

106 年中華民國體操協會培育優秀或具潛力運動選手實施計畫

一、依據：教育部體育署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)。

二、選手名單及其所具備之培育資格如下：

三、遴選依據及經過：

(一) 選手遴選條件

- 1、上半年度以 105 全國競技體操錦標賽國小高年級、國中及高中男(女)子組 1-3 名、原住民及具有潛力者。
- 2、下半年度以 105 全國國小競技體操錦標賽國小高年級、106 年全國中等學校運動會國中及高中男(女)子組 1-3 名、原住民及具有潛力者。

(二) 選手遴選方式

- 1、由技術委員會依上半年及下半年併和名冊排名遴選男子組國小 3 位、國中 5 位、高中 6 位，女子國小 2 位、國中 3 位、高中 1 位共計 20 位，國內暑期集中及移地訓練。
- 2、由技術委員經 3 分之 2 以上通過後入選培訓選手。

(三) 教練團：

1、外籍教練：

2、本籍教練：國內暑期集中及移地訓練指導。

(1)、教練遴選條件

- a、教練需具備國家 C 級教練資格。
- b、教練現仍從事競技體操訓練工作者(專任、兼任)。

(2)、教練遴選方式

- a. 原站教練：以入選選手之教練，依入選多者排序教練。
 - a、暑期教練：以入選多及排序前選手之教練優先，教練 6 名。
 - b、國外移地訓練：以入選選手名額較多及入選選手排序在前之教練及技術委員會推薦審核，教練 6 名。
 - c、教練團由本會技術委員會審核，並經本會技術委員會通過後聘任之。

中華民國體操協會具潛力選手培育名單男子隊(106 年)

總編碼	編號(名次)	姓名	基本資料			培育資格	培育理由	原教練備註
			性別	出生年月日	所屬單位/年級			
國小高年級男子組								

1	1	莊佳龍	男	93.11.10	新北市厚德國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第一 地板第一 短木馬第一 吊環第一 跳馬第一 雙槓第一 單槓第一	陳永長
2	2	宋孝恆	男	93.11.09	宜蘭縣公正國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第二 地板第二 吊環第二 雙槓第二 單槓第二	王源宏
3	3	陳博廷	男	94.06.16	新北市厚德國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第三 地板第三 短木馬第二 單槓第三	陳永長
4	4	江禹利	男	95.07.16	臺北市長春國民小	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 短木馬第三 跳馬第二	劉育宗
5	5	鍾天樂	男	94.12.25	宜蘭縣公正國民小學	符合本要點第2點第2款第2目 (原住民)	105全國競技體操錦標賽 吊環第三	王源宏
6	6	黃瀚霆	男	95.07.23	臺北市長春國民小學	符合本要點第2點第2款第2目 原住	105全國競技體操錦標賽 跳馬第三	郭允馨
7	7	林瑋宸	男	94.11.17	宜蘭縣公正國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 雙槓第三	王源宏
8	8	鍾天喜	男	94.12.25	宜蘭縣公正國民小學	原住民保留名額		王源宏
國中男子組								
9	1	林達龍	男	91.02.07	新北市明志國民中學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第一 鞍馬第一 跳馬第三 單槓第一 106全中運 鞍馬第一 單槓第一 地板第二 雙槓第二 全能第三	郭庭彰
10	2	黃彥章	男	93.07.02	臺東縣臺坂國民小學 台東縣 大武國民中學	符合本要點第2點第2款第2目 (原住民)	105全國競技體操錦標賽 全能第二 鞍馬第二 吊環第一 雙槓第一 106全中運 雙槓第一 全能第二 吊環第一 單槓第二 鞍馬第二	董恆毅

