

## 국외전지훈련 계획서(사전보고)

학교명	부남초등학교			종목	바이애슬론(초등 남녀)				
전지훈련 기간	2018.11.21. ~ 2018.12.08.			전지훈련 국가(장소)	일본 홋카이도, 삿포로				
전지훈련 인원	지도교사	.		예산액	1인당 경비	0 (바이애슬론연맹부담)			
	지도자	양동희, 박준범, 김경환			합 계	0 (바이애슬론연맹부담)			
	선수	3명 (김지아, 허선아, 정영원)							
전지훈련 목적	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 제 100회 동계체육대회 대비를 철저히 하여 경기력을 향상시키고자 함.</li> <li>■ 해외설상전지훈련을 통한 균형 있는 신체발달과 기초체력, 스키 기본 기술을 연마함.</li> </ul>								
훈련내용 (구체적으로)			월	화	수	목	금	토	일
	오전		설상 적응훈련, 밸런스 훈련						휴식
	오후		지속주 훈련, 페이스 훈련						휴식
	훈련 비중 (%)	체력	30	30	30	30	30	20	
		기술	60	60	60	60	60	40	
		정신	10	10	10	10	10	40	
출발일	2018. 11. 21.			도착일	2018. 12. 08.				
비상연락	+82-10-3890-6669(양동희) +82-10-3163-5867(박준범)			현지숙소	일본 홋카이도 시로가레 파크힐즈 호텔				
<p>위와 같이 학기 중 국외전지훈련을 실시하고자 합니다.</p> <p style="text-align: center;">2018. 10. 19.</p> <p style="text-align: center;">담당자 직 교사 성명 안 정 주 </p> <p style="text-align: center;">부남초등학교장 직인 </p> <p>전라북도교육감 귀하</p>									

- ※ 초·중학교 : 교육지원청 각 과에 보고(출발 1개월 전)
- ※ 고등학교 : 도교육청 인성건강과에 보고(출발 1개월 전)
- ※ 학교홈페이지에 국외전지훈련 계획 탑재