

台灣社區棒球推廣協會

114年度「棒球文化與運科體驗活動」

實施計畫



張泰山理事



鄭達鴻教練

# 主辦單位

## 台灣社區棒球推廣協會

推廣棒球活動，培育對棒球有興趣的兒童、青少年。

與學校及公司行號合作，舉辦棒球或相關公益運動，

提供完善設備及師資陣容，讓社會大眾投入棒球運動。

從中培養良好品格，建立運動家風範、提升社會良善風氣。



# 協會組織

## 理事長



張植雄 先生



好的運動股份有限公司執行長

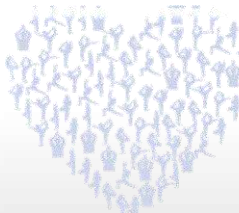


帕菲克國際運動行銷 股東



成立運動基地-中和運動基地，泰山棒球學苑

引進運動科學-Hittrax,Rapsodo  
聘請退役棒球選手組成教練團



長期致力支持台灣基層運動的發展

贊助台中中平國中田徑隊

贊助台灣創新棒球協會

連續4年贊助南澳國小籃球隊出國比賽經費

全額贊助平澳永定國小民俗體育發展經費

# 認識協會成員

理事



張泰山

理事

中華職棒全壘打/打擊教練  
世界棒球總會迷你棒球推廣大使  
中華職棒、日本獨立聯盟、澳洲職棒/球員  
7座中華職棒總冠軍  
中華職棒年度全壘打王、安打王、打點王  
中華成棒國家代表隊/球員  
**國家A級棒球教練**



Nice 好的運動

## 打擊教練

歡迎預約私人教練課

留言+1或是私訊我們 會有專人與您聯繫



**張泰山**

前味全職棒球隊打擊教練  
中職年度總冠軍  
中職新人王  
中職安打王  
中職打點王  
中職全壘打王  
中職年度最有價值球員獎

**技術總監**



**李品文**

中華棒協B級棒球教練  
前中職統一7-ELEVEN 球員  
前新北市成棒隊/球員

**職業級教練**



**鄭達鴻**

前中華職棒盜壘王  
最佳十人(捕手)  
前台中市成棒隊總教練

**運科教練**



**李岱祐**

中華棒協B級棒球教練  
美國DriveLine速科課程認證  
前臺北城市科技大學棒球隊教練

**運科教練**



**李藍浩**

中華棒協B級棒球教練  
現任邁安國小棒球隊主教練  
前桃園國小少棒隊教練

**專業級教練**



**林家駿**

台北市長安國中青少年棒隊  
台北市陽明中學青棒隊  
桃園市黃能科技大學棒球隊

**專業級教練**



**李承澤**

中華棒協C級棒球教練  
台中市立四德國小總教練  
國立臺灣體育運動大學一級組

授課地點：台中

# 承辦單位



## NiceSports好的運動

### 專業棒球訓練基地

全台最大連鎖棒球訓練品牌  
從 5歲初學者 到 職業級選手，  
我們提供：

- ☑專業分齡棒球課程
- ☑MLB級運動科學檢測
- ☑社區球隊賽事培訓
- ☑室內外全天候訓練場地



### 分齡訓練

分齡	U8	U10	U12	U15	OB
年齡	8歲以下	10歲以下	12歲以下	15歲以下	無年齡限制

### 依程度分級

班別	基礎班	加強班/比賽班	競技班
說明	適合沒有經驗的小朋友，培養興趣，玩出樂趣。	安排對外比賽，增加比賽的樂趣，加強棒球投、打、守各項技巧的訓練。	精進棒球的專業技巧，增加訓練的強度，希望對比賽爭取優異成績，每年以全國社區大賽與錦標山盃為目標。

### 棒球的好處

- 大小肌肉的發展
- 培養抗壓性
- 榮譽心
- 學習溝通
- 團隊合作的精神
- 成就感

# 活動實績 ❖ 學生教育體驗活動 ❖



竹林小學  
暑期校外活動  
2023.07



竹林中學  
綜合運動團隊挑戰營  
2024.05



何嘉仁菁英美語  
暑期活動  
2024.08



凱斯美語營隊活動  
2024.08



康橋幼兒園-小小運動會  
2024.08



歡樂&技術 冬/夏令營  
2022-2024.寒暑假

# 活動實績 ❖校園合作推廣及校隊訓練❖



## 高中棒球隊 x 黑豹旗 x Nicesports

結合科技化訓練 新莊高中隊史首度打入64強

2022.9月迄今

好的運動自2022年九月起與新莊高中、中崙高中、竹林中學校隊合作，由具國家教練認證的教練進行訓練，每週安排團練，進行科學化的訓練，提升球員的實力。在2022年黑豹旗賽事，新莊高中校隊連勝兩場，隊史首度打入64強，面對傳統木棒強隊-善化高中，更完成七局賽事，雖敗猶榮。除黑豹旗賽事，亦參加地方或全國賽事，讓非科班學生念書之餘也能持續精進棒球技術。

## Nicesports X 新莊國泰國小棒球隊

2023.6月迄今



好的運動2023年度6月也開始投入校隊科班訓練，與新莊國泰國小合作，由好的運動教練團隊領軍，負責球隊日常訓練及帶隊比賽，也定期安排球隊使用HitTrax、Rapsodo PRO 3.0等運動科學儀器，讓國泰國小棒球隊成為全臺首支使用運動科學儀器融入平時訓練中的國小校隊。同時行銷團隊也協助校方進行招生，製作DM或影片於社群曝光宣傳。