11	3	葉政	男	90.10.11	臺北市大同高級中學	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第三 地板第二 吊環第三 跳馬第二 雙槓第三 單槓第二 106 全中運 全能第一 地板第一 跳馬第一 鞍馬第三	郭允馨
12	4	吳盈利	男	90.11.14	新北市明志國民中學	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 地板第三 鞍馬第三 吊環第二 雙槓第二 單槓第三 106 全中運 吊環第二 跳馬第二 單槓第三 雙槓第三	郭庭彰
13	5	吳宗樺	男	92.01.15	高雄市三民國中		106 全中運 吊環第三 地板第三 跳馬第三	黃柏瑞
14	6	林宗延	男	91.08.05	新北市明志國民中學	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 地板第一	郭庭彰
15	7	康智凱	男	91.11.05	台東縣大武國民中學	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 跳馬第一	董恆毅
高中男子組								
16	1	洪啟茗	男	88.12.01	新北市三重高中	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第一 鞍馬第三 雙槓第一 單槓第一 106 全中運 單槓第一 雙槓第一 全能第二 吊環第三 地板第三 鞍馬第三	郭庭彰
17	2	林冠儀	男	88.11.09	臺北市大同高級中學	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第二 吊環第一 跳馬第二 雙槓第二 單槓第三 106 全中運 吊環第一 全能第一	高士傑
18	3	傅山	男	89.03.10	新北市三重高中	符合本要點第2點 第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 地板第一 跳馬第一 106 全中運 跳馬第三	郭庭彰

19	4	陳泰璋	男	89.06.08	新北市三重高中	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 鞍馬第一 106 全中運 鞍馬第二	郭庭彰
20	5	蕭佑然	男	88.12.09	臺北市大同高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第三 地板第三 鞍馬第二 吊環第二 106 全中運 全能第一 地板第一 鞍馬第一 跳馬第二 單槓第三	高士傑
21	6	周登朋	男	89.10.25	宜蘭縣國立羅東高商	符合本要點第2點第2款第2目 (原住民)	105 全國競技體操錦標賽 吊環第三 跳馬第三 單槓第二 106 全中運 跳馬第一 雙槓第二	王源宏
22	7	方世彥	男	88.02.08	臺北市大同高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 地板第二 雙槓第三 106 全中運 單槓第二	高士傑
23	8	伊冠鈞	男	89.04.08	宜蘭縣國立羅東高商	原住民保留名額		王源宏
24	9	蔡博宇	男	90.01.30	新北市三重高中		106 全中運 吊環第二 雙槓第三	郭庭彰
25	10	吳冠志	男	89.11.05	宜蘭縣國立羅東高商		106 全中運 地板第二	王源宏

中華民國體操協會具潛力選手培育名單女子隊 (106年)

國小高年級								
26	1	黃子星	女	93.09.09	金門縣金湖國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第一 跳馬第二 高低槓第一 平衡木第一 地板第一	梁萍
27	2	林宜蓁	女	94.08.30	屏東縣中正國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第三 地板第三 跳馬第一	黃現
28	3	王鈺婷	女	94.04.08	屏東縣崇蘭國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第二 高低槓第二 平衡木第二	黃現
29	4	李昀儒	女	94.02.14	屏東縣崇蘭國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 地板第二	黃現

30	5	梁惠淳	女	95.06.27	屏東縣信義國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 高低槓第三	黃現
31	6	王雅信	女	94.05.16	屏東縣中正國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 平衡木第三	黃現
32	7	張沁	女	95.06.27	臺北市長春國民小學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 跳馬第三	林彥成
國中女子組								
33	1	丁華恬	女	91.10.11	新北市明志國民中學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第一 跳馬第一 高低槓第二 地板第一 平衡木第一 106年全中運 高低槓第一 全能第二 平衡木第二 地板第二 跳馬第二	蔡恆政
34	2	賴金	女	92.02.26	金門縣金湖國民中學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第二 高低槓第一 平衡木第二 地板第三 106年全中運 平衡木第一 全能第三 地板第三	梁萍
35	3	傅芝宜	女	91.02.08	臺北市仁愛國民中學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 全能第三 跳馬第二 平衡木第三 地板第二	姚孟憲
36	4	陳育瑄	女	91.03.15	新北市明志國民中學	符合本要點第2點第2款第2目	105全國競技體操錦標賽 跳馬第三 高低槓第三 106年全中運 高低槓第三	蔡恆政
37	5	賴品儒	女	90.12.01	臺北市大同高級中學		106年全中運 全能第一 跳馬第一 地板第一 高低槓第二 平衡木第三	鄭焜杰
38	6	陳芊恂	女	91.08.20	臺北市大同高級中學		106年全中運 跳馬第三	鄭焜杰
高中女子組								

