

# 中華民國游泳協會第13屆第39次選訓委員會

## 視訊會議記錄

中華民國113年7月12游任發字第113000227號函  
中華民國113年7月16日臺教體署競(二)字第1130028284號函

紀錄:林佳慧

壹、時間：113年7月10日(星期三)下午8時

貳、地點：LINE視訊會議室

參、出席人員：陳復龍委員、蔡淑敏委員、周美惠委員、彭翠華委員  
宋伯謨委員、陳 扭委員、蘇建銘委員、陳尚宜委員  
蔡祖修委員(請假)

肆、列席人員：曾秘書長正宗、蕭淑芬委員

伍、主持人致詞：

陸、討論事項：

**【案由一】**修正113年培育優秀或具潛力運動選手實施計畫(公開水域項目)及經費概算表，提請討論。

**說 明：**

- 一、依據教育部體育署113年6月14日臺教體署競(二)字第1130022853號函辦理。
- 二、為配合「2024世界青少年公開水域錦標賽」且因公開水域競賽屬開放式水域，與室內游泳競賽項目訓練有別，為加強參賽選手對於公開水域之安全事項認知，爰於本案計畫增列該項國際賽事之賽前集訓活動。
- 三、本案計畫內容原規劃暑期集訓，為配合上開賽前集訓及賽程時間，爰修正計畫活動項目如附件1<第1頁>，另因113年潛力計畫選手名單業已產出(選手數14人)，有關本項經費人數之編列，會後將依通過之計畫項目、天數及人員數如實編列。

**決 議：**

- 一、照案通過(8位委員、8位通過)

**【案由二】** 2024世界游泳公開水域青少年游泳錦標賽，教練、選手遴選辦法提請討論。

**說 明：**

- 一、依據教育部體育署113年6月14日臺教體署競(二)字第1130022853號函辦理。
- 二、國際總會(WORLD-AQUATICS)於113年6月26日通知「2024世界公開水域青少年游泳錦標賽」報名時程，7月15日提交最大量報名名單、7月31日提送最終參賽名單。
- 三、本會原規劃於113年8月3日以辦理該項國際賽事選拔賽，現因上開總會通知競賽時程致與選拔賽時間無法銜接，爰研擬遴選辦法，如附件二，且考量公開水域項目之特殊性及安全性，選手遴選賽事依序為國際公開水域賽事、112年全國運動會、112年日月潭公開水域錦標賽及113年潛力選手。

**決 議：**

- 一、照案通過(8位委員、8位通過)

