

112 學年度臺中二中適性學習社區教育資源均質化一

「室內排球專項技術與營養科學」學生研習營

1. 日期：113 年 02 月 01 日(星期四)

2. 課程表：

時間	研習內容/活動主題	講師
0900-0910	報到	體育館 2F 排球場
0910-1040	個人防守反擊基礎訓練	主講：張建邦老師 助教：楊峯豪老師
1040-1050	休息	
1050-1200	小組攔網防守概念與運動營養攝取之探討	主講：張建邦老師 助教：楊峯豪老師
1200-1300	午餐/休息	
1300-1520	三人前後排戰術演練與概念養成	主講：張建邦老師 助教：楊峯豪老師
1520-1620	綜合防守反擊對抗演練	主講：張建邦老師 助教：楊峯豪老師

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 室內排球專項技術與營養科學學生研習營家長同意書

學校		姓名		性別	☐ 男 ☐ 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					
本人知悉並同意敝子弟報名「室內排球專項技術與營養科學學生研習營」，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。 家長同意簽章：_____					

本表請於 113.02.01 (四)活動當天交給負責老師。