

中華民國舉重協會 105 年度「培育潛力運動選手實施計畫」

1041205 選訓委員會議通過

- 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』。
- 二、宗旨：培育潛力舉重運動選手，參加各種國際青年運動賽會、世青、世青少、亞青、亞青少舉重賽獲取佳績，進而達到超越本會參加歷屆亞運、亞青運、青奧、世大運舉重賽獎牌數為目標。
- 三、總目標
 - (一)2017 台北世大運：超越 2013 喀山世大運獎牌數(1 金 1 銀)。
 - (二)2018 雅加達亞運會：超越 2014 仁川亞運會獎牌數(2 金 2 銅)。2018 年阿根廷青年奧林匹克運動會：超越 2014 南京青年奧林匹克運動會獎牌數(1 金)。
 - (三)備戰 2017 亞青運、2019 年世大運、2020 東京奧運。
- 四、培育資格與對象(符合作業要點第二點第二款第一日至第三日)
 - (一)2016 年奧運培訓隊之陪練員。
 - (二)2016 年奧運培訓隊教練推薦之選手。
 - (三)104 年度已列入本會培育計畫培訓之青年、青少年選手。
 - (四)105 年度青年盃錦標賽前 3 名選手。
 - (五)105 年全國中等學校運動會前 3 名選手。
 - (六)2016 年參加亞青、亞青少、世青、世青少錦標賽成績優異選手。
- 五、選手及教練遴選
 - (一)選手遴選：由本會選訓委員會依據『中華民國舉重協會參加國際錦標賽選拔培(集)訓及參賽辦法』及『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，辦理審查遴選。
 - (二)教練遴選：培育具潛力運動選手之教練，應為培育運動選手現任指導教練且具有 B 級以上教練證照者。由本會選訓委員會依據本會『參加國際錦標賽選拔培(集)訓及參賽辦法』規定，按教練指導運動選手之人數多寡及排序，辦理審查遴選。
- 六、訓練計畫
 - (一)階段目標：
 - 1、2016 年：亞洲青少年舉重錦標賽團體女、男子組前 2 名。亞洲青年舉重錦標賽、世界青年舉重錦標賽、世界青少年舉重錦標賽個人前 5 名。
 - 2、2017 年：亞洲青少年舉重錦標賽團體女、男子組前 2 名。亞洲青年舉重錦標賽、世界青年舉重錦標賽、世界青少年舉重錦標賽個人前 5 名、世界大學運動會成績追越 2013 喀山世大運。
 - (二)計畫內容：
 - 1、集中訓練：符合培育選手進駐國家運動選手訓練中心，長期訓練，聘請外籍教練及國內優秀教練擔任教練，辦理選手課業輔導及生活管理等培育事項。
 - 2、移地訓練：潛力選手前往國內外知名舉重運動基地或中心訓練。
 - 3、賽前集訓：參加各種國際舉重錦標賽，依據規定辦理出國前賽前集訓。
 - (三)進退場檢測：
 - 1、依據本會『參加國際錦標賽選拔培(集)訓及參賽辦法』第七條附件之檢測

基準辦理。

- 2、105 年總統盃及 106 年全國青年盃舉重錦標賽列為主要檢測，其他國內外賽會之成績為輔。
- 3、資質佳選手，得由教練委員會推薦，經選訓委員會審查通過，納為培育對象。
- 4、選手成績優劣，由選訓委員會邀集相關教練召開會議，檢討及建議改進。必要時，由本會辦理輔導選手進退場事宜。
- 5、列入培訓之選手、教練，均應參加本會指定之賽會；無故不參加者，應予議處，情節重大者，得取消培育資格。

七、追蹤考核機制：

(一)本會選訓委員會應配合國家運動選手訓練中心訓輔委員及專項委員，實施定期或不定期視察、督導、考核培訓情形。

(二)選手集中訓練、國內外移地訓練、賽前集訓及國內外比賽時，本會選訓委員會得派員督導。

八、經費概算：2016 年經費概算

類別	時間	地點	經費				總計	
國內集訓	105/1/1 105/12/31	國訓	教練費 36,000*12 月*1 人	36,000	1	12	432,000	5,094,000
			選手費：4,000*20 人*12 月	4,000	20	12	960,000	
			膳宿費：400*20 人*366 天	400	20	366	2,928,000	
			交通費：核實支付	270,000	1	1	270,000	
			服裝費：	4,000	21	1	84,000	
			營養品：1000*20 人*12	1,000	20	12	240,000	
			醫藥費：核實支付	180,000	1	1	180,000	
消耗性器材	105/2/1 105/12/31	國訓	訓練用圓領 T 恤 980*3 件*20 人	980	3	20	58,800	870,000
			緊身上衣 980*2 件*20 人	980	2	20	39,200	
			五分緊身褲 800*3 件*20 人	800	3	20	48,000	
			七分緊身褲 900*2 件*20 人	900	2	20	36,000	
			護腕(1 付)600 *2 付*20 人	600	2	20	24,000	
			護膝(日製)7,000*2 付*20 人	7,000	2	20	280,000	
			舉重衣 2,800*20 人	2,800	1	20	56,000	
			舉重鞋 9,900*20 人	9,900	1	20	198,000	
			舉重皮帶 3,500*20 人	3,500	1	20	70,000	
			專用高拉帶 5,000*12 捆	5,000	1	12	60,000	
小計						5,964,000		

九、運彩教練選手名單

十、本計畫經本會選訓委員會議通過，報教育部體育署審議通過後公告實施，修正或廢止亦同。