**【案由三】** 備戰奧林匹克運動會黃金計畫，王冠閎團隊調訓一案，提請討論。

**說 明：**

依據：

- 一、國家運動訓練中心備戰奧林匹克運動會黃金計畫，資格條件、級別調整成績參考及進退場審核辦法辦理。

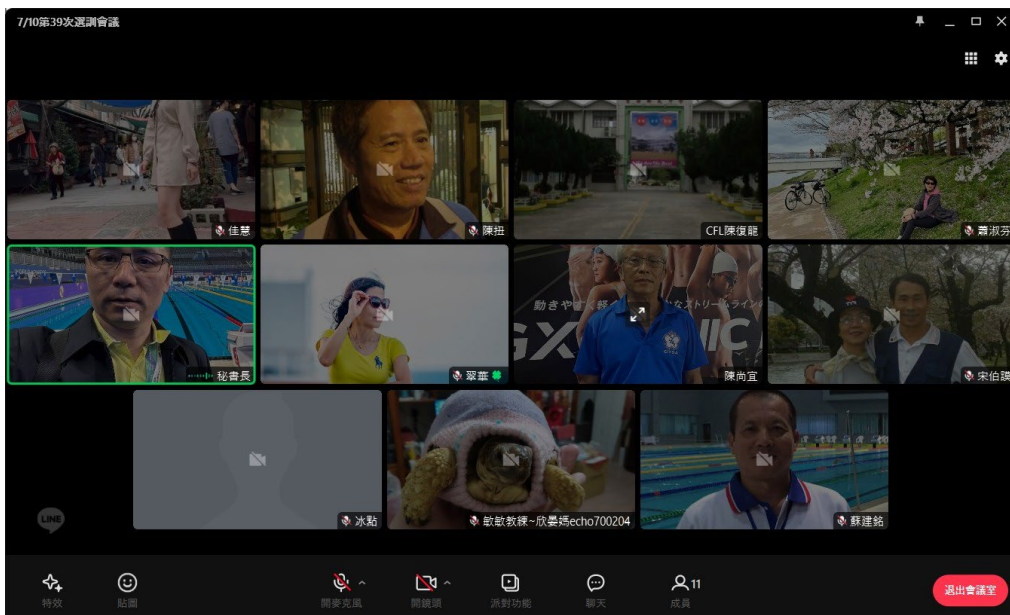
**決 議：**

- 一、照案通過(8位委員、8位通過)

柒、臨時動議：無

捌、散會：下午8時30分

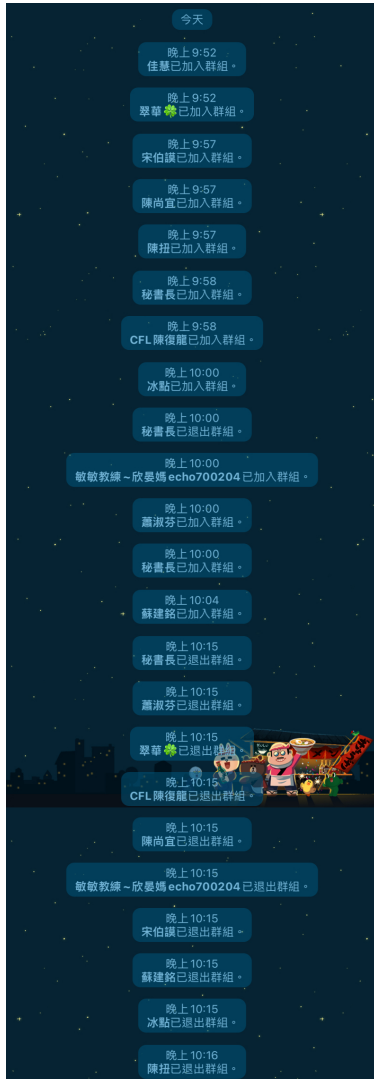
玖、出席人員視訊截圖



(由左至右)

協會人員林佳慧、陳復扭委員、陳復龍委員、蕭淑芬委員  
曾秘書長正宗、彭翠華委員、陳尚宜委員、宋伯謨委員  
周美惠委員、蔡淑敏委員、蘇建銘委員

壹拾、各委員出席紀錄



## 【附件一】

### 中華民國游泳協會 113 年度培育優秀或具潛力運動選手計畫-公開水域項目

#### 壹、依據：

中華民國游泳協會(以下簡稱本會)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」(以下簡稱本要點)，及教育部體育署 112 年臺教體署競(二)字第 1120038108 號函辦理。

#### 貳、計畫目標：

本計畫以培育優秀及具發展潛力，並能持續參加長期組訓之公開水域游泳選手為主，以培訓 2024 年世界巡迴賽/香港站、2024 世界青年錦標賽、世界盃馬拉松游泳系列賽、以取得 2026 亞洲運動會 2028 奧運會參賽資格 為目標。

#### 參、選手培育資格及遴選條件：

##### 一、培育年齡及員額：

- (一)18-19歲級組(2005/01/01-2006/12/31)：男女選手各3名。
- (二)16-17歲級組(2007/01/01-2008/12/31)：男女選手各3名。
- (三)14-15歲級組(2009/01/01-2010/12/31)：男女選手各3名

