

中華民國柔道總會

110 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

教育部體育署備查文號:110 年 8 月 24 日臺教體署競(二)字第 1100029042 號函

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、選手名單及其所具備之培育資格如下(名單如附件一)：

(一)優秀或具潛力青少年選手：

1. 年齡:18 歲以下(15-17 歲，2004 年-2006 年出生者)。
2. 110 年上半年度全國精英排名賽青少年組各級第一、二名。
3. 具 2020 年國際正式錦標賽成績者。

(二)優秀或具潛力青年選手：

1. 年齡:21 歲以下(15-20 歲，2001-2006 年出生者)。
2. 110 年上半年度全國精英排名賽青年組各級第一、二名。
3. 具 2020 年國際正式錦標賽成績者。

(三)教練名單及其所具備之資格如下(名單如附件二)：

1. 所有入選潛力計畫選手之選手單位教練為教練。
2. 須持有中華民國體育運動總會核發之國家級運動教練證。
3. 須為本會個人會員。

三、遴選依據及經過：

(一)遴選依據：依「教育部運動發展基金辦理培育優秀或具潛力運動選手作為使遴選作業之評審更公平及明確，本會於 110 年 2 月 3 日假台北體育館召開 110 年度第 1 次選訓會議，選訓委員會決議依據近年來參加正式國際賽事成績暨 110 年上半年度全國精英排名賽成績作為遴選評審之依據，並依據選手的臨場表現及學習態度，遴選出具潛力且年齡在 21 歲以下青(少)年選手為主。

(二)選手遴選方式：

1. 辦理「110 年上半年度全國精英排名賽」並遴選青少年組及青年組各級第一、二名選手。
2. 遴選 2020 年具國際正式錦標賽得牌選手。

四、訓練計畫：

(一)目標：

1. 總目標：取得 2024 年奧林匹克運動會參賽權並奪取獎牌為目標。
2. 階段目標：取得 2021 年亞太青年暨青少年柔道錦標賽、2021 年世界青年柔道錦標賽、2021 年世界青少年柔道錦標賽最多獎牌數為目標。

(二)計畫內容：

1. 培訓起訖日期：自 110 年 1 月 1 日起至 110 年 12 月 31 日止。
2. 培訓地點：
 - (1)平時於選手所屬學校分站訓練。
 - (2)賽前安排特定地點集中訓練。
 - (3)參加國際賽及賽後國際訓練營，以賽代訓。

3. 培訓方式：

- (1) 辦理賽前移地訓練及集訓：辦理亞太青年暨青少年柔道錦標賽賽前集中訓練、世界青少年柔道錦標賽賽前集中訓練及世界青年柔道錦標賽賽前集中訓練。
- (2) 安排參加國際賽：參加亞洲杯青年暨青少年柔道公開賽(香港)、亞太青年暨青少年柔道錦標賽(澳門)、臺北亞洲柔道公開賽)、東亞青少年暨青年柔道錦標賽世界青年柔道錦標賽、世界青少年柔道錦標賽、世界青年柔道錦標賽。
近年來國際柔道總會積極推動青年及青少年之世界排名積分賽，亦為青年奧林匹克運動會之資格賽。藉由增加參賽經驗以提升技術實戰能力，增進戰略和戰術實際運用，同時利用比賽觀察、分析得失成敗，作為正式錦標賽之最佳功策。
- (3) 辦理暑期柔道訓練營：因特殊傳染性肺炎影響，致諸多賽事延期，為協助選手調整訓練週期，維持訓練成效，於8月增加辦理集中訓練藉以加強選手訓練強度。

(三) 訓練內容：

1. 精神訓練及心理輔導：要求選手先做出目標設定，了解其心理狀態。每天撰寫訓練日記，以掌握選手的心理變化並不定期與其溝通協調。每週定期操作心理訓練如：意象訓練、放鬆訓練等。
2. 體能訓練：
 - (1) 重量訓練：視訓練季節不同而做內容調整，原則上一週操作三次。
 - (2) 循環訓練：配合重量訓練內容而做調整。
3. 技術訓練：
 - (1) 加強立技動作攻擊與防禦能力。
 - (2) 加強立技聯絡至寢技第一時間性攻擊。
 - (3) 加強與同邊與不同邊的選手應戰能力之技術學習。

五、追蹤考核機制：

- (一) 本計畫經教育部體育署通過審核後將據以培訓。
- (二) 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。
- (三) 於選手培訓期間，由本會選訓委員會委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。
- (四) 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。

六、經費概算：(如附件三)

- 七、本計畫經本會選訓委員會決議通過，報教育部體育署專案小組審議核定後公告實施，如有未盡事宜，修正時亦同。

附件一：選手名單

一、 優秀或具潛力青少年選手(2004年-2006年出生者)員額:共計32名。

1. 110年全國精英排名賽男、女各8級前2名計32名。

(第1名16人,8男8女)(第2名15人,8男8女)

