

霄裡國小 健康運動成果表

1. 學校名稱： 霄裡國小 2. 活動名稱： 健康操
3. 活動日期： 111.05.06 4. 參與人數： 16 人
5. 成果照片：

| | |
|---|--|
| 照片 1 | 照片 2 |
|  |  |
| 成果簡述:該堂為籃球投球訓練，放鬆手腕腳踝，避免拉傷。 | 成果簡述:專心完成西繞轉的暖身運動。 |
| 照片 3 | 照片 4 |
|  |  |
| 成果簡述:該堂為羽球課，加強腰部的扭轉，放鬆下背。 | 成果簡述:放鬆肩膀與手臂，讓擊拍的動作更加順暢安全。 |

備註：

1. 如表格不足，請自行增列，成果照片請一併將照片原始檔案寄予衛生局承辦人張小姐，電子郵件：10029792@mail.tycg.gov.tw。
2. 本局健康運動相關影片及教材連結，網址為 <https://reurl.cc/E20M7k>，QR code 如右圖：

