

# 永安國中全球資訊網 - 和諧--活力--智慧--創新

## 桃園市立南崁高級中學 辦理「105學年度第一學期高中職適性學習社區教育資源均質化」跨校運動科學實踐課程

教務處(教學&設備)

發表人：

張貼在：2016/12/13 15:43:55

說明：

一、 依據本校105學年度均質化實施方案計畫書辦理。

二、 課程內容：

(一) 核心肌群訓練(教師場)：

1. 講師：美國有氧體適能協會重量訓練WT教官-陳家信教練。
2. 時間：105年12月21日(三)晚上18:00至20:00。
3. 地點：南崁高中行政大樓一樓校史室。

(二) 運動訓練少就是多《Less is More》(教師場)：

1. 講師：國立臺北教育大學-黃英哲教授。
2. 時間：105年12月22日(四)晚上18:00至20:00。
3. 地點：南崁高中行政大樓一樓校史室。

(三) 合求無間-合球、百發百中-射擊(學生場)：

1. 講師：南崁高中陸榆p老師、吳孟蓉教練。
2. 時間：105年12月21日(三)晚上18:00至20:00。
3. 地點：南崁高中活動中心。

(四) 壘積實力-壘球、非常Hand見-手球(學生場)：

1. 講師：南崁高中歐靜潔老師、黃冠迪老師。
2. 時間：105年12月22日(四)晚上18:00至20:00。
3. 地點：南崁高中室外排球場。

三、 對象：本市國高中生與國高中教師。總名額100名，額滿為止，課程全部免費，每日晚上17:00至18:00報到做課程準備(備有晚。全程參與學員頒發研習課程參加證明書。

四、 報名方式：

(一) 學生：各校報名表彙整後，請於105年12月19日前email至[t1035@nksh.tyc.edu.tw](mailto:t1035@nksh.tyc.edu.tw)，或傳真至03-3119427註明許健峰老師收。計畫與報名表請參 價 鞞C

(二) 教師：教師名額5名，請於105年12月20日前上桃園縣教師研習系統報名，兩天全程參加者核發研習時數四小時。

五、 聯絡人：南崁高中教務處實研組長張捷老師。電話：03-3525580轉216。