

# 中華民國龍舟協會參加 2022 第 19 屆亞洲運動會 龍舟選手培訓參賽實施計畫

國家運動訓練中心 110 年 3 月 11 日心競字第 1100001394 號書函備查

國家運動訓練中心 112 年 4 月 20 日心競字第 1120003973 號函備查

一、依據：教育部體育署 110 年 1 月 18 日臺教體署競(二)字第 1100002468 號、111 年 8 月 11 日臺教體署競(二)字第 1110029577 號及 111 年 9 月 19 日臺教體署競(二)字第 1110034442 號函。

二、目的：培訓本會參加 2022 第 19 屆亞洲運動會之選手，以延續 2018 年雅加達-巨港亞洲運動會成績。

三、SWOT 分析

(一)Strength(優勢)：男子隊在 2018 年雅加達-巨港亞洲運動會中曾獲得 2 金 1 銀成績，而且自 2012 年本會積極推展龍舟運動，男子隊目前已獲得國際正式錦標賽 23 面金牌。

(二)Weakness(劣勢)：本會女子部分在亞洲地區仍屬相對弱勢，須更積極投入訓練。

(三)Opportunity(機會)：本會長期發展龍舟運動，視為重點奪牌項目，且我國受新冠肺炎疫情影響較小，選手多能持續自主訓練。

(四)Threat(威脅)：各國對龍舟運動的投入更為積極，以主辦國中國為例，自上屆亞運結束已開始訓練，印尼等東南亞國家則聘請外籍教練投入訓練多時，我國目前仍在組訓籌劃中。

四、訓練計畫：

(一)訓練目標

1. 總目標：以 2022 杭州亞運會獲得男子組金牌、女子組銅牌為目標。

2. 階段目標

(1) 第 1 階段 (自 110 年 2 月 1 日起至 110 年 8 月 31 日止)

A. 訓練地點：花蓮縣鯉魚潭

B. 參加賽事：疫情因素，國際賽事取消辦理。

C. 實力評估：我國龍舟成績表現在亞洲地區屬於 A 級實力 (奪牌)，與中國、菲律賓、緬甸、泰國及印尼等 5 國實力在伯仲之間，東南亞國家屬於短距離爆發力型，我國選手則屬於中長耐力型，因此評估我國選手中長距離項目應較具優勢。

D. 成績：無。

(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：花蓮縣鯉魚潭

B. 參加賽事：因疫情國際賽事取消辦理，僅參加 2021 高雄城市盃全國龍舟錦標賽(高雄市愛河，12/3-5)

C. 參賽實力評估：透過長期集中訓練，在短距離項目期望有較好的表現，而中長距離則繼續保有優勢。

D. 成績：1000 公尺追逐賽、龍王追逐賽、200 公尺直道皆獲冠軍。

(3) 第 3 階段（自 111 年 2 月 1 日起至本屆亞運結束日止）

第 1、2 期：111 年 2 月 1 日起至 112 年 1 月 31 日止

A. 訓練地點：花蓮縣鯉魚潭

B. 參加賽事：2022 年 ICF 世界龍舟錦標賽(捷克布拉格，8/25-9/7)

C. 參賽實力評估：本階段選手不論在體能及技術上持續進步，中長距離保有優勢，有奪牌實力。

D. 成績：公開男子組 200M 第 2 名、500M 第 2 名及 2000M 第 2 名。

第 3 期：112 年 2 月 1 日起至本屆亞運結束日止

A. 訓練地點：臺東縣活水湖

B. 預定參加賽事：

a. 新北市議長盃龍舟賽(新北市微風運河，6 月)

b. 2023 年 IDBF 世界龍舟錦標賽(泰國芭達雅，8/7-13)

c. 2022 第 19 屆杭州亞運會(中國杭州，9/26-10/5)

C. 參賽實力評估：經長期集訓及增加國際比賽經驗，有機會奪牌，延續上一屆亞運會的優異成績。

D. 預估成績：世界錦標賽在亞洲參賽國家中男子組獲得第一名、女子組獲前 3 名；亞洲運動會男子組獲金牌、女子組獲銅牌。

(二) 訓練方式：採長期集中培訓，集訓期間安排國內(外)移地訓練及參賽，提升技術能力與實戰經驗。

(三) 實施要點：

1. 訓練成效預估：於 2022 杭州亞運會男子組各項距離進入前 2 名，女子組各項距離進入前 3 名。

2. 成績檢測標準及選手汰換辦法：依各階段訓練期程，由本會辦理選拔賽或以檢測方式遴選，達標準者進入下一階段培訓。

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，以及依渠等之績效據以考核。

(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，據以執行及考核選手培訓情形。

六、行政支援事項：

(一) 運動傷害防護：支援運動傷害防護員 2 名，男女隊各 1 名。

(二) 醫療：提供復健、健檢、醫療意外保險。

(三) 課業輔導：辦理選手課業輔導。

- (四) 辦理公假留職留薪或留職停薪。
  - (五) 補助代課鐘點費或代理職缺費。
  - (六) 其他：訓練、比賽用艇及器材補助。
- 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。