

中華民國跆拳道協會

111 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 111 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)青少年組	02
(三)亞洲青年運動會	02
肆、訓練計畫	02
一、培訓目標	02
二、2022 世界少年 2022 亞洲少年階段劃分	03
三、2022 亞洲青少年暨 2022 世界青少年階段劃分	04
四、亞洲青年運動會	05
伍、訓練內容	06
陸、合理之進退場追蹤機制	06
柒、本案經費預算	06
捌、計畫實施、修正或廢止	07
附則	07

中華民國跆拳道協會 111 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 XXX 年 XX 月 XX 日臺教體署競(二)字第 XXXXXXXXX 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、青少年組限 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 10 位、青少年組 10 位教練、亞青運 3 位教練、**世界跆拳道品勢 3 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：80 人。少年組 A、B 2 隊（男、女）40 人與青少年組 A、B 2 隊（男、女）40 人。
 - (一)少年組（2 隊）：由本會舉辦 2022 年第 5 屆世界少年暨第 4 屆亞洲少年跆拳道錦標賽國家代表隊選拔賽男女各第 1、2 名組成。
 1. A 隊（20 人）：由男女組各 10 個量級之第 1 名組成，參與 2022 第 5 屆世界少年跆拳道錦標賽。
 2. B 隊（20 人）：由男女組各 10 個量級之第 2 名組成，參與 2022 第 4 屆亞洲少年跆拳道錦標賽。
 - (二)青少年組（2 隊）：由本會舉辦 2022 年第 11 屆亞洲青少年跆拳道錦標賽國家代表隊選拔賽暨 2022 世界跆拳道錦標賽國家代表隊選拔第 1、2 名組成。

1. A隊(20人):由男女組各10個量級之第1名組成,參與2022世界青少年跆拳道錦標賽。
2. B隊(20人):由男女組各10個量級之第2名組成,參與2022第11屆亞洲青少年跆拳道錦標賽。

(三)亞洲青年運動會:由本會舉辦第3屆亞洲青年運動會國家代表隊選拔賽。

1. 亞洲青年運動會(10人):由男女組各5個量級第1名組成,參加第3屆亞洲青年運動會。

(四)世界跆拳道品勢:由本會舉辦2022年世界跆拳道品勢錦標賽國家代表隊選拔賽。

1. 世界跆拳道品勢(21人):
 - (1). 公認品勢12-14歲組男女前四名
 - (2). 公認品勢15-17歲組男女前四名
 - (3). 自由品勢個人-17歲組男女第一名
 - (4). 自由品勢團體組-17歲第一名

(五)亞洲少年、青少年跆拳道品勢:本會舉辦2022年亞洲少年、青少年跆拳道品勢錦標賽國家代表隊選拔賽。

肆、訓練計畫

一、總目標:本計畫為4年培訓階段之第3年培訓計畫,本年度所提111年培訓計畫,進行選訓賽3個期程,以期未來能銜接2023年之培訓計畫。為2024年巴黎奧運會培養優秀選手,並以奪得2026年青年奧運會-跆拳道-金牌為總目標。

二、階段目標:

- (一)2022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)2022年亞洲少年跆拳道錦標賽,超越上屆成績(2金1銀4銅)為目標。
- (三)2022年世界青少年跆拳道錦標賽,突破最佳成績(上屆1金1銀2銅)為目標。

