

108 年國立花蓮高中均質化「同體能容一排球育樂營」實施計畫

計畫時間：108/1/28（一）至 2 月 01 日（五），共 5 日；

下午 15：00~18:00，每日 3 小時。

授課老師：楊宗樺老師

地點：光復高職體育館。

說明：

一、依校內均質化方案研習計畫辦理。

二、為提升花蓮縣南區學生對排球運動之認識，藉由育樂營形式讓學生對排球運動產生興趣，進而提升個人排球技術。

三、對象：花蓮縣內南區對排球運動有興趣之國、高中生。

四、人數：30 人

五、課程如下：

108/1/28（一）~2 月 01 日（五），共 5 日		
課程時間	課程內容	授課老師
14：50—15：00	報到、熱身	楊宗樺老師
15：00—16：00	排球基本動作練習	楊宗樺老師
16：00—17：00	戰術與站位練習	楊宗樺老師
17：00—18：00	分組演練與實做	楊宗樺老師

六、報名方式：自即日起至 108 年 1 月 23 日(週三)止，請逕輸入以下網址填寫報名

名 <http://gg.gg/hlhs0128>。