

中華民國帆船協會 110 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

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及教育部體育署 110 年 5 月 10 日臺教體署競(三)字第 1100012999 號函辦理。

二、教練、選手名單及其所具備之培育資格：經由排名賽選拔出培訓選手。

三、選手遴選經過及依據

(一) 選手遴選條件：

1. 帆船選手遴選資格：

(1) 幅射型選手

(2) 年齡限制：2001 年 1 月 1 日以後出生、未滿 21 歲者。

2. 風浪板選手遴選資格：

(1) T293(7.8)型選手

(2) 年齡限制：2003 年 1 月 1 日以後出生、未滿 19 歲者。

(二) 選手遴選方式

1. 暑期訓練營：由本會辦理 2 場排名賽成績總合進行排序，並依序錄取幅射型選手共 8 名，T293(7.8)型選手共 8 名；錄取選手不分男女依序錄取，惟選手性別比例至少為 3:1。

2. 下半年度國際賽事：由本會另辦理 2 場排名賽，加上前述兩場成績總合進行總排序，並依序遴選優異選手參賽。

3. 若排序成績相同者，將依各比賽航次取得領先次數最多者為優先入選。

備註：入選選手必需配合本會辦理之相關暑期培訓及賽前集訓，若無法配合或放棄本培育計畫者，視同放棄參賽資格，並由選訓會議決議是否提出遞補名單，審議通過後報請教育部體育署核備。

四、教練遴選

(一) 教練資格：總教練應具 B 及以上教練證及執行教練應具 C 級以上

教練證。

(二) 教練遴選方式及人數(共 5 名)：

1. 總教練：1 名。具有統合及領導能力，擔任總教練期間，需接受本會選訓委員會考核與監督。
2. 帆船教練：2 名。具領導能力及計畫執行力，能與總教練相互配合之教練。
3. 風浪板教練：2 名。具領導能力及計畫執行力，能與總教練相互配合之教練。

五、 訓練計畫

(一) 培訓目標：

1. 帆船以 U21、風浪板以 U19 為培育對象，為參加國際賽作準備。
2. 培養基層教練，為將來國家代表隊教練人選作準備。
3. 培訓具潛力優秀選手以提升帆船實力，培養國家隊接班選手，為國家爭取最高榮譽。
4. 世青賽亞洲國家排名前 5 名為目標。
5. 備戰 2022 年杭州亞運。

(二) 訓練時程

類別	項目	計畫內容		
		日期	地點	參加對象及遴選人數
國內排名賽	第一場幅射暨 T293(7.8)排名賽	2 月 28 日至 3 月 1 日	宜蘭豆腐岬	1. 開放報名。 2. 與第 2 場排名賽成績合併計算後遴選出參加暑期培訓的選手。 3. 選手以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出下半年度馬來西亞國際賽及阿曼世青賽參賽選手
	第二場幅射暨 T293(7.8)排名賽	7 月 9 日	高雄中山大學	1. 開放報名。 2. 與第一場排名賽成績合併計算後遴選出參加暑期培訓之選手。 3. 幅射型選手共 8 名，T293(7.8)型選手共 8 名。 4. 錄取選手不分男女依序錄取，惟選手