(四) 2022 年亞洲青少年跆拳道錦標賽，超越上屆成績 (1 金 1 銀 4 銅) 為目標。

(五) 第 3 屆亞洲青年運動會，取得 1 金 1 銀 2 銅為目標。

(六) 2022 年世界跆拳道品勢錦標賽以得牌為目標。

(七) 2022 年亞洲少年、青少年跆拳道品勢錦標賽以得牌為目標。

三、培訓對象：

(一) 少年組：教練 10 人、選手 40 人。

1. A 隊：2022 年世界少年錦標賽代表選手，教練 5 人、選手 20 人 (男女各 10 人)。

2. B 隊：2022 年亞洲少年錦標賽代表選手，教練 5 人、選手 20 人 (男女各 10 人)。

(二) 青少年組：教練 10 人、選手 40 人。

1. A 隊：2022 年世界青少年錦標賽代表選手，教練 5 人、選手 20 人 (男女各 10 人)。

2. B 隊：2022 年亞洲青少年錦標賽代表選手，教練 5 人、選手 20 人 (男女各 10 人)。

(三) 品勢組：教練 13 人、選手 61 人。

1. 世界品勢錦標賽：教練 3 人、選手 21 人。

2. 亞洲少年品勢：教練 5 人、選手 20 人。

3. 亞洲青少年品勢：教練 5 人、選手 20 人。

四、培訓時間：

(一) 少年、青少年組：自 111 年 7 月 1 日至 111 年 8 月 31 日止，計約 2 個月。(暫定)

(二) 品勢組：賽前 5-10 天短期集訓。

五、培訓方式：採短期集中訓練。

六、訓練階段：區分少年組、青少年組以及品勢組。

少年組選手：

(一) 第一階段(選拔):自 111 年 6 月 9 日至 111 年 6 月 13 日止。(暫定)(依照世亞盟賽事公告為主)

1. 選拔:2022 年第 5 屆世界少年暨第 4 屆亞洲少年跆拳道錦標賽國家代表隊選拔賽

(1) 方式:依照選訓委員會制定。。

(2) 對象:世界暨亞洲少年組,男、女各量級第 1、2 名,共計 40 名。

(3) 選拔賽日期:111 年 6 月 9 日至 13 日止。(暫定)

(4) 選拔地點:未定

(二) 第二階段(訓練與移地訓練):111 年 7 月 1-30 日(依照世亞盟賽事公告為主)

1. 2022 年第 5 屆世界少年跆拳道錦標賽國家代表隊暨 2022 年第 4 屆亞洲少年跆拳道錦標賽國家代表隊暑期集訓

(1) 方式:國內暑期集訓。

(2) 對象:少年組選手 A、B 隊,共計 40 名;教練 10 名。

(3) 日期:111 年 7 月 1 日至 30 日(暫定)

(4) 地點:未定

(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(主要比賽):國外參賽

1. 2022 年第 4 屆亞洲少年跆拳道錦標賽

(1) 方式:國外參賽。

(2) 對象:少年 B 隊男、女各組別第 2 名,共計 20 名;教練 5 名;防護員 2 名;工作人員(翻譯)1 人。

(3) 日期:

i. 出國期程:111 年 8 月 12-17 日(暫定)

ii. 比賽日期:111 年 8 月 15-16 日(依照世亞盟賽事公告為主)

(4) 地點:蒙古

2. 2022 年第 5 屆世界少年跆拳道錦標賽

- (1) 方式：國外參賽、以賽代訓。
- (2) 對象：少年 A 隊男、女各組別第 1 名，共計 20 名；教練 5 名；防護員 2 名；工作人員(翻譯)1 人。
- (3) 日期：
 - i. 出國期程：111 年 7 月 25 日-8 月 1 日(暫定)
 - ii. 比賽日期：111 年 7 月 28-31 日(依照世亞盟賽事公告為主)
- (4) 地點：保加利亞-索菲亞

青少年組選手：

(一) 第一階段：選拔

1. 2022 年第 11 屆亞洲青少年跆拳道錦標賽國家代表隊選拔暨 2022 世界跆拳道錦標賽國家代表隊選拔。

- (1) 方式：依照選訓委員會制定。
- (2) 對象：亞洲青少年組，男、女各量級第 1 名及第 2 名，共計 40 名。
- (3) 日期：111 年 6 月 9 日至 13 日止。(暫定)
- (4) 地點：未定

(二) 第二階段：國內暑期集訓

1. 2022 年第 11 屆亞洲青少年跆拳道錦標賽國家代表隊暨 2022 世界跆拳道錦標賽國家代表隊。

- (1) 方式：國內暑期集訓。
- (2) 對象：青少年組選手 A、B 隊，共計 40 名；教練 10 名。
- (3) 日期：111 年 7 月 1 日至 30 日(暫定)
- (4) 地點：未定
- (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(主要比賽)：國外參賽

