

110 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 (競技體操)

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(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 109 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 109 全國國小競技體操錦標賽國小高年級、110 年全國中等學校運動會國中及高中男(女)子組 1-3 名、徵召原住民及具有潛力者。

(二) 選手遴選方式

- 1、依上半年及下半年名冊排名具潛力或成績優者列冊原站訓練。
- 2、由選訓委員會依上半年及下半年併和名冊排名具潛力成績優者遴選及徵召原住民及具有潛力者，男子組 8 名、女子組 8 名，餘額 8 名，再依選手成績排序擇優錄取。國小、國中、高中，共計 24 名選手，教練 6 名、訓輔委員 1 名、督訓 2 名、防護員 2 名，共計 35 名。參加國內暑期集中訓練(臺東大學體操館及金門金湖國小體操館)
- 3、參加國際青少年比賽以符合參賽年齡為主：

(1)2021 烏克蘭國際盃(9 月): 男子、女子:符合青少年年齡規範，依據 110 年全國中等學校運動會國中組全能成績第一及第二名、高中組全能成績第一名，錄取高中男女各 1 名，國中男女各 2 名。共計選手 6 名，教練 4 名，管理 1 名，領隊 1 名，裁判 2 名，防護員 1 名，合計 15 名。

(2)第 28 屆俄羅斯國際競技體操沃羅寧盃(12 月): 符合青少年年齡規範，男子:110 年全國中等學校運動會，錄取國中、高中組全能成績第一名。女子:110 年全國中等學校運動會，錄取國中、高中組全能成績第一名。共計選手 4 名，教練 2 名，管理 1 名，領隊 1 名，裁判 2 名，防護員 1 名，合計 11 名。

4、由選訓委員會經 3 分之 2 以上通過後入選培訓選手。

(三) 教練團：

- 1、外籍教練：依實際訓練聘之
- 2、本籍教練：原站訓練、國內暑期集中訓練指導。

(1)、教練遴選條件

- a、教練需具備國家 C 級教練資格；帶隊出國參賽須具備 A 級資格。
- 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、暑期教練：以入選多及排序前選手之教練優先，教練 6 名。
- B、督訓 2 位(領隊、副領隊管理) 訓輔委員 1 名、防護員 2 位。
- C、參加國際青少年比賽，以入選選手名額較多及入選選手排序在前之教練 2 至 4 名(含管理 1 名，領隊 1 名，防護員 1 位)。
- D、由本會選訓委員會審核，並經本會選訓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 (110 年原站訓練)

總編碼	編號(名次)	姓名	基本資料			培育資格	培育理由	備註原教練
			性別	出生年月日	所屬單位/年級			
國小高年級男子組								
1	1	曾翌璋	男		臺北市三民國民小學(六年級)	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目 國小男	109 全國競技體操錦標賽 全能第一 地板第一 吊環第一 雙槓第一 單槓第二 鞍馬第三	林祥威
2	2	莊宇騰	男		新北市厚德國民小學(六年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 鞍馬第一 跳馬第一 單槓第一 全能第二 地板第二	林永錫 陳永長
3	3	呂昆哲	男		新北市厚德國民小學(六年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 鞍馬第二 地板第三 雙槓第三	林永錫 陳永長
4	4	陳定揚	男		臺北市公館國民小學(五年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 雙槓第二 單槓第三	高裕軒
5	5	林政濤	男		宜蘭縣公正國民小學(六年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 吊環第二	吳柏賢 游宏彬
6	6	劉品樂	男		宜蘭縣公正國民小學(六年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 跳馬第二	吳柏賢 游宏彬
7	7	游博宇	男		宜蘭縣公正國民小學(六年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 吊環第三	吳柏賢 游宏彬
8	8	古珉憲	男		臺東縣賓茂國民小學(六年級)	國小男	109 全國競技體操錦標賽 跳馬第三	林耀輝