				<p>性別比例至少為 3:1。</p> <p>5. 選手以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出下半年度馬來西亞國際賽及阿曼世青賽參賽選手</p>
	第三場 T293(7.8) 排名賽	7 月 24 日	臺南漁光島	<p>1. 開放報名。</p> <p>2. 選手以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出下半年度馬來西亞國際賽及阿曼世青賽參賽選手。</p>
	第三場幅射排名賽	8 月 14 日至 15 日	澎湖觀音亭	<p>1. 開放報名。</p> <p>2. 選手以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出下半年度馬來西亞國際賽及阿曼世青賽參賽選手。</p>
	第四場幅射暨 T293(7.8) 排名賽	9 月 9 日	新北市八里	<p>1. 開放報名。</p> <p>2. 選手以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出下半年度馬來西亞國際賽及阿曼世青賽參賽選手。</p>
暑期培訓	暑假集中訓練-帆船	7 月 12 日至 8 月 20 日	澎湖觀音亭	<p>1. 由第一場及第二場幅射暨 T293(7.8) 排名賽遴選出暑期培訓之選手。</p> <p>2. 幅射型選手共 8 名，T293(7.8) 型選手共 8 名。</p>
	暑假集中訓練-風浪板	7 月 12 日至 8 月 20 日	臺南漁光島及新北市八里	<p>3. 錄取選手不分男女依序錄取，惟選手性別比例至少為 3:1。</p> <p>4. 教練 5 名(含總教練及執行教練)。</p> <p>5. 請假不得超過 7 天。</p>
國際賽事	2021 馬來西亞帆船公開賽	10 月中	馬來西亞蘭卡威	<p>1. 以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出參賽選手。</p> <p>2. 帆船教練 1 名、幅射選手 2 名、風浪板教練 1 名、T293 選手 2 名。</p>
	2021 年帆船世青賽	12 月 8 日至 15 日	阿曼穆薩納	<p>1. 以 4 場排名賽取 3 場最佳成績，遴選出參賽選手。</p> <p>2. 帆船教練 1 名、幅射選手 2 名、風浪板教練 1 名、T293(7.8) 選手 2 名*。 *T293(7.8) 選手於名單確認後，須轉 RSX(8.5) 型選手，經賽前集訓後參加世青賽。</p>

備註：經由第 1 場及第 2 場遴選之選手，必須參加暑期訓練、第 3 場及第

4 場排名賽、各賽事相關賽前集訓之活動，無具體理由或不可抗拒因素未參加或暑期請假超過 7 天，賽前集訓請假超過三分之一者，喪失本計畫參加資格，並報本會紀律委員會會議處之，嚴重者將不得參與下一年度潛力計畫。

(三) 培訓內容

1. 體能訓練

(1) 一般體能：敏捷性、協調性、重量訓練

(2) 專項體能：核心、肌力、肌耐力、心肺

2. 技術訓練：基本動作、戰術綜合應用、比賽規則運用、臨場實戰經驗、比賽相關知識(風況、水流、浪、地形、天氣等)

3. 心理訓練：壓力管理、自信心、專注力、自制力

六、 追蹤考核機制

1. 選訓委員會派員定期與不定期考察培訓情況。
2. 每階段召開選訓委員會。
3. 集訓或於各場地分區訓練、移地訓練、國內外比賽，選訓委員會應適時派員督導。
4. 第一場及第二場遴選之選手，必須參加暑期訓練、第三場及第四場排名賽、各賽事相關賽前集訓之活動，無具體理由或不可抗拒因素未參加或暑期請假超過 7 天，賽前集訓請假超過三分之一者，喪失本計畫參加資格，並報本會紀律委員會會議處之，嚴重者將不得參與下一年度潛力計畫。
5. 培訓選手於培訓過程中表現不良者，違反運動員精神、學習態度、服從性、紀律不佳者，得由教練團報請選訓委員會審議通過予以懲處或淘汰。
6. 選手因傷、被淘汰或其他因素退訓，無法繼續參加培訓，教練得依實際需求提交更換名單，經選訓委員會審議通過，報教育部體育署核備後予以更換。
7. 培訓結束，教練應依選手訓練出席率、學習態度、服從性、紀律、培訓全程表現優劣，全面檢討，提交書面報告，作為遴選 111 年培

育潛力選手之參考。

七、 為受理性騷擾申訴及調查案件，本會設有性騷擾申訴管道：

申訴電話：02-8771-1442

申訴信箱：tpesailing@ct-sailing.org.tw

八、 本計畫經教育部體育署審議通過後公告實施。其有嗣後修正或廢止者，亦同。