

中華民國擊劍協會

107 年度培育優秀或具潛力運動選手（2018 世青參賽及青奧培訓）實施計畫

1070814

- 一、依據：本實施計畫依「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」辦理。
- 二、選手名單及其所具備之培訓資格：
 - (一)培訓選手須經本會「2018 亞洲青年暨青少年擊劍錦標賽」暨「2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽」選拔產生。
 - (二)參加世青賽並取得 2018 年青年奧運參賽資格。
- 三、遴選依據：依據本會 106 年度第 12 次、第 13 次及 107 年度第 7 次選訓委員會議決議。
- 四、訓練計畫：
 - (一)近程目標：奠定我國擊劍基層選手技術實力，讓年輕且具潛力的選手持續投入擊劍運動。
 - (二)中程目標：2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽團體前八名及取得 2018 青奧參賽資格。
 - (三)總目標：2018 年布宜諾斯艾利斯青奧參賽奪牌。
- 五、計畫內容：依據 107 年 1 月 31 日臺教體署競(一)字第 1070004676 號函，又 107 年 3 月 21 日臺教體署競(一)字第 1070010134 號函同意變更參賽標準辦理，復依 107 年國際擊劍總會通知取得外卡資格，爰將陳弈通選手之培訓計畫納入。
 - (一)2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽賽前集訓：3 月 7 日至 30 日。
 1. 培訓資格：2018 亞洲青年暨青少年擊劍錦標賽個人及團體項目獲獎前三名之劍種及選手(成績如附件一)。
 2. 培訓選手名單：男子鈍劍 4 名、男子軍刀 1 名、女子鈍劍 4 名(如附件二)。
 3. 訓練地點：分站集訓母隊訓練。
 4. 訓練內容：
 1. 體能訓練
 - (1) 重量訓練
 - (2) 最大肌力訓練
 - (3) 爆發力訓練
 - (4) 心肺能力訓練
 - (5) 敏捷反應訓練

- (6) 專項體能訓練
2. 專項技術訓練
 - (1) 基本動作訓練
 - (2) 特別技術訓練
 - (3) 實戰經驗訓練
 - (4) 針對性訓練
 - (5) 心理素質訓練
3. 規則研究
4. 心智訓練
5. 影片觀摩

(二)2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽參賽:4 月 1 日至 4 月 10 日。

(三)2018 年布宜諾斯艾利青年奧運培訓:5 月 19 日至 10 月 1 號。

1. 培訓資格:參加世青賽並取得 2018 年青年奧運參賽資格。
2. 培訓名單: 男子鈍劍 1 名、教練 1 名、遴選陪練選手 2 名(如附件三)。
3. 訓練計畫:階段劃分及訓練地點(以培訓期間之時段作劃分)
 - (1)第 1 階段(準備比賽期):自 2018 年 5 月 19 日起至 2018 年 6 月 24 日止共約 2 個月,主要於國訓中心訓練並期間參加國外移地訓練及比賽。
 - (2)第 2 階段(調整備戰期):自 2018 年 6 月 25 日起至 2018 年 8 月 29 日止共 2 個月,主要進行調整訓練,並併入亞運培訓。遴選 2 名優秀青年選手擔任陪練參與第 3 階段訓練。
 - (3)第 3 階段(總集訓奪取佳績):自 2018 年 8 月 30 日起至 2018 年 10 月 01 日止共 1 個月,在國訓中心訓練及國外移地訓練,參加國外比賽(泰國鈍劍巡迴賽及兩場歐洲衛星賽事)。

4. 訓練方式:主要為階段培訓、移地訓練

- (1)階段培訓:在台灣訓練時以一週 4-5 次一次 2 個半小時的次數進行,訓練內容為模擬身高差距的打法、戰術腳步、戰術對打、技術訓練、恢復訓練、模擬比賽為主,並注意選手狀態隨時調整。
- (2)移地訓練:移地訓練主要以技術訓練、與他國的選手進行實戰為主,透過與他國選手實戰過程中產生的優缺點,再以 Lesson 來進行調整訓練。

