

112 學年度臺中二中適性學習社區教育資源均質化一

「室內籃球身體對抗技巧與傷害保護」學生研習營

1. 日期：113 年 03 月 16 日(星期六)
2. 課程表：

時間	研習內容/活動主題	講師
0900-0910	報到	
0910-1030	靜態熱身活動暨體能訓練	主講：林彥廷老師 助教：幸志偉老師
1030-1040	動態熱身活動暨基本動作訓練	主講：林彥廷老師 助教：幸志偉老師
1040-1220	小組籃球身體對抗技巧與團體跑動訓練	主講：林彥廷老師 助教：幸志偉老師
1220-1300	中場休息與用餐	主講：林彥廷老師 助教：幸志偉老師
1310-1520	基礎運動傷害與防護實作	主講：林彥廷老師 助教：幸志偉老師
1520-1620	籃球運動常見傷害及防護處理	主講：林彥廷老師 助教：幸志偉老師

3. 參加同學當天請著運動服裝。
4. 為響應環保，參加同學請攜帶環保杯及餐具。
5. 如有疑問請洽圖書館技服組劉組長 04-22021521#271。

-----✂-----✂-----✂-----

112 學年度臺中二中均質化 室內籃球身體對抗技巧與傷害保護學生研習營家長同意書

學校		姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
學號		班級		手機	
監護人姓名 (與學生關係)				監護人手機	
家長同意書					
<p>本人知悉並同意敝子弟報名「室內籃球身體對抗技巧與傷害保護」，將提醒其活動期間遵守校規，並負責敝子弟到校及返家之交通安全。</p>					
家長同意簽章：_____					

本表請於 113.03.16 (六)活動當天交給負責老師。