

# 中華民國游泳協會第13屆第11次選訓委員會

## 視訊會議紀錄

中華民國111年11月30日游任發字第1110000394號函

中華民國111年12月7日臺較體署競(二)字第1110045198號函

紀錄：林佳慧

壹、時間：111年11月27日(星期日)下午8時

貳、地點：LINE視訊會議室

參、主持人：陳召集人復龍

肆、教育部體育署輔導委員：蕭委員淑芬

伍、出席人員：如簽到簿(視訊截圖)

陸、列席人員：曾秘書長正宗、李總教練澄峯、林教練子翔、李教練淵明、劉教練彰。

柒、主持人致詞：

捌、討論事項：

**【案由一】** 112年培育優秀或具潛力游泳選手實施計畫、經費需求案，提請討論。

說明：

一、依據：教育部體育署111年9月27日臺教體署競(二)字第1110035563號函辦理。

二、目的：本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之游泳選手。實施計畫、經費需求如附件一〈第4頁〉。

### **【決議】**

一、照案通過(9位委員，9位通過)

二、112年上半年潛力計畫執行，遴選辦法為111年度U17(含以下)全國排名前二名者。

**【案由二】** 112年培育優秀或具潛力跳水選手實施計畫、經費需求案，提請討論。

說明：

- 一、依據：教育部體育署111年9月27日臺教體署競(二)字第1110035563號函辦理。
- 二、目的：本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之跳水選手。實施計畫、經費需求如附件二〈第14頁〉。

### **【決議】**

- 一、照案通過(9位委員，9位通過)
- 二、國內訓練場地已台中北區運動中心為主，國際賽事也已亞洲地區為優先考量。

**【案由三】** 112年培育優秀或具潛力公開水域選手實施計畫、經費需求案，提請討論。

說明：

- 一、依據：教育部體育署111年9月27日臺教體署競(二)字第1110035563號函辦理。
- 二、目的：本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之公開水域選手。實施計畫、經費需求如附件三〈第24頁〉。

### **【決議】**

- 一、照案通過(9位委員，9位通過)
- 二、國內訓練場地以中部以及日月潭為主，國內集訓拉長天數6-8週。

**【案由四】** 參加2023年亞洲游泳錦標賽代表隊教練、選手遴選辦法及出賽名單，提請討論。

說明：

- 一、依據本會112年度工作計畫辦理。
- 二、遴選代表我國參加「國際性游泳賽會」教練及選手，以締造佳績，為國爭光。
- 三、教練、選手遴選辦法、出賽名單，如附件四〈第32頁〉

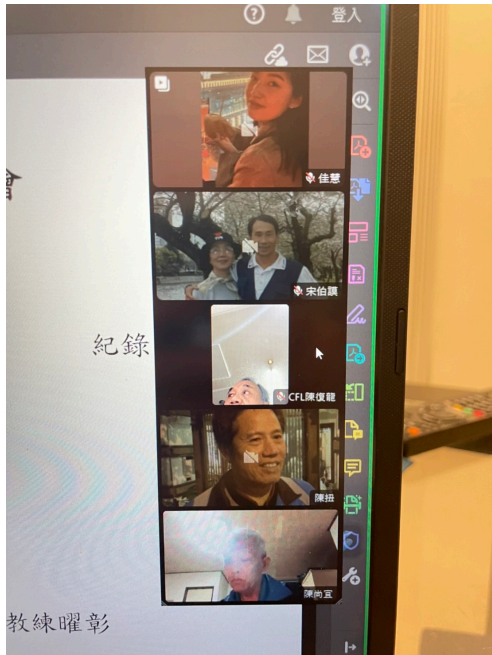
### **【決議】**

- 一、照案通過(9位委員，9位通過)

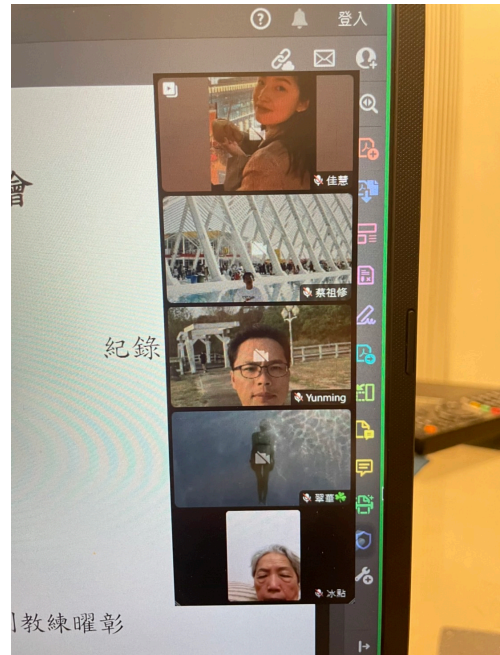
玖、臨時動議：無

壹拾、出席人員之附圖：

宋伯謨委員、陳復龍委員  
陳 扭委員、陳尚宜委員

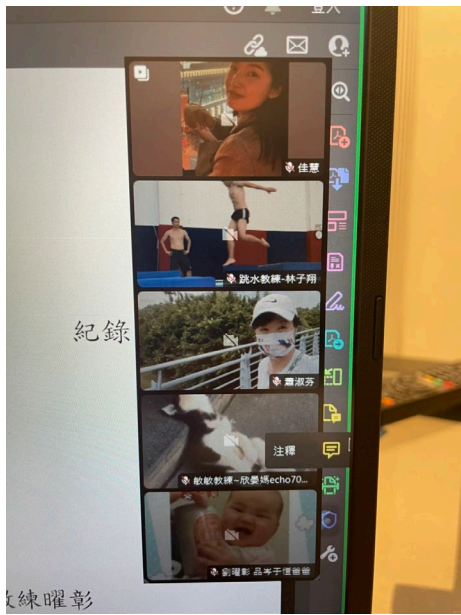


蔡祖修委員、李淵明教練  
彭翠華委員、周美惠委員



林子翔教練、蕭淑芬委員  
蔡淑敏委員、劉曜彰教練

李澄峯總教練、曾正宗秘書長



## 【附件一】

# 112年培育優秀或具潛力游泳選手實施計畫

一、依據：臺教體署(二)字第1110035563號來文培育優秀或具潛力運動選手計畫辦理。

## 二、遴選依據

(一)本計畫依據「教育部體育署培育優秀或具潛力運動選手作業要點」辦理遴選優秀或具潛力之游泳選手。

(二)遴選經過：

1. 以2006/1/1日之後出生之選手為遴選對象(17歲以下)。
2. 依達公告標準(A、B)標準為培育對象。
3. 達標賽會為112年全國中等學校運動會。
4. 個人項目總共為男女生各17項，依據遴選標準選出選手(每項至多兩人)。
5. 本計畫(國內寒暑假集訓、國外移訓、國外比賽訓練)若無法全程參與者將退出本計畫。

(三)培育2023亞洲運動會達標與2024/2028奧運B標人才

1. 111年潛力計畫執行選手。
2. 111年度U17(含以下)全國排名前二名者。
3. 於112年寒假期間進行亞洲錦標賽前集訓及參加2023亞洲錦標賽，爭取亞運達標資格。

(四)本實施計畫經本會選訓委員會會議通過，陳報教育部體育署核定後實施。

三、訓練計畫：

(一)總目標

為培育2023亞洲運動會參賽選手及達2024及2028年奧林匹克運動會B標選手。

(二)計畫內容：

1. 訓練日期：自 112年1月1日起至 2023年12月31日止。

(三)訓練方式：因17歲以下皆為在學學生，因此在學日採在地訓練為主，寒、暑假則採國內及國外移地訓練及參加國外比賽訓練等三種方式進行，茲將各種訓練方式說明如下：

1. 入選選手於集訓前進行運科檢測，運科團隊將針對身體組成、個人運動能力及專項運動能力進行分析並將資料提供給教練團及母隊教練作為集訓訓練及往後能力發展之依據。

2. 國內集訓：

(1)訓練方式：由總教練依年度訓練計畫，提供與協助各選手教練辦理。

(2)訓練時間：2023年6/25~7/30(35天)。

(3)訓練地點：國家訓練中心或高雄市立瑞祥高中。

(4)訓練教練：由入選教練擔任訓練工作，實施訓練。

### 3. 國外移地訓練：

(1)訓練方式：將參加國外績優俱樂部與國外選手共同訓練，由總教練依年度訓練計畫，提供與協助各選手教練辦理。

(2)訓練教練：入選教練擔任訓練工作，配合國外專業教練共同實施訓練。

(3)國外移地訓練時間地點：

A:2023亞洲錦標賽賽前集訓(日本東京):2023/1/15-2/19(36天)。

計畫:教練2人、選手10人

B:2023香港公開賽賽前集訓(昆明高原訓練):2023/7/31-8/21(22天)。

計畫:教練7人、選手30人

### 4. 參加國外比賽訓練

(1)目標：訓練結合比賽方式，藉參加國際重要賽事，與世界頂尖好手同場競技，以提升選手之比賽臨場實務經驗與心技戰術，檢核選手訓練成效、提振鬥志提升成績表現。

(2)比賽時間地點：

A:2023亞洲錦標賽(阿布達比):2023/2/25-3/4。

計畫人數:教練2人、選手10人

B:2023香港公開賽(香港):2023/8/22-8/27。

計畫人數:教練7人?、選手30人?

C:2023世界盃巡迴賽(東京):2023/10/31-11/6。

計畫人數:教練7人?、選手30人?

