**桃園市平鎮區新榮國小109學年度課後社團課程計劃簡表**

**（ 棒球社 ）社團**

（於校網公告授課教師課程內容）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 堂次 | 授課內容 | 備註 |
| 1 | 基本傳接球練習 |  |
| 2 | 內野基本動作訓練 |  |
| 3 | 內野手滾地球接球練習 |  |
| 4 | 內野手滾地球處理與接傳練習 |  |
| 5 | 打擊動作練習 |  |
| 6 | 打擊動作練習 |  |
| 7 | 外野基本動作訓練 |  |
| 8 | 外野手飛球接球練習 |  |
| 9 | 外野手飛球處理與轉傳的練習 |  |
| 10 | 規則與守備跑位講解，體能加核心肌群的練習 |  |
| 11 | 規則與守備跑位講解，體能加核心肌群的練習 |  |
| 12 | 傳接與整體守備練習 |  |
| 13 | 分組比賽 |  |
| 14 | 分組比賽 |  |