# 臺北市立松山家商110學年度暑期選手訓練進度表(範例)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **競賽**  **職種** |  | | | **科 目** |  | **訓練時段** | |  | **每週時數** |  | | **指導**  **教師** |  | | |
| **教 學**  **目 標** |  | | | | | | | | | | | | | | |
| 教 學  資 源 | 教科書、參考書、雜誌、圖片、光碟、示範、講解等 | | | | | | | | | | | | | | |
| 評 量  方 式 | 觀察、作業評定 、口試、筆試、測驗、心得報告、實際操作、作品等 | | | | | | | | | | | | | | |
| 週 次 | 日　　期 | 預　　定　　進 表 | | | | | | | | | 訓練日期  及時間 | | | 時數  小計 | 應稅/免稅 |
| 學科 | | | | | 術科 | | | |
| 冊別 | 章別 | | | |
| 第1週 | 7/13-7/17 | 預備週 | | | | | 預備週 | | | |  | | |  |  |
| 第2週 | 7/20-7/24 | I | 1、2（測驗） | | | | 公司會計（測時-30分） | | | |  | | |  |  |
| 第3週 | 7/27-7/31 | I | 3、4、5（測驗） | | | | 現金及銀行存款（測時-30分） | | | |  | | |  |  |
| 第4週 | 8/03-8/07 | I | 6、7、8、9（測驗） | | | | 應收款項 | | | |  | | |  |  |
| 第5週 | 8/10-8/14 | I | 複習考 | | | | 存貨（測時-30分） | | | |  | | |  |  |
| 第6週 | 8/17-8/21 | II | 10、11（測驗） | | | | 不動產、廠房及設備 | | | |  | | |  |  |
| 第7週 | 8/24-8/28 | II | 複習考 | | | | 無形資產 | | | |  | | |  |  |
|  |  |  |  | | | |  | | | | 時數總計 | | |  |  |

備註：

1. 請選手依培訓時間準時報到練習，無法報到時，請預先向指導老師請假。

指導老師電話：**(手機) 、(公)02-27261118＃**

1. 請選手填寫培訓選手訓練日誌，指導老師填寫選手訓練進度表
2. 培訓/儲備選手進度相同，敘寫如上；進度不同，可分列敘寫，

|  |
| --- |
| 培訓選手(2升3)： |
| 儲備選手(1升2)： 。 |

如

註：本表僅供參考，指導教師可適度修改。

# 臺北市立松山家商111學年度上學期選手訓練進度表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 競賽  職種 | 會計資訊 | | 科 目 | 會計 | 訓練時段 | 早自習、空堂、中午、放學後 | 每週時數 | | 至少12小時 | | 指導  教師 | 簽名 | |
| 教 學  目 標 |  | | | | | | | | | | | | |
| 教 學  資 源 | 教科書、參考書、光碟、示範、講解等 | | | | | | | | | | | | |
| 評 量  方 式 | 觀察、作業評定、口試、筆試、測驗、上機實際操作等 | | | | | | | | | | | | |
| 週次 | 日　　期 | 預　　定　　進 表 | | | | | | 訓練日期  及時間 | | 時數  小計 | | | 應稅/免稅 |
| 學科 | | | 術科 | | |
| 章別 | | |
| 第1週 | 8/31-9/04 | Ch.1~4 | | | 98年模擬題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第2週 | 9/07-9/11 | Ch.5~8 | | | 98年競賽題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第3週 | 9/14-9/18 | Ch.9~12 | | | 99年模擬題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第4週 | 9/21-9/25 | 技藝競賽歷屆試題(98~100) | | | 99年競賽題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第5週 | 9/28-10/02 | 技藝競賽歷屆試題(95~97) | | | 100年模擬題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第6週 | 10/05-10/09 | 技藝競賽歷屆試題(92~94) | | | 100年競賽題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第7週 | 10/12-10/16 | 二技歷屆試題 | | | 98年模擬題、競賽題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第8週 | 10/19-10/23 | 乙檢歷屆試題 | | | 99年模擬題、競賽題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第9週 | 10/26-10/30 | 商教學會歷屆試題 | | | 100年模擬題、競賽題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第10週 | 11/02-11/06 | 101、102模擬題演練 | | | 101、102模擬題演練 | | |  | |  | | |  |
| 第11週 | 11/09-11/13 | 綜合複習 | | | 綜合複習 | | |  | |  | | |  |
| 第12週 | 11/16-11/20 | 綜合複習 | | | 綜合複習 | | |  | |  | | |  |
| 第13週 | 11/23-11/27 | 模擬考 | | | 模擬考 | | |  | |  | | |  |
| 第14週 | 11/30-12/04 | 技藝競賽 | | | 技藝競賽 | | | 時數總計 | |  | | |  |