國中男子組

9	1	江禹利	男		臺北市立大同高級中學(國中部9年級)	符合本要點第2點第2款第2目 國中男	109 全國競技體操錦標賽 地板第一 跳馬第一 單槓第一 全能第二 雙槓第三 110 年全中運 跳馬第一	郭允馨
10	2	李明亮	男		臺北市立民生國民中學(8年級)	國中男	109 全國競技體操錦標賽 全能第一 地板第二 鞍馬第二 雙槓第二 單槓第二 吊環第三 跳馬第三 110 年全中運 全能第一 單槓第一 地板第二 鞍馬第二 吊環第二	林祥威 張筱峯
11	3	劉各弘	男		高雄市立三民國民中學(9年級)	國中男	110 年全中運 吊環第一 雙槓第一 跳馬第二	黃柏瑞
12	4	王宇樂	男		臺北市立民生國民中學(8年級)	國中男	109 全國競技體操錦標賽 鞍馬第一 110 年全中運 鞍馬第一	林祥威 張筱峯
13	5	劉彥甫	男		臺北市立民生國民中學(8年級)	國中男	109 全國競技體操錦標賽 吊環第二 全能第三 鞍馬第三 110 年全中運 地板第一 全能第二	林祥威 張筱峯
14	6	吳侑宸	男		臺北市立民生國民中學(7年級)	國中男	109 全國競技體操錦標賽 雙槓第一 跳馬第二 單槓第三	林祥威 張筱峯
15	7	林瑋宸	男		宜蘭縣立羅東國民中學(9年級)	國中男	109 全國競技體操錦標賽 吊環第一	游宏彬 鄭豐億

16	8	李宏文	男		臺北市立民生國民中學 (8年級)	國中男	110年全中運 單槓第二 全能第三 吊環第三	林祥威
17	9	鍾天喜	男		宜蘭縣立羅東國民中學 (9年級)	國中男	110年全中運 雙槓第二	游宏斌
18	10	龔柏睿	男		高雄市立岡山國民中學 (8年級)	國中男	110年全中運 地板第三	黃國明
19	11	朱駿博	男		新北市立明志國民中學 (7年級)	國中男	110年全中運 鞍馬第三	林永錫
20	12	黃銘睿	男		高雄市立岡山國民中學 (9年級)	國中男	110年全中運 雙槓第三	黃國明
21	13	劉奕辰	男		臺東縣立賓茂國民中學 (9年級)	國中男	110年全中運 跳馬第三	林耀輝
22	14	鍾天樂	男		宜蘭縣立羅東國民中學 (9年級)	國中男	109全國競技體操錦標賽 地板第三	游宏彬 鄭豐億
23	15	蕭宇倫	男		臺北市立大同高級中學(國中部7年級)	國中男	109全國競技體操錦標賽 鞍馬第三	郭允馨
高中男子組								
24	1	邱敏翰	男		國立羅東高商(高三)	高中男	109全國競技體操錦標賽 全能第一 地板第一 跳馬第一 單槓第一 110年全中運 地板第一 全能第二 鞍馬第二 跳馬第二 單槓第三	鄭豐億 簡偉全 ----- 吳柏賢
25	2	莊佳龍	男		新北市立三重高級中學(高一)	高中男	110年全中運 全能第一 鞍馬第一 雙槓第一 單槓第一	陳永長

