

臺中市政府公務出國或赴大陸地區報告提要

類別：其他

出國報告提要名稱：大仁國小至美國舊金山移地訓練	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市西屯區大仁國民小學	
聯絡人：林農濰 電話：(04)23134545#721	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱	
劉美芬/臺中市西屯區大仁國民小學/校長室/校長	
楊仙妃/臺中市西屯區大仁國民小學/學務處/主任	
劉睿成/臺中市西屯區大仁國民小學/學務處/棒球教練	
林農濰/臺中市西屯區大仁國民小學/學務處/體育衛生組長	
許麒賢/臺中市西屯區大仁國民小學/教務處/專業訓練教師	
出國類別：其他 <input type="checkbox"/> 國際會議 <input type="checkbox"/> 業務接洽 <input type="checkbox"/> 洽展 <input type="checkbox"/> 表演 <input type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 擔任裁判 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input checked="" type="checkbox"/> 移地訓練	
出國期間：107年 7月 15日 至 107年 7月 30日	出國地區：美國
報告日期：107年 9 月 4 日(填寫一級機關首長核定日)	
<p>目的：本次美國舊金山移地訓練計畫課程為期兩週。課程內容主要是針對及加強學生的打擊、投球、守備和跑壘的基礎訓練。教練也能從課程中學習新的教學方式。學生則會從世界棒委會(WBSC) 賽事美國少棒隊投手教練及團隊授課，課程也包含針對各個不同棒球位置的技能給予特別訓練、使用當地棒球訓練中心設備、參與區域少棒聯賽(至少六至十場比賽)、與當地多支球隊進行友誼賽以及觀看兩場大聯盟賽事。主要目的如下：</p> <p>(一)藉由參訪交流與比賽機會，增進參與學生自信心及拓展國際視野，同時增加臺灣棒球人才見度，亦透過國民運動外交拓展和增進美國與臺灣之情誼。</p> <p>(二)透過實地參訪，認識及學習美國基層職棒體系與運作模式，藉此以提供未來大仁國小少棒體系發展之方向。</p> <p>(三)透過移地訓練，認識及學習美國基層棒球教學理念、棒球技術、觀念及硬體設施，瞭解美國如何提供少棒球員完善的訓練環境，以提供未來大仁國小改善現有棒球資源之參考。</p>	
過程：	
<ol style="list-style-type: none"> 1.選手接受美國棒球訓練中心(TPC)教練指導，教練群也從中學習美國棒球訓練課程的技巧，以及不同於臺灣少棒指導的觀念。 2.參加美國區域週末聯盟，藉由多場的比賽，讓選手以戰代訓外，培養了選手的臨場的心理素質，也讓選手增加與不同球隊比賽的經驗，體驗鮮少接觸的比賽場地(人工草皮、夜間球場)。 3.與美國當地多支球隊進行友誼賽。 4.觀賞大聯盟球賽。 	
心得：	
<ol style="list-style-type: none"> 1.美國訓練方式較為科學、數據化。 2.美國選手的訓練時間較為彈性，選手多自行尋找訓練中心進行訓練。 	

- 3.比賽時間較晚，常有機會進行夜間球場賽事。
- 4.美國飲食習慣與台灣不同，早餐非常簡單，需準備點心給選手補充體力。
- 5.球隊比賽移動距離遠，在美國的訓練，車程佔去太多時間。

建議：

- 1.能使用錄影並放慢，糾正選手打擊姿勢。
- 2.增加室內的戰術教學，除了技巧與體力的訓練外，亦須增加棒球防守與打擊的觀念。