二、遴選條件：參加本會舉辦之公開水域測驗賽成績排序前3名者，獲選為本計畫之潛力選手。本項測驗賽規劃如下：

- (一)舉辦日期：113年6月3日。
- (二)舉辦地點：臺中市北區國民運動中心。
- (三)測驗項目：5公里(5000公尺)
- (四)其他：相關報名辦法與細則以本會網站公告為準。

#### 肆、教練資格及遴選條件

一、資格條件：具中華民國身份者，且持有本會游泳教練B級以上證照並實際執行公開水域賽事訓練者，且未受本會任何停權處分。

二、執行教練：4名，依入選本計畫選手之人數及成績比序遴選之。

#### 伍、訓練計畫：

一、計畫訓練期程：113年1月1日至12月31日止。

二、計畫訓練方式：因19歲以下皆為在學學生，因此在學日採在地(母隊)訓練為主，另採國內暑期集訓及參加國內外參賽訓練等方式進行，茲將本計畫訓練執行項目說明如下：

(一)世界青少年公開水域錦標賽-賽前集訓暨暑期集訓：

- 1、集訓時間：自113年7月22日至8月18日(28天)。
- 2、集訓地點：新北新莊國民運動中心、新泰游泳池、微風運河。
- 3、訓練方式：採集中訓練。
- 4、培育人數：教練5人、選手24人、防護員或物理治療師3人、體能師1人、救生員1人，共34人

## (二) 國外參賽

### 2024世界青少年公開水域錦標賽

參賽時間：113年9月5日至113年9月8日

1. 參賽地點：義大利
2. 參賽人數：教練3人、選手12人、防護員或物理治療師2人  
共16人
3. 訓練方式：以賽代訓

### 2024世界盃-香港站

參賽時間：113年10月26日-113年10月27日。

1. 參賽地點：香港
2. 參賽人數：教練3人、選手14人、防護員或物理治療師2人  
共20人
3. 訓練方式：以賽代訓

## 三、計畫訓練內容：

### (一) 專項訓練：

- 1、基本游泳技術訓練：身體素質在各組動作中保持技術穩定性。
- 2、耐力訓練：有氧能力、速度耐力。
- 3、速度訓練：一般力量、速度力量和爆發力。
- 4、反覆訓練：對多種技術和運用的適應程度。
- 5、公開水域戰術及調整。
- 6、開放水域游泳訓練。
- 7、運動科學學科基礎課程。
- 8、心理建設：目標建立及毅力培養。

## (二)各階段訓練方式之撰述

項目	訓練內容
訓練任務	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 強化和完善個人游泳能力、技術、戰術，形成最佳的組合，提高比賽過程中，技術和戰術的穩定性。</li> <li>2. 發展專項力量。</li> <li>3. 繼續保持良好抗壓性和協調性。</li> <li>4. 注意控制身體脂肪的增長。</li> </ol>
週課次	12~15
課時間	150~180 分鐘
週訓練量	週訓練量約85000~110000公尺
月訓練量	月訓練量約350,000~450,000公尺
水陸練習時間比例	2:8，陸上練習、水上練習。
專項素質訓練	公開水域所需專項大肌群素質訓練
基本游泳訓練	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 配合開放水域比賽項目需求，增加選手的水中游訓練量，在每日的游泳訓練課表中模擬賽事分段距離，以適應比賽的距離。</li> <li>2. 在訓練中觀察選手的動作，從中找出選手的缺失，修正動作缺點。</li> </ol>
陸上肌力體能訓練	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 針對身體各部位關節肌群依照需求，增加選手的身體素質，提高身體質量與抗壓力。</li> <li>2. 在訓練中提高身體動力鍊的連結，讓選手提高身體的連動機制，減少受傷機率。</li> </ol>
水中技術訓練	藉由浮球在泳池練習繞標過彎技術
開放水域技術訓練	每周至少安排兩次開放水域練習，讓選手實際體驗不同水域、水流、氣候、環境的差異。
訓練態度	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立和加強社會責任感，培養為國爭光的榮譽感。</li> <li>2. 堅強的意志品質。</li> <li>3. 學習參與計畫的制定與實施。</li> <li>4. 良好的性格特徵，既能獨立自我負責，又能協助教練幫助他人。</li> <li>5. 提高個人素質（職業目標和文化教育）。</li> <li>6. 使用運動心理技能（如調整和控制情緒的技能）。</li> </ol>

