

# 中華民國舉重協會 109 年度辦理培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

1081130 選訓委員會會議通過 1081221 教練委員會會議修改

1090108 選訓委員會會議修改

1090520 教練委員會會議修改，1090531 選訓會議決議

1090713 選訓會議通過

- 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，參加各國際青年、青少年運動賽會、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青年奧運、國際青年、青少年組舉重比賽獎牌數為目標。
- 三、總目標：備戰 2022 杭州亞運、2024 巴黎奧運、2026 年名古屋亞運、2028 年洛杉磯奧運。
- 四、培育資格與對象：
  - (一)入選 2020 年亞青、亞青少、2019 年世青少代表隊得牌選手列保障名額。
  - (二)2019 世界青年舉重錦標賽、2019 亞洲青年青少年舉重錦標賽、2020 亞洲青年青少年舉重錦標賽、108 年全國中等學校運動會、108 年全國總統盃舉重賽、108 年全國運動會。
  - (三)遴選國二至高二學生，已列奧亞運培儲訓選手除外。
  - (四)未受國內外禁藥管制出賽者。
  - (五)人數：教練 12 名、選手 52 名、防護員 3 名。
- 五、選手及教練遴選：
  - (一)成績採認：2019 世界青年舉重錦標賽、2019 亞洲青年青少年舉重錦標賽、2020 亞洲青年青少年舉重錦標賽、108 年全國中等學校運動會、108 年全國總統盃舉重賽、108 年全國運動會。
  - (二)選手遴選：
    - 1、國中組依據 2019 年世界青少年錦標賽第一名總和成績差距排序。
    - 2、高中組依據 2019 年世界青年錦標賽第一名總和成績差距排序。
    - 3、同級別成績相同時，以較接近遴選時間成績優先認定。
    - 4、不同級別差距相同時，則與第二名總和成績差距比較，依此類推。
    - 5、遴選時各級別以 2 名為限之原則。
    - 6、國、高中男、女子組依成績差距各組各遴選 13 名，共 52 名。
    - 7、獲選世青、亞青、亞青少得牌選手前三名者列保障名額，必須比照全中運競賽規程獲獎人數確認 5 人錄取 3 名、4 人錄取 2 名、3-2 人錄取 1 名的原則辦理。
  - (三)教練遴選：
    - 1、具中華民國體育運動總會認證 B 級(含)以上教練證照者。
    - 2、實際指導選手之教練。
    - 3、依據選手成績排名排序遴選教練。
    - 4、指導選手受禁賽處分之教練則不具潛力隊遴選資格。
    - 5、12 位教練：國男、國女及高男、高女組各遴選出三名教練。
      - (1)國中組依據 2019 年世界青少年錦標賽各級別第一名為基準。
      - (2)高中組依據 2019 年世界青年錦標賽各級別第一名為基準。
      - (3)各組男、女選手分開排序，差距越少者排序在前。

(4)因疫情關係國外移地訓練改為國內移地訓練。教練遴選仍依國外、內區分遴選。

①先遴選最優前 5 名選手的教練，各組遴選排序在前的教練一名。

②依選手排序 6-13 排序再前的教練遴選各組遴選一名教練。

③依選手排序 6-13 國、高中男女選手入選人數最多者，各遴選一名教練。

7、如差距相同時，則與第二名總和成績差距比較，依此類推。

(四)本計畫之潛力選手及教練遴選需送本會選訓委員會通過。

## 六、訓練計畫

(一)階段目標：

1、2020 年世界青少年舉重錦標賽獲得個人前 6 名。

2、2021 年：亞洲青少年舉重錦標賽團體女、男子組前 2 名。2021 年亞洲青年舉重錦標賽個人前 3 名、世界青年舉重錦標賽個人前 6 名。

3、2021 年世界青少年舉重錦標賽獲得團體前 6 名，取得 2022 年青年奧運會參賽資格。

(二)計畫內容：集中訓練。

(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』之檢測基準辦理考核。

2、2020 年世青少及 109 年總統盃作為成績檢測點。

3、已入選潛力集訓之選手均應參加本會指定之賽會(選拔、參賽)；無故不參加者，無檢測成績者，得取消隔年度潛力集訓教練選手資格。

4、經入選本計畫之選手，若已簽署同意參加集訓切結書者，無故不報到得取消培訓資格，並禁止遴選下一年度潛力選手培訓資格。若於本會集訓計畫送選訓委員會通過前，繳交放棄集訓切結書者，則不予議處。

(四)時間：109 年 7 月 27 日至 8 月 26 日共 30 日。

(五)地點：二林工商、鼓山高中

## 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，實施集訓期間督導、視察、考核等事宜。

(二)集訓結束 2 周內每位教練及選手必須填報訓練成果報告一份，未如期繳交及內容不符要求者將做為下一次遴選集訓名單考核依據之一。

(三)總教練協助收齊所有培訓選手、教練成果報告書，統一繳交協會，並協助培訓後續事宜。

## 八、經費概算：2020 年經費概算如附件

九、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。