序號	姓名	性別	出生年	學校單位	培育資格	培育理由
1.	簡士楷	男子	2006	尖石國中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-50 kg 第一名
2.	林敬翔	男子	2005	臺東體中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-55 kg 第一名
3.	陳彥華	男子	2004	竹圍高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-60 kg 第一名
4.	張梓浩	男子	2004	楊梅高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-66 kg 第一名
5.	陳晨新	男子	2004	楊梅高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-73 kg 第一名
6.	孫立威	男子	2005	臺東體中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-81 kg 第一名
7.	陳鵬宇	男子	2004	竹圍高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-90 kg 第一名
8.	楊浩廷	男子	2004	枋寮高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組+90 kg 第一名
9.	耿雅苓	女子	2006	臺東體中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-40 kg 第一名
10.	鍾 霓	女子	2004	臺東體中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-44 kg 第一名
11.	沈奕熙	女子	2005	枋寮高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組暨青年組-48 kg 第一名
12.	林含諭	女子	2005	溪崑國中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-52 kg 第一名
13.	徐 敏	女子	2004	枋寮高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-57 kg 第一名
14.	詹育晴	女子	2004	新民高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-63 kg 第一名
15.	莊千旻	女子	2006	壯圍國中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-70 kg 第一名
16.	鄭文綺	女子	2006	正德國中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組+70 kg 第一名
17.	賴柏叡	男子	2006	竹圍高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-50 kg 第二名
18.	江英滌	男子	2004	楊梅高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-55 kg 第二名
19.	陳威廷	男子	2005	錦和高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-60 kg 第二名
20.	陳健安	男子	2004	三民高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-66 kg 第二名
21.	王元佑	男子	2004	明德高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-73 kg 第二名
22.	張浚璋	男子	2004	竹圍高中	符合本要點第2點第1項	110年全國精英排名賽青少年組-81 kg 第二名

23.	蔡杰恩	男子	2004	新民高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-90 kg 第二名
24.	江坤達	男子	2004	錦和高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組+90 kg 第二名
25.	黃玟儀	女子	2006	楊梅國中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-40 kg 第二名
26.	陳韋如	女子	2004	壽山高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-44 kg 第二名
27.	陳玕慈	女子	2004	壽山高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-48 kg 第二名
28.	郭方琦	女子	2004	枋寮高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-52 kg 第二名
29.	劉子芸	女子	2005	福誠高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-57 kg 第二名
30.	余懿芳	女子	2004	后綜高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-63 kg 第二名
31.	卓越	女子	2005	大理高中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組-70 kg 第二名
32.	王桀曦	女子	2006	卑南國中	符合本要點第 2點第1項	110年全國精英排名賽 青少年組+70 kg 第二名

二、優秀或具潛力青年選手(2001-2006年出生者)員額:共計28名。

1. 110年全國精英排名賽男、女各7級前二名計28名

(第1名14人,7男7女)(第2名13人,7男7女)

序號	姓名	性別	出生年	學校單位	培育資格	培育理由
1.	林崇佑	男子	2002	臺東大學	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-60 kg 第一名 東奧儲訓選手 109.9.1-110.8.31
2.	莊祐承	男子	2002	臺北市大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-66 kg 第一名
3.	鄭彥忠	男子	2001	文化大學	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-73 kg 第一名
4.	林承諭	男子	2002	福誠高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-81 kg 第一名
5.	林聖凱	男子	2002	臺東大學	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-90 kg 第一名 東奧儲訓選手 109.9.1-110.8.31
6.	陳琦松	男子	2001	臺北市大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-100 kg 第一名
7.	伍校樟	男子	2001	國立體大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組+100 kg 第一名
8.	田雨薇	女子	2003	臺東體中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青少年組 暨青年組-48 kg 第一名

9.	溫韶玟	女子	2002	臺東大學	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-52 kg 第一名 東奧儲訓選手 109.9.1-110.8.31
10.	葉晨華	女子	2002	臺東大學	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-57 kg 第一名
11.	詹育晴	女子	2004	新民高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-63 kg 第一名
12.	蔡筱芸	女子	2002	明德高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-70 kg 第一名
13.	施劉俐 伶	女子	2001	台灣體大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-78 kg 第一名 東奧儲訓選手 109.9.1-110.8.31
14.	許舒晴	女子	2002	竹圍高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組+78 kg 第一名
15.	羅威	男子	2001	臺北市大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-60 kg 第二名 東奧儲訓選手 109.9.1-110.8.31
16.	潘思翰	男子	2002	竹圍高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-66 kg 第二名
17.	李羿旻	男子	2001	臺北市大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-73 kg 第二名
18.	馮冠傑	男子	2002	明德高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-81 kg 第二名
19.	陳鵬宇	男子	2004	竹圍高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-90 kg 第二名
20.	曾宥善	男子	2003	楊梅高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-100 kg 第二名
21.	陳冠亨	男子	2002	竹圍高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組+100 kg 第二名
22.	沈奕君	女子	2003	枋寮高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-48 kg 第二名
23.	洪佳蓉	女子	2002	台灣體大	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-52 kg 第二名
24.	徐 敏	女子	2004	枋寮高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-57 kg 第二名
25.	林曉琄	女子	2001	臺東大學	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-63 kg 第二名
26.	張又文	女子	2005	竹圍高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-70 kg 第二名
27.	余欣苡	女子	2003	楊梅高中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組-78 kg 第二名
28.	王桀曦	女子	2006	卑南國中	符合本要點第 2點第2項	110年全國精英排名賽 青年組+78 kg 第二名

