

中華民國划船協會修正參加2022第19屆亞洲運動會選手培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心 110 年 3 月 16 日 心競字第 1100001203 號書函核定

國家運動訓練中心 112 年 1 月 11 日 心競字第 1120000245 號書函核定

一、依據：教育部體育署109年8月5日臺教體署競(二)字第10900026225 號函。

二、目的：針對具有優秀運動選手培訓資格之划船運動員進行長期培訓，遴選符合2022杭州亞洲運動會培訓資格之運動員，為提高選手國際競爭實力，進行長期階段性的系統化培訓，有效地提升選手生理、心理及技術等全方位能力，除積極備戰 2021世界大學運動及2022杭州亞運會外，並長期培訓選手，增進2024年法國奧林匹克運動會之國際競爭實力。

三、SWOT分析

(一) Strength (優勢)：划船運動在台灣已推動20幾年。在歷屆亞運會共獲四銀二銅成績，國內也正積極在各級划船運動蓬勃推展中。在各級國際比賽中常獲得優異成績。

(二) Weakness (劣勢)：國家隊組成皆屬階段性任務組訓。多數選手因學業、生計因素無法長期培訓。造成訓練中斷，須長時間的恢復訓練。

(三) Opportunity (機會)：本次比賽選手將與世大運選手結合，藉由長期培訓以及增加選手參賽經驗，並且本次選拔以公開單人雙槳為主，強調個人能力再進行配船，增加我國參賽實力。

本次比賽都位於中國利用地利之便，我國選手可以進行移地訓練，適應該場地及氣候，並可以對於中國之選手進行情蒐，進行模擬比賽，增加我國選手參賽經驗。再依目前我國女子公開單人雙槳艇成績、男子公開單人雙槳艇、公開四人雙槳艇、女子輕量雙人雙槳艇以及男子輕量雙人雙槳艇皆有奪牌機會。

(四) Threat (威脅)：近年來南亞、西亞等國家在划船運動培訓中投入大量人力、物力，其成績也快速成長。南亞等國家也早幾年即著手培訓計畫，因此為祈能在本屆亞運划船競技中獲得優異成績應及早進行各項訓練計畫。

四、訓練計畫

(一) 訓練目標

- 1、總目標：突破2018年印尼亞運會一銀目標，設定2022杭州亞運會一銀一銅為目標。
- 2、階段目標（培訓各階段預定參加之重要國際賽事，並應就各賽參賽實力評估及預估參賽成績）

(1)第1階段（自109年9月1日起至110年8月31日止）

A. 訓練地點：國家運動訓練中心、宜蘭冬山河水上訓練中心

B. 預定參加賽事：2021 世界盃第一站、2021 世界盃第二站、世界大學划船錦標賽、2022年亞洲划船標賽

參加國際賽事	地點	預估參賽成績
世界大學運動會	成都	進入準決賽
2021年划船世界盃第一站	克羅埃西亞	進入準決賽
2021年划船世界盃第二站	瑞士	進入準決賽

C. 參賽實力評估：

目前奧運資格賽主要對手仍為中國、韓國、日本及泰國等，2018印尼亞運以女子單人艇成績最佳，雙人、四人艇及男子組雙人艇項日期以加強訓練爭取亞運參賽資格，在女子組單人艇項目爭取奧運參賽資格。

日期	地點	內容
12.20-3.31	宜蘭冬山河	國內訓練
4.15-5.5	克羅埃西亞	移地訓練及參加世界盃第一站
6.15-7.7	宜蘭冬山河	國內訓練
7.8-7.15	日月潭	參加全國賽
7.16-8.31	冬山河	國內訓練

(2)第2階段(自110年9月1日起至111年1月31日止)

- A. 訓練地點：宜蘭冬山河訓練中心、南投日月潭訓練中心
- B. 預定參加賽事：亞洲盃第一站、世界盃划船賽(中國；上海)、亞洲划船錦標賽(泰國)參賽實力評估：亞洲划船錦標賽爭取得亞運參賽資格，主要對手仍為中國、韓國、日本及泰國等，以女子單人艇、雙人、四人艇及男子組單人艇、四人艇項目，以期加強訓練爭取亞運參賽資格。

(3)第3階段(自111年2月1日起至本屆亞運結束)

● 第3階段第1期：第1期(111年2月1日至112年8月31日)

A. 訓練地點：宜蘭冬山河訓練中心、南投日月潭訓練中心

B. 預定參加賽事：

1. 2022年5月塞爾維亞世界盃第一站划船賽

2. 2022年全國划船錦標賽

C. 參賽實力評估：

1. 2022年5月塞爾維亞世界盃第一站划船賽/進入準決賽

● 第3階段第2期：111年9月1日至112年1月31日止

A. 訓練地點：宜蘭冬山河訓練中心、南投日月潭訓練中心

B. 預定參加賽事：

1. 2022年9月捷克世界划船錦標賽

2. 2022年12月泰國亞洲划船錦標賽

C. 參賽實力評估：

1. 參加世界划船錦標賽，主要成績進入FC

2. 針對亞洲划船標賽主要對手仍為中國、韓國、日本、泰國及越南等，預期男子單人雙槳、輕量雙人雙槳、雙人單槳以及女子四人單槳取得亞運參賽資格。

● 第3階段第3期：112年2月1日至亞運會結束止

總決選：公開女子單人雙槳、女子輕量雙人雙槳進行公開選拔。

訓練地點：宜蘭冬山河訓練中心/國外移地訓練

A. 預定參加賽事：

1. 2023年2月代表隊選拔(宜蘭)
2. 2023年6月義大利世界盃第二站
3. 2023年6月國外移地訓練(暫定義大利)
4. 2023年7月瑞士世界盃第三站
5. 2023年9月杭州亞運會

B. 預估成績：

1. 2023年6月義大利世界盃第二站/進入準決賽
2. 2023年7月瑞士世界盃第三站/進入準決賽
3. 2023年9月杭州亞運會/1銀1銅

五、督導考核：

- (一)本會依審議通過之本計畫及教練選手遴選辦法據以辦理選訓事宜，並督促教練（團）落實執行訓練計畫，以及依據等之績效據以考核。
- (二)教練（團）應擬定訓練計畫及參加國際賽事之預估成績目標（以具體數據訂定檢測點），據以執行及考核選手培訓情形。
- (三)由划船協會理事長指定特定人選每週部定期查核及考核。

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畫。
- (二)運動防護：支援防護員等。
- (三)醫療：健檢、復健、醫療意外保險等。
- (四)課業輔導：就讀學校、課程及建議處理方案。
- (五)公假留職留薪或留職停薪。

(六)代課鐘點費或代理職缺費。

(七)其他：專業人員協助修補船隻及更換器材。

七、本計畫經本會選訓委員會討論通過後，函送國家運動訓練中心提報運動人才培訓輔導小組委員會議審議通過後公布實施，修正時亦同。