

# 中華民國軟式網球協會參加 2018 年第十八屆印尼雅加達亞洲運動會選手 培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心 106 年 10 月 31 日心競賽字第 1060005157 號函核定

一、依據：教育部體育署 105 年 12 月 30 日臺教體署競(二)字第 1050040422A 號函辦理。

二、目的：(一) 目前設置 5 面獎牌，計有男、女雙打(團體) 2 金，男女個人雙打 2 金，男女混雙 1 金。

(二) 為準備參加 2018 年印尼雅加達亞運實施賽前培訓，以強化選手身、技、心，並增加比賽實戰經驗，為奪獎牌而作準備。

三、SWOT 分析：

(一) strength(優勢):軟式網球實力仍是以中華臺北、日本、韓國屬三強鼎力，且在各屆亞運表現極為亮眼，更是奪牌的熱門項目。

(二) weakness(劣勢):但近三年觀察我國參與國際賽事之成績，我國實力有稍嫌落後日本、韓國，尤其女子隊實力較為懸殊，必須加強培育。其原因，我國運動人口遠遠不及日本、韓國，導致競爭力不足，經驗不夠，希望藉由增加參與國際賽事，可適應日本、韓國的特性。再則沒有可以做長期訓練的專屬網球場。

(三) opportunity(機會):我國實力仍屬於一級戰力，其他參賽國家仍屬於二級實力，我國歷屆亞運會的比賽成績是相當優異。只要比賽場地是屬於硬地球場，有利於我國戰術運用，更提高獲得獎牌機率。

(四) Threat(威脅)自 2014 年仁川亞運及近三年國際賽成績表現不盡理想，故可聘請日本、韓國教練前來指導，可提升軟網實力，也可讓國內教練學習訓練的方法。

四、訓練計畫：

(一) 訓練目標：

1.總目標：2018 年雅加達亞運會預估獲得 1 金 1 銀 2 銅。

2.階段目標

階段	期程	國際賽事	地點	階段目標
第 2 階段	自 2017 年 9 月 1 日起至 2018 年 1 月 31 日止	韓國盃暨第一屆亞洲公開賽 2017 年韓國大學盃	韓國安城	2 銅
第 3 階段	自 2018 年 2 月 1 日起至 2018 年亞運結束日止	札幌盃國際菁英賽	札幌	1 金
		泰國盃	曼谷	1 金 1 銀
		日本和平盃	日本廣島	1 銀

		中國盃	台灣	1金1銀2銅
		韓國盃	仁川	1銀2銅

(二)訓練地點及階段劃分及地點：

階段	期程	訓練地點
第2階段	自106年9月1日起至107年1月31日止。	左營國家訓練中心 (橋頭網球場)
第3階段 (決選)	自107年2月1日起至107年亞運結束日止。	左營國家訓練中心 (橋頭網球場)

(三) 移地訓練

階段	時間	移地訓練	地點	績效指標
第三階段	2018年8月	韓國	未定	1.適應日本、韓國特性。 2.提升企圖心。 3.適應環境。
		日本	未定	
	2018年9月	印尼(亞運會前賽)	雅加達	

(四) 決選

- 1.地點：橋頭網球場。
- 2.時間：預定亞運報名截止日選拔完成。
- 3.錄取人數：依據2017年印尼亞運規定。

(五) 訓練方式:採長期集中訓練方式訓練。

(六) 訓練內容：由培訓隊教練團擬定。

五、督導考核：由國家運動訓練中心及軟式網球協會辦理督導考核。

六、所需行政支援事項及建議處理方式：

- (一) 運科：待援項目檢測實施計劃。
- (二) 運動傷害防護：支援防護員或按摩師。
- (三) 醫療：復健、健檢、醫療意外保險。
- (四) 課業輔導：就讀學校、課程、教育學程。
- (五) 公假留職留薪。
- (六) 代課鐘點費或代理職缺費。
- (七) 其他：依實際狀況提出需求。

七、經費籌措：由國家運動訓練中心統籌。

八、本計畫經本會2018年亞運培訓參賽計畫選訓小組會議通過，送國家訓練中心提報運動人才培訓輔導小組審議通過後公布實施，修正時亦同。