

中華民國角力協會參加2018年第18屆亞洲運動會 選手培訓及參賽實施計畫

國家運動訓練中心 106 年 12 月 21 日心競訓字第 1060006005 號函核定

一、 依據:教育部體育署 105年12月30日臺教體署競(二)字第1050040422A 號函辦理。

二、 目的:

- (一) 藉由長期的培訓計畫與制度強化我國角力選手的專項技術與身體素質，並藉由有計畫性且規律的訓練，能使選手在各方面條件成熟而達到最佳狀態，進而能在國際角力賽會中有優異的表現，在2018年雅加達亞運會，以奪牌為最終目標。
- (二) 積極聘任優秀外籍角力教練，透過外籍教練之實戰經驗與國際經歷提供有效專業訓練，強化我國角力選手的專項技術與素質，以期取得2018年雅加達亞運會獎牌。

三、 SWOT 分析：

(一) Strength (優勢):

1. 角力在2018年雅加達亞運會的比賽量級分為：男子自由式、男子希羅式、女子自由式各6個量級合計18個量級，金牌18面、銀牌18面、銅牌36面(銅牌並列)總計72面獎牌，居奧運會所有技擊項目中最多獎牌數之項目。
2. 角力在賽制上是不列種子籤及不採用電腦抽籤對戰的運動項目之一；角力選手於過磅後立即現場抽籤，較有可能抽到獲勝機會大的對戰選手。
3. 角力是屬於體重分級的比賽項目，適合於亞洲地區的發展，鄰近國家如日本、韓國、蒙古、中國的運動員，在歷屆的奧運會中屢屢獲得獎牌，足以證明亞洲地區在角力項目的奪牌率極高。
4. 本會在歷年國際性比賽中，角力選手常屢獲獎牌，尤其在2016年里約奧運會，本會順利取得資格並站上運動最高殿堂。如能有效的長期給予培訓，可望在2018年雅加達亞運會中獲得獎牌。

(二) Weakness (劣勢):

1. 角力一直無法納入國家重點發展運動項目，導致無法有效的建立三級化之角力選手培訓制度。
2. 無法長期聘用外籍教練幫助訓練以利提升我國角力選手之技術與競賽成績。
3. 角力運動在我國屬於冷門的運動項目之一，無法獲得企業團體與新聞媒體的經費贊助與報導宣傳。

(三) Opportunity (機會):

1. 角力協會近幾年在國際性比賽，我國女子角力選手屢屢獲獎，如亞洲錦標賽、亞青賽、亞青少賽等，並獲得2016年里約奧運會資格。如能有效且有計畫的培訓，可望在2018年雅加達亞運會中獲得獎牌。

2. 世界角力聯盟(U.W.W.)在2016年里約奧運會中，將女子角力項目原先的4個量級，修改為6個量級。因此，除了亞運會將比照辦理外，也增加了我國女子角力選手獲得參賽與獎牌的機會。
3. 角力目前列入全中運必辦項目中，因此提高基層學校發展意願。在未來除了增加角力運動的人口，也將增加國內的競爭水準，並選出最好的人才參與2018年雅加達亞運會。

(四) Threat (威脅)：

1. 近年來少子化問題日趨嚴重，也導致基層學校培育運動選手屢遭困境，同時，很多家長們多不願孩子從事體育運動選手，絕大部分原因是會影響學業及無就業市場等。
2. 角力運動近幾年來，無法納入國家重點發展項目與全國大專院校運動會之必辦項目，只能列入大運會之選辦項目，導致部分角力選手中途改行且無意願繼續從事培訓，此為最大之因素。

四、 訓練計畫：

(一) 訓練目標：

1. 總目標：為2018亞運會奪牌。

2. 階段目標：

(1) 第一階段目標：自頒布日起至2017年8月31日止。

a. 2017年亞洲成人角力錦標賽，前六名。

(比賽時間：106年5月10-14日 地點：印度 新德里)

b. 2017年亞洲青年角力錦標賽，前四名。

(比賽時間：106年6月15-18日 地點：臺灣 台中)

c. 2017年世界青年角力錦標賽，前六名。

(比賽時間：106年8月01-06日 地點：芬蘭 坦佩雷)

d. 2017年世界成人角力錦標賽，前六名。

(比賽時間：106年8月21-26日 地點：法國 巴黎)