39	1	方可晴	女	90.04.12	臺北市大同高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第一 跳馬第一 高低槓第一 平衡木第四 地板第二 106 年全中運 全能第一 跳馬第一 高低槓第一 地板第一	鄭焜杰
40	2	黃慧玫	女	90.07.20	金門農工職業學校	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第二 平衡木第二 地板第一 106 年全中運 地板第二	黃宗瑞
41	3	莊妤婕	女	89.09.03	佛光山財團法人高雄市普門高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 全能第三 跳馬第三 高低槓第二 106 年全中運 平衡木第二 全能第三	林佳瑩 王永禎
42	4	吳幸芬	女	89.12.05	新北市三重高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 平衡木第一 地板第三 106 年全中運 平衡木第一 全能第二 高低槓第二 跳馬第二 地板第三	蔡恆政
43	5	黃渤瑜	女	89.04.04	臺北市大同高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 跳馬第二	鄭焜杰
44	6	陳乃禎	女	88.04.06	佛光山財團法人高雄市普門高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 高低槓第三	林佳瑩
45	7	林霜佑	女	89.9.27	新北市三重高級中學	符合本要點第2點第2款第2目	105 全國競技體操錦標賽 平衡木第三	蔡恆政
46	8	許伊伶	女	88.05.09	新北市三民高級中學		106 年全中運 平衡木第三	蔡恆政
47	9	張孖凌	女	89.12.10	新北市三重高級中學		106 年全中運 高低槓第三	蔡恆政
48	10	黃倩紋	女	89.03.13	佛光山財團法人高雄市普門高級中學		106 年全中運 跳馬第三	林佳瑩

男子隊教練名冊

編號	姓名	基本資料		培育理由	電話及站名	備註
		性別	所屬單位			

1	陳永長	男	新北市三重區厚德國小	入選選手 2 人	新北市三重區厚德國小 0958-227-516	
2	王源宏 吳柏賢	男	宜蘭縣羅東鎮公正國小	入選選手 3 人	羅東 0937-161-611	
3	劉育宗 郭允馨	男	臺北市長春國小	入選選手 1 人		
4	陳永長 郭庭彰	男	新北市明志國中	入選選手 3 人	新北市明志國中 0958-227-516 0982-007-304	
5	董恆毅	男	台東縣大武國民中學	入選選手 2 人	0913-178-631	
6	鄭焜杰 郭允馨	男	臺北市大同高級中學	入選選手 1 人 入選選手 3 人	臺北市大同高級中學 0932-224-232	國中 部 高中 部
7	林永錫 陳永長	男	新北市三重高級中學	入選選手 3 人	新北市三重區厚德國小 0958-227-516	
8	王源宏	男	宜蘭縣國立羅東高商	入選選手 1 人	羅東 0937-161-611	
9	黃柏瑞	男	高雄市三民國中	入選選手 1 人		

女子隊教練名冊

編號	姓名	基本資料		培育理由	電話及站名	備註
		性別	所屬單位			
1	黃現	女	屏東縣崇蘭國民小學	入選選手 5 人	屏東縣立體操館 0932-042-867	
2	蔡恆政	男	新北市明志國中	入選選手 4 人	新北市明志國中 0953-186-519	
3	林佳瑩 王永禎	女 男	佛光山財團法人高雄市 普門高級中學	入選選手 2 人	佛光山學校財團法人高雄 市佛光山普門高級中學 0911-583-170	
4	鄭焜杰 林彥成	男	臺北市大同高級中學	入選選手 2 人	臺北市大同高級中學 0932-224-232	
5	黃宗瑞	男	金門農工職業學校	入選選手 1 人	0978-215-198	
6	梁萍 黃宗瑞	女 男	金門縣金湖國民小學	入選選手 1 人	0978-215-188 0978-215-198	
7	梁萍	女	金門縣金湖國民中學	入選選手 1 人	0978-215-188	
8	姚孟憲	男	臺北市仁愛國民中學	入選選手 1 人		
9	林彥成	男	臺北市長春國小	入選選手 1 人	臺北市大同高級中學	

四、訓練計畫：

(一) 總目標：本計畫所培育之選手將爭取 2017 年、2019 年世界大學運動會，2018 年亞運、2018 年青年奧林匹克運動會及 2020 年奧林匹克運動會參賽資格，並以爭取獎牌為目標。

1 近期目標：提昇基本素質，提高動作難度，在各級國際賽事奪標。

：為 2017 世界大學運動會、2018 年青年奧林匹克運動會參賽作準備

(二) 訓練起訖日期：2017 年 1 月 1 日～2017 年 12 月 31 (共 1 年)

(三) 階段劃分及訓練地點：(以培訓期間之時段作劃分)

