

中華民國卡巴迪運動協會

參加 2018 年第 18 屆亞洲運動會選手培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心 106 年 5 月 15 日心競字第 1060001321 號函核定

- 一、 依據：依教育部體育署 105 年 12 月 30 日台教體署競(二)字第 1050040422A 號函辦理。
- 二、 目的：遴選績優選手參加培訓，加強各項訓輔工作，提升選手戰力，落實培訓計畫，積極準備參加 2018 年印尼亞運，勇奪獎牌。
- 三、 SWOT 分析
 - (一) Strength(優勢)

中華女子代表隊在 2016 年 6 月釜山亞洲盃獲得第五名，證明中華女子隊確實有奪牌之實力。若代表隊能早日施以有計畫的長期集訓並增加國際臨場比賽經驗，發揮戰力，達成 2018 亞運奪牌目標。

中華男子代表隊參加台日韓泰國際邀請賽表現不凡與各隊戰績勝負都在伯仲之間。亞運第 3 名日本隊與中華男子隊比賽敗給中華隊，中華隊如能早日施以培訓，並增加國際賽會經驗，奪牌有望。
 - (二) Weakness(劣勢)

由於缺乏國際比賽經驗，應該加強選手肌耐力的強化。
 - (三) Opportunity(機會)

目前亞洲以印度及伊朗屬一級強隊，其餘隊伍實力平均，平常應至伊朗或印度進行移地訓練，以增強戰力。
 - (四) Threat(威脅)

印度在國內已推廣職業賽兩年，加上韓國長期出國訓練，聘請外國教練，使選手能受到較好的訓練。
- 四、 訓練計畫：
 - (一) 訓練目標
 1. 總目標：2018 年印尼亞運會勇奪獎牌。
 2. 階段目標：
 - (1) 第一階段目標：2017 年第四屆亞洲青年錦標賽前四名。
 - (2) 第二階段目標：2018 年第五屆亞洲女子暨第十屆男子亞洲錦標賽前五名。
 - (3) 第三階段目標：2018 年第六屆亞洲女子暨第十一屆男子亞洲錦標賽前四名。
 - (二) 訓練日期、階段劃分及地點：
 1. 訓練起迄日期：自本計畫頒布日期至 2018 年亞洲運動會止。
 2. 階段劃分及訓練地點：
 - 第一階段：自本計畫頒布日起至 2017 年 08 月 31 日止（地點未定）。
 - 第二階段：2017 年 09 月 01 日至 2018 年 01 月 31 日（地點未定）。
 - 第三階段：2018 年 02 月 01 日至 2018 年印尼亞運會結束日止（地點未定）。
 - (三) 訓練方式：

進駐國訓中心採長期培訓分三個階段目標逐步完成，搭配國外移地訓練、以賽代訓、高地訓練、賽前移地訓練、聘請國外知名教練——等，來增進選手實力。

(四) 訓練內容：

俟核定後進駐國訓中心培訓隊之教練團共同擬定。

(五) 實施要點：

1. 訓練成效預估：

(1) 提升身體機能、加強個人基本動作訓練、團隊綜合訓練暨合作默契練習、加強國際賽會經驗暨選手潛力發展。

(2) 爭取 2018 年男、女子亞洲錦標賽進入前四強。

2. 訂定成績檢測標準及選手汰換辦法：

(1) 選手的成績檢測以各階段各期程是否達到即定目標為汰換依據，選訓委員會及國訓中心教練群必須對所有培訓選手，定期作個別研討建議汰除選手名單。

(2) 選手如進駐國訓中心或東部訓練基地，選訓委員會依選拔辦法及是否具潛力條件，集中於國家訓練中心或東部訓練基地集訓。

(3) 各階段各期比賽成績未達目標，及表現不佳（未遵守國訓中心規定）之選手，由教練提名，總教練彙整後向選訓委員會報告，選訓委員會通過者即汰除。

五、 督導考核：

(一) 由本會組成選訓委員會，依核定之培訓計畫，督導培訓教練落實執行，以達到各培訓階段之成績目標。

(二) 請國訓中心定期、不定期赴培訓地點督導、輔導與考核培訓情形。

(三) 各階段訓練及比賽期間詳作各項紀錄，作為汰換選手之依據。

(四) 培訓期間教練如有不適任者，由本會提報相關單位予以解聘。

六、 所需行政支援事項及建議處理方式：

(一) 培訓期間擬聘請外籍教練，請協助辦理。

(二) 請國訓中心運科小組支援培訓隊教練與選手科研之需並支援運動傷害防護用品。

(三) 請教育部體育署協助辦理公假與課務代理問題。

(四) 出國參加錦標賽期間，請支援疲勞消除等醫護人員。

七、 經費籌措：由教育部體育署及國訓中心補助，不足部分由本會自行籌措。

八、 本計畫經本會 2018 年亞運會選訓小組通過，送教育部體育署運動人才培訓輔導小組審議通過後公佈實施，修正時亦同。