

花蓮縣立體育高級中等學校109學年度第2學期課表

班級：三愛

導師：蕭弼遠

		星期一	星期二			星期三	星期四	星期五
	06:00	晨操	晨操			晨操	晨操	晨操
	07:00							
1	08:10	英文	國文			數學	藝術與人文	自然類科 社會類科
	09:00	張馨如				高駿逸	林錦蘭	跑班
2	09:10	運動傷害防護	運動生理學 運動肌動學 運動營養學			國文	運動學概論	自然類科 社會類科
	10:00	楊淑貞	跑班			蕭弼遠	游宗龍	跑班
3	10:10	國文	運動英語 語文表達			資訊科技	音樂	英文
	11:00	蕭弼遠	跑班			李漢昌	蔡孟昀	張馨如
4	11:10	數學	國文			資訊科技	音樂	英文
	12:00	高駿逸	蕭弼遠			李漢昌	蔡孟昀	張馨如
用餐、午休								
	13:10			5	班週會			
	14:00				蕭弼遠			
5	14:10	專項運動 體能	專項運動 體能	6	英文	專項運動 體能	專項運動 體能	
	15:00	術科教師教練	術科教師教練		張馨如	術科教師教練	術科教師教練	
6	15:10	專項運動 技術	專項運動 技術	7	選修進階專 項體能訓練	專項運動 技術	專項運動 技術	
	16:00	術科教師教練	術科教師教練		術科教師教練	術科教師教練	術科教師教練	
7	16:10	專項運動 戰術	專項運動 戰術	8	選修進階專 項體能訓練	專項運動 戰術	專項運動 戰術	
	17:00	術科教師教練	術科教師教練		術科教師教練	術科教師教練	術科教師教練	
<p>備註： 專項運動體能、專項運動戰術、專項運動技術、選修進階專項體能訓練 術科教師、術科教練名單如下：李藝倫、楊淑貞、簡志賢、童乾華、曾櫟騁、曾震仁、朱文彬、侯鴻章、葉書璋、劉義傳、陳寬晉。</p>								