

中華民國羽球協會 107 年度「培育優秀或具潛力運動選手實施計畫」

中華民國 107 年 5 月 24 日 教育部體育署 臺教體署競(二)字第 1070018382S 號函核准

一、依據：教育部體育署運動發展基金辦理培育優秀及具潛力運動選手作業要點及 106 年 11 月 24 日臺教體署競(二)字第 1060038144 號函辦理。

二、教練、選手名單及其所具備之培育資格如下：

(一) 選手培育資格如下：

1. 年齡須於 2000 年(含)以後。
2. 第一階段(1-6 月)：參考本會甲組球員、106 年度「全國高中盃羽球錦標賽(以下簡稱高中盃)」及 106 年度「全國國中盃羽球錦標賽(以下簡稱國中盃)」之成績。
3. 第二階段(7-12 月)：參考本會甲組球員、107 年度「亞青(U19)選拔賽(以下簡稱亞青 U19)」、107 年度「世青(U19)選拔賽(以下簡稱世青 U19)」、107 年度「亞青(U17&U15)選拔賽(以下簡稱亞青 U17&U15)」之成績。

(二) 選手員額：總計 25 名。

1. 潛優 25 名：如附件一。

(1) 第一階段(1-6 月)：

(1.1) 依據 106 高中盃成績遴選男、女單各 2 名、男、女雙各 2 組，小計 12 名；
如因故未能參加放棄者，其員額則依序遞補。

(1.2) 依據 106 國中盃成績遴選男、女單各 2 名、男、女雙各 1 組，小計 8 名；
如因故未能參加放棄者，其員額則依序遞補。

(2) 第二階段(7-12 月)：

依據 107 亞青 U19、世青 U19 成績、亞青 U17&U15 成績遴選男、女單各 2 名、
男、女雙各 2 組，合計 24 名；如因故未能參加放棄者，其員額則依序遞補。