### ETtoday運動雲◎

中區亞運教練 / 系統化訓練！新莊力抗善化打7局獲取勝利



【本報記者 吳文昇 專訪】新莊高中棒球隊在2022年黑豹旗賽事中，以7局獲取勝利，隊史首度打入64強。ETtoday運動雲報導了這場精彩的比賽，並專訪了球隊教練。報導中提到，球隊在比賽中展現了強大的打擊實力，並在七局下半攻下致勝分。教練表示，球隊在訓練中注重技術細節和團隊合作，這也是他們能夠在比賽中取得好成績的原因。報導還提到，球隊將繼續努力，爭取在未來的比賽中取得更好的成績。



## 竹林中學 x Nicesports

成立竹林小飛熊 推廣校園棒球

2022.9月迄今

竹林中學體系為深耕棒球運動，與好的運動合作，成立竹林國小專屬的「竹林小飛熊隊」，為好棒河馬俱樂部增添生力軍。高中棒球社也由Nicesports教練團隊進行指導與訓練，持續精進球技，未來也將計畫成立競技體育班，耕耘基層棒球。



# 活動內容



# 活動實施對象與人數

## 學生

- 公私立幼兒園大班
- 公私立國小在學學生
- 公私立國中在學學生

## 參與人數

-  新北中和運動基地，人數最多120人。
-  中壢泰山棒球學苑，人數最多60位。

# 活動地點



## 大台北地區

NiceSports 好的運動-  
中和運動基地

新北市中和區錦和路388號2樓



## 桃園中壢新竹地區

NiceSports 好的運動-  
泰山棒球學苑

桃園市中壢區三光路350號7樓



# 活動時間

📅 全年度，例假日、寒暑假期間除外

🔔 上午場：9:00~12:00

🔔 下午場：13:00~16:00

📅 申請單位團體可自行擇定日期後，於活動前一個月完成申請。

# 體驗內容

- ❖ 以校外教學方式辦理
- ❖ 課程時間規劃為3小時
- ❖ 分組輪流進行動、靜態活動
  - 動態課程：棒運動科技儀器體驗，棒球裁判。
  - 靜態課程：棒球文化演變，球員/教練分享。

# 課程內容

## ➤ 棒運動科技儀器體驗

- ❖ 使用Hittrax打擊模擬系統
- ❖ 認識棒球打擊運科數據。
- ❖ 由專業教練指導打擊動作。



# 課程內容

## ➤ 棒球文化演變

- ❖ 認識棒球文化。
- ❖ 透過影片/實際演練讓學生立即判判裁判動作。
- ❖ 判決正確率分組比賽。
- ❖ 棒球裁判職業體驗。



# 課程內容

## ➤ 棒球裁判

- ❖ 認識基礎棒球規則。
- ❖ 透過影片/實際演練讓學生立即判判裁判動作。
- ❖ 判決正確率分組比賽。
- ❖ 棒球裁判職業體驗。



# 課程內容

## ➤ 棒球文化演變

- ❖ 認識棒球文化。
- ❖ 介紹台灣棒球名人。
- ❖ 認識台灣職棒發展歷史。
- ❖ 透過問答互讓學生了解棒球。





# 課程內容

## ➤ 球員/教練分享

### ❖ 教練分享經歷。

- ✧ 了解教練過去練球的經驗。

- ✧ 學習在低潮時應對方式。

### ❖ 與學生問答互動。



# 活動流程

預計時間	活動項目	主要內容	備註
50分鐘	棒球運動科技儀器體驗	Hittrax打擊體驗	動態
50分鐘	棒球裁判	認識棒球規則與實際裁判動作判決	半動半靜
50分鐘	棒球文化演變	認識棒球歷史與台灣棒球文化	靜態
30分鐘	教練分享會	分享教練棒球經驗	靜態
50分鐘	棒球傳接球體驗	投球，接球實際體驗	動態
50分鐘	發球機	輔助棒球訓練的機器，模擬投手投球，讓打者練習打擊。	半動半靜

(以上活動內容，依場地安排、參與學生年齡、人數，討論當日體驗內容，順序。)

# 過去活動分享-棒球文演變

由教練解說認識棒球歷史。



並與學生互動，問答方式，吸引學生注意力，從而認識台灣棒球文化。



# 過去活動分享-小小裁判

由教練解說棒球裁判各式動作與意思。實際操演裁判動作。



# 過去活動分享-運動科學與打擊體驗

實際打擊，搭配Hittrax運動儀器，在歡樂氣氛下體驗有趣棒球體驗



# 經驗分享

過往體驗活動，於台灣社區棒球協會官方平台參閱

- [https://www.facebook.com/profile.php?id=100095266471409&locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/profile.php?id=100095266471409&locale=zh_TW)



- [https://www.facebook.com/reel/1405522210764257?locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/reel/1405522210764257?locale=zh_TW)
- [https://www.facebook.com/100095266471409/videos/1245698710526515?locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/100095266471409/videos/1245698710526515?locale=zh_TW)
- [https://www.facebook.com/reel/1629038647689567?locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/reel/1629038647689567?locale=zh_TW)
- [https://www.facebook.com/100095266471409/videos/1347714786530997?locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/100095266471409/videos/1347714786530997?locale=zh_TW)

# ~ 歡迎報名 ~