陸、追蹤考核機制：

- (一) 參與本計畫暑期集訓之選手，應報名參加本會113年全國總統盃錦標賽之1500公尺自由式項目及2024日月潭公開水域錦標賽，2024世界盃公開水域錦標賽(香港站)以作為暑期集訓成效之檢測成績。參與本計畫教練應於各階段(賽事)結束前，提交選手訓練成果報告表，以作為教練及選手考核依據。
- (二) 入選本計畫之選手，每年須由選手所屬教練研訂年度訓練計畫，於年初送本會備查，本會即依據訓練計畫派員前往督訓。
- (三) 督訓：由本會選訓輔委員會委員，於選手訓練期間不定期前往督考訓練成效。
- (四) 入選本計畫之教練、選手不得以任何理由（含學校課業、進修、準備考試、工作、傷病等）無故不報到或不參加集訓，如有或違反集訓及各項管理與相關規定者，送本會紀律委員會議處，並依相關程序處置。
- (五) 本計畫之教練如不遵守協會或總教練之各項組訓分工、訓練調度及提報各項訓練計畫與報告者，由總教練或本會訓練組或本會選訓輔委員會提報，送本會紀律委員會議處。

柒、本計畫經本會選訓委員會審議通過，報教育部體育署專案小組審議通過後公告實施。嗣後修正或廢止者，亦同。

中華民國游泳協會113年世界青少年公開水域錦標賽  
遴選辦法(義大利)

壹、 教練資格及遴選條件

- 一、資格條件：具中華民國身份者，且持有本會游泳教練A級以上證照並實際執行公開水域賽事訓練者，且未受本會任何停權處分。
- 二、入選員額：3名，遴選次序：1. 依入選選手人數 2. 依選手成績比序遴選。

貳、 選手遴選資格及遴選條件：

- 一、中華民國游泳協會註冊選手且未受停權或禁賽處分者。
- 二、(1)112年全國運動會公開水域項目前八者。  
(2)112/9/1-113/6/30參加World Aquatics國際賽，且有成績者。  
(3)112年第九屆日月潭公開水域游泳錦標賽青年、少年組前三名者。  
(4)113年公開水域潛力代表隊入選者排序。
- 三、(A)14-15歲級組(2009/01/01-2010/12/31)：男女選手各2名。候補4名  
(B)16-17歲級組(2007/01/01-2008/12/31)：男女選手各2名。候補4名  
(C)18-19歲級組(2005/01/01-2006/12/31)：男女選手各2名。候補4名
- 四、各組選拔項目：依2024世界青少年賽事項目  
14-15歲級組：5公里  
16-17歲級組：7.5公里  
18-19歲級組：10公里

參、 物理治療師或防護員之遴選辦法：由本會遴派。

肆、 附則：

- 一、入選代表隊之選手，原則應全程參與113年世界青少年公開水域錦標賽賽前集訓者(集訓日期：113年7月22日至113年8月18日)，若具本會其他培訓計畫身份者，至遲應於113年7月31日(2024世界青少年公開水域錦標賽最後階段報名日期)辦理報到並參與集訓，違者，將喪失2024世界青少年公開水域錦標賽代表隊資格，名額由本會依排序進行候補。
- 二、入選代表隊之教練、選手如未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會會議處。
- 三、教練、選手之除名須經本會選訓委員會討論後，送本會紀律委員會辦理之。

