

中華民國田徑協會 2020 年第 32 屆東京奧林匹克運動會選手培訓及參賽實施計畫

國家運動訓練中心 108 年 7 月 24 日心競字第 1080004480 號函核定

一、依據：教育部體育署 107 年 7 月 10 日臺教體署競(一)字第 1070024855 號函。

二、目的：參加 2020 年第 32 屆東京奧林匹克運動會，爭取佳績。

三、SWOT 分析：

- (一) Strength (優勢) 田徑運動是奧林匹克運動會最重要且吸引人也是金牌最多的項目，田徑是所有運動的基礎，所以有運動之母的美稱。世界各體育強國無不在田徑項目投入龐大經費及資源，展現其田徑競技運動實力，因此我國應從基礎及根本做起，並強化振興田徑運動，建立培養更多運動人才，做為其他項目的選才基礎，未來國際競技舞台才有一席之地。
- (二) Weakness (劣勢) 世界各國把田徑視為重要發展項目，因此奪牌競爭對手也多，因此我國要奪得一面國際性田徑獎牌更是難上加難。
- (三) Opportunity (機會) 國家訓練中心正式法人化，未來在經費編列、決策等有更大自主空間，也能結合民間資源，訓練國家優秀運動選手。
- (四) Threat (威脅) 少子化問題，選手競技成績欲達國際水準，須有企業界穩定且充足之贊助及優秀選手退役後就業問題。

四、訓練計畫：

(一) 參賽資格取得規定、期限：

依國際田總規定 10,000m、馬拉松、競走、全能與接力項目達標期間為 2019 年 1 月 1 日至 2020 年 6 月 29 日，其餘項目自 2019 年 5 月 1 日至 2020 年 6 月 29 日。

1. 參賽標準：

男子	參賽人數	項目	女子	參賽人數
10.05	56	100 公尺	11.15	56
20.24	56	200 公尺	22.80	56
44.90	48	400 公尺	51.35	48
1:45.20	48	800 公尺	1:59.50	48
3:35.00	45	1500 公尺	4:04.20	45

13:13.50	42	5000 公尺	15:10.00	42
27:28.00	27	10000 公尺	31:25.00	27
13.32	40	110 公尺跨欄/100 公尺跨欄	12.84	40
48.90	40	400 公尺跨欄	55.40	40
8:22.00	45	3000 公尺障礙	9:30.00	45
2.33	32	跳高	1.96	32
5.80	32	撐竿跳高	4.70	32
8.22	32	跳遠	6.82	32
17.14	32	三級跳遠	14.32	32
21.10	32	鉛球	18.50	32
66.00	32	鐵餅	63.50	32
77.50	32	鏈球	72.50	32
85.00	32	標槍	64.00	32
8350	24	混合運動	6420	24
1:21:00	60	20 公里競走	1:31.00	60
3:50:00	60	50 公里競走		
2:11.30	80	馬拉松	2:29:30	80
	16 隊	4X100 公尺接力		16 隊
	16 隊	4X400 公尺接力		16 隊

2、參賽特殊規範：

(1) 競走項目必須至少有三個國家以上的裁判，並且賽前須先經過A、B 級丈量員遞交報

告，主辦單位需要事先向國際田徑總會申請許可。

(2) 馬拉松賽事特殊達標方式：

錄取世錦賽馬拉松前10名、金標籤馬拉松賽事前5名、世界六大馬前10名。所有馬拉松成績必須是在國際A、B 級丈量員遞交報告給國際田徑總會的賽道上取得，國際田徑總會定期列出合格賽事的清單。許多日本賽事雖然有獲日本田徑協會承認，但是只有國家C 級丈量，一樣不被採認。

(3) 全能項目的平均風速不得超過+2 m/s，單一項目不可超過+4 m/s。

(4) 每一項接力賽事項目16 隊，錄取世錦賽接力項目前8名，與世界排名前8名(Top list，不是積分排名)。

(5) 新增男女混合4x400 公尺接力項目。

(6) 個人項目每個國家可以報名3 位，接力項目每個國家只能報名1隊。

(7) 接力隊可以報名5 位選手。如果接力成員有參加個人項目，一樣算在5位當中。例如：楊俊瀚如果參加200公尺項目，4x100公尺接力隊只能報名包含楊俊瀚在內總共5 名選手。

(8) 奧運前一次的亞錦賽成績可以列入世界積分排名作為奧運參賽排名。

(9) 世界積分排名將於2020/7/1 公布在IAAF 官網，各國奧會應在7/6 前完成所有田徑選手的報名。

3、世界積分排名

1. 積分計算方式

世界排名的設計主要是依照田賽與徑賽賽事的兩個主要元素：選手競賽成績 (results) 與名次 (placing) 來進行。

(1) 競賽分數是依照國際田總田徑成績換算表 (IAAF Scoring Tables of Athletics) 來決定每位選手可於取得在世界排名中的競賽分數。

(2) 名次分數是依照「不同運動賽事層級所取得名次對照分數表」中取的分數決定。也就是說在世錦賽取得第一名與在全大運取得第一名所獲得的名次分數是不同的。選手在預賽、準決賽與資格賽只能取得競賽分數，沒有名次分數。只有在決賽才能取得名次分數。唯一例外是OW、DF、GW、GL 級的賽事中每一預賽、準決賽與資格賽場次皆可以取得名次分數。在其他國家的全國田徑錦標賽將只能獲得競賽分數，無名次分數。

(3) 表現分數(積分) = 競賽分數+名次分數

(4) 許多賽事項目會有副項目(similar event)的積分可以併入計算。例如:100公尺的副項目是60 公尺。所以室內賽的60 公尺所獲得的積分，可以併入與選手的100 公尺

