

# 市立大同高中 113-1

## 115 班體育科補考作業

- 一、請用手機下載 STRAVA 軟體記錄自己慢跑一趟 3000 公尺(可在學校操場 7.5 圈)的運動紀錄，不限制完成時間但需一次完成，請依自己的體能調配速度。
- 二、請製作一份作業以 PDF 繳交，打字字數 200-400 字，包含：
  1. 本學期體育課被當原因分析及下學期改進方式，本學期配分(游泳課參與 21%，游泳課測驗 9%，籃球測驗 20%，桌球循環賽 10%，紙筆測驗 20%，課前慢跑及課堂表現 20%)。
  2. 說明一的慢跑結果截圖，在運動中的感受與自我對話，以及這次慢跑運動的策略。

請於 114/2/7 中午 12 時前將作業完成，檔名需註記班級座號姓名，並 EMAIL 至 [g115@ttsh.tp.edu.tw](mailto:g115@ttsh.tp.edu.tw) 繳交，逾時繳交不予計分。