### (四)訓練內容：

1. 訓練時間：依前列兩種訓練方式中之訓練計畫時間辦理。

2. 訓練地點：依前列兩種訓練方式中之訓練計畫地點辦理。

3. 訓練教練：依前列兩種訓練方式中所擬定之教練資格與人數辦理。

4. 訓練內容與課目：

(1)重量訓練：運用各分站訓練器材實施重量訓練，增強選手肌耐力及爆發力。

(2)體能訓練：

A. 重量訓練：每星期二次，共三小時。

(A)臥推。(B)仰臥起坐。(C)划船。(D)蝴蝶機。(E)坐推。

(F)肱二頭肌。(G)股四頭肌。(H)蹬腿。(I)支撐單腿。(J)扭腰。

B. 循環訓練：每項以 10-15 次為一組，實施 5-8 組。

(A)俯地挺身。(B)仰臥起坐。(C)仰臥抬腿。(D)仰臥挺腹。

(E)腰俯蹲跳。(F)跳上跳下。(G)全彎轉體。

C. 柔軟操：每項以 10-15 秒，實施 2 至 4 組。

(A)肩關節。(B)腰關節。(C)髖關節。(D)膝關節。(E)踝關節。

(F)全身柔軟操。

(3)專業技術訓練：

A. 游泳訓練及專項訓練：(A)基本技術訓練：在各種游速中保持技術穩定性。

(B)耐力訓練：有氧能力。

(C)速度訓練：一般力量、速度力量和爆發力。

(D)反覆訓練：對多種訓練距離和手段的適應程度。

(E)姿勢修正及調整。

B. 規則常識講解。

C. 比賽常識講解。

D. 心理訓練與建設：

(A)目標建立。(B)毅力培養。(C)心智訓練。

(五)實施要點：

1. 年度訓練計畫需含於多年計畫內，並相互對應於年度訓練中所規定的方向和總安排，又能直接控制階段週、課的訓練。
2. 依運動員實際診斷、素質、機能、技術等各種身體生理及技能現況，制定切實可行的計畫。
3. 計畫必須符合運動訓練之客觀規律與要求，使該技術狀態形成週期性發展規律，和訓練過程形成負荷恢復規律，方能取得成效。

(六)各階段之訓練方式：

項 目	具 潛 力 游 泳 選 手
一、訓練任務	1. 強化和完善個人技、戰術，形成最佳的划頻和划幅組合，提高比賽過程中技術和戰術的穩定性。 2. 發展有氧能力，並使有氧能力達到較高水平。 3. 發展專項力量。 4. 保持良好柔韌性和協調性。 5. 注意及監控女性運動員體脂肪之增長。
二、訓練週課次	12次
三、訓練課時間	120-150 分鐘
四、訓練課運動量	6,000-8,000 公尺
五、年度運動量	200-250 萬公尺
六、水陸練習時間比例	7:3 每次陸上 45-60 分鐘
七、專項素質訓練	單項比例%
磷酸肌酸供能訓練	2-3%
糖酵解乳酸耐受訓練	5-7%
提高最大攝氧量訓練	15-25%
中強度有氧訓練	45-55%
低強度有氧訓練	15-25%

八、訓練內容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 專項力量和爆發力訓練，以用於水中產生最大推進力。</li> <li>2. 極限速度訓練。</li> <li>3. 乳酸耐受和乳酸峰值能力訓練。</li> <li>4. 年度運動量達到最高點。</li> </ol>
九、比賽目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立與比賽有關之各因素模型。</li> <li>2. 熟悉應用競賽規則，禁藥檢測的程序以及相關規定。</li> <li>3. 完善比賽技術、戰術及心理調解能力。</li> </ol>
十、訓練態度	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立和加強社會責任感，培養為國爭光之榮譽感。</li> <li>2. 培養頑強的意志品質。</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>

### 週訓練課程內容

	一	二	三	四	五	六
AM 主要 課程	耐力訓練 團體訓練 6:00~8:00	耐力訓練 團體訓練 6:00~8:00	耐力訓練 團體訓練 6:00~8:00	耐力訓練 團體訓練 6:00~8:00	耐力訓練 團體訓練 6:00~8:00	耐力訓練 團體訓練 6:00~8:00
PM 主要 課程	專項分組訓練 15:00~17:00	專項分組訓練 15:00~17:00	體能訓練 增能課程	專項分組訓練 15:00~17:00	專項分組訓練 15:00~17:00	體能訓練 增能課程

(七)合理之進場檢測點：

1. 進場機制：

依112年全國中等學校運動會為選拔賽會(入選標準為列表)。

五、追蹤考核機制：

(一)本計畫以經教育部體育署訓輔(專案)小組通過審核之選手，據以培訓。

(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)請教育部體育署專項與全項委員前往督導，俾以考察訓練成效，並提供本會未來執行本計畫修正之參考。

(五)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，均依「國家運動選手訓練中心培(集)訓隊教練選手管理要點」辦理，送本會紀律委員會議處，並陳報教育部體育署國家訓練中心(以下簡稱國訓中心)審議後行之。



(六)本計畫之教練、選手如違反國訓中心培(集)訓隊教練選手管理要點第八條第四項第2、3款者，提送本會紀律委員會議處禁賽6~12個月。

(七)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解聘。

(八)獲選本計畫之選手及教練，於組訓至比賽後4年之內，除因學籍問題外，其在本會註冊之教練或選手名單皆不得隨意更動，如有任意變動者，將提本會紀律委員會議處以禁賽2年之處分。

六、教練選手遴選辦法：

(1) 教練團遴選：(7名)

一、資格條件：具B級以上游泳教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分，且當年度並已註冊之教練者。

二、遴選方式：

總教練：由協會訓輔委員遴選派任之。

教練團之遴選：

(1) 入選本計畫選手之實際指導教練(依據協會系統111年註冊教練為主)。

(2) 依實際指導入選為潛力計畫選手的成績，依序遴選如下：

1. 由選訓輔委員依教練團實際功能性教練團推派執行教練一名(其餘教練名額依序遴選)。

2. 依入選選手人數多寡為遴選標準。

3. 依入選選手項目多寡為遴選標準。

(2) 選手遴選：(30名)

(1) 資格條件：本會112年註冊之選手及未受本會任何停權或禁賽者。

選拔賽會為112年全國中等學校運動會。

(2) 遴選方式：依下列公告之標準達標遴選。

(3) 達A標項目每項依序入選選手兩名，達B標項目每項依序入選最優選手一名

(4) 由選訓輔委員會推薦遴選之。

112年培育優秀或具潛力游泳選手入選標準

男子 遴選標準		項目	女子 遴選標準	
A標	B標		A標	B標
23.53	23.89	50m自由式	26.49	26.85
52.75	53.09	100m自由式	56.99	57.71
1:52.07	1:55.02	200m自由式	2:05.36	2:11.41
3:56.46	4:05.54	400m自由式	4:19.00	4:31.51
8:15.11	8:31.05	800m自由式	9:08.53	9:36.07
16:09.72	16:25.36	1500m自由式	17:20.99	18:21.62
26.80	27.45	50m仰式	30.32	30.87
57.52	58.65	100m仰式	1:03.82	1:05.90
2:07.42	2:10.14	200m仰式	2:18.60	2:23.89
29.16	31.00	50m蛙式	33.43	34.62
1:04.26	1:05.09	100m蛙式	1:14.45	1:17.06
2:23.43	2:28.07	200m蛙式	2:37.57	2:46.03
24.71	24.94	50m蝶式	28.38	28.77
55.98	57.90	100m蝶式	1:03.25	1:03.90
2:04.17	2:07.89	200m蝶式	2:20.10	2:25.30



