

# 110 學年度國立和美實驗學校體育深耕活動實施計畫

## 壹、依據：

110 學年度高中職適性學習社區教育資源均質化實施方案「109-5 文武兼備開創新未來計畫」體育深耕活動。

## 貳、目標：

透過與大專院校結合並搭配運動創新產業課程體驗，增進彰化區高中職及國中段交流，提升國中學生對未來升學方向及生涯發展有更多的參考機會。

## 參、主辦單位：國立和美實驗學校。

## 肆、課程主題：文武兼備開創新未來(體育深耕計畫)

## 伍、研習對象：

- 一、彰化縣地區對柔道、跆拳道、桌球等有興趣之高中職、國中學生。
- 二、彰化縣地區對推展柔道、跆拳道、桌球等有興趣之高中職、國中教師。

## 陸、研習人數：共計 150 名，額滿為止。

## 柒、研習時間：111 年 1 月 21 日（星期五）。

## 捌、研習地點：國立和美實驗學校體育館。

（彰化縣和美鎮鹿和路六段 115 號）。

## 玖、課程師資：詳如研習課程表。

## 拾、報名及錄取：

- 一、請參加學員以學校為單位團體報名，並於 111 年 1 月 7 日(星期五)前填妥報名表 E-MAIL 至國立和美實驗學校體衛組信箱 [pe@mail101.nhes.edu.tw](mailto:pe@mail101.nhes.edu.tw)  
承辦人：鍾宜真，連絡電話：04-7552009 分機 304。
- 二、本研習如報名人數超額，則依報名信件先後順序錄取，本校保留增刪報名人員參加之權利。

## 拾壹、交通方式：

- 一、自行前往，本校備有停車場。
- 二、若學校報名人數較多，將派交通車協助接送(請電洽本校體衛組)

**拾貳、經費來源：**

110 學年度高中職適性學習社區教育資源均質化實施方案「110-5 文武兼備開創新未來計畫」經費項下支應。

**拾參、**參加研習人員請給予公（差）假登記，差旅費由原服務單位依相關規定支付。

**拾肆、**研習備有茶水及午餐供應，為響應環保，請自行攜帶環保杯、餐具。

**拾伍、**如報名後不克前往請提前來電通知，以方便主辦單位提供候補名單參加。

**拾陸、**辦理本次研習績優之工作人員於研習結束後提請敘獎。

**拾柒、**本計畫若有未盡事宜，得隨時補充修正之。

**拾捌、**本計畫經校長核定後實施，修正時亦同。

# 110 學年度國立和美實驗學校體育深耕活動

## 研習日程表

日期：111 年 1 月 21 日(星期五)

地點：國立和美實驗學校體育館

時間	研習課程			主講人	地點
8:20~8:50	報到			和美實驗學校 服務團隊	體育館
8:50~9:10	開幕式				體育館
9:10~10:00	運動心理學			黃顯詠 講師	體育館
10:10~11:00	運動傷害防護			洪暉 教授	
11:10~12:00	運動貼紮實作			洪暉 教授	體育館
12:10~13:20	午餐與休息				
13:30~16:30	柔道 專題	跆拳道 專題	桌球 專題	本校體育 專項教師	各專項教室
16:30~17:00	綜合座談、賦歸			和美實驗學校 服務團隊	體育館

# 110 學年度國立和美實驗學校體育深耕活動

## 研習報名表

日期：111 年 1 月 21 日(星期五)

學校名稱				
聯絡人		職稱		
姓名	性別	膳食	身分別	聯絡電話
1	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
2	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
3	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
4	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
5	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
6	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
7	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
8	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
9	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
10	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	<input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生	
備註		<p>一、請參加學員以學校為單位團體報名，並於 111 年 1 月 7 日(星期五)前填妥報名表 mail 至國立和美實驗學校體衛組 pe@mail101.nhes.edu.tw。</p> <p>二、為響應環保，請自行攜帶環保杯、餐具。</p> <p>三、承辦人：鍾宜真，連絡電話：04-7552009 分機 304。</p> <p>四、本表若不敷使用，請自行增列。</p>		

## 國立和美實驗學校交通位置圖

校址：彰化縣和美鎮鹿和路六段 115 號



### 自行開車：

#### 一、國道一號：

南下：王田交流道—往彰化方向—過大度橋後右轉金馬路—右轉彰美路接道周路到鹿和路口（和美鎮公所）—左轉到本校。

北上：彰化交流道—彰鹿路右轉線東路—左轉彰美路接道周路到鹿和路口（和美鎮公所）—左轉到本校。

二、國道三號：和美、伸港交流道—往和美方向右轉彰美路—接道周路到鹿和路口（和美鎮公所）—左轉到本校。

三、台 17 線到伸港走和港路接道周路到鹿和路口（和美鎮公所）—右轉到本校。

### 大眾運輸

請搭乘彰化客運至和美下車。