26	3	康智凱	男		臺東縣臺東高級中學 (高三)	高中男	109 全國競技體操錦標賽 吊環第一 雙槓第一 全能第二 地板第三 鞍馬第三 110 年全中運 吊環第一 全能第三 地板第三 鞍馬第三 雙槓第三	游朝偉
27	4	黃彥章	男		臺東縣臺東高級中學(高二)	符合本要點第2點 第2款第2目 高中男 (原住民)	109 全國競技體操錦標賽 鞍馬第一 地板第二 110 年全中運 地板第二 跳馬第三	游朝偉
28	5	蔡宗穎	男		台北市立大同高級中學 (高二)	高中男	110 年全中運 跳馬第一	林彥成
29	6	吳宗樺	男		高雄市私立大榮高中(高三)	高中男	109 全國競技體操錦標賽 吊環第二 跳馬第二 單槓第二 全能第三 110 年全中運 雙槓第二 單槓第二 吊環第三	黃柏瑞
30	7	簡廷任	男		國立羅東高商 (高三)	高中男	109 全國競技體操錦標賽 雙槓第三 單槓第三	鄭豐億 簡偉全
31	8	盧洪溢	男		國立岡山農工 (高三)	高中男	109 全國競技體操錦標賽 跳馬第三	黃國明 黃冠瑋

中華民國體操協會具潛力選手培育名單女子隊 (110 年原站訓練)

國小高年級女子組								
32	1	羅意喧	女		臺北市三民國民小學 (六年級)	符合本要點第2點 第2款第2目 國小女	109 全國競技體操錦標賽 全能第一 跳馬第一 高低槓第一 地板第一 平衡木第二	林祥威 陳加惠
33	2	吳彧之	女		臺北市三民國民小學 (六年級)	國小女	109 全國競技體操錦標賽 平衡木第一 全能第二 跳馬第二 高低槓第二 地板第二	林祥威 陳加惠

34	3	王子芹	女		臺北市三民國民小學 (六年級)	國小女	109 全國競技體操錦標賽 全能第三 高低槓第三	林祥威 陳加惠
35	4	蔡艾潔	女		新北市厚德國民小學 (六年級)	國小女	109 全國競技體操錦標賽 跳馬第三 地板第三	蔡恆政 陳純敏
36	5	鄭又云	女		屏東縣中正國民小學 (五年級)	國小女	109 全國競技體操錦標賽 平衡木第三	邱意婷 劉安鈞
國中女子組								
37	1	廖奕淳	女		臺北市立民生國民中學 (8 年級)	符合本要點第 2 點第 2 款第 2 目 國中女	109 全國競技體操錦標賽 全能第一 地板第一 跳馬第二 高低槓第二 110 年全中運 全能第一 高低槓第一 跳馬第二 地板第三	林祥威 陳加惠
38	2	趙品妍	女		臺北市立民生國民中學 (7 年級)	國中女	109 全國競技體操錦標賽 平衡木第一 全能第二 地板第二 110 年全中運 平衡木第一 地板第一 全能第二	林祥威 陳加惠
39	3	鄭瑀喬	女		臺北市立民生國民中學 (7 年級)	國中女	109 全國競技體操錦標賽 跳馬第一 110 年全中運 跳馬第一 全能第三	林祥威 陳加惠
40	4	楊可玟	女		臺北市立民生國民中學 (7 年級)	國中女	109 全國競技體操錦標賽 高低槓第一 全能第三	林祥威 陳加惠
41	5	黃已芹	女		新北市立明志國民中學 (8 年級)	國中女	109 全國競技體操錦標賽 平衡木第三 地板第三 110 年全中運 平衡木第二 地板第二 高低槓第三	廖宜萍 陳純敏
42	6	莊甯煊	女		臺北市立民生國民中學 (7 年級)	國中女	109 全國競技體操錦標賽 平衡木第二 110 年全中運 平衡木第三	林祥威 陳加惠
43	7	潘冠辰	女		屏東縣立至正國民中學 (7 年級)	國中女	110 年全中運 高低槓第二	邱意婷

