

靜宜大學體育室114學年度第1學期體育課表

大一：運動健康與素養(基礎體育/初級專項課程)

| 星期                  | 星期一              |                      |                    |                     |                     |                                | 星期二            |                     |            |                      | 星期三            |                 |                            |                              |               | 星期四        |              |                          |                    |                    | 星期五        |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
|---------------------|------------------|----------------------|--------------------|---------------------|---------------------|--------------------------------|----------------|---------------------|------------|----------------------|----------------|-----------------|----------------------------|------------------------------|---------------|------------|--------------|--------------------------|--------------------|--------------------|------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|---------------------|----------------|---------------------|
| 代號                  | 1                | 7                    | 16                 |                     |                     |                                | 2              | 32                  |            |                      |                | 2               | 6                          | 11                           |               |            |              | 5                        | 6                  | 9                  |            |                  |                  | 4                | 5                 | 9                   | 31             |                     |
| 08:10<br>~<br>09:00 | 化科一B<br>(初籃球A)   | 大傳一A<br>(初羽球A)       | 法律一C<br>(初壘球A)     |                     |                     |                                | 資工一A<br>(初桌球B) | 社工一A<br>(初排球D)      |            |                      |                | 食營一A<br>(初桌球C)  | 人工智慧一A<br>(初網球C)           | 生態一A<br>(化科三C永續智慧)<br>(初籃球C) |               |            |              | 中文一A<br>(社工三C)<br>(初排球A) | 資管一B<br>(初網球D)     | 人工智慧一B<br>(初桌球D)   |            |                  |                  | 台文一A<br>(初重訓B)   | 觀光一B<br>(下1:初籃球B) | 法律一B<br>(初桌球E)      | 法律一A<br>(初羽球D) |                     |
|                     |                  |                      |                    |                     |                     |                                |                |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 09:10<br>~<br>10:00 |                  |                      |                    |                     |                     |                                |                |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 代號                  | 2                | 7                    | 10                 | 16                  | 1                   | 15                             | 2              | 7                   | 32         |                      |                |                 | 4                          | 21                           |               |            |              | 5                        | 6                  | 30                 | 9          | 4                | 26               | 5                | 9                 | 4                   | 31             | 25                  |
| 10:10<br>~<br>11:00 | 食營一B<br>(初羽球A)   | 財工一A<br>(初羽球B)       | 英文一A<br>(初定向越野A)   | 財工一B<br>(初壘球B)      | 強力瑜珈<br>(一)A<br>多功能 | 保齡球<br>(一)A                    | 桌球<br>(一)A     | 羽球<br>(一)B          | 排球<br>(一)A | 互動式體育英語<br>田徑場       |                |                 | 飛輪與<br>多功能<br>阻力訓練<br>(一)A | 籃球<br>(一)D                   |               |            |              | 日文一A<br>(初排球B)           | 日文一B<br>(下7:初羽球C)  | 西文一A<br>(開放水域與游泳A) | 桌球<br>(一)B | 重量訓練<br>(一)A     | 攀樹<br>(一)A<br>特色 | 社工一B<br>(初排球C)   | 資工一B<br>(初桌球F)    | 資管一A<br>(下1:初重訓A)   | 羽球<br>(一)A     | 伸展瑜珈<br>(一)A<br>多功能 |
|                     |                  |                      |                    |                     |                     |                                |                |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 11:10<br>~<br>12:00 |                  |                      |                    |                     |                     |                                |                |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 代號                  | 6                | 2                    | 11                 | 19                  | 34                  | 15                             | 20             | 24                  | 1          | 27                   | 28             | 10              | 23                         | 33                           | 11            | 18         | 29           | 4                        | 30                 | 8                  | 7          | 26               | 11               | 10               | 20                | 25                  |                |                     |
| 13:10<br>~<br>15:00 | 觀光一A<br>(初網球A)   | 行銷一B<br>(合8:下8:初羽球E) | 行銷一A<br>(初籃球D)     | 襄管一智慧媒體<br>(初重量訓練C) | 觀光一Aa<br>(初級)       | 保齡球<br>(一)B                    | 桌球<br>(一)D     | 健身拳擊<br>(一)A<br>多功能 | 籃球<br>(一)A | 有氧壘身<br>(一)A<br>舞蹈教室 | 桌球<br>(一)C     | 資科一B<br>(水域活動B) | 化科一A<br>(初級有氧律動)<br>舞蹈教室   | 晶片設計<br>(初級)                 | 籃球<br>(一)C    | 攀岩<br>(一)A | 重量訓練<br>(一)B | 資科一A<br>(初芭蕾健身A)         | 財金一B<br>(開放水域與游泳B) | 排球<br>(一)B         | 羽球<br>(一)C | 攀樹<br>(一)B<br>特色 | 財金一A<br>(初級籃球E)  | 會計一A<br>(初定向越野A) | 會計一B<br>(初桌球H)    | 伸展瑜珈<br>(一)B<br>多功能 |                |                     |
|                     |                  |                      |                    |                     |                     |                                |                |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 代號                  | 6                | 10                   | 19                 | 11                  | 17                  | 24                             |                |                     |            | 33                   | 28             | 8               | 22                         | 27                           | 5             | 18         | 29           |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 15:10<br>~<br>17:00 | 應化一A<br>(初網球B)   | 應化一B<br>(初水域活動A)     | 襄外語一國際資訊<br>(初羽球F) | 籃球<br>(一)B          | 山城活動實務<br>(一)A      | 滾筒核心訓練與<br>筋膜放鬆<br>(一)A<br>多功能 |                |                     |            | 國企一A<br>(初級)         | 國企一B<br>(初桌球G) | 匹克球<br>(一)A     | 派對舞蹈有氣<br>(一)A<br>多功能      | 芭蕾舞<br>(一)A<br>舞蹈教室          | 排球訓練法<br>(一)A | 攀岩<br>(一)B | 重量訓練<br>(一)C |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
|                     |                  |                      |                    |                     |                     |                                |                |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 代號                  | 10               |                      |                    |                     |                     |                                | 22             |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |
| 17:10<br>~<br>18:55 | 水陸平衡休閒運動<br>(一)A |                      |                    |                     |                     |                                | 適應體育<br>(一)多功能 |                     |            |                      |                |                 |                            |                              |               |            |              |                          |                    |                    |            |                  |                  |                  |                   |                     |                |                     |

01張維藏老師 02李達勝老師 03李晨鐘老師 04何天照老師 05劉麗芳老師 06劉承勇老師 07呂子平老師 08蕭玉琴老師 09張甄玲老師 10葉子誠老師 11林志誠老師  
 15王雅婷老師 16劉嘉豪老師 17張麗仁老師 18傅逸鴻老師 19楊志豪老師 20林珀璇老師 21王志銘老師 22簡岱荳老師 23林家榛老師 24趙婉婷老師 25張玉燕老師  
 26許月萍老師 27陳乃崎老師 28李榮煥老師 29楊瑞人老師 30薛淳方老師 31楊士欣老師 32英文鐘老師 33張瑜元老師 34邱靜然老師