

中華民國柔道總會

112 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:112 年 2 月 23 日臺教體署競(二)字第 1120008294Q 號函
教育部體育署備查文號:112 年 8 月 14 日臺教體署競(二)字第 1120030191 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, 2006 年-2008 年出生者)。
 2. 112 年上半年度全國精英排名賽青少年組各級第一、二名。
 3. 具 2022 年國際正式錦標賽成績者。
 4. 入選東亞青年運動會代表隊選手。
 - (二)優秀或具潛力青年選手:
 1. 年齡:21 歲以下(15-20 歲, 2003-2008 年出生者)。
 2. 112 年上半年度全國精英排名賽青年組各級第一、二名。
 3. 具 2022 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. 須持有本會自 109 年後核發之有效 A 級教練證。
 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業要點」為使遴選作業之評審更公平及明確，本會於 112 年 2 月 19 日假中國文化大學召開 112 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 112 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「112 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. 具 2022 年國際正式錦標賽得牌選手。
 3. 入選東亞青年運動會代表隊選手。
- 四、訓練計畫:
 - (一)目標:
 1. 總目標：取得 2024-2028 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 2023 年東亞青年暨青少年柔道公開賽、2023 年臺北亞洲柔道公開賽、2023 年亞洲青年暨青少年柔道錦標賽、2023 年世

界青年柔道錦標賽、2023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 112 年 1 月 1 日起至 112 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。

3. 培訓方式：

- (1) 辦理賽前移地訓練及集訓：辦理亞洲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：參加亞洲青年暨青少年柔道錦標賽、世界青年柔道錦標賽、世界青少年柔道錦標賽、東亞青年暨青少年柔道公開賽、臺北亞洲柔道公開賽等。
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 7 月增加辦理集中訓練藉以加強選手訓練強度。
- (4) 辦理東亞青年運動會代表隊選拔賽，協助遴選符合年紀且具競技實力之選手參賽。

(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)

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(2006年-2008年出生者)員額:共計37名。
(男子選手20名,女子選手17名)

序號	姓名	性別	出生年	學校單位	培育資格	培育理由
1	柯國新	男	2007	高雄桃源國中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-50kg
2	簡士楷	男	2006	臺東體中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-55kg
3	賴旻洋	男	2006	楊梅高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-60kg
4	趙令翔	男	2006	楊梅高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-66kg
5	蔡鎧安	男	2006	竹圍高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-73kg
6	林禹昕	男	2006	明德高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-81kg
7	吳紹璋	男	2006	錦和高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-90kg
8	張元武	男	2006	錦和高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名+90kg
9	鍾佩欣	女	2008	尖石國中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-40kg
10	黃玟儀	女	2006	楊梅高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-44kg
11	杜瑀恩	女	2007	枋寮高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-48kg
12	陳慧芸	女	2006	臺東體中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-52kg
13	林宇涵	女	2007	臺東體中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-57kg
14	陳雨翎	女	2006	竹圍高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-63kg
15	莊千旻	女	2006	蘇澳海事	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名-70kg
16	王桀曦	女	2006	臺東體中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第一名+70kg
17	吳伯陽	男	2007	中市新民高中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第二名-50kg
18	徐昱鎧	男	2008	尖石國中	符合本要點第2點第1項	112年全國精英排名賽青少年組第二名-55kg

19	潘建璋	男	2006	臺東體中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-60kg
20	賴柏叡	男	2006	竹圍高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-66kg
21	郭宸均	男	2006	海青工商	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-73kg
22	林育丞	男	2006	明德高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-81kg
23	廖宜承	男	2006	和美實校	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-90kg
24	李睿哲	男	2006	三民高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第一名+90kg
25	劉歆蕾	女	2006	枋寮高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-44kg
26	馬于辰	女	2006	枋寮高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-48kg
27	李育彤	女	2007	竹圍高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-52kg
28	陳恩汝	女	2006	苑裡高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-57kg
29	鄔孝琪	女	2006	枋寮高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-63kg
30	張靜瑩	女	2006	大理高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名-70kg
31	鄭文綺	女	2006	竹圍高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青少年組第二名+70kg
32	陳亭旭	男	2007	中市新民高中	符合本要點第 2點第2項	2022 亞青少-50 銀牌
33	黃立帆	男	2005	臺東體中	符合本要點第 2點第2項	2022 亞青少-55 銅牌
34	郭育誠	男	2006	竹圍高中	符合本要點第 2點第3項	2023 東亞青運-81 選手
35	楊丞威	男	2007	枋寮高中	符合本要點第 2點第3項	2023 東亞青運+90 選手
36	楊秀英	女	2007	臺東體中	符合本要點第 2點第3項	2023 東亞青運-48 選手
37	柯妮兒	女	2008	福誠高中	符合本要點第 2點第3項	2023 東亞青運-52 選手

二、優秀或具潛力青年選手(2003-2008 年出生者)員額:共計 26 名。
(男子選手 13 名,女子選手 13 名)

序號	姓名	性別	出生年	學校單位	培育資格	培育理由
1	林敬翔	男	2005	臺東體中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-60kg
2	陳晨新	男	2004	楊梅高中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-73kg
3	孫立威	男	2005	臺東體中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-81kg
4	陳鵬宇	男	2004	國立體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-90kg
5	蔡杰恩	男	2004	台灣體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-100kg
6	黃晟璋	男	2004	國立體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名+100kg
7	邱之柔	女	2004	楊梅高中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-48kg
8	沈奕熙	女	2005	枋寮高中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-52kg
9	林宇涵	女	2007	臺東體中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-57kg
10	余可欣	女	2005	錦和高中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-63kg
11	陳筱臻	女	2005	苑裡高中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-70kg
12	余欣苡	女	2003	國立體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名-78kg
13	王桀曦	女	2006	臺東體中	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第一名+78kg
14	楊紹生	男	2004	台灣體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第二名-60kg
15	蔡政庭	男	2003	北市大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第二名-66kg
16	廖品鴻	男	2003	台灣體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第二名-73kg
17	張浚璋	男	2004	國立體大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第二名-81kg
18	童暉元	男	2003	北市大	符合本要點第 2 點第 1 項	112 年全國精英排名賽 青年組第二名-90kg

19	蔡世恩	男	2004	仰德高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名-100kg
20	楊浩廷	男	2004	國立體大	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名+100kg
21	沈奕君	女	2003	國立體大	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名-48kg
22	田雨薇	女	2003	臺東大學	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名-52kg
23	劉子芸	女	2005	福誠高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名-57kg
24	鄭宇淇	女	2005	錦和高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名-70kg
25	張又文	女	2005	竹圍高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名-78kg
26	鄭文綺	女	2006	竹圍高中	符合本要點第 2點第1項	112年全國精英排名賽 青年組第二名+78kg

附件二:教練名單

一、112年全國精英排名賽入選選手之單位教練。

二、暑期訓練營執行教練8名，參加國際正式錦標賽青年組及青少年組各3名。

項次	姓名	性別	任職單位/職稱	備註
1.	陳佳峰	女	國立台東大學附屬體育高級中學 /國中部主任	
2.	沈家成	男	屏東縣立枋寮高級中學 體育教師兼柔道教練	
3.	李杰恆	男	國立台東大學附屬體育高級中學 柔道專任教練	
4.	連峻德	男	新北市立錦和高級中學 增聘專任運動教練	
5.	施佩均	女	新北市立竹圍高級中學 專任教練	

附件三：經費概算