44	8	瑪樂 芙樂芙	女		屏東縣立至正 國民中學 (8年級)	符合本要點第2 點第2款第2目 國中女 (原住民)	110年全中運 跳馬第三	邱意婷
45		邱昕苾	女		屏東縣立至正 國民中學 (8年級)	國中女	109全國競技體操錦標賽 高低槓第三	邱意婷 劉安鈞
高中女子組								
46	1	丁華恬	女		新北市立三重 高級中學 (高三)	符合本要點第2 點第2款第2目 高中女	110年全中運 全能第一 高低槓第一 平衡木第一 地板第一 跳馬第三	蔡恆政
47	2	林宜蓁	女		屏東縣立大同 高級中學 (高一)	高中女	109全國競技體操錦標賽 全能第一 平衡木第一 地板第一 110年全中運 全能第三 地板第三	劉安鈞 梁宜鈴 ----- 林岑寧
48	3	黃子星	女		國立金門高級 農工職業學校 (高一)	高中女	110年全中運 跳馬第一 全能第二 高低槓第二 平衡木第二 地板第二	梁萍
49	4	王雅信	女		屏東縣立大同 高級中學 (高一)	高中女	109全國競技體操錦標賽 高低槓第一 全能第二 跳馬第二 平衡木第三 110年全中運 高低槓第三 平衡木第三	劉安鈞 梁宜鈴 ----- 林岑寧
50	5	王紋宣	女		新北市立三重 高級中學 (高一)	高中女	109全國競技體操錦標賽 跳馬第一 平衡木第二 全能第三 110年全中運 跳馬第二	蔡恆政
51	6	王之媿	女		屏東縣立大同 高級中學 (高一)	高中女	109全國競技體操錦標賽 地板第二 高低槓第三	劉安鈞 梁宜鈴
52	7	許雅晴	女		臺北市立大同 高級中學 (高一)	高中女	109全國競技體操錦標賽 跳馬第三	林彥成
3	8	郭貴足	女		高雄市立瑞祥 高級中學 (高三)	高中女	109全國競技體操錦標賽 地板第三	黃國軒 許維珊

男子隊教練名冊

編號	順位	姓名	基本資料		培育理由	電話及站名	備註
			性別	所屬單位			
1		林祥威	男	臺北市三民國小	入選選手 6 名		
2		游宏彬	男	宜蘭縣立羅東國中	入選選手 6 名		
3		鄭豐億	男	宜蘭縣立羅東國中	入選選手 4 名		
4		吳柏賢	男	宜蘭縣公正國小	入選選手 4 名		
5		張筱峯	男	臺北市三民國小	入選選手 4 名		
6		林永錫	男	新北市立三重高中	入選選手 3 名		
7		陳永長	男	新北市厚德國小	入選選手 3 名		
8		黃國明	男	高雄市立岡山國中	入選選手 3 名		
9		郭允馨	男	臺北市長春國小	入選選手 2 名		
10		簡偉全	男	國立羅東高工	入選選手 2 名		
11		黃柏瑞	男	目前(國訓中心)	入選選手 2 名		
12		游朝偉	男	目前(國訓中心)	入選選手 2 名		
13		林耀輝	男	臺東縣立賓茂國中	入選選手 2 名		
14		高裕軒	男	國立臺灣師範大學	入選選手 1 名		
15		林彥成	男	目前(國訓中心)	入選選手 1 名		
16		黃冠璋	男	臺南市體育總會體操委員會	入選選手 1 名		

女子隊教練名冊

編號	順位	姓名	基本資料		培育理由	電話及站名	備註
			性別	所屬單位			
1		林祥威	男	臺北市三民國小	入選選手 8 名		
2		陳加惠	女	臺北市三民國小	入選選手 8 名		
3		劉安鈞	男	屏東縣立至正國中	入選選手 5 名		
4		邱意婷	女	屏東市信義國小	入選選手 4 名		
5		蔡恆政	男	目前(國訓中心)	入選選手 3 名		
6		梁宜鈴	女	屏東縣大同高中	入選選手 3 名		
7		陳純敏	女	新北市立明志國中	入選選手 2 名		
8		林岑寧	女	屏東縣大同高中	入選選手 2 名		
9		梁萍	女	目前(國訓中心)	入選選手 1 名		
10		林彥成	男	目前(國訓中心)	入選選手 1 名		
11		黃國軒	男	高雄市瑞祥高中	入選選手 1 名		
12		許維珊	女	高雄市明正國小	入選選手 1 名		
13		廖宜萍	女	新北市修德國小	入選選手 1 名		

