

世界大露營自主訓練規劃

- ◆ 1. 如何設定目標：SMART
- ◆ 2. 自主訓練
 - a. 外語能力
 - b. 體能（體力，肌耐力）
 - c. 游泳（長距離，換氣，踩水）
 - d. 文化認識
- ◆ 3. 團內訓練
 - a. 團集會出席率
 - b. 團露營
 - c. 大露營節目集訓
 - d. 英語童軍歌教學
 - e. 活動安全須知 stay safe & have fun
- ◆ 4. 男女童軍市會活動
 - a. 男童軍三級考驗營
 - b. 女童軍夏季 & 冬季秋菊營
- ◆ 5. 個人健康狀況
- ◆ 6. 財務規劃
 - a. 專戶
 - b. 記帳
 - c. 比較
- ◆ 7. 自主體能訓練
 - a. 訓練介紹
- ◆ 8. 紀錄表格
 - a. 體能紀錄表
 - b. 英語單字紀錄範本
 - c. 記帳表