備註：

1. 請選手依培訓時間準時報到練習，無法報到時，請預先向指導老師請假。

指導老師電話：**(手機) 、(公)02-27261118＃**

1. 請選手填寫培訓選手訓練日誌，指導老師填寫選手訓練進度表
2. 培訓/儲備選手進度相同，敘寫如上；進度不同，可分列敘寫，

註：本表僅供參考，指導教師可適度修改。

如

|  |
| --- |
| 培訓選手(2升3)： |
| 儲備選手(1升2)： 。 |

# 

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 臺北市立松山家商技藝競賽學生長期公假申請單 | | | | | | | | | | |
| 參加活動 | | 111年度**商業類/家事類**學生技藝競賽集訓 | | | | | | | | |
| 班級 | |  | | 活動地點 | | |  | | | |
| 學號 | |  | | 姓名 | | |  | | | |
| 起訖時間 | | 年 月 日起至 年 月 日止 | | | | | | | | |
| 准 免 參 加 時 間 ( 打 ˇ ) | 星 期 | 一 | 二 | | | 三 | | 四 | | 五 |
| 朝會 |  |  | | |  | |  | |  |
| 導師簽章 |  |  | | |  | |  | |  |
| 第一節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  | 導師簽章: | | |  | |  | |  |
| 第二節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | |  |
| 第三節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | |  |
| 第四節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | |  |
| 午休 |  |  | | |  | |  | |  |
| 導師簽章 |  |  | | |  | |  | |  |
| 第五節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | | 導師簽章: |
| 第六節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | | 導師簽章: |
| 第七節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | | 導師簽章: |
| 第八節 |  |  | | |  | |  | |  |
| 任課老師簽章 |  |  | | |  | |  | |  |
| 導 師 | | 指導老師 | | | 實 習 處 | | | | 校 長 | |
|  | |  | | |  | | | |  | |
| 訓育組長 | | 生輔組長 | | | 學務主任 | | | |
|  | |  | | |  | | | |

說明：參加選手每人填寫一張

# 家長同意書

**家長同意書**

|  |  |
| --- | --- |
| □ | 培訓選手(2升3) |
| □ | 儲備選手(1升2) |

貴子弟 在校表現優異，獲選為本校全國**商業及家事類科技藝競賽**

，為了增強競賽選手的專業知能與技藝訓練，本校將請專業教師負責指導，對貴子弟實施計畫性的儲備訓練，以提升其技能與競爭力，希望能告知貴家長並得到您的同意，使學生專心認真學習，爭取佳績。

競賽相關資訊如下：

一、競賽職種：

二、預計競賽時間： 年 月 日~ 月 日

三、預計競賽地點：

四、培訓地點：松山家商

五、培訓期程： 年 月 日~ 年 月 日

六、指導老師：

注意事項：

1. 訓練期間，選手應遵守技藝競賽選手培訓注意事項與規定。
2. 高二儲備選手非必然為高三之培訓選手，需於2升3校內選拔勝出，方能成為培訓選手。

松山家商 實習處　 謹上

中華民國 年 月 日

---------------------✄---------------------✄---------------------

**同意書回條**

茲同意敝子弟參加貴校技藝競賽選手訓練，並已責成其於訓練期間注意安全，遵守各項規定，聽從師長指導。

謹致

臺北市立松山高級商業家事職業學校

班　　級：

學　　號：

姓　　名：

家長簽名：

聯絡電話：

行動電話：

中華民國 年 月 日

# 技藝競賽選手培訓注意事項與規定

**技藝競賽選手培訓注意事項與規定**

一、依訓練進度時間，按時向指導老師報到，請假除比照學校規定之請假手續外，亦應告知指導老師。

二、每次確實填寫1、松山家商全國高中職技藝競賽暑期7~8月技藝競賽選手實作練習紀錄表及2、松山家商全國高中職技藝競賽**111**學年度第1學期技藝競賽選手實作練習紀錄表，並交給指導老師核閱後送交至實習處。

三、訓練期中，亦應於課後自我加強其他課業進度，並維持成績合格水準。

四、訓練期中仍需配合班級重要性的複習考試、段考、模擬考試、體育等，並如期繳交階段性作業。

五、訓練期中，應與班上多做聯繫，以免延誤或錯過必要處理之課業與事務。

六、培訓選手應認真學習並注意身體健康。

七、訓練期間，培訓選手非經同意不得任意自行退訓、不隨隊參賽及陪同，否則取消選手資格及歸還獎助學金。

八、經培訓過之上屆選手，在相關師長的指示下，應協助指導下屆選手之訓練。

九、選手訓練期間犯錯，或違反規定依校規處分。

十、選手訓練期間之學業成績評定，除依本校成績考核辦法外，其獲得金手獎者，則亦可以報名申請技優入學之資格。

**我願遵守以上規範，聽從指導老師教導，認真學習、精益求精，以奪取佳績為校爭取最高榮耀。**

培訓選手簽名：

中華民國 年 月 日

# 實作練習紀錄表

松山家商111年商業類/家事類學生技藝競賽　　　　　　職種

選手培訓實作練習紀錄表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 簽到、簽退  請加註時間  (時:分) | | 練習內容(條列式，每次培訓至少記錄3項) | | |
| 年　月　日 | 簽到(　時　分)  簽退(　時　分)  選手簽名： | |  | | |
| 年　月　日 | 簽到(　時　分)  簽退(　時　分)  選手簽名： | |  | | |
| 年　月　日 | 簽到(　時　分)  簽退(　時　分)  選手簽名： | |  | | |
| 年　月　日 | 簽到(　時　分)  簽退(　時　分)  選手簽名： | |  | | |
| 年　月　日 | 簽到(　時　分)  簽退(　時　分)  選手簽名： | |  | | |
| 指導老師 | | 科主任 | | 實習處 | 校長 |
|  | |  | |  |  |

註：本表每次練習後由選手填寫並拍照line給實習組，每月以紙本呈核。請自行影印。