

九宮格擲準

1. 暖身操。
2. 動作要領介紹與示範。
3. 以樂樂棒球當傳接球練習，每兩人為一組。
4. 分三組練習，每人兩球，全部投擲完成，才撿球回到投擲線。
5. 讓小朋友了解練習能讓自己更靠近夢想。