2:08.99	2:11.32	200m混合式	2:24.23	2:25.79
4:34.40	4:36.17	400m混合式	5:01.48	5:23.36

※本標準為2019亞洲分齡賽15~17歲級A標第三名B標第五名。

※選手達標依A標優先錄取，每項至多入選兩名選手。

※該項目若無人達A標將由選訓委員推薦B標選手入選。

## 111年(111.1月開始計算至111.11月)女子組各項前八名成績排名 (50m)

50公尺自由式				50公尺蛙式			50公尺仰式			50公尺蝶式					
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱			
1	黃漢茜	26.08	111總統盃	林婉廷	32.34	111年全大運	吳以恩	29.63	111世青少	黃漢茜	27.20	匈牙利世錦			
2	邱羿臻	26.14	111全中運	洪潔瑜	32.45	111年全大運	陳俞蓉	29.93	111年全大運	陳俞蓉	27.61	111全大運			
3	陳妤函	26.40	111全中運	邱羿臻	32.90	111總統盃	徐安	29.96	111年全大運	陳妤函	27.90	111全中運			
4	廖祐菲	26.52	111全中運	楊庭宜	33.38	111總統盃	李如羿	30.05	111年全大運	李子芹	28.36	111全中運			
5	李媿萱	27.15	111總統盃	郭妍伶	33.58	111年全大運	陳思綺	30.16	111全大運	邱羿臻	28.58	111總統盃			
6	陳俞容	27.15	111總統盃	廖曼汶	33.70	111總統盃	范晴雯	30.31	111全中運	李媿萱	28.69	111總統盃			
7	墨俐兒	27.22	111總統盃	李佳勳	33.81	111全中運	廖祐菲	30.32	111總統盃	劉媿吟	28.88	111春長			
8	葉亞芯	27.24	111全大運	彭立琪	33.89	111全中運	李媿萱	30.87	111全中運	羅予訢	29.16	111全中運			
100公尺自由式				100公尺蛙式			100公尺仰式			100公尺蝶式					
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱			
1	黃漢茜	57.77	111春長	洪潔瑜	01:10.22	111年全大運	吳以恩	01:03.67	111全中運	劉媿吟	01:02.01	111全大運			
2	邱羿臻	57.81	111全中運	林婉廷	01:11.58	111年全大運	陳思安	01:04.94	111總統盃	陳妤函	01:02.94	111春長			
3	陳思安	58.00	111總統盃	李佳勳	01:12.78	111全中運	徐安	01:05:23	111年全大運	王伊伶	01:03.18	111全中運			
4	廖祐菲	58.23	111全中運	彭立琪	01:13.60	111全中運	李如羿	01:05.66	111全大運	陳思安	01:03.61	111春長			
5	何亞璇	58.34	111春長	楊庭宜	01:13.70	111全中運	楊郁萱	01:06.14	111春長	趙婕涵	01:04.31	111全中運			
6	徐安	58.76	111春長	王韻淇	01:15.53	111全中運	陳思綺	01:06.47	111全大運	林家嫻	01:04.31	111春長			
7	李媿萱	58.98	111總統盃	范晴宇	01:15.44	111全中運	李媿萱	01:06.47	111總統盃	洪渝嫻	01:04.36	111全中運			
8	曾婕捐	59.08	111全大運	楊庭宜	01:15.77	111春長	范晴雯	01:06.72	111全中運	陳俞容	01:04.56	111全大運			
200公尺自由式				200公尺蛙式			200公尺仰式			200公尺蝶式					
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱			
1	陳思安	02:04.62	111總統盃	洪潔瑜	02:34.24	111全大運	吳以恩	02:18.74	111全中運	劉媿吟	02:18.06	111春長			
2	何亞璇	02:04.74	111全大運	李佳勳	02:38.20	111全中運	楊郁萱	02:19.27	111全大運	王伊伶	02:19.63	111全中運			
3	楊宇晴	02:07.53	111全中運	Elle Tay	02:40.25	111全中運	林家嫻	02:21.48	111全中運	陳庭萱	02:21.80	111世青少			
4	林家嫻	02:08.35	111春長	簡瑋伶	02:40.50	111春長	張雅佳	02:23.36	111全中運	姚思語	02:23.36	111全中運			
5	李媿萱	02:08.92	111總統盃	彭立琪	02:41.17	111全中運	陳思安	02:23.40	111總統盃	王伊伶	02:23.40	111春長			
6	姚思語	02:09.01	111總統盃	胡祐嘉	02:41.65	111全中運	何虹儀	02:23.43	111全中運	洪渝嫻	02:23.93	111全中運			
7	廖祐菲	02:09.23	111全中運	楊庭宜	02:41.88	111全中運	李如羿	02:25.09	111全大運	陳思安	02:24.16	111總統盃			
8	王伊伶	02:09.28	111中正盃	黃沛儀	02:43.51	111總統盃	徐安	02:25.66	111全大運	林家嫻	02:24.20	111總統盃			
400公尺自由式				800公尺自由式			1500公尺自由式			200公尺混合式			400公尺混合式		
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱
1	郭苜安	04:25.43	111全中運	郭苜安	09:00.82	111全中運	郭苜安	17:07.26	111全中運	劉媿吟	02:19.12	111全大運	林家嫻	04:57.71	111全中運
2	陳思安	04:27.32	111全大運	詹庭瑜	09:13.25	111全中運	詹庭瑜	17:28.95	111總統盃	林家嫻	02:20.73	111全中運	趙婕涵	04:59.72	111全中運
3	詹庭瑜	04:31.09	111總統盃	鄧羽廷	09:13.83	111春長	鄧羽廷	17:35.20	111春長	陳庭萱	02:21.54	111春長	陳庭萱	05:01.07	111世界中學
4	林家嫻	04:31.19	111春長	林家嫻	09:18.60	111總統盃	楊郁萱	17:38.53	111全大運	陳思安	02:22.21	111春長	陳思安	05:03.26	111總統盃
5	姚思語	04:33.56	111總統盃	陳思安	09:18.63	111總統盃	王伊伶	17:48.30	111全中運	姚思語	02:24.37	111全中運	徐芳澄	05:09.21	111全中運
6	成喜宣	04:34.31	111總統盃	楊郁萱	09:19.66	111全大運	林璿	17:49.05	111全大運	王伊伶	02:27.33	111春長	王怡臻	05:09.39	111春長
7	楊宇晴	04:34.42	111世界中學	楊宇晴	09:21.40	111全中運	王怡臻	17:53.18	111春長	廖涵芸	02:27.42	111春長	王伊伶	05:10.68	111中正盃
8	王怡臻	04:34.89	111春長	成喜宣	09:21.79	111總統盃	成喜宣	17:59.64	111全中運	李媿萱	02:27.58	111總統盃	姚思語	05:11.75	111全中運

## 111年(111.1月開始計算至111.11月)男子組各項前八名成績排名 (50m)

50公尺自由式				50公尺蛙式			50公尺仰式			50公尺蝶式					
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱			
1	吳浚鋒	22.88	111年春長	吳浚鋒	27.99	111全大運	莊沐倫	25.47	111全大運	朱宸平	24.75	111中正盃			
2	林建良	23.18	111全大運	蔡秉融	29.09	111春長	簡立璿	26.29	111全中運	張克翔	24.84	111全大運			
3	劉懷仁	23.20	111全大運	陳義翔	29.13	111總統盃	吳亮昀	26.63	111全中運	安廷耀	25.23	111春長			
4	蕭永洪	23.24	111全大運	朱宸平	29.14	111總統盃	邵楷閏	27.07	111全中運	吳浚鋒	25:30	111全大運			
5	莊沐倫	23.45	111總統盃	林育緯	29.26	111全大運	施驊宸	27.08	111全大運	洪冠新	25:33	111全大運			
6	鄭侁	23.77	111世青少	陳志明	29.47	111春長	張恪榕	27.11	111全中運	劉懷仁	25.43	111全大運			
7	陳明宏	23.79	111全中運	陳仲澤	29.54	111春長	林士傑	27.32	111中正盃	莊沐倫	25.44	111總統盃			
8	周偉良	23.89	111全大運	朱晨愷	29.67	111總統盃	劉彥呈	27.35	111總統盃	王昱翔	25.53	111世青少			
100公尺自由式				100公尺蛙式			100公尺仰式			100公尺蝶式					
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱			
1	安廷耀	50.75	111全大運	蔡秉融	01:02.75	匈牙利世錦	莊沐倫	55.24	111全大運	王冠閏	52.80	匈牙利世錦			
2	莊沐倫	50.83	111總統盃	陳志明	01:03.75	111春長	簡立璿	57.07	111總統盃	王昱翔	55.82	111春長			
3	劉懷仁	51.12	111全大運	朱晨愷	01:04.07	111全大運	吳亮昀	57.93	111春長	洪冠新	55.87	111全大運			
4	楊宇翔	51.57	111總統盃	陳義翔	01:04.16	111總統盃	劉彥呈	58.39	111全中運	王學冠	56.07	111全中運			
5	鄭侁	51.61	111世青少	蔡逸杰	01:04.32	111全中運	傅堃銘	58.53	111全中運	華啟宸	56.15	111全大運			
6	劉彥呈	51.87	111年春長	林育緯	01:04.79	111全大運	許珈銘	58.97	111中正盃	黃俊杰	56.25	111春長			
7	許亦惟	52.50	111年總統盃	吳祐嘉	01:04.86	111全中運	張恪榕	59.66	111全中運	鄭侁	56.37	111春長			
8	華啟宸	52.50	111年總統盃	黃俊杰	01:04.98	111總統盃	洪子恩	59.75	111全中運	侯柏宇	56.68	111全中運			
200公尺自由式				200公尺蛙式			200公尺仰式			200公尺蝶式					
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱			
1	王冠閏	01:49.40	111年總統盃	蔡秉融	02:15.46	匈牙利世錦	莊沐倫	02:01.96	111春長	王冠閏	01:56.87	匈牙利世錦			
2	王星皓	01:51.23	111年總統盃	蔡逸杰	02:17.20	111全中運	簡立璿	02:04.61	111總統盃	王學冠	02:02.58	111全中運			
3	安廷耀	01:52.53	111全大運	朱晨愷	02:17.23	111全大運	王星皓	02:06.15	111全大運	王昱翔	02:04.21	111全中運			
4	傅堃銘	01:53.64	111春長	傅堃銘	02:18.80	111世青少	許珈銘	02:06.35	111全中運	侯柏宇	02:05.21	111全中運			
5	楊宇翔	01:54.14	111年總統盃	陳志明	02:18.91	111春長	傅堃銘	02:06.44	111春長	華啟宸	02:06.66	111總統盃			
6	黃國庭	01:54.28	111年總統盃	劉景閏	02:19.47	111總統盃	簡立璿	02:06.99	111春長	康鈞愷	02:07.36	111總統盃			
7	鄭侁	01:54.29	111春長	黃俊杰	02:21.33	111總統盃	徐佳宸	02:07.14	111全大運	李杰修	02:07.85	111全中運			
8	黃國倫	01:55.23	111年總統盃	賴秉杰	02:21.59	111全大運	吳亮昀	02:07.94	111全中運	廖梓丞	02:08.53	111總統盃			
400公尺自由式				800公尺自由式			1500公尺自由式			200公尺混合式			400公尺混合式		
名次	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱	姓名	成績	賽事名稱
1	王冠閏	03:54.29	111年總統盃	黃國庭	08:11.39	111全大運	黃國庭	15:35.51	111全大運	王星皓	02:01.13	111全大運	傅堃銘	04:24.17	111世界中學
2	黃國庭	03:57.30	111全大運	黃國倫	08:14.67	111全中運	黃國倫	15:42.54	111全中運	傅堃銘	02:05.30	111世青少	卓承齊	04:28.25	111春長
3	張鄭立為	03:58.94	111全大運	徐唯嘗	08:20.97	111全中運	卓承齊	15:53.33	111全大運	鄭侁	02:05.37	111世界中學	王星皓	04:29.75	111全大運
4	黃國倫	03:59.56	111全中運	廖梓丞	08:21.36	111全大運	洪雋崑	15:59.12	111全中運	楊宇翔	02:06.03	111總統盃	王昱翔	04:33.34	111全中運
5	洪雋崑	04:00.80	111全中運	謝奇霖	08:22.05	111全中運	廖梓丞	16:00.38	111年總統盃	黃俊杰	02:09.28	111總統盃	謝奇霖	04:34.48	111春長
6	謝奇霖	04:01.92	111春長	卓承齊	08:23.05	111年總統盃	洪本翰	16:02.35	111全大運	賴志豪	02:09.28	111總統盃	卓沛齊	04:35.65	111全大運
7	卓承齊	04:03.47	111春長	張鄭立為	08:23.86	111全大運	徐唯嘗	16:12.20	111全中運	王昱翔	02:09.38	111春長	曾楷文	04:35.73	111全大運
8	洪本翰	04:03.63	111全大運	廖梓丞	08:24.84	111年總統盃	卓沛齊	16:15.56	111年總統盃	卓承齊	02:09.46	111春長	廖梓丞	04:36.72	111總統盃