1、第 1 階段：(1) 自 2017/1/1 日～2017/12/31 日止，合計 12 月。

訓練地點：

2、國內暑期訓練：由技術委員會經遴選男子組國小 3 位、國中 5 位、高中 6 位，女子組國小 2 位、國中 3 位、高中 1 位共計 20 位選手、教練 6 位，督訓 2 位(領隊、副領隊管理)、防護員 1 位共計 29 名。

3、國外移地訓練：由技術委員會經遴選男子組國小 3 位、國中 5 位、高中 6 位，女子組國小 2 位、國中 3 位、高中 1 位共計 20 位選手，教練 6 位，督訓 2 位(領隊、管理)、防護員 1 位、共計 29 名。(中國)

(四) 訓練方式：採長期培訓分成以上一個階段目標逐步完成。

訓練內容：(以項目特性撰述)(附件一)

(五) 實施要點：

1、各階段訓練重點量化之撰述：(附各階段訓練進度表)

2、各階段訓練方法之撰述：

第一階段：階梯式訓練法

針對選手的量與質採用漸進的負荷，及適當的恢復調整，避免選手因為長期的訓練壓力，導致生心理疲勞，進而影響訓練。

第二、第三階段：平台式訓練法

以第一階段訓練為基礎，在選手的生、心理強化後，採用較高的訓練負荷來增加選手在整套實施的心理及技術之穩定狀態，確保在比賽時能夠穩定且完美的完成，以利我國在奧運會中奪牌。

3、國內暑期訓練；國外移地訓練之撰述：7 月集中訓練及移地訓練；
(中國)(附件二)

4、成績建檔、紀錄作為集訓及滾動式績效檢核做為訓練成果依據

5、訓練成效之預估：

階段	期程	訓練重點	預估成效
----	----	------	------

第一階段	2017~2018	動作難度開發	1、提升基本能力。 2、維持基本套實施的耐力和心肺耐力。 3、提升整套動作的難度及競爭力。
第二階段	2018~2019	整套實施	1、提升動作連接的熟練性及完整性。 2、提升專項體能以利動作完成。 3、整套分段實施及修飾。
第三階段	2019~2020	訓練和比賽	1、提升整套完成的能力及穩定性。 2、模擬比賽或測驗。 3、多參與國際性比賽以提升國際賽的經驗。 4、亞、奧運奪牌實現培訓成效。

1、上半年度以全國競技體操錦標賽成績1~3名，原住民及具有潛力者為優先;11月提出名單，下半年度以106全國國小競技體操錦標賽、全國中等學校運動會體操成績1~3名，原住民具有潛力者為優先;7月提出名單。(原站訓練)

2、上半年度及下半年度名單合併，參加國外移地訓練，技術委員會依上半年及下半年

併和名冊遴選男子組國小3位、國中5位、高中6位，女子國小2位、國中3位、

高中1位共計20位選手，教練6位，督訓2位(領隊、管理)、防護員1位、共計29名移

地訓練。

3、依成績建檔、紀錄作為集訓及滾動式績效檢核。

4、以上述之成績做為培訓進退場機制之依據。

六、督導考核：

(一) 專案小組定期或不定期到各個訓練場關心訓練進度，各項檢測成績做為訓練改進之依據

(二) 全國中等學校運動會及全國競技體操錦標賽做為汰換機制之依據

(三) 成績建檔、紀錄作為集訓及滾動式績效檢核。

(四) 國外移地訓練計畫績效報告. 做為訓練成果依據

七、所需行政支援事項及建議處理方式：

有關選手之心理測驗及其他運科擬請國訓中心運科小組協助支援辦理。

八、選訓委員名單

中華民國體操協會 106 年選訓委員			
編號	職稱	姓名	備註
1	召集人	陳銘堯	
2	選訓委員	陳陸全	
3	選訓委員	李振興	

4	選訓委員	魏國豐	
5	選訓委員	蔡恆政	
6	選訓委員	周翠華	
7	選訓委員	藍雪華	
8	選訓委員	俞智贏	
9	選訓委員	王源宏	
10	選訓委員	吳瑞萍	
11	選訓委員	黃心蒂	
12	教育部體育署專項訓輔委員	陳嘉遠	
13	教育部體育署全項訓輔委員	黃淑貞	

九、本計畫經本會選訓委員會通過報教育部體育署審議通過，體育署文號 106 年 6 月 8 日臺教體署競(二)字第 1060015663。