5. 訓練內容:(以項目特性撰述)

- (1)體能訓練:選手陳弈通已有個別體能訓練師進行一週兩次的體能訓練,因此建議由原體能訓練師繼續負責訓練,較能針對選手的狀況加強。

(2) 技術訓練：Lesson、戰術腳步、戰術對打、技術訓練、恢復訓練、模擬比賽。

六、賽前集訓及國際參賽

(一)2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽

項目	時間	活動名稱	地點
國內集訓	107.03.07-03.30	2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽賽前集訓	分散母隊訓練
參賽	107.04.01-04.10	2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽	維洛那 義大利

(二)2018 布宜諾斯艾利青年奧林匹克運動會培訓

階段	日期	訓練/比賽	地點	備註
準備 比賽期	05/19-05/20	香港 U17、U20 擊劍錦標賽	香港	
	05/21-06/05	亞洲擊劍錦標賽集訓	國家運動訓練中心	集訓教練為法國教練
	06/02-06/03	全國擊劍錦標賽	桃園	
	06/6-06/14	日本國外移地訓練	日本東京	集訓教練為法國教練
	06/15-06/24	亞洲擊劍錦標賽	泰國曼谷	
調整備 戰期	06/25-07/09	日本國外移地訓練	日本東京	併亞運培訓隊
	07/10-08/14	國內訓練	國家運動訓練中心	
	08/15-08/29	雅加達亞洲運動會	印尼雅加達	
總集訓	08/30-09/02	亞洲 U17 鈍劍巡迴賽	泰國曼谷	
	09/03-09/06	國內訓練	國家運動訓練中心	陪練選手加入
	09/07-09/14	荷蘭鈍劍衛星賽(含國外移地訓練)	荷蘭阿姆斯特丹	兩站衛星賽中間停留做移地訓練，比賽含移地訓練中共 11 天
	9/14-09/17	斯洛伐克鈍劍衛星賽	斯洛伐克	
	09/18-10/01	國內訓練	國家運動訓練中心	
比賽期	10/02-10/18	青年奧林匹克運動會	阿根廷	

七、追蹤考核機制：

(一) 參與訓練精神：所有選手需服從教練領導，違者視情節輕重得予口頭警告或移送紀律委員會懲處並作為進退場參考依據。

(二) 出席率考核：出席率未達 80% 以上者，取消繼續培訓資格（代表國家或本會參加比賽，賽會期間不列入出席率考核）。

八、經費概算表（詳如附件四）

九、本計畫經選訓委員會議審核通過，陳報教育部體育署通過並公告實施。其有嗣後修正或廢止時亦同。

2018 亞洲青年暨青少年擊劍錦標賽
個人及團體成績

組別	姓名	成績名次	參加國家數/人數
青少年男子銳劍	鄭皓文	第 15 名	20 國 59 人 47 名選手進複賽
	簡呈諭	第 29 名	
	陳煒捷	第 33 名	
	施昱綸	第 41 名	
	團體組	第 8 名	13 國(隊) 第 1~7 名為韓國、哈薩克、日本、 新加坡、印度、伊朗、吉爾吉斯
青少年男子鈍劍	石邦耀	第 3 名	19 國 55 人 44 名選手進複賽
	陳致傑	第 5 名	
	陳奕通	第 19 名	
	岳哲豪	第 20 名	
	團體組	第 3 名	13 國(隊) 第 1 名為韓國 第 2 名為日本
青少年男子軍刀	謝牧楷	第 7 名	16 國 54 人 43 名選手進複賽
	詹翔宇	第 34 名	
青少年女子銳劍	葉俞瑱	第 20 名	20 國 58 人 46 名選手進複賽
	范筠茜	第 34 名	
	彭冠云	第 41 名	
	劉芸安	第 48 名	
	團體組	第 9 名	13 國(隊) 第 1~8 名為韓國、日本、澳洲、香 港、哈薩克、印度、新加坡、烏茲 別克
青少年女子鈍劍	陳璿安 Shannon	第 8 名	17 國 52 人 41 名選手進複賽
	張芯	第 9 名	
	黃靖詞	第 21 名	
	吳若榛	第 32 名	
	團體組	第 3 名	14 國(隊) 第 1 名為日本， 第 2 名為新加坡
青少年女子軍刀	任天雅	第 7 名	15 國 36 人 28 名選手進複賽

