

教育部體育署 105 年度體適能素養提升研習會課程表  
高雄/臺中/臺北場次

時間	課程內容
8 : 20-8 : 50	報 到
8 : 50-9 : 00	研習課程說明
9 : 00-10 : 30	運動安全與急救 曾國維教授/洪暉教授
10 : 40-12 : 10	樂趣/遊戲體適能再升級 李麗晶教授/俞齊親老師/許秀桃教授
12 : 10-13 : 30	午餐與休息
13 : 30-15 : 00	體適能創意腦力激盪 李麗晶教授/俞齊親老師/許秀桃教授
15 : 10-16 : 40	提升身體活動量 方進隆教授
16 : 40-17 : 00	綜合座談
17 : 00~	賦歸