**中華民國游泳協會112年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」  
游泳經費概算表**

培育教練：7人；培育選手：30人

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
2023年亞洲錦標賽(賽前集訓)	1、時間1/17~2/21(36天) 2、地點：日本東京 3、人數：14人 (1)教練 2人 (2)選手 10人 (3)物理治療師 1人 (4)防護員1人	4,063,600	1、機票 14人x30,000=420,000 2、教練費(工作費) 2人x36天x1,600=115,200 3、物理治療師、防護員及體能教練工作費 2人x36天x1,600=115,200 4、選手零用金 10人x36天x300=108,000 5、膳宿費 14人x36天x2800=1,411,200 6、保險費 14人x100=14,000 7、交通費 15,000x36天=540,000 8、訓練場地費： 15000x36天=540,000 9、國外教練訓練費 10人x5週x10000=500,000 10、防疫用品 300,000 <b>小計4,063,600</b>	
2023年亞洲錦標賽	1、時間2/22~3/4(11天) 2、地點：阿布達比 3、人數：14人 (1)教練 2人 (2)選手 10人 (3)物理治療師 1人 (4)防護員1人	2,485,400	1、機票 14人x75,000=1050,000 2、教練費(工作費) 2人x11天x1,600=35,200 3、物理治療師、防護員及體能教練工作費 2人x11天x1,600=35,200 4、選手零用金 10人x11天x300=33,000 5、膳宿費 14人x11天x8,000=1,232,000 6、保險費 14人x100=14,000 7、國外交通費 15,000x2=30,000 8、雜支： 4000x14人=56,000 <b>小計2,485,400</b>	
國內集訓	1、時間6/25~7/30(35天) 2、地點：國訓中心或高雄瑞祥高中 3、人數：40人 (1)教練 7人 (2)選手 30人 (3)物理治療師 1人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人	5,226,000	1、教練費(工作費) 7人x35天x1,600=392,000 2、物理治療師、防護員及體能教練工作費 3人x35天x1,600=168,000 3、選手零用金 30人x35天x300=315,000 4、膳宿費 40人x35天x2400=3,360,000 5、保險費 40人x1000=40,000 6、交通費 9,000x35天=315,000 7、訓練場地費： 10000x35天=350,000	

			8、訓練用碼表 $15000 \times 8 = 120,000$ 9、運動機能貼布 $600 \times 3 \times 30 \text{人} = 54,000$ 10、國內交通費(高鐵): $2800 \times 40 = 112,000$ <b>小計5,226,000</b>	
國外移地訓練 (高原訓練)	1、時間：7月31-8/21(22天) 2、地點：昆明 3、人數：40人 (1)教練 7人 (2)選手 30人 (3)物理治療師 1人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人	4,412,000	1.機票費 $25,000 \times 40 \text{人} = 1,000,000$ 2.教練費(工作費) $7 \text{人} \times 22 \text{天} \times 1600 = 246,400$ 3、物理治療師、體能教練工作費 $3 \text{人} \times 22 \text{天} \times 1,600 = 105,600$ 4、選手零用金 $30 \text{人} \times 22 \text{天} \times 300 = 198,000$ 5、膳宿費 $40 \text{人} \times 22 \text{天} \times 2400 = 2,112,000$ 6、保險費 $40 \text{人} \times 1000 = 40,000$ 7、訓練場地費 $15000 \times 22 \text{天} = 330,000$ 8、交通費: $10000 \times 22 \text{天} = 220,000$ 9、雜支 $4000 \times 40 \text{人} = 160,000$ <b>小計4,412,000</b>	
2023香港公開賽	1、時間：8月22-8/27(6天) 2、地點：香港 3、人數：40人 (1)教練 7人 (2)選手 30人 (3)物理治療師 1人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人	1,940,000	1.機票費 $15,000 \times 40 \text{人} = 600,000$ 2.教練費(工作費) $7 \text{人} \times 6 \text{天} \times 1600 = 67,200$ 3、物理治療師、體能教練工作費 $3 \text{人} \times 6 \text{天} \times 1,600 = 28,800$ 4、選手零用金 $30 \text{人} \times 6 \text{天} \times 300 = 54,000$ 5、膳宿費 $40 \text{人} \times 6 \text{天} \times 4000 = 960,000$ 6、保險費 $40 \text{人} \times 1000 = 40,000$ 7、國外交通費 $15,000 \times 2 = 30,000$ 8、雜支 $4000 \times 40 \text{人} = 160,000$ <b>小計1,940,000</b>	
2023世界盃游泳 巡迴賽	1、時間：10月31-11/6(7天) 2、地點：日本東京 3、人數：40人 (1)教練 7人 (2)選手 30人 (3)物理治療師 1人 (4)體能訓練師1人 (5)防護員1人	3,822,600	1.機票費 $30,000 \times 40 \text{人} = 1,200,000$ 2.教練費(工作費) $5 \text{人} \times 7 \text{天} \times 1600 = 56,000$ 3、物理治療師、體能教練工作費 $3 \text{人} \times 7 \text{天} \times 1,600 = 33,600$ 4、選手零用金 $30 \text{人} \times 7 \text{天} \times 300 = 63,000$ 5、膳宿費 $40 \text{人} \times 7 \text{天} \times 8000 = 2,240,000$ 6、保險費 $40 \text{人} \times 1000 = 40,000$ 7、國外交通費 $15,000 \times 2 = 30,000$ 8、雜支 $4000 \times 40 \text{人} = 160,000$ <b>小計3,822,600</b>	

訓練器材 採購	1. 個人競賽裝備 (競賽型泳裝、競賽型泳帽、競賽型泳鏡、禦寒用大衣)	3,390,000	45,000x30人=1,350,000
	2. 個人訓練用品 (蛙鞋、划手板、浮板、彈力繩、呼吸管、瑜珈墊、拉力繩、阻力褲、阻力襪)		20,000x30人=600,000
	3. 個人服裝裝備(個人套裝、運動鞋、裝備袋)		8000 x30人=240,000
	4. 游泳心律監控器		25,000x30人=750,000
	5. 選手運科檢測費用		15,000 x30人=450,000
			<b>小計3,390,000</b>
小計		25,339,600	

備註：

一、前一年度「培育優秀或具潛力運動選手計畫」目標達成情形說明：

(一) 目標：培育2020東京奧運及2022杭州亞運菁英人才

(二) 達成：  其他：未執行

二、計畫內容「活動類別」請依實際需求增刪表格。

## 【附件二】

# 中華民國游泳協會 112年培育優秀或具潛力跳水運動選手實施計畫(草案)

000年00月00日選訓委員會第0次會議通過

- 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辦理。
- 二、選手名單及其應具備之培育資格：

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跳水選手為主，以培訓2023年亞洲運動會、2023年亞洲分齡游泳錦標賽。選手之培育遴選資格第一階段，依據112年全國總統盃跳水錦標賽符合成績標準之選手進退場檢測點辦理遴選，自 A、B組遴選男、女各二名，共8名；C組遴選男、女各三名，共6名，共 14位選手參加組訓；第二階段依據112年培育優秀及具潛力選手計畫集訓測驗遴選2023年亞洲分齡游泳錦標賽跳水參賽選手，遴選男、女各三名，共6人參加賽前集訓及參賽選手。

遴選順序機制如下表：

組別	第一順位	第二順位	備註
A (16-18歲)	一米跳板 男 173.85分以上、女 134.05分以上 三米跳板 男、女生皆須完成整套正規動作		1.皆須參加一米及三米跳板單人項目 2.以2019年亞洲分齡錦標賽1米跳板為成績標準。
B (14-15歲)	一米跳板 男 157.3分以上、女 127.05分以上 三米跳板 男、女生至少完成2個正規比賽。		A組第六名 男生前6跳 女生前5跳 B組第十名
C (12-13歲)	一米跳板至少完成2個正規比賽動作	分數最高者	男生前6跳 女生前5跳

三、遴選依據及經過：

(一)選手遴選條件

第一階段：

1. 依據 112年總統盃跳水錦標賽一米跳板成績為遴選標準，且須參加三米跳板單人項目。
2. A組男、女前兩名之選手，成績男須達 173.85分，女須達 134.05分。
3. B組男、女前兩名之選手，成績男須達 157.30分，女須達 127.05分。
4. C組男、女前三名之選手，男、女至少完成2個正規動作。
5. 如各組名額錄取不足時得於同組不限男、女選手遞補或名額依序向下遞補之，唯各組須達標才可遞補。

第二階段：(2023年亞洲分齡游泳錦標賽跳水)

1. 依據本會112年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗。



2. A、B組遴選一公尺及三公尺跳板，C組遴選一公尺跳板，必須具備各組限定之規定及自選動作，擇優錄取參加亞洲分齡錦標賽(共6名)。
3. 第二順位以雙人項目及跳台選手優先遴選。
4. 需參與本會賽前集訓才可參賽。

(二)培訓隊教練：第一階段3名、第二階段2名。

1. 培訓隊教練之資格暨遴選方式

- (1) 具中華民國身份者。
- (2) 具有本會跳水教練B級以上證照並實際執行訓練者，且未受本會任何停權處分。
- (3) 入選選手成績。

A、第一順位，入選成績優：比金牌數。

B、第二順位，若金牌同額比銀牌數。

C、第三順位，入選人數多。

D、第四順位，若前三順位無法產生則由本會(委員會)提名，其資格為

(1) 近二年國際賽指導教練績優者順序。

a FINA 辦理之賽會。

b 中華奧會組隊之賽事。

c 本會組隊參賽之賽事。

(a) 亞洲泳聯之賽事。

(b) 國際邀請賽。

(c) 近二年參加全國賽事教練或選手(需具備教練證)。

四、訓練計畫：

(一) 總目標：培育 2023年亞運會跳水參賽選手

(二) 中程目標：2023年跳水亞洲盃

(三) 短期目標：2023年跳水亞洲分齡游泳錦標賽跳水。

(四) 分年計畫內容：

1. 本計畫擬定 112年二階段集中訓練及參賽：

(1). 第一階段：

國內：自112年7月09日起至112年8月05日，選手14人、國內教練3人、物理治療師1人，共18人。

(2). 第二階段：(2023年亞洲分齡游泳錦標賽跳水)