組別	姓名	成績名次	參加國家數/人數
青年男子銳劍	鄭皓文	第 11 名	24 國 65 人 54 名選手進複賽
	吳俊明	第 28 名	
	林書玄	第 44 名	
	蘇文憲	第 46 名	
	團體組	第 10 名	15 國(隊) 第 1~8 名為韓國、日本、哈薩克、澳洲、烏茲別克、吉爾吉斯、印度、新加坡
青年男子鈍劍	陳致傑	第 5 名	23 國 72 人 57 名選手進複賽
	石邦耀	第 23 名	
	陳弈通	第 29 名	
	黃子傑	第 53 名	
	團體組	第 5 名	17 國(隊) 第 1~4 名為日本、新加坡、香港、韓國
青年男子軍刀	逢健秋	第 23 名	17 國 63 人 50 名選手進複賽
	周宗昱	第 25 名	
	林柏臻	第 33 名	
	吳承學	第 52 名	
	團體組	第 13 名	16 國(隊) 第 1~8 名為韓國、FIE、日本、哈薩克、烏茲別克、伊拉克、泰國、澳洲
青年女子銳劍	陳宣妤	第 18 名	21 國 60 人 48 選手進複賽
	韓欣妤	第 23 名	
	湯佳瓏	第 34 名	
	葉俞瑱	第 57 名	
	團體組	第 8 名	13 國(隊) 第 1~7 名為香港、韓國、日本、新加坡、澳洲、哈薩克、印度
青年女子鈍劍	吳若榛	第 13 名	17 國 59 人 47 名選手進複賽
	楊謹蔓	第 21 名	
	張芯	第 32 名	
	雷涓茹	第 40 名	
	團體組	第 6 名	15 國(隊) 第 1~5 名為日本、新加坡、韓國、菲律賓、香港
青年女子軍刀	任天雅	第 23 名	13 國 40 人 32 名選手進複賽

培訓名單：2018 世界青年暨青少年擊劍錦標賽參賽名單

編號	姓名	基本資料			培育資格	培育理由	備註
		性別	出生年月日	所屬單位/年級			
1	吳若榛	女	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	女鈍
2	張芯	女	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	
3	陳璿安	女	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	
4	黃靖詞	女	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	
5	石邦耀	男	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青個人/團體第三名	男鈍
6	岳哲豪	男	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	
7	陳奕通	男	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	
8	陳致傑	男	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青團體第三名	
9	謝牧楷	男	██████	██████	符合本要點第2點	2018 亞青個人第七名	男軍

備註:教練

編號	姓名	基本資料			培育資格	培育理由	備註
		性別	出生年月日	所屬單位/年級			
1	陳柏槐	男	██████	██████	選手教練	選手教練	鈍劍
2	歐豐銘	男	██████	██████	選手教練	選手教練	

培訓名單:參加 2018 年第 3 屆布宜諾斯艾利斯青年奧林匹克運動會培訓名單

編號	姓名	基本資料			培育資格	培育理由	備註
		性別	出生年月日	所屬單位/年級			
1	歐豐銘	男	████████	████████	符合本要點第 2 點	選手教練	男鈍
2	陳奕通	男	████████	████████	符合本要點第 2 點	世青成績獲得青奧參賽資格	男鈍
3	陳致傑	男	████████	████████			陪練
4	黃子傑	男	████████	████████			陪練
5	陳柏穎	男	████████	████████			防護員

註:經 107 年度第十次選訓會議討論遴選陳致傑及黃子傑選手擔任陪練員。