 9：00 至 12：00 <input type="checkbox"/> 下午場 13：00 至 16：00			
預估 參加人數	學生： 人	教職員： 人	家長： 人	
	合計： 人			
備註				

承辦人

主任

校長