

113 年高中職師生暑期營

活動名稱：2024 屏科運動防護暑期營

主辦單位：休閒運動健康 院、系（所）

中 華 民 國 1 1 3 年 7 月

一、活動內容

活動名稱	2024 屏科運動防護暑期營
活動目的	推廣運動傷害防護知能，並藉由簡易實作技巧示範與操作，提升學習經驗與興趣。
辦理單位	國立屏東科技大學／休閒運動健康系
活動日期	113 年 7 月 3 日 至 7 月 4 日止 / 共計 2 天
活動地點	國立屏東科技大學孟祥體育館（體教四教室）
參加對象	高中職師生 預計活動人數為 <u>30-50</u> 人
報名方式	1.) <u>報名表</u> （連同 <u>家長同意書</u> 及 <u>活動切結書</u> 簽名之掃描電子檔）以電子郵件寄至活動電子信箱 ATCT2024npust@protonmail.com ，再將家長同意書及活動切結書紙本寄回。 2.) 掃描報名 QR code 填寫資料並上傳（連同 <u>家長同意書</u> 及 <u>活動切結書</u> 簽名之掃描電子檔），再將家長同意書及活動切結書紙本寄回。
聯絡窗口	E-mail（主要方式）： ATCT2024npust@protonmail.com 活動諮詢電話：0980270547 邱小姐
報名日期	113 年 即日起 至 113 年 6 月 15 日止 ※※家長同意書及活動切結書紙本請於 6 月 20 日前郵寄至 912 屏東縣內埔鄉學府路 1 號 休閒運動健康系 運動防護暑期營 收

二、活動內容及規劃

(一)研習目標：

推廣運動傷害防護知能；藉由簡易實作技巧示範與操作，提升學習經驗與興趣；提供技職端師生共同創新領域發展。

(二)教學內容：

- 一、針對系所教學特色及實務應用向學員展示。
- 二、系所預計開設的課程、授課內容及教學項目簡述。
- 三、基礎課程講述及實作課程示範，將課程內容鏈結科技大學端與高中職師生。

(三)執行方式：

- 一、鼓勵高中職師生共同參與。
- 二、專業課程講授、業師經驗及案例分享、專題演講、實務操作。
- 三、自由分組，隨時發問，讓教與學更靈活。

活動日程表

2024 屏科運動防護暑期營			
第一天：7月3日（星期三）			
時間	活動內容	授課教師	地點
08:30-08:50	報到	休運系	休運系 體教四外
08:50-09:00	始業式	休運系 陳敏弘 系主任	休運系 體教四
09:10-10:00	人體解剖學	休運系 陳敏弘 系主任	
10:10-11:00	運動生理學	休運系 吳柏翰 教授	
11:10-12:00	運動營養學	美國賓州滑石大學/ 運動科學與運動傷害防護系 葉明嘉 助理教授	
12:00-13:20	午餐／午休		體教二
13:20-17:10	運動傷害評估學- 上肢	休運系 田詠惠 講師	休運系 體教四
	運動貼包紮體驗- 上肢		
第二天：7月4日（星期四）			
時間	活動內容	授課講師	地點
8:30-9:20	運動傷害防護學	休運系 田詠惠 講師	休運系 體教四
9:30-10:20	人體肌動學		休運系 田詠惠 講師
10:30-11:50	伸展放鬆卡有效		休運系 多功能教室
11:50-13:10	午餐／午休		體教二
13:10-13:30	休運系環境巡訪	休運系（田老師引導）	系館各處
13:30-17:20	運動傷害評估學- 下肢	亞柏羽球隊 黃雅琳 運動防護員	休運系 體教四
	運動貼包紮體驗- 下肢		