(3) 青奧 2 名：列入潛優計畫當然 25 名額

已入選為 2018 年青奧參賽選手為當然優先培訓人選(男、女單各 1 名，合計 2 名)。

(三) 教練員額：遴派隨隊教練每站約計 3-5 名，如附件二。

本會遴選各入選培訓選手轄屬球團(或學校)推薦之教練協助培訓、參賽。

(四) 防護員員額：1 名。

三、遴選依據及經過：

(一) 依據「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」規定辦理。

(二) 遴選方式：

1. 教練：

A. 職責：負責選手賽前訓練、管理、賽場戰術指導及教練團分工等。

B. 資格：具備國家(A)級教練資格或 B 級教練資格。

C. 任用：由本會選訓委員會依入選培訓選手轄屬球團(或學校)遴派審核通過同意擔任之。

2. 選手：年齡須於 2000 年(含)以後。

2.1 潛優培育選手：

2.1.1 第一階段(1-6 月)：參考本會甲組球員、106 年度高中盃及 106 年度國中盃之成績。

2.1.2 第二階段(7-12 月)：參考本會甲組球員、107 年度亞青 U19、107 年度世青 U19、107 年度亞青 U17&U15 之成績。

2.2 青奧參賽選手：已入選為 2017 年青奧參賽選手則延續為當然優先培訓人選。

(三) 本會依據上述標準遴選教練及選手，並經由本會選訓委員會決議通過。

四、訓練計畫：

(一) 目標：

1. 短程目標：經由培(移)訓及參與國際賽提高世界較高排名，進而於各國際盃賽中取得較佳種子位而獲得最佳成績。

2. 中(長)程目標：培育為國家接班梯隊並以取得 2018 年青年奧運會滿額(男、女各 2 名)為目標。

(二) 計畫內容：

1. 訓練起訖日期：自開始培(集)訓 2018 年 1 月 1 日起至 2018 年 12 月 31 日止。

2. 階段劃分：

(1) 第一階段：2018 年 1 月 1 日起至 2018 年 6 月 30 日止。

(2) 第二階段：2018 年 7 月 1 日起至 2018 年 12 月 31 日止。

3. 培訓地點：

(1) 由選手所屬學校或所屬球團(隊)分站訓練。

(2) 本會利用安排集中訓練並輔以國外(中國或馬來西亞等)移地訓練及參加國際賽(以賽代訓)。

4. 培訓方式：

(1) 平時由各所屬學校或球團(隊)作訓練。

(2) 本會擇期安排集中訓練(1 至 2 次；每次 1 至 3 週)或國外移地訓練。

(3) 潛優培育選手：安排參加 5-6 數站之國際賽以賽代訓方式培訓。

(4) 青奧參賽選手：安排參加爭取青奧種子積分累計之各層級國際賽事(自 107 年 1 月起至 107 年 4 月底止)，以賽代訓方式進行培訓。

(5) 以取得世界排名及擷取國際賽經驗為主，讓選手瞭解國際同級選手之實力及作為修正訓練之藥方。

5. 訓練內容：各分站依選手現況調整方式，相關訓練方式如下：

(1) 一般技術訓練

- A. 訓練時間：依各學校或球團（隊）所擬定之訓練計畫實施。
- B. 訓練地點：分別於各自學校或球團（隊）訓練。
- C. 訓練師資：由各自學校或球團（隊）教練指導。
- D. 體能訓練課目：
 - (A) 重量訓練：增強選手肌耐力及爆發力。
 - (B) 肌耐力訓練：實施中距離跑步，階梯跑訓練等。
 - (C) 敏捷訓練：實施原地快跑、折返跑、跳繩等訓練。
- (2) 專項技術訓練：
 - A. 訓練時間：依各學校或球團（隊）所擬定之訓練計畫實施。
 - B. 訓練地點：分別於各自學校或球團（隊）訓練。
 - C. 訓練師資：由各自學校或球團（隊）教練指導。
 - D. 訓練內容：除基本技術與熟悉戰術運用外，選手各自缺點需進行補強。
 - (A) 基本動作訓練：要求選手熟練各項基本動作。
 - (B) 特別技術訓練：加強個人專長技術，缺點技術補強之訓練。
 - (C) 實戰經驗訓練：針對個人打法與戰術上之配套訓練。
 - (D) 針對性訓練：針對主要對手打法、習慣、配合個人打法實施訓練。
 - (E) 雙打訓練：配對訓練、步法移位、戰術配套、發球搶攻、接發球、默契、模擬比賽等訓練。
 - (F) 心理素質訓練：實施抗壓、穩定心理訓練。
- (3) 規則研究：讓選手了解最新的羽球規則，俾使在比賽能運用自如。
- (4) 心智訓練：訓練選手集中精神、意志堅定，於激戰中能控制情緒，隨機應變及預測的能力。
- (5) 影片觀摩：由各教練蒐集各國選手影片，研究各國選手打法，戰術研討，了解各國選手的習性，藉以提高應付能力，期於比賽時獲得勝利。

五、追蹤考核機制及進退場檢核點：

(一) 追蹤考核機制：

1. 本計畫經教育部體育署通過審核後將據以培訓。
2. 入選本計畫選手之培訓單位，應盡速擬訂訓練計畫，本會將依據訓練計畫派員前往督訓。
3. 於選手培訓期間，由本會選訓委員會人員會同教育部體育署訓輔小組全項委員及專項委員不定期前往督導，俾以考察訓練成效，提供本會未來執行本計畫修正之參考。
4. 培訓期間凡違反相關規定者提送本會選訓委員會或紀律委員會予以議處。

(二) 進退場檢核點：

1. 進場：

- 1.1 進場一：107年1月1日起至107年6月30日；依本會「甲組球員」優先採

計、106 年度高中盃及 106 年度國中盃之成績為遴選依據。

1.2 進場二：107 年 7 月 1 日起至 107 年 12 月 31 日；依本會「甲組球員」優先採計、107 年度亞青 U19、107 年度世青 U19、107 年度亞青 U17&U15 之成績為遴選依據。

2. 退場：除經前項進場一、二未符合資格及選手因傷或自願放棄訓練、參賽而退出隊伍外，其餘退場皆於下年度遴選階段而自動喪失其資格。

六、經費概算：附件三。

七、本計畫經本會選訓委員會決議通過，報教育部體育署核定後，公告實施之；如有未盡事宜，修正時亦同。