賽前集訓：賽前7日集訓，選手4人、國內教練1人、物理治療師1人，共6人。

比賽：自112年(未定)賽期10日，選手6人、國內教練2人、物理治療師1人及隨隊裁判1人，共10人。

2. 訓練地點分二階段訓練：。

第一階段：

(1) 國內集訓：臺中北區運動中心，112年7月9日至112年8月5日。

第二階段：

(1) 賽前集訓：臺中北區運動中心，112年賽前7日。

(2) 2023年亞洲分齡游泳錦標賽跳水：時間未定、地點：菲律賓，112年賽期10日。

※各集訓階段依據教練訓練計畫調整練習。

3. 訓練時間：

(1) 星期一至星期五實施；上午 09：00 至 12：00，下午 14：00 至 18：00。

(2) 星期六實施；上午 9:00-12:00。

4. 訓練方式及內容：專項訓練：

(1) 基本技術訓練：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。

(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) 姿勢修正及調整。

(6) 心理建設：A.目標建立。B.毅力培養。實施要點：

(1) 各階段訓練重點量化概述

A. 年度訓練計畫需含於多年計畫內相互對應之下，年度訓練中所規定的方向和總安排，又能直接控制階段週、課的訓練。

B. 依運動員現況診斷、素質、機能、技術等各種內容的現實狀態基礎上，制定切實可行的計畫。

C. 計畫必須符合運動訓練客觀規律的要求，該技術狀態形成週期性發展規律，訓練過程形成負荷恢復規律，這才能取得成效。

(2) 各階段訓練方式之撰述：

項目	訓練內容
一、訓練任務	1. 強化和完善個人技術、戰術，形成最佳的動作組合，提高比賽過程中，技術和戰術的穩定性。 2. 發展專項力量。 3. 繼續保持良好柔軟性和協調性。 4. 注意控制脂肪的增長。
二、週課次	9~11
三、課時間	150~180 分鐘
四、課運動量	各組基本動作養成
五、年運動量	比賽動作養成
六、水陸練習時間比例	5:5，陸上練習、水上練習。
七、專項素質訓練	跳水所需專項大肌群素質訓練
(一)基本動作訓練	1. 配合影帶教學將正確的動作印象，加深於選手的腦中，在每日的睡前及練習之中於腦中模擬，以產生正確的動作意象。 2. 在訓練中以攝影機拍攝選手的動作，從中可發現選手的缺失，也易於修正動作缺點。
(二)陸上動作訓練	走板、壓板、翻騰、轉體
(三)水上技術訓練	展開、入水、壓水花

十、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>
--------	---

(五)進退場檢測點：

1. 第一階段：依據 112 年總統盃跳水錦標賽一米跳板成績為遴選標準。
2. 第二階段：依據 112 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗。

(六)退場機制：

1、為增進參訓選手之競爭性，並提升訓練成效，依年度訓練計畫與選手各項運動表現及成績考評等，作為遴選機制與原則。

2、成績考核及檢測點：

- (1) 112 年潛優集訓測驗。
- (2) 選手應參加本會舉辦之 112 年總統盃跳水錦標賽且須參加單人跳板項目，以檢測具潛力選手之訓練成效，並作為國內集訓選手之遴選標準，未參加者將不得參加下期培訓(特殊狀況需佐證資料提報本會審核)。
- (3) 教練應於各階段結束前，提交選手訓練成果報告表，以作為選手退場與否之成績考核依據。

五、追蹤考核機制：

(一)本計畫經教育部體育署訓輔小組通過審核之選手據以培訓。

(二)入選本計畫之選手每年須由選手所屬分站教練擬訂年度訓練計畫，於年中送本會備查，本會即依據訓練計畫派員前往督訓。

(三)選手培訓時間將以訓練季節期由本會選訓輔小組人員，採不定期方式前往督訓。

(四)請體育署訓輔小組專項委員會前往督導，以考察訓練成效，提供本會未來執行本計畫修正之參考。

(五)培訓期間凡違反計畫相關規定者，提送本會選訓輔、紀律委員會予以懲處

六、待支援事項：本計畫入選之人員請核予公假和職務派代，以配合集訓事宜。

附件一

1. 遴選標準依據 2019 年亞洲分齡跳水錦標賽一米跳板成績為依據。
2. 設定標準 A 組男、女子第六名及 B 組男、女子組第十名。
3. 各組男子前六跳成績總和及女子前五跳成績總和。

## 205 1M BOYS SPRING BOARD GROUP B

### 10 HOSSEINI SHAYAN MOHAMMAD (2005) -- I. R. IRAN

401B	Inward Dive	1	1.5	6.5	7.0	6.5	6.5	6.5	19.5	29.25	29.25
101B	Forward Dive	1	1.3	6.5	6.0	6.0	6.0	6.0	18.0	23.40	52.65
201B	Back Dive	1	1.6	6.0	6.5	6.0	5.5	6.0	18.0	28.80	81.45
301B	Reverse Dive	1	1.7	4.5	5.0	5.0	4.0	5.0	14.5	24.65	106.10
5132D	Forward 1½ Somersaults 1 Twist	1	2.2	4.5	4.5	5.0	4.5	5.5	14.0	30.80	136.90
105C	Forward 2½ Somersaults	1	2.4	3.0	3.0	2.5	3.0	2.5	8.5	20.40	157.30

## 206 1M GIRLS SPRING BOARD GROUP B

### 10 NARINTIRA MANETCHAI (2005) -- THAILAND

101B	Forward Dive	1	1.3	5.5	6.0	5.5	5.0	5.0	16.0	20.80	20.80
201B	Back Dive	1	1.6	4.5	5.0	5.5	4.5	5.5	15.0	24.00	44.80
301B	Reverse Dive	1	1.7	5.0	5.5	5.0	4.5	4.5	14.5	24.65	69.45
401B	Inward Dive	1	1.5	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	18.0	27.00	96.45
5211A	Back Dive ½ Twist	1	1.8	6.0	6.0	6.0	5.0	4.5	17.0	30.60	127.05

## 401 1 M SPRING BOARD MEN GROUP A

### 6 N WILLSON SINGH (2002) -- INDIA

103B	Forward 1½ Somersaults	1	1.7	5.5	5.5	5.5	5.5	5.0	16.5	28.05	28.05
201B	Back Dive	1	1.6	4.5	4.5	4.5	5.0	4.5	13.5	21.60	49.65
301B	Reverse Dive	1	1.7	5.0	4.0	4.0	3.5	4.0	12.0	20.40	70.05
401B	Inward Dive	1	1.5	6.0	6.0	5.5	6.5	6.0	18.0	27.00	97.05
5132D	Forward 1½ Somersaults 1 Twist	1	2.2	5.0	5.5	5.0	5.5	5.5	16.0	35.20	132.25
105B	Forward 2½ Somersaults	1	2.6	5.0	5.5	5.0	5.5	5.5	16.0	41.60	173.85

## 402 1M SPRING BOARD WOMEN GROUP A

### 6 LEE YIN TING (2002) -- HONGKONG CHINA

201B	Back Dive	1	1.6	4.5	5.0	5.0	5.0	5.0	15.0	24.00	24.00
301B	Reverse Dive	1	1.7	5.5	6.0	5.5	5.0	6.0	17.0	28.90	52.90
5132D	Forward 1½ Somersaults 1 Twist	1	2.2	4.0	4.5	4.0	4.0	4.5	12.5	27.50	80.40
401B	Inward Dive	1	1.5	5.0	5.5	5.0	6.0	6.0	16.5	24.75	105.15
103B	Forward 1½ Somersaults	1	1.7	5.5	6.0	5.5	5.5	6.0	17.0	28.90	134.05

**中華民國游泳協會**  
**2023年亞洲分齡游泳錦標賽跳水**  
**跳水教練、選手遴選辦法 草案**

112年00月00日年度第 屆選訓委員會第 次會議通過

- 一、依據：依據教育部體育署112年度運動潛力優秀人才工作計畫辦理。
- 二、目的：遴選參加「2023年跳水亞洲盃」（以下簡稱亞分）教練及選手，以締造佳績，為國爭光。
- 三、組織：由中華民國游泳協會（以下簡稱本會）選訓委員會，組成亞分選手選訓小組，負責有關亞分教練及選手之遴選暨培訓與督導事宜。
- 四、教練之遴選方式：
  - (一)具本會跳水教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分者。
  - (二)實際指導與訓練的選手入選為亞分代表隊選手。
  - (三)教練：
    - 1.名額：2人。
    - 2.教練資格暨遴選方式
      - (1)具中華民國身份者。
      - (2)具有中華民國游泳協會跳水教練證照並實際執行訓練者，且未受本會任何停權處分。
      - (3)入選選手成績。
        - A、第一順位，入選成績優：比金牌數。
        - B、第二順位，若金牌同額比銀牌數。
        - C、第三順位，入選人數多。
        - D、第四順位，若前三順位無法產生則由協會(委員會)提名，其資格為近年國際賽指導教練績優者順序。
          - a FINA 辦理之賽會。
          - b 中華奧會組隊之賽事。
          - c 協會組隊參賽之賽事。
            - (a) 亞洲泳聯之賽事。
            - (b) 國際邀請賽。
            - (c) 近一年參加全國賽事教練或選手(需具備教練證)。