附件二：教練名單

(110 年全國精英排名賽入選選手之單位教練)。

項次	姓名	性別	任職單位/職稱	備註
1.	施佩均	女	新北市立竹圍高中 專任教練	青少年教練
2.	郭峻源	男	新北市立竹圍高中 教練	青少 4 位+青年 5 位
3.	李杰恆	男	臺東大學附屬體育中學 專任教練	青少年教練
4.	陳佳峰	女	臺東大學附屬體育中學 專任教練	青少 4 位+青年 1 位
5.	沈家成	男	屏東縣立枋寮高中 體育教師兼柔道指導老師	青少年教練 青少 4 位+青年 2 位
6.	陳燕修	男	國立臺東大學 運動競技學士學位學程教練	青年教練 青年 5 位
7.	曾正豐	男	新北市明德中學 專任運動教練	青少 1 位+青年 2 位
8.	吳文舜	男	桃園縣楊梅高中教練	青少 4 位+青年 2 位
9.	王沁芳	女	臺北市立大學技擊運動學系講師	青年 4 位
10.	林士玄	男	臺中市私立新民高中教練	青少 2 位+青年 1 位
11.	魏肇良	男	臺中市私立新民高中教練	青少 2 位+青年 1 位
12.	黃鈺源	男	新北市立錦和高中教練	青少 2 位
13.	連珮如	女	新北市立錦和高中教練	青少 2 位
14.	連峻德	男	新北市立錦和高中教練	青少 2 位
15.	紀淑文	女	桃園市立壽山高中專任運動教練	青少 2 位
16.	廖典英	女	高雄市立福誠高中教練	青少 1 位+青年 1 位
17.	游宗遠	男	台東縣立卑南國中柔道教練	青少 1 位+青年 1 位
18.	胡夏芬	女	新竹縣尖石國中專任教練	青少年 1 位
19.	陳威盛	男	新北市立溪崑國中教練	青少年 1 位
20.	蔡秀雅	女	新北市立溪崑國中教練	青少年 1 位
21.	陳勁穎	女	宜蘭縣立壯圍國中專任運動教練	青少年 1 位
22.	高國盛	男	新北市立正德國中專任教練	青少年 1 位
23.	白昭宏	男	新北市立正德國中教練	青少年 1 位
24.	林俊佑	男	新北市立正德國中教練	青少年 1 位
25.	林珽成	男	新北市立三民高中教練	青少年 1 位
26.	黃聖庭	男	新北市立三民高中教練	青少年 1 位
27.	黃翊婷	女	新北市立三民高中教練	青少年 1 位
28.	王淑婷	女	臺中市立后綜高中教師	青少年 1 位
29.	高嘉淇	男	臺北市立大理高中教練	青少年 1 位
30.	杜天佑	男	臺北市立大理高中教練	青少年 1 位

31.	廖俊強	男	中國文化大學 技擊運動暨國術學系副教授	青年 1 位
32.	吳嘉倫	男	國立體育大學 技擊運動技術系專任運動教練	青年 1 位
33.	侯碧燕	女	國立體育大學 技擊運動技術系副教授	青年 1 位

附件三：經費概算

中華民國柔道總會110年度培育優秀或具潛力運動選手計畫總表

次序	類別		時間	活動名稱	地點	補助金額	自籌金額	備註
一	參加國際性運動競賽	1	7月	亞太青少年暨青年柔道錦標賽	澳門	1,555,000	2,750	
		2	未定	世界青少年柔道錦標賽	未定	618,000	2,750	
		3	未定	世界青年柔道錦標賽	未定	618,000	2,750	
		4	未定	青少年暨青年亞洲杯	香港	600,000	37,800	
		5	9月	臺北亞洲柔道公開賽	臺北	160,000	19,800	
		6	10月	東亞青年暨青少年柔道公開賽	臺北	300,000	27,750	
二	參加國際運動競賽賽前集訓	1	6月	亞太青少年暨青年柔道錦標賽賽前集訓	高雄	1,205,400	5,150	
		2	未定	世界青年柔道錦標賽賽前移地訓練		715,000	5,500	
		3	未定	世界青年柔道錦標賽賽前移地訓練	高雄	650,000	5,900	
三	辦理寒、暑期或專項訓練營	1	8月	暑期柔道訓練營	高雄	1,978,600	5,100	
四	消耗性器材採購			比賽用柔道服		1,400,000	56,000	
合計						9,800,000	171,250	