1. 參加 2022 年第 11 屆亞洲青少年跆拳道錦標賽

- (1) 方式：國外參賽、以賽代訓。

(2) 對象：青少年 B 隊男、女各組別第 2 名，共計 20 名；教練 5 名；防護員 2 名；工作人員(翻譯)1 人。

(3) 日期：

i. 出國期程：111 年 8 月 14-19 日(暫定)

ii. 比賽日期：111 年 8 月 17-18 日(依照世亞盟賽事公告為主)

(4) 地點：蒙古

2. 參加 2022 年世界青少年跆拳道錦標賽

(1) 方式：國外參賽、以賽代訓。

(2) 對象：青少年 A 隊男、女各組別第 1 名，共計 20 名；教練 5 名；防護員 2 名；工作人員(翻譯)1 人。

(3) 日期：

i. 出國期程：111 年 7 月 30 日-8 月 8 日(暫定)

ii. 比賽日期：111 年 8 月 2-7 日 (依照世亞盟賽事公告為主)

(4) 地點：保加利亞-索菲亞

亞洲青年運動會

(一) 第一階段：選拔

1. 第三屆亞洲青年運動會國家代表隊選拔。

(1) 方式：由潛優選手青少年組選拔前兩名選手參加，可自行調整量級，採雙敗淘汰制。

(2) 對象：亞洲青年運動會，男、女各量級第 1 名，共計 10 名。

(3) 日期：111 年 9 月 3-4 日(暫定)

(4) 地點：未定

(二) 第二階段：國內集訓

1. 第三屆亞洲青年運動會國家代表隊。

(1) 方式：國內集訓。

(2) 對象：青年組選手，男女各 5 名共計 10 名；教練 3 名。

(3) 日期：111 年 11 月 21 日至 12 月 16 日(暫定)

(4) 地點：國訓中心

(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(主要比賽)：國外參賽

1. 第三屆亞洲青年運動會國家代表隊。

(1) 方式：國內賽前集訓。

(2) 對象：青年組選手，共計 10 名；教練 3 名。

(3) 日期：111 年 12 月 20 日至 28 日(暫定)

(4) 地點：中國汕頭

品勢組：

世界跆拳道品勢錦標賽

(一) 第一階段：選拔

1. 2022 年世界跆拳道品勢錦標賽國家代表隊選拔。

2. 方式：依照選訓委員會制定。

3. 對象：少年、青少年組，男、女各組前 4 名；自由品勢個人、團體第 1 名，共計 21 名。

4. 日期：111 年 3 月 1 日至 3 日止。

5. 地點：東方設計大學

(二) 第二階段：國內集訓

1. 2022 年世界跆拳道品勢錦標賽國家代表隊。

(1) 方式：國內集訓。

(2) 對象：教練 3 名、選手 21 名，共計 24 名。

(3) 日期：111 年 4 月 2 日至 4 月 7 日

(4) 地點：國立體育大學

(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(主要比賽)：國外參賽

1. 2022 年世界跆拳道品勢錦標賽國家代表隊。

(1) 方式：國外參賽。

(2) 對象：教練 3 名、選手 21 名，共計 24 名。

(3) 日期：111 年 4 月 17 日至 25 日

(4) 地點：韓國高陽

亞洲少年、青少年跆拳道品勢錦標賽

(一) 第一階段：選拔

1. 2022 年亞洲少年、青少年跆拳道品勢代表隊選拔。

2. 方式：依照選訓委員會制定。

3. 對象：少年、青少年組，男、女各組前 2 名；自由品勢個人、團體第 1 名，共計 21 名。

4. 日期：111 年 6 月(暫定)

5. 地點：待定

(二) 第二階段：國內集訓

1. 2022 年亞洲少年、青少年跆拳道品勢代表隊。

(1) 方式：國內集訓。

(2) 對象：教練 10 名、選手 40 名，共計 50 名。

(3) 日期：111 年 7 月(暫定)

(4) 地點：待定

(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（主要比賽）：國外參賽

1. 2022 年亞洲少年、青少年跆拳道品勢代表隊。

(1) 方式：國外參賽。

(2) 對象：教練 10 名、選手 40 名，共計 50 名。

(3) 日期：111 年 4 月 17 日至 25 日

(4) 地點：蒙古

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：約計新台幣 25,002,200 元(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，擇該量級空缺。
- 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。