伍、 本辦法經本會選訓委員會會議通過後，陳請理事長核可後實施，並於協會網站公告週知，修正時亦同。



中華民國游泳協會2024世界青少年公開水域錦標賽遴選結果

性別	編號	姓名	單位	歲級	遴選依據	教練	遴選 教練序	備註
女	1	林子庭	西松高中	14-15	112 全運會 第四名	廖偉辰	3	
	2	蔡詠翎	新泰國中	14-15	112 年日月潭 少年組第 1 名	鄭明杉	1	113 年入選 潛力計畫
	7	林語蝶	基隆 信義國中	14-15	112 年日月潭 少年組第 3 名	李玉蘭		候補
	2	成喜宣	宜蘭高商	16-17	112 全運會 第五名	張緯嘉	4	
	3	林宇柔	楊梅高中	16-17	112 全運會 第七名	陸晉湟	5	
	5	林妤璇	基隆高中	16-17	112 年日月潭 青年組第 1 名	李玉蘭		113 年入選 潛力計畫 (候補)
	4	周晴蕾	秀朗	18-19	2023/12/2 參加 葡萄牙世界盃-公 開水域	陳怡仲	6	
子	8	王伊伶	威勇裕民	18-19	01:14:03.66	鄭明杉	1	113 年入選 潛力計畫
	9	呂治慧	威勇裕民	18-19	01:16:37.51	鄭明杉		113 年入選 潛力計畫 (候補)
	10	簡瑋伶	威勇裕民	18-19	01:16:39.69	鄭明杉		113 年入選 潛力計畫 (候補)
男	1	蘇柏陵	林口國中	14-15	112 年日月潭 少年組第 1 名	劉曜彰	亞培執 行教練	
	2	陳宥安	林口國中	14-15	112 年日月潭 少年組第 2 名	劉曜彰	亞培執 行教練	
	3	張凱翔	林口國中	14-15	112 年日月潭 少年組第 3 名	劉曜彰	亞培執 行教練	候補

子	4	盧靖勛	威勇裕民	14-15	01:12:14.99	石榮成	B教	113年入選 潛力計畫 (候補)
	5	劉子睿	威勇裕民	14-15	01:12:43.98	石榮成	B教	113年入選 潛力計畫 (候補)
	6	彭家睿	信義國中	14-15	01:16:11.40	李玉蘭		113年入選 潛力計畫. (候補)
	7	曹鈞硯	基隆高中	16-17	112全運會 第三名	李玉蘭	2	113年入選 潛力計畫
	8	洪彥斌	林口高中	16-17	112年日月潭 青年組第3名	劉曜彰	亞培執 行教練	113年入選 潛力計畫
	9	何宥緯	普將泳隊	16-17	01:12:49.00	王郁善		113年入選 潛力計畫 (候補)
	10	余承遠	林口國中	18-19	112全運會 第四名	劉曜彰	亞培執 行教練	113年入選 潛力計畫
	11	陳尚德	高雄四維國小	18-19	112全運會 第五名	翁貴祥	4	
	12	李書丞	林口國中	18-19	112全運會 第六名	劉曜彰	亞培執 行教練	113年入選 潛力計畫 (候補)
	13	王雋升	大里高中	18-19	112全運會 第八名	王蔡鈞		(候補)
14	蕭子桓	基隆高中	18-19	112年日月潭 青年組第2名	李玉蘭		113年入選 潛力計畫 (候補)	

