

養生村一月會報告

1

目錄

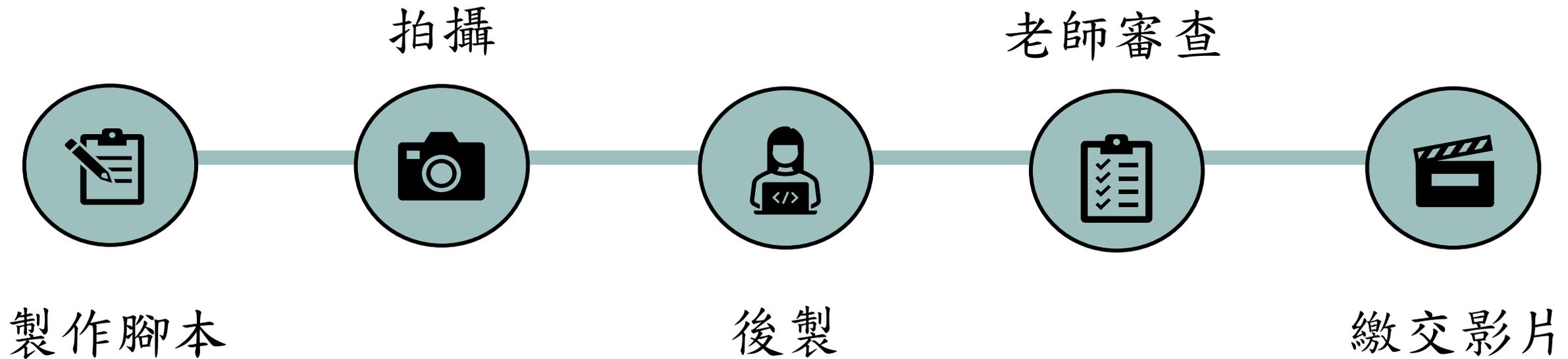
- 影片規劃
- 影片製作流程
- 影片內容
- 分組及時數
- 十月影片規劃(已完成)
- 十一月影片規劃



影片
計劃

- 一個月兩支影片
- 這學期共需拍攝 8 支影片
- 一部影片約20分鐘
- 目前已完成兩支影片

影片製作流程

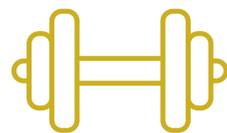


影片內容



有氧熱身

 5分鐘



肌力訓練

 10分鐘



伸展

 5分鐘



分組
及
時數

有氧+伸展
教學：家蓉
剪輯：子恒

累計時數:39

肌力
教學：瑋阡、瑄羽
剪輯：昱瑄、心瑀

累計時數:26

■ 更正前



■ 更正後



十月影片規劃(已完成)

日	一	二	三	四	五	六
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
		影片拍攝(2)		腳本繳交(2)		
10	11	12	13	14	15	16
	審查影片(1)				影片繳交(1)	
17	18	19	20	21	22	23
腳本繳交(3)		影片拍攝(2)				
24	25	26	27	28	29	30
	審查影片(2)				影片繳交(2)	
31						

十一月影片規劃

日	一	二	三	四	五	六
	1	2 影片拍攝(2)	3	4	5	6
7	8 審查影片(3)	9	10	11	12 影片繳交(3)	13
14	15	16 影片拍攝(2)	17	18	19	20
21	22 審查影片(4)	23	24	25	26 影片繳交(4)	27
28	29	30				

養生村



目前因為疫苗尚未統一
完成施打所以暫不回村



因他們志工尚未回村服
務，影片暫時無法播放



播放後會再給我們回饋

THANK YOU