五、選手之遴選方式：

組別	動作需求	名額	備註
2022 年世界青少年跳水錦標賽			
A 組(16-18 歲) 一米&三米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；5 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；4 個自選動作(無難度限制)	男 3 名 女 3 名	遴選賽事： 112 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗
	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；5 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；4 個自選動作(無難度限制)		
B 組(14-15 歲) 一米&三米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；4 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；3 個自選動作(無難度限制)		
	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；4 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.5)；3 個自選動作(無難度限制)		
C 組(12-13 歲)一米單人跳板	男 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；3 個自選動作(無難度限制) 女 5 個規定動作(難度不得超過 9.0)；2 個自選動作(無難度限制)		

(一)選手：6 人（男 3、女 3 人）。

(二)2023 年亞洲分齡游泳錦標賽跳水參賽選手：

1. 依據本會 112 年中華民國游泳協會培育優秀及具潛力選手集訓測驗。
2. A、B 組遴選一公尺及三公尺跳板，C 組遴選一公尺跳板，必須具備各組限定之規定及自選動作，擇優錄取參加亞洲分齡錦標賽(共 6 名)。
3. 第二順位以雙人項目及跳台選手優先遴選。
4. 需參與本會賽前集訓才可參賽。

(三)自費選手：

1. 名額：FINA 國際賽規定，每個項目至多可兩人參賽為原則，公費選手優先，剩餘之缺額開放自費。
2. 資格：公費名額外，各組別（含公開組）可自費參加，自費人員需包含以下兩個條件。
  - (1)112 年度全國總統盃跳水錦標賽各組前 3 名者。
  - (2)須具備比賽規定之整套動作方可自費參加，動作規定如上。

六、隨隊裁判：由本會推派之。

七、附則：

- (一)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，送本會紀律委員會議處。
- (二)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。

八、本辦法經本會選訓委員會議通過後，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 112 年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」 跳水項目經費概算表

1. 112 年潛優集訓：教練：3 人；培育選手：男 7 人、女 7 人；物理治療師：1 人。
2. 2023 年亞洲分齡游泳錦標賽跳水：教練：2 人；參賽選手：男 3 人、女 3 人；物理治療師：1 人；隨隊裁判：1 人。

## 壹、經費概算：

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
國內集訓	1、時間：112 年 07 月 9 日至 08 月 05 日(暫計 28 日) 2、地點：台中北區運動中心 3、人數：18 人 (1)教練 3 人 (2)選手 14 人 (3)物理治療師 1 人	2,039,200	1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) $1,580 * 18 \text{人} = 28,440$ 2. 選手零用金 $300 * 14 \text{人} * 28 \text{天} = 117,600$ 3. 教練費 $1,600 * 3 \text{人} * 28 \text{天} = 134,400$ 4. 膳宿費 $2,400 * 18 \text{人} * 28 \text{天} = 1,209,600$ 5. 服裝費 $4,000 * 18 \text{人} = 72,000$ 6. 訓練泳裝 $3,000 * 14 \text{人} = 42,000$ 7. 場地費 280,000 8. 交通費 20,000 9. 保險費 $100 * 18 \text{人} * 28 \text{天} = 50,400$ 10. 物理治療師 $1,600 * 28 \text{天} = 44,800$ 11. 訓練消耗性器材 30,000*1 式=30,000 12. 雜支 10,000	
2023 年亞洲分齡游泳錦標賽跳水賽前集訓	1、時間：112 年(暫計 7 日) 2、地點：台中北區運動中心 3、人數：9 人 (1)教練 2 人 (2)選手 6 人 (3)物理治療師 1 人	312,920	1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵) $1,580 * 9 \text{人} = 14,220$ 2. 選手零用金 $300 * 6 \text{人} * 7 \text{天} = 12,600$ 3. 教練費 $1,600 * 2 \text{人} * 7 \text{天} = 22,400$ 4. 膳宿費 $2,400 * 9 \text{人} * 7 \text{天} = 151,200$	



			5. 場地費 70,000 6. 交通費 10,000 7. 保險費 100*9人*7天=6,300 8. 物理治療師 1,600*7天=11,200 9. 訓練消耗性器材 10,000*1式=10,000 10. 雜支 5,000	
2022年亞洲分齡游泳錦標賽跳水	1、時間：112年日(暫計10日) 2、地點：菲律賓 3、人數：10人 (1)教練2人 (2)選手6人 (3)物理治療師1人 (4)隨隊裁判1人	1,287,800	1. 選手、教練、物理治療師 交通費(高鐵) 2,980*10人=29,800 2. 機票 4,500*10人=45,000 3. 膳宿費 6,600*10人*10天=660,000 4. 服裝費 4,000*10人=40,000 5. 保險費 1200*10人=12,000 6. 境外交通費 20,000 7. 教練費 1,600*2人*10天=32,000 8. 物理治療師 1,600*10天=16,000 9. 選手零用金 300*6人*10天=18,000 10. 雜支 10,000	3.依據大會 指定飯店(暫 定)
翻騰訓練器材		450,000	翻騰訓練機	
陸上訓練跳板組		1,500,000	1.陸上訓練跳水板 2.跳水板增高支架 3.陸上訓練保護墊(大)*2	
小計				

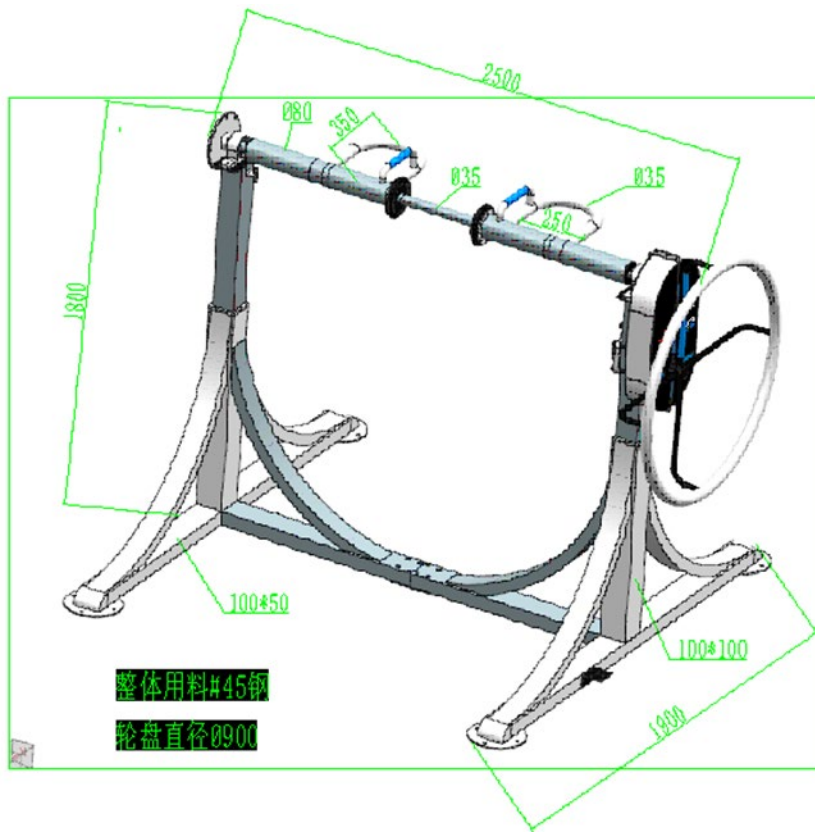
備註：

一、前一年度「培育優秀或具潛力運動選手計畫」目標達成情形說明：如附件成果報告。

二、計畫內容「活動類別」請依實際需求增刪表格。

## 貳、經費合計

項次	名稱	小計	備註
1	國內集訓	2,039,200	
2	亞洲分齡游泳錦標賽跳水賽前集訓	312,920	
3	亞洲分齡游泳錦標賽跳水參賽	1,287,800	
4	翻騰訓練器材	450,000	
6	陸上訓練跳板組	1,500,000	
合計		5,589,920	



#### 1. 設備規格250cm長\*180cm高\*190cm寬

技術狀態描述：由於設備使用者年齡在8至14歲，經過測量多位志願者得出使用者臂展大約為1.1米至1.6米，因此設備長度要高出臂展40cm方為合理，加上手輪及機械盒長度應不少於220cm。由於設備使用者年齡在8至14歲，經過測量多位志願者得出使用者身高大約為1.2米至1.6米，設備使用者是腰部通過保護裝置捆綁在 $\Phi 35$ 處位置進行翻騰，腳離地高度不應少於45cm方為安全位置，應為伸出的手臂提供足額距離，因此總高度不應少於180cm。由於設備不與地面連接地腳螺栓且設備高度180cm，長度250cm，考慮其整體穩定性，設備寬度不應少於190cm，在其使用過程中由於巨大慣性，過低的設備寬度會發生設備翻倒得可能性。綜上所述我方技術開發得出，設備整體尺寸應為250cm長\*180cm高\*190cm寬為安全可靠的規格。

#### 2. 材質材料：具有良好抗塑性變形能力抗氧化能力的304不銹鋼。

技術狀態描述：考慮其設備穩定性，設備整備質量不應少於200KG且在長期潮濕環境下使用應具有抗氧化能力，因此材料選擇為304不銹鋼，結合製造所選材料尺寸的規格，唯有鋼材能達到此重量，因此不考慮選用鋁合金製備。

#### 3. 手輪旋轉軸旋轉比例：1:3.6。

技術狀態描述：因設備旋轉手輪直徑為90cm，高度在距離地面1.5米的位置，考慮教練普遍身高均在1.7米，臂展為1.7米至1.8米，結合人在輪圓的過程中並不能掄起正圓的考慮，經多位教練共同磨合下，旋轉比例定位1:3.8方為最佳狀態。

#### 4. 剎車：腳踏式拉線碟剎

技術狀態描述：因設備寬度為190cm，而教練在手輪一側使用中，會出現腳踩位置夠不到的情形。因此此設備應在設備兩腳處皆設有腳踏式拉線剎車，而非一側，方為最佳使用狀態。