(2) 第二階段目標：自2017年9月1日起至2018年1月31日止。

(3) 第三階段目標：自2018年2月1日起至2018年亞運結束日止。

a. 2018年亞洲成人角力錦標賽，前四名。

(比賽時間：107年2月28日至3月4日 地點：吉爾吉斯)

(二) 訓練日期、階段劃分及地點

1. 訓練起迄日期：自開始培(集)訓至總目標比賽結束檢討後止。
2. 階段劃分級訓練地點：

階段	期程	訓練地點	備註
第一階段	自106年3月1日起至106年8月31日止，共6月	國家運動訓練中心 或國外移地訓練	
第二階段	自106年9月1日起至107年1月31日止，共5月	國家運動訓練中心 或國外移地訓練	
第三階段	自107年2月1日起至2018亞運結束日止	國家運動訓練中心	

(三) 訓練方式：(採階段培訓或長期培訓)

(四) 訓練內容：(由培訓隊教練另擬訂，送中心備查後據以實施)

(五) 聘請外籍教練：

有關外籍教練聘任一事，乃角力協會為能積極協助我國角力選手在技術與訓練上有所突破，因此希望向體育署及國訓中心爭取聘任外籍教練來我國幫助角力訓練事宜。藉由外籍教練在亞運培訓期間協助我國教練與選手訓練，期望能取得佳績。

五、督導考核

各階段(賽會名稱)	檢測時間	檢測地點	檢測成績	備註
2017年亞洲成人角力錦標賽	05.10-05.14	印度 新德里	前6名	
2017年亞洲青年角力錦標賽	06.15-06.18	台灣 台中	前4名	
2017年世界青年角力錦標賽	08.01-08.16	芬蘭 坦佩雷	前6名	
2017年世界成人角力錦標賽	08.21-08.26	法國 巴黎	前6名	
2018年亞洲成人角力錦標賽	107.02.28-03.04	吉爾吉斯	前4名	

六、所需行政支援事項及建議處理方式

(一) 聘請外籍教練：

本會急需聘請外籍教練(自由式教練)協助國內績優角力選手之專項技術訓練；近幾年本會參加國際比賽的選手各項素質均達到國際水準，惟獨欠缺國內教練無法協助更高階的角力專項技術，因次，藉由外籍教練之聘請協助訓練，必能超越現況並達成奪牌最高標。

(二) 運科：

1. 請支援一位運動心理學者專家，協助教練及選手強化心理技能並長期隨隊

輔導心理諮商工作。

2. 生理生化檢測：請支援培訓隊選手定期做生理生化檢測，並提供數據給教練做為訓練課表調整的參考資料。

(三) 運動傷害防護：於出國比賽與訓練時支援防護員及按摩師。

(四) 醫療：復健、健檢、醫療意外保險。

(五) 課業輔導：選手進駐國訓中心長期培訓請安排課業輔導。

(六) 培訓隊教練及選手集中訓練時請協助辦理公假留職留薪。

(七) 培訓隊教練及選手為學校教師（約聘僱人員）時請，進駐國訓中心集訓後，請支援代課鐘點費或代理職缺費。

七、 經費概算：

(一) 教育部體育署或國家運動訓練中心專案補助。

(二) 不足部分本會自籌。

(三) 本辦法報請國家運動訓練中心核准後實施，如有未盡事宜依照教育部體育署與國家運動訓練中心規範，以及本會督導考核辦法，隨時補充修正之。

八、 本計畫經本會2018年亞運培訓參賽計畫選訓小組通過，送國家訓練中心提報運動人才培訓輔導小組審議通過後公布實施，修正後亦同。