

## 新竹市東區青草湖國小

### 113 學年度健康體位教師專業知能研習計畫

#### 一、緣起：

(一) 新竹市 113 學年度學校健康促進計畫前導會議府教體字第 1140037364 號函辦理，以達成各項健康體位工作指標之目的。

二、辦理日期：114 年 5 月 14 日 (三) 13：30-15：30。

三、辦理地點：本校活動中心。

四、參加對象：本校教師。

#### 五、課程內容：

| 114 年 5 月 14 日 (三) 13：30-15：30 |             |        |
|--------------------------------|-------------|--------|
| 時間                             | 內容          | 講師     |
| 13:30-13:40                    | 報到          | 工作人員   |
| 13:40-15:30                    | 拳拳到位：拳擊有氧實作 | 講師 林儒煜 |
| 15:20-15:30                    | 綜合座談- Q&A   | 講師 林儒煜 |

#### 六、預期成效：

(一) 提升本校教職員工健康管理的專業知能。

(二) 培育具備正確健康促進能力之學校師資，藉由教師的宣導與課程教授，協助學生建立良好的運動習慣，促進其健康成長。

七、全程參加研習人員核發 2 小時研習時數。