### 【附件三】

## 中華民國游泳協會112年 培育優秀或具潛力公開水域游泳選手實施計畫

111年X月X日選訓委員會第X次會議通過

- 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辦理。
- 二、 選手名單及其應具備之培育資格：

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2023年亞洲運動會、亞洲公開水域游泳錦標賽、世界青少年公開水域游泳錦標賽、世界盃馬拉松游泳系列賽、以取得2024、2028奧運會參賽資格為目標。

選手之培育遴選資格第一階段，依據有參加111年日月潭全國公開水域游泳錦標賽各年齡組成績排序為遴選依據，第二階段以2023年亞洲公開水域游泳錦標賽前的青少年賽事遴選，人數不足時由協會遴選之較練薦派或不予替補，選手進退場檢測各階段賽事排序為考核，自 A、B、C 組中各遴選出男、女各四名，共24名（男子12名、女子12名）優秀男、女選手，參加組訓與賽前集訓及參賽，遴選順序機制如下表：

組別	A (18-20 歲) 2003-2005		B (15-17 歲) 2006-2008		C (13-14 歲) 2009-2010	
	女	男	女	男	女	男
排序一						
排序二						
排序三						
排序四						
候補一						
候補二						

### 三、 遴選依據及經過：

#### (一) 選手遴選條件

##### 第一階段：

- 1.以參加111年日月潭公開水域游泳錦標賽成績排序，且須參加游泳協會主辦之111年盃賽、112年春季長水道1500公尺賽事成績男子組達到18:45秒內女子組達到19:15秒內為符合達到遴選標準。
- 2.符合112年潛優遴選條件為有參加111年日月潭公開水域游泳錦標賽之選手，為正選選手。
- 3.依據111年協會主辦之公開水域賽事成績由總教練推薦各組選手培訓。
- 4.有參與111年日月潭公開水域游泳錦標賽並且為前六名未達遴選標準之B、C組選手僅得列為遞補選手資格，待正式選手遴選後尚有缺額方可遞補。

##### 第二階段：

- 1.以參加112年日月潭公開水域游泳錦標賽前之青少年賽事遴選A、B、C及男、女各組3名選手參賽。
- 2.遴選各組達標之選手，並參考112年春季與中正盃1500公尺成績達到男子組18:30，女子組達到19:15排序各組前4名入選，共24人（男12人、女12人）。
- 3.各組第5至6名為候補選手。
- 4.若遴選組別有缺額經教練團決議後後補選手優先遞補。

##### 第三階段：

- 1.以112年日月潭公開水域游泳錦標賽成績排序或2023年亞洲公開水域游泳錦標賽前的青少年賽事排序，為遴選參加2023年世界盃馬拉松游泳系列賽南投站與香港站依據。

2. 台灣南投站依據協會指定遴選賽事為依據，遴選A組、B組、C組男、女各3人，共18人（男9人、女9人）擇優遴選。
3. 香港站依據協會指定遴選賽事為依據，遴選A組、B組、C組男、女各2人，共12人（男6人、女6人）擇優遴選。
4. 選手必須符合協會規定集訓需求，才可參賽。
5. 若遴選組別有缺額經教練團決議後後補選手優先遞補。

(二) 培訓隊教練：總教練一名，培訓教練3名。

培訓隊教練之資格暨遴選方式

- (1) 具中華民國身份者。
- (2) 具有本會游泳教練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。
- (3) 入選選手成績。

A、111年日月潭全國公開水域游泳錦標賽：成績比序。

B、111年日月潭全國公開水域游泳錦標賽：成績比序。

C、111年日月潭全國公開水域游泳錦標賽：成績比序。

D、各組人選產生重疊則由本會(委員會)提名，其資格為近二年國際賽指導教練績優者順序。

a. FINA辦理之賽會。

b.中華奧會組隊之賽事。

c.本會組隊參賽之賽事。

d.亞洲泳聯之賽事。

e.國際邀請賽。

四、 訓練計畫：

(一) 總目標：培育 2024.2028年奧運會馬拉松游泳參賽選手。

(二) 中程目標：2023~2025年亞洲公開水域游泳錦標賽奪牌選手

(三) 短期目標：2023~2025年馬拉松游泳系列賽亞洲排名前八名、2023年世界青少年公開水域游泳錦標賽亞洲排名前八名

(四) 年度計畫內容：

1. 本計畫擬定 112年各階段集中訓練及參賽：

(1) 第一階段：暑訓

國內：自112年7月17日起至112年8月11日，選手24人、國內教練4人、物理治療師2人、肌力體能訓練師1人、學科自習課業輔導講師2人，共33人。

(2) 第二階段：日月潭公開水域游泳錦標賽)前三天集中訓練後出發

比賽：自112年(9月22日至9月23日)，選手24人、國內教練4人、物理治療師2人，共30人。

(3) 第三階段：各賽事(世界杯系列賽南投站與香港站)前五天集中訓練後出發

比賽：自112年(10/26~10/30南投，10/31~11/6香港)，選手4~24人、教練2~4人、物理治療師1~2人，共7~30人。

2. 訓練地點分二階段集中訓練。

第一階段：國內暑假集訓

(1) 國內暑假集訓：中部室內外游泳池、中部日月潭開放水域，112年7月17日至112年8月19日。

第二階段：出國參賽前3~5天集中合訓

(1) 國際賽事前3~5天合訓：中部室內外游泳池、中部日月潭開放水域，112年各國際賽出發前一週時間。

(2) 各賽事集訓階段依據教練訓練計畫調整練習。

### 3. 訓練時間：

#### 水中訓練

- (1) 星期一至星期五實施；上午 06：00 至 08：30，下午 15：00 至 18：00。
- (2) 星期六實施；上午 6:00-09:00。

#### 陸上肌力訓練與物理治療及課輔安排

- (1) 星期二、四、六；上午 09：30 至 11：30。
- (2) 週一、三、五；上午 10：00 至 11：30 安排運動相關學科增能上課。
- (3) 物理治療與放鬆安排每天訓練後的空檔時間實施。
- (4) 每天晚上統一晚自習兩小時。

### 4. 訓練方式及內容：

#### 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：
  - A. 目標建立。
  - B. 毅力培養。

#### 實施要點：

- (1) 各階段訓練重點量化概述
  - A. 年度訓練計畫需含於多年計畫內相互對應之下，年度訓練中所規定的方向和總安排，又能直接控制階段週、課的訓練。
  - B. 依運動員現況診斷、素質、機能、技術等各種內容的現實狀態基礎上，制定切實可行的計畫。
  - C. 計畫必須符合運動訓練客觀規律的要求，該技術狀態形成週期性發展規律，訓練過程形成負荷恢復規律，這才能取得成效。
- (2) 各階段訓練方式之撰述：

項目	訓練內容
一、訓練任務	5. 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。 6. 發展專項力量。 7. 繼續保持良好抗壓性和協調性。 8. 注意控制身體脂肪的增長。
二、週課次	12~15
三、課時間	150~180分鐘
四、週訓練量	週訓練量約85000~110000公尺
五、月訓練量	月訓練量約350,000~450,000公尺

六、水陸練習時間比例	2:8，陸上練習、水上練習。
七、專項素質訓練	公開水域所需專項大肌群素質訓練
(一)基本游泳訓練	3. 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。 4. 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。
(二)陸上肌力體能訓練	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。 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。
(三)水中技術訓練	藉由浮球在泳池練習繞標過彎技術
(四)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。
十、訓練態度	7. 建立和加強社會責任感，培養為國爭光的榮譽感。 8. 堅強的意志品質。 9. 學習參與計畫的制定與實施。 10. 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。 11. 提高個人素質（職業目標和文化教育）。 12. 使用運動心理技能（如調整和控制情緒的技能）。

(五) 進退場檢測點：

1. 第一階段：112年春季分齡賽各級1500公尺自由式成績C-男子組18:45、女子組19:15，B-男子組18:15、女子組18:45，A-男子組17:45、女子組18:15，為遴選標準。
2. 第二階段：112年中正盃分齡賽各級1500公尺自由式成績C-男子組18:30、女子組19:00，B-男子組18:00、女子組18:30，A-男子組17:30、女子組18:00，為遴選標準。
3. 第三階段：112年日月潭公開水域錦標賽各級前六名與達到總統盃分齡賽各級1500公尺自由式成績C-男子組18:15、女子組18:45，B-男子組17:45、女子組18:15，A-男子組17:15、女子組17:45，為遴選標準。

(六) 退場機制：

- 1、提升培訓選手之競爭性，並提升訓練成效，依年度訓練計畫與選手各項運動表現及成績考評等，作為遴選機制與原則。
- 2、成績考核及檢測點：
  - (1) 111年潛優集訓結訓測驗。
  - (2) 選手應參加本協會舉辦之112年春季、中正盃與總統盃游泳錦標賽且須參加1500公尺自由式項目，以檢測具潛力選手之訓練成效，並作為國內集訓選手之遴選參考標準，未參加者將不得參加下期培訓(特殊狀況需佐證資料提報本會審核)。
  - (3) 教練應於各階段結束前，提交選手訓練成果報告表，以作為選手退場與否之成績考核依據。

五、 追蹤考核機制：

- (一)本計畫經教育部體育署訓輔小組通過審核之選手據以培訓。

(二)入選本計畫之選手每年須由選手所屬分站教練擬訂年度訓練計畫，於年中送本會備查，本會即依據訓練計畫派員前往督訓。

(三)選手培訓時間將以訓練季節期由本會選訓輔小組人員，採不定期方式前往督訓。

(四)請體育署訓輔小組專項委員會前往督導，以考察訓練成效，提供本會未來執行本計畫修正之參考。

(五)培訓期間凡違反計畫相關規定者，提送本會選訓輔、紀律委員會予以懲處

六、待支援事項：本計畫入選之人員請核予公假和職務派代，以配合集訓事宜。



## 中華民國游泳協會 112 年度辦理「培育優秀或具潛力運動選手計畫」 公開水域項目經費概算表

3. 112 年潛優集訓：教練：4 人；培育選手：男 12 人、女 12 人；物理治療師：2 人；肌力體能訓練師：1 人；課輔教師師：2 人。
4. 2023 年日月潭公開水域游泳錦標賽：教練：4 人；參賽選手：男 12 人、女 12 人；物理治療師：2 人。
5. 2023 年世界盃馬拉松游泳系列賽 4 台灣南投站：教練：4 人；參賽選手：男 12 人、女 12 人；物理治療師：2 人。
6. 2023 年世界盃馬拉松游泳系列賽 5 香港站：教練：2 人；參賽選手：男 2 人、女 2 人；物理治療師：1 人。