四、訓練計畫：

(一) 總目標：本計畫所培育之選手將爭取 2021 年亞洲錦標賽、2021 成都世界大學運動會、2021 世界錦標賽、2022 亞運、2022 世界錦標賽、2023 亞洲錦標賽、2023 世界大學運動會、2023 世界錦標賽、2024 奧運培訓，並以爭取獎牌為目標。

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。

2021 亞錦賽、2022 亞運、2024 奧運參賽作準備。

(二) 訓練起訖日期：2017 年 1 月 1 日～2024 年 12 月 31 (共 7 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 2021/1/1～2021/12/30 止，合計 12 月。

2、第 2 階段：(1) 自 2021/7/12～2021/8/10 止，合計 30 天。

訓練地點：

1、原站訓練：依上半年及下半年併和名冊排名具潛力或成績優者列冊原站訓練。

2、國內暑期集中訓練：由選訓委員會經遴選男子組 8 名，國小、國中、高中，女子組 8 名，國小、國中、高中，餘額 8 名，再依選手成績排序及徵召原住民及具有潛力者，擇優錄取。共計 24 名選手，教練 6 名、訓輔委員 1 名、督訓 2 名、防護員 2 名，共計 35 名。(臺東大學體操館及金門金湖國小體操館)

3、參加國際青少年比賽以符合參賽年齡為主：

(1) 2021 烏克蘭國際盃(9 月)：男子、女子：符合青少年年齡規範，依據 110 年全國中等學校運動會國中組全能成績第一及第二名、高中組全能成績第一名，錄取高中男女各 1 名，國中男女各 2 名。共計選手 6 名，教練 4 名，管理 1 名，領隊 1 名，裁判 2 名，防護員 1 名，合計 15 名。

(2) 第 28 屆俄羅斯國際競技體操沃羅寧盃(12 月)：符合青少年年齡規範，男子：110 年全國中等學校運動會，錄取國中、高中組全能成績第一名。女子：110 年全國中等學校運動會，錄取國中、高中組全能成績第一名。共計選手 4 名，教練 2 名，管理 1 名，領隊 1 名，裁判 2 名，防護員 1 名，合計 11 名。

(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：7月暑期集中訓練。

(附件二)。

4、參加國際青少年比賽以符合參賽年齡為主。2021烏克蘭國際盃、第28屆俄羅斯國際競技體操沃羅寧盃。

5、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。

6、訓練成效之預估：

階段	期程	訓練重點	預估成效
第一階段	2018~2019	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	2019~2020	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。
第四階段	2020~2024	動作難度開發 整套實施 訓練和比賽	1、提升基本能力。 2、維持基本套實施的耐力和心肺耐力。 提升整套動作的難度及競爭力。

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。
- (五) 參加國際青少年賽事成績作為訓練成果依據。

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 110 年選訓委員			
編號	職稱	姓名	備註
1	召集人	陳銘堯	
2	副召集人	李振興	
3	選訓委員	魏國豐	
4	選訓委員	周翠華	
5	選訓委員	黃心榆	
6	選訓委員	江建東	
7	選訓委員	陳光輝	
8	選訓委員	吳修廷	
9	選訓委員	陳欣慧	
10	選訓委員	黃心蒂	
11	教育部體育署專項訓輔委員	陳嘉遠	
12	教育部體育署全項訓輔委員	俞智贏	

九、本計畫經教育部體育署 110 年 3 月 23 日臺教體署競(二)字第 1100010280C 號函通過，報教育部體育署專案小組審議通過後公告實施。其有嗣後修正或廢止者，亦同。