

# 花蓮縣立體育高級中等學校109學年度第2學期課表

班級：三誠

導師：童乾華

		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	運動傷害 防護	藝術與人文			英文	國文	自然類科 社會類科
	09:00	楊淑貞	林錦蘭			張馨如	蕭弼遠	跑班
2	09:10	國文	運動生理學 運動肌動學 運動營養學			英文	英文	自然類科 社會類科
	10:00	蕭弼遠	跑班			張馨如	張馨如	跑班
3	10:10	數學	運動英語 語文表達			音樂	資訊科技	運動學概論
	11:00	高駿逸	跑班			蔡孟昀	李漢昌	游宗龍
4	11:10	英文	數學			音樂	資訊科技	國文
	12:00	張馨如	高駿逸			蔡孟昀	李漢昌	蕭弼遠
用餐、午休								
	13:10			5	班週會			
	14:00				童乾華			
5	14:10	專項運動 體能	專項運動 體能	6	國文	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		蕭弼遠	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	

**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、葉書瑋、劉義傳、陳寬晉。



