

臺北市內湖區內湖國小運動代表隊年度訓練計劃申請表

一、申請計畫：

申請日期	民國 年 月 日(須於每學年度五月份前提出)		
申請運動項目		申請教師	
總教練		助理教練	
總教練學歷與經歷	學歷： 經歷：		
助理教練學歷與經歷	學歷： 經歷：		
預計選手人數	低年級	男： 女： 合計：	
	中年級	男： 女： 合計：	
	高年級	男： 女： 合計：	
預計訓練日期	民國 年 月 日起至 年 月 日止。		
擬申請訓練時間			
擬申請訓練場地	晴天： 雨天：		

二、訓練計畫表：(請各校隊依訓練計畫調整訓練期)

計畫宗旨							
近程目標							
中程目標							
遠程目標							
預期效果							
訓練計畫							
期別	期間	階段	訓練內容	體能%		技術%	
				一般性	專項性	一般性	比賽性
上學期	訓練期	八至十月					

	比賽期	十一至一月					
下學期	完成期	二至四月					
	過渡期	五至七月					

三、年度參賽計畫：

預計參加盃賽	盃賽時程	經費來源	預計參賽人數	備註

四、訓練費用與審核：

項目	是	否	費用內容	備註
是否收取訓練費用				
是否收取比賽費用				

是否收取 其他費用				
--------------	--	--	--	--

五、申請訓練器材與審核：

器 材 名 稱	數 量	單 位	單 價	總 價	備 註

六、審核結果：

審 核	審 核 結 果 說 明	備 註
學 校		

體育組長：

教務主任：

校長：

學務主任：

輔導主任：