

中華民國跆拳道協會

110 年度培育優秀或具潛力運動選手

實施計畫

單位：中華民國跆拳道協會

日期：中華民國 110 年 1-12 月

目 錄

壹、依據	01
貳、選手培育資格	01
參、遴選依據及過程	01
一、教練遴選	01
二、選手遴選	01
(一)少年組	01
(二)青年組	01
肆、訓練計畫	02
一、培訓目標	02
二、世界少年階段劃分	02
三、亞洲青年階段劃分	03
伍、訓練內容	04
陸、合理之進退場追蹤機制	03
柒、本案經費預算	04
捌、計畫實施、修正或廢止	04
附則	04
附件一：培訓經費概算表	

中華民國跆拳道協會 110 年度培育優秀或具潛力運動選手 實施計畫

壹、依據

- 一、教育部體育署 110 年 3 月 24 日臺教體署競(二)字第 1100010474D 號。
- 二、教育部運動發展基金辦理培育優秀或具潛力運動選手作業要點。

貳、選手培育資格

- 一、資格：凡具有中華民國國籍，並持有本會及國技院頒發 1 段（含 1 段）以上段證之選手。
- 二、年齡限制：少年組限 12 歲至 14 歲、青年組限 15 歲至 17 歲。

參、遴選依據及經過

- 一、教練遴選：由本會依入選培訓選手轄屬單位人數排序，遴薦少年組 5 位、青年組 5 位教練，並符合體育署合格教練條件者，經選訓委員會審議通過，陳報理事長核定後，送體育署核備。
- 二、選手遴選：60 人〔少年組（男女）20 人與青年組（男女）40 人〕。
 - （一）少年組：由本會舉辦 2021 年第 5 屆世界少年跆拳道錦標賽國家代表隊選拔暨排名賽。
 - （二）青年組：由本會舉辦 2021 年亞洲青年運動會國家代表隊選拔賽暨排名賽。

肆、訓練計畫

- 一、總目標：本計畫為 4 年培訓階段之第 2 年培訓計畫，本年度所提 110 年培訓計畫，進行選訓賽 3 個期程，以期未來能銜接 2022 年之培訓計畫。以奪得 2026 年青年奧運會-跆拳道-金牌為總目標，並為 2024 年巴黎奧運會培養優秀選手。
- 二、階段目標：
 - （一）2021 年世界少年跆拳道錦標賽，超越上屆成績（2 銀 5 銅）為目標。

(二) 2021 年亞洲青年運動會，取得 2 金 2 銀為目標。

三、培訓對象：訓練階段：區分少年組與青年組。

(一) 少年組：教練 5 人、選手 20 人。

1. 2021 年世界少年錦標賽，教練 5 人、選手 20 人，防護員 2 人(共 27 人)。
2. 培訓期間：自 110 年 5 月至 110 年 8 月止。
3. 培訓方式：辦理選拔賽、集中訓練及參加國際賽。

(二) 青年組：教練 5 人、選手 40 人。

1. 亞洲青年運動會，教練 5 人、選手 40 人，防護員 2 人(共 47 人)。
2. 培訓期間：自 110 年 5 月至 110 年 8 月止。
3. 培訓方式：辦理選拔賽、集中訓練及參加國際賽。

四、少年組選訓期程：

(一) 第一階段(選拔暨排名賽)：2021 年第 5 屆世界少年錦標賽國家代表隊選拔賽

- (1) 方式：國內選拔。
- (2) 日期：110 年 5 月 21-25 日(暫定)
- (3) 地點：台中中港高中(暫定)

(二) 第二階段(集中密集訓練)：2021 年第 5 屆世界少年跆拳道錦標賽國家代表隊賽前集訓

- (1) 方式：國內集訓。
- (2) 對象：教練 5 名，男、女各組別第 1 名，共計 20 名選手。
- (3) 日期：110 年 7 月 5 日- 8 月 5 日(暫定)
- (4) 地點：國訓中心東部訓練基地(暫定)
- (5) 時間：每週一至週六上午 9:00-11:30，下午 14:00-17:30。

(三) 第三階段(參加國際賽)：2021 年第 5 屆世界少年跆拳道錦標賽

- (1) 方式：國外參賽。
- (2) 對象：教練 5 名，選拔第 1 名之選手(男、女各 10 人)共 20 名、防護員 2 名、翻譯兼管理 1 人。

(3) 出國期程：

- i. 出國日期：110 年 8 月 7 日(暫定)
- ii. 比賽日期：110 年 8 月 12-15 日(暫定)
- iii. 返國日期：110 年 8 月 16 日(暫定)

(4) 地點：保加利亞索菲亞

五、青年組選手選訓期程：

(一) 第一階段：選拔暨排名賽

- (1) 2021 年亞洲青年運動會國家代表隊選拔暨排名賽
- (2) 方式：國內選拔。
- (3) 日期：110 年 5 月 21-25 日(暫定)
- (4) 地點：台中中港高中(暫定)

(二) 第二階段(集中密集訓練)：國內暑期集訓

1. 2021 年亞洲青年運動會國家代表隊暑期集訓

- (1) 方式：國內暑期集訓。
- (2) 對象：教練 5 名，男、女各量級第 1、2 名，共計 40 名。
- (3) 日期：110 年 7 月 5 日-8 月 23 日(暫定)
- (4) 地點：國訓中心東部訓練基地(暫定)
- (5) 時間：每週一至週六上午 9:00-11:30，下午 14:00-17:30。

2. 2021 年亞洲青年運動會國家代表隊賽前集訓

- (1) 方式：國內賽前集訓。
- (2) 對象：教練 5 名，男、女各量級第 1 名，共計 20 名。
- (3) 日期：110 年 11 月 2 日-11 月 18 日(暫定)
- (4) 地點：國訓中心(暫定)
- (5) 時間：每週一至週六上午 9:00-11:30，下午 14:00-17:30。

(三) 第 3 階段：國外參賽

1. 參加 2021 年亞洲青年亞洲運動會

(1) 對象：亞青運跆拳道項目代表隊人數依體育署最終核定名單為主。

(2) 日期：

i. 出國期程：110 年 X 月 XX 日

ii. 比賽日期：110 年 11 月 20-28 日(暫定)

(3) 地點：中國-汕頭

伍、訓練內容（由遴選出教練團訂定之）

陸、合理之進退場追蹤機制

由本會成立選訓小組配合教育部體育署成立督導小組，不定期督導，並從選手訓練成果、成績資料進行考核評估。培訓期間，教練應針對選手建立健康、體能、技術、心智、品德等相關資料及檔案，定期辦理檢測，並以數據顯示培訓績效

柒、本案經費預算：如附件。

捌、本計畫經本會選訓委員會議審通過，經理事長同意並報請教育部體育署審議通過後，公告實施，其有修正或廢止者亦同。

附則

- 一、 凡入選國家代表隊選手，未依本會指定時間和地點辦理集訓、出國參賽報到者以自動棄權論，由後補選手依序遞補。
- 二、 各量級第一名為正選手，第二名為備取選手；正選手如於各國際賽事報名截止前因受傷(由專業醫師判定)無法參賽者，則由備取選手遞補；如於報名截止後受傷，則該量級空缺。
- 三、 入選國家代表隊之教練、選手以切結確認後，未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會議處。
- 四、 教練、選手之替換須經本會 110 年選訓小組討論審議後，提報教育部體育署行之。