貳、經費概算：

參、

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
國內集訓	1、時間：112 年 07 月 17 日至 08 月 11 日(暫計 26 日) 2、地點：中部內外游泳池與中部日月潭開放水域 3、人數：33 人 (1)教練 4 人 (2)選手 24 人 (3)物理治療師 2 人 (4)肌力體能訓練師 1 人 (5)課輔教師 2 人	3,432,400	13. 所有人員交通費(高鐵來回) $700*66人=46,200$ 14. 選手零用金 $300*24人*26天=187,200$ 15. 教練費 $1,600*4人*26天=166,400$ 16. 膳宿費 $2,400*33人*25天=1,980,000$ 17. 服裝費 $4,000*33人=132,000$ 18. 訓練泳裝 $4,000*24人=96,000$ 19. 場地費 $10,000*25天=250,000$ 20. 交通費 $9,000*26趟=234,000$ 21. 保險費 $100*33人*26天=85,800$ 22. 物理治療師 $1,600*26天*2人=83,200$ 23. 肌力體能訓練師 $1,600*26天*1人=41,600$ 24. 晚自習講師 $1,600*25天*2人=80,000$ 25. 訓練消耗性器材 $30,000*1式=30,000$ 26. 雜支 20,000	

<p>2023年日月潭公開水域游泳錦標賽+賽前集訓</p>	<p>1、時間：112年9月22日至9月23日(計2日) 2、地點：南投日月潭 3、人數：30人 (1)教練4人 (2)選手24人 (3)物理治療師2人</p>	<p>239,600</p>	<p>1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵來回) 700*60人=42,000 2. 選手零用金 300*24人*2天=14,400 3. 教練費 1,600*4人*2天=12,800 4. 膳宿費 2,400*30人*1天=72,000 5. 交通費 9,000*2天=18,000 6. 保險費 100*30人*2天=6,000 7. 物理治療師 1,600*2人*2天=6,400 8. 訓練消耗性器材 10,000*1式=10,000 9. 報名費 2,000*24人=48,000 10. 雜支 10,000</p>	
<p>2023年世界杯系列賽台灣南投站+賽前集訓</p>	<p>1、時間：112年10月26日至10月30日(計5日) 2、地點：南投日月潭 3、人數：30人 (1)教練4人 (2)選手24人 (3)物理治療師2人</p>	<p>1,338,000</p>	<p>1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵來回) 700*60人=42,000 2. 選手零用金 300*24人*5天=36,000 3. 教練費 1,600*4人*5天=32,000 4. 比賽膳宿費 9,800*2間*5天=98,000 13,500*14間*5天=945,000 5. 交通費 9,000*2天=18,000 6. 保險費 100*30人*5天=15,000 7. 物理治療師 1,600*2人*5天=16,000 8. 代表隊服裝 4,000*30人=120,000 9. 雜支 16,000</p>	<p>4.依據大會指定飯店(暫定)</p>
<p>2023年世界杯系列賽香港站+賽前集訓</p>	<p>1、時間：112年10月31日至11月6日(計7日) 2、地點：南投日月潭與暨南大學游泳池及香港 3、人數：7人 (1)教練2人 (2)選手4人 (3)物理治療師1人</p>	<p>513,500</p>	<p>1. 選手、教練、物理治療師交通費(高鐵來回) 700*14人=9,800 2. 選手零用金 300*4人*7天=8,400 3. 教練費 1,600*2人*7天=22,400 4. 集訓膳宿費 2,400*7人*2天=33,600 5. 比賽膳宿費 9,800*1間*4天=39,200</p>	<p>4.依據大會指定飯店(暫定)</p>

			13,500*3 間*4 天=162,000 6. 場地費 15,000*2天=30,000 7. 交通費 9,000*3天=27,000 8. 機票 20,000*7人=140,000 9. 保險費 100*7 人*7 天=4,900 10. 物理治療師 1,600*1 人*7 天=11,200 11. 訓練消耗性器材 10,000*1式=10,000 12. 雜支 15,000	
訓練器材		140,000	電動馬達戒護船艇SUP 35,000*4台=140,000	
訓練器材		240,000	定位與標示浮球 30,000*8顆=240,000	
營養品		96,000	每人每月1,000元營養品 補助從7月至10月共四個月 1,000*4個月*24人=96,000	
小計		5,999,500		

備註：

三、前一年度「培育優秀或具潛力運動選手計畫」目標達成情形說明：如附件成果報告。

四、計畫內容「活動類別」請依實際需求增刪表格。

## 貳、經費合計

項次	名稱	小計	備註
1	國內集訓	3,432,400	
2	2023 年日月潭公開水域游泳錦標賽+賽前集訓	239,600	
3	2023 年世界杯系列賽台灣南投站+賽前集訓	1,338,000	
4	2023 年世界杯系列賽香港站+賽前集訓	513,500	
5	訓練器材-電動馬達戒護船艇 SUP	140,000	
6	訓練器材-定位與標示浮球	240,000	
7	營養品每人每月 1,000 元，從 7 月至 10 月共四個月	96,000	
合計		5,999,500	

## 【附件四】

### 中華民國游泳協會2023年亞洲游泳錦標賽代表隊教練、選手遴選辦法

111年11月27日111年度第13屆選訓委員會第次會議通過

- 一、依據：本會112年度行事曆辦理。
- 二、目的：遴選代表我國參加「國際性游泳賽會」教練及選手，以締造佳績，為國爭光。
- 三、組織：由中華民國游泳協會（以下簡稱本會）組成參賽計畫選訓小組，負責有關教練及選手遴選暨培訓督導事宜。
- 四、遴選賽會：111年度國內、際所有正式性賽會。
- 五、教練團遴選
  1. 代表隊教練：
    - (一)資格條件：
      1. 具A（國家）級游泳教練資格，並實際從事及擔任教練工作及未受本會任何停權處分，且當年度已註冊之教練者。
      2. 為入選選手實際執行訓練之教練。
      3. 代表隊教練人數依核定選手人數而定（以4名選手1名教練為原則）。
    - (二)遴選方式：
      1. 總教練：由協會指定派任。
      2. 代表隊教練：
        - (1)111年於本會註冊之正式教練，實際指導與訓練的選手入選為國家代表隊。
        - (2)依實際指導入選為國家代表隊選手成績，依序遴選如下：
          - A. 依入選選手成績於FINA世界排名前100名排名為遴選基準排序。
          - B. 依入選選手人數多寡為遴選標準。
          - C. 依入選選手項目多寡為遴選標準。
          - D. 由選訓委員會遴選之。
- 六、選手選拔：
  - (一)本會註冊之選手及未受本會任何停權或禁賽者。
  - (二)代表隊遴選依據：
    1. 111年度國內、際所有正式性賽會。
    2. 代表資格：依照協會公告之亞洲錦標賽遴選標準。（遴選標準如附件）
    3. 凡2人以上達標者，擇優兩人參賽。
    4. 達標者得由選訓委員視狀況遴選參賽。
    5. 未達標準者，但經由選訓委員評估具奪牌希望或具潛力之選手，得由本會遴派前往參賽。
- 七、附則
  - (一)入選代表隊之選手若受傷或不可抗拒因素者，得立即向本會報備，不得無故棄賽。
  - (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，送本會紀律委員會議處。
  - (三)教練、選手之除名須經參賽計畫選訓小組討論後，送理事會審議後行之。
- 八、本遴選辦法經本會參賽計畫選訓小組通過後，送體育署審議，通過後公布實施，修正時亦同。

中華民國游泳協會2023年亞洲游泳錦標賽遴選標準

男子 遴選標準	項目	女子 遴選標準
22.59	50m自由式	25.48
49.28	100m自由式	56.07
1:47.99	200m自由式	2:01.95
3:51.67	400m自由式	4:17.86
8:03.87	800m自由式	8:48.38
15:24.59	1500m自由式	16:58.17
25.53	50m仰式	28.70
55.72	100m仰式	1:02.12
2:02.83	200m仰式	2:14.68
27.91	50m蛙式	31.72
1:01.07	100m蛙式	1:08.75
2:13.86	200m蛙式	2:29.81
24.35	50m蝶式	26.73
53.00	100m蝶式	58.93
1:57.95	200m蝶式	2:12.61
2:02.09	200m混合式	2:17.63
4:22.86	400m混合式	4:47.24

2023年亞洲游泳錦標賽達標人員名單

性別	編號	姓名	項目	成績	賽會名稱	世界排名	教練	遴選教練	備註
男子	1	王冠閔	100m 蝶式 200m 蝶式	52.80 1:56.87	2022 世錦賽 2022 世錦賽	125 39	黃智勇	1	
	2	王星皓	200m 混合式	2:01.13	111 全大運	80	王耀偉	2	
	3	莊沐倫	50m 仰式 100m 仰式 200m 仰式	25.47 55.24 2:01.96	111 全大運 111 全大運 111 春長	97 135 191	許志傑	3	

說明：一、教練與選手之遴選方式，均依遴選辦法規定辦理並選手教練 4:1 原

則進行培訓及參賽。

二、總教練李澄峯。

三、選手世界排名未達前 100 名者不予排名。

四、代表隊教練人員排序：

1. 黃智勇
2. 王耀偉
3. 許志傑