選手排序：

女子組：14-15歲組 1. 林子庭 2. 蔡詠翎 候補：林語蝶

16-17歲組 1. 成喜宣 2. 林宇柔 候補：林妤璇

18-19歲組 1. 周晴蕾 2. 王伊伶 候補：呂治慧、簡瑋伶

男子組：

14-15歲組 1. 蘇柏陵 2. 陳宥安 候補：張凱翔、盧靖勛、劉子睿、彭家睿

16-17歲組 1. 曹鈞硯 2. 洪彥斌 候補：何宥緯

18-19歲組 1. 余承遠 2. 陳尚德 候補：李書丞、王雋升、蕭子桓  
教練排序：

1. 鄭明杉
2. 李玉蘭
3. 廖偉辰
4. 張緯嘉、翁貴祥
5. 陸晉湟
6. 陳怡仲

## 【附件三】

中華民國游泳協會辦理「2028年黃金計畫-第3級」  
游泳調訓名單

編號	職稱	姓名	性別	出生年 (西元)	服務單位 (就讀學校)/地址	項目/ 量級/ 位置	資格	國訓中心 初審意見
1	教練	黃智勇	男	1978 10.18	臺北市立建國高級中學 臺北市中正區南海路56號	游泳		
2	選手	王冠閔	男	2002 01.23	國立臺灣師範大學 臺北市大安區和平東路一段162號	游泳		
3	物理治療師	李旻軒	男	1995 06.23	無	游泳		



# 備戰奧林匹克運動會 黃金計畫

#### 肆、執行步驟與方法：

訂定「備戰奧林匹克運動會黃金計畫選手級別與資格」，參考選手奧運會成績、奧運/世界積分排名、國際賽會成績、國內賽會經國際認可之成績、體能檢測、訓練狀況及考量日後發展潛力，遴選本屆奧運會爭金奪牌及下屆奧運會奪牌潛力菁英選手；因各運動種類屬性不同，經由「競技強化委員會」審核通過之選手，依審核決議級別列入黃金計畫菁英選手第1、2、3、4、5級名單，審核結果未符合者，不列入黃金計畫；並以滾動機制執行級別調整與進退場制度。

為落實執行本「奧運會黃金計畫」，秉持前述之執行策略，依序進行下列工作，以其圓滿達成目標。

##### 一、資格條件、級別調整成績參考及進退場審核：

(一)級別與資格條件參考成績(需同當屆奧運會與下屆奧運會競賽項目；所稱參考成績係以最近一屆奧運結束後次月起之國際賽會、國內賽會經國際認可之參賽成績，或奧運/世界積分排名)：

##### 第1級：

1. 最近1屆奧運會前3名。
2. 客觀項目(田徑、游泳、舉重)成績達最近1屆奧運會前3名。
3. 提送審核申請時間前1個月奧運/世界積分(Olympic Ranking / World Ranking)排名前3名。

##### 第2級：

1. 最近1屆世錦賽前3名。
2. 最近1屆亞運會金牌。
3. 提送審核申請時間前1個月奧運/世界積分(Olympic Ranking / World Ranking)排名前5名。

### 第 3 級：

1. 最近 1 屆奧運會前 8 名田徑、游泳晉級複賽、體操個人項目進入決賽。

2. 最近 1 屆亞運會銀牌。

3. 提送審核申請時間前 1 個月奧運/世界積分 (Olympic Ranking / World Ranking) 排名前 8 名。

### 第 4、5 級：

1. 最近 1 屆取得世界大學運動會、亞洲錦標賽、世界青年錦標賽、青年奧運會-個人項目前 3 名者。

2. 最近 1 屆取得亞洲青年錦標賽、青年亞運會-個人項目前 2 名者。

3. 參加國際賽會、國內賽會經國際認可之特殊成績表現，於各該專項競技運動具發展潛力，經專家學者推薦者。

符合資格條件選手除參考國際賽會成績外，亦考量日後發展潛力，由國訓中心競技強化委員會經充分討論及審議後，核定培訓的級別。

### (二) 選手進場、級別調整與退場審核機制：

#### 1. 進場：

(1) 在奧運會競賽年之菁英選手在當年奧運結束後，希望轉入下屆奧運會黃金計畫：符合資格條件標準參考成績提出訓練計畫，由各單項協(總)會審核後，送國訓中心競技強化委員會審議。

(2) 下屆奧運會潛優選手：符合資格條件標準參考成績，得由各單項協(總)會及訓輔、運科、競強會委員等多元管道推薦，送國訓中心競技強化委員會審議，符合資格條件者列入相應級別，過程遇有特殊情形則由國訓中心安排運科體