積分去選出最佳5 場次積分來做平均，以作為世界排名依據。110 公尺跨欄的副項目有50mH、55mH、60mH。所有室內賽事項目都可以作為副項目。

(5) 風速也有加減分

風速修正成績系統			
順風		逆風	
+4 公尺/秒	減24 分	-4 公尺/秒	加24 分
+3 公尺/秒	減18 分	-3 公尺/秒	加18 分
+2 公尺/秒	減0 分	-2 公尺/秒	加12 分
+1 公尺/秒	減0 分	-1 公尺/秒	加6 分
+0 公尺/秒	減0 分	-0 公尺/秒	加0 分

本表適用於徑賽100 公尺、200 公尺、100 公尺跨欄、110 公尺跨欄，田賽跳遠、三級跳項目

2、 排名方式：

取最佳的數個場次表現分數(積分)平均來進行世界排名。場次數目要求如下：

- (1) 所有項目組別中，除了男子與女子的5000公尺、10,000公尺與3000公尺障礙賽，最低要求為最佳5 場比賽的表現分數。但主要項目表現分數至少佔3 場(意思是副項目最多只能採認2 場)
- (2) 在男子與女子5000公尺與3000公尺障礙賽的項目組別，最低要求為3場比賽的表現分數。主項目表現分數至少要佔有2 場。
- (3) 在男子與女子10,000公尺的項目組別，最低要求為2 場比賽的表現分數。主項目表現分數至少要佔1場。

(二) 總目標：於2020 年第32 屆東京奧林匹克運動會奪牌。

(三) 階段目標：

1. 第一階段第23 屆亞洲田徑錦標賽獲得1 金2 銀。
2. 第二階段第17 屆世界田徑錦標賽男子標槍進入前8 強。

(四) 訓練起迄日期：107 年 9 月 3 日起至奧運比賽結束日止。

(五) 階段劃分及訓練地點：

1. 第一階段 (爭取資格)：自 2019 年 2 月 1 日起至 2019 年 7 月 31 日止共 6 個月，於國訓中心訓練，並視訓練需求提出國內外移地訓練計畫。
2. 第二階段 (調整備戰)：自 2019 年 8 月 1 日起至 2020 年 1 月 31 日止共 6 個月，於國訓中心訓練，並視訓練需求提出國內外移地訓練計畫。
3. 第三階段 (總集訓，奪取佳績)：自 2020 年 2 月 1 日起至 2020 年 7 月 31 日止共 6 個月，於國訓中心訓練，並視訓練需求提出國內外移地訓練計畫。

(六) 訓練方式：以 2018 年雅加達亞運會奪牌選手為主，採長期培訓，並將具潛力優秀選手納入培訓。採總教練制負責全面規劃，分專項教練及聘任外籍教練協助。培訓第一、第二階段，依照教練專門項目訓練在國內外培訓。第三階段在國訓中心做總集訓，在國外長期集訓者可至代表團出發前再回國會合出發。

(七) 訓練內容：由總教練依訓練計畫擬定。

(八) 實施要點：

1. 國內、外移地訓練：

(1) 國外移訓：

- ① 短距離與接力項目：第一階段以國內訓練為主，輔以參加國內外比賽。第二、三階段則視實際情況，由專項教練提出國外移地訓練之專案申請。
- ② 投擲項目：視實際情況，由專項教練提出國外移地訓練之專案申請。
- ③ 跳部項目：視實際情況，由專項教練提出國外移地訓練之專案申請。

(2) 國內移訓：由負責之專項教練，向協會或國訓中心報備並申請。

2. 訓練成效之預估：

- (1) 2019 進入亞洲年度排名前 5。
- (2) 2019 亞洲錦標賽前 6 名。
- (3) 2019 國際鑽石聯賽前 6 名。
- (4) 2019 世大運奪牌。
- (5) 2019 世界田徑挑戰賽前 6 名。
- (6) 2019 世界田徑錦標賽進決賽。

(7) 2019 世界年終賽前 8 名。

(8)2020 國際鑽石聯賽前 6 名。

3. 選手進退場機制：

(1)依據教育部體育署所定培訓標準（2018 雅加達亞運會前 6 成績者）。

(2)如需汰換選手，則需由總教練(於 108 年 7 月、109 年 1 月)提出報告，並經由協會之選訓會議通過後，報國訓中心審核，通過後汰換選手。

五、 督導考核：

(一)由協會選訓委員會作有關各項訓練成效考核。

(二) 由國訓中心作生活管理考核。

(三) 依照本會紀律委員會，訂定懲處辦法建立有效約束控管辦法。

(四)以上各階段的督導考核，除了以比賽成績和書面報告呈述之外，另請協會訓輔委員做定期或不定期督訓。

六、 所需行政支援事項及建議處理方式

(一)運科：依實際需要向國訓中心申請協助並定期做檢測。

(二)運動傷害防護：國訓中心支援防護員或運動訓練恢復專業按摩。

(三)醫療：國訓中心提供復健、健檢、醫療意外保險。

(四)課業輔導：並由國訓中心安排上課相關事宜。

(五)請國訓中心協助辦理公假及留職留薪。

(六)請國訓中心協助支付國內專項執行教練，原校之代課鐘點費。

(七)其他：依當時實際狀況向國訓中心或協會提出需求，按規定辦理。

七、經費籌措：

(一)協會自籌

(二)向有關機關申請

七、 本計畫經本會 2020 東京奧運參賽計畫選訓小組通過，送國訓中心彙整，提運動人才培訓輔導小組審議通過後公布實施，修正時亦同。