

國家運動訓練中心

104 年度業務計畫

104 年 2 月 13 日

目錄

壹、前言	1
貳、104 年度業務計畫總說明	3
一、培養卓越人才	3
二、打造頂尖團隊	5
三、落實運動科學	6
四、彈性營運管理	7
五、促進職涯發展	8
六、學習標竿經驗	9
參、104 年度工作計畫	10
一、競技運動處	10
二、運動科學處	11
三、教育訓練處	13
四、財務處	14
五、營運管理處	14
肆、104 年度工作目標	15
伍、104 年度經費需求	21

國家運動訓練中心 104 年度業務計畫

壹、前言

國家運動訓練中心(以下簡稱本中心),依據總統府 103 年 1 月 22 日華總一義字第 10300009921 號令公布之「國家運動訓練中心設置條例」(以下簡稱設置條例)設立,設置條例另依行政院 103 年 9 月 30 日院授人綜字第 10300480711 號函;103 年 9 月 30 日院授人綜字第 1030047632 號令,自 104 年 1 月 1 日施行,故本中心自 104 年 1 月 1 日起正式設立,並成立第 1 屆董事會(104-107 年),以「培育優秀人才提升國際運動競爭力,成為世界先進運動訓練專責機構」為使命願景,主要任務為推動國家運動訓練事務,培育優秀運動人才,提升國際運動競爭力,帶領我國在奧林匹克運動會(以下簡稱奧運)、亞洲奧林匹克運動會(以下簡稱亞運)及世界大學運動會(以下簡稱世大運)等重要國際賽事爭金奪冠並超越顛峰。

本中心之定位為依法設立之國家級競技運動訓練機構,肩負推動國家級優秀競技運動人才培育專責之常設機構,監督機關為教育部。依據設置條例第 3 條規定,本中心之業務範圍如下:一、國家級優秀運動選手之選拔、培訓及輔導參賽。二、國家級優秀運動教練之培育及進修。三、運動科學支援訓練之執行。四、本中心場館之營運及管理。五、優秀運動選手之生涯諮商輔導。六、與國內外運動訓練相關機構之合作交流。七、其他與競技運動推展相關之事項。包括我國參加奧運、亞運及世大運等國際大型綜合性賽會、國家競技運動中長程發展目標及計畫之訂定、優秀競技運動教練及選手之培養,國家競技運動訓練環境設施設備及營運管理、財務健全等範疇。

本中心在法人化後自主彈性較大，可藉此提升運動訓練組織營運之專業性及效能，促進人事、財務與行政管理彈性化，並結合民間社會及企業資源投入我國競技運動發展，然亦面對更大的開源節流壓力，必須建立一套完善行政法人營運模式以符各方之期待。104 年本中心規劃以「培養卓越人才」、「打造頂尖團隊」、「落實運動科學」、「彈性營運管理」、「促進職涯發展」及「學習標竿經驗」6 項行動目標，再由各處依上述指標作為營運方向及目標，展開各項行動方案及各項工作計畫。

104 年度本中心各項業務計畫之推動與軟硬體設備之加強維護等例行工作外，並加強競技運動人才培育以及活化中心等業務規劃，本年度重點工作項目說明如下：推動「我國參加 2016 年里約奧運會選手培訓及參賽實施計畫」，積極重點輔導國家代表隊選手爭取 2016 年里約奧運參賽資格；另配合協助推動「我國參加 2015 年第 28 屆光州世大運選手培訓及參賽實施計畫」，支援國家代表隊選手進駐中心之培集訓工作，因此 104 年是一個相當重要的準備階段。

此外，亦持續推動硬體設備的精進，配合推動原「國家運動選手訓練中心整建計畫第 1 期工程」驗收及營運工作，相關運動訓練場館設施陸續完工，本中心有著更重大的任務及使命，除了賡續提供國家代表隊選手培集訓完善之訓練環境外，更將精進本中心營運管理，積極邁向國際化，以培育優秀運動人才，提升國際運動競爭力。

貳、104 年度業務計畫總說明

本中心為依法設立之國家級競技運動訓練機構，專責推動國家級優秀競技運動人才培育事務，為落實提升我國奧運、亞運及世大運等國際大型綜合性賽會之參賽成績、執行國家競技運動中長程發展目標及計畫、培養優秀競技運動教練及選手、完善國家競技運動訓練環境設施設備及營運管理、健全財務等工作，104 年度業務計畫以下列 6 大營運目標來展開規劃：

一、培養卓越人才-爭取 2016 年里約奧運參賽資格，協助 2015 年世大運培訓工作，落實國家級優秀運動選手之選拔、培訓、輔導及參賽

(一) 落實「我國參加 2016 年里約奧運會選手培訓及參賽實施計畫」

本中心在 104 年將積極推動並落實「我國參加 2016 年里約奧運會選手培訓及參賽實施計畫」，2016 年里約奧運自 2016 年 8 月 5 日起至 2016 年 8 月 21 日止(計 17 天)，於巴西—里約市舉行，競賽種類計有水上運動(游泳、跳水、水球、水上芭蕾)、射箭、田徑、羽球、籃球、拳擊、輕艇(靜水、激流)、自由車(場地賽、公路賽、山地賽、小輪車 BMX)、馬術、擊劍、足球、高爾夫、體操(競技、韻律、彈翻床)、手球、曲棍球、柔道、現代五項運動、西式划船、橄欖球、帆船、射擊、桌球、跆拳道、網球、鐵人三項、排球(室內、沙灘)、舉重及角力等共 28 種，相關選手之培訓工作刻不容緩。

(二) 積極輔導選手取得 2016 年里約奧運參賽資格

104 年以積極輔導選手取得 2016 年里約奧運參賽資格為目

標，在量化指標部分為參賽之選手數量極大化；在質性指標部分以確保我國選手爭取 3 金 2 銀 1 銅之優勢為主要任務。培訓策略部分：1. 具奪金運動種類：如跆拳道及舉重等 2 種運動種類具奪金實力，由本中心各專案小組以團隊方式支援該運動種類選手，並依教練團評估、規劃，從飲食管理、體重控制，至訓練、比賽，以個別選手量級量身訂做選手培訓計畫；2. 具奪牌運動種類：如射箭、射擊、拳擊、桌球、羽球、網球、高爾夫等 7 種運動種類具奪牌實力，由本中心各專案小組以團隊方式支援該運動種類選手，並依教練團規劃，以策略方式規劃選手培訓計畫；3. 取得參賽資格運動種類：除具奪金奪牌實力之運動種類外，由協（總）會依取得參賽資格之相關規定，研提培訓計畫送訓輔小組審議通過後，據以培訓選手爭取積分或排名，以取得里約奧運參賽資格，爭取最佳比賽成績。

(三) 辦理「我國參加 2015 年第 28 屆光州世界大學運動會選手培訓參賽實施計畫」賽前總集訓

104 年度本中心協助辦理「我國參加 2015 年第 28 屆光州世界大學運動會選手培訓參賽實施計畫」選手培訓工作，2015 年第 28 屆光州世大運自 104 年 7 月 3 日起至 7 月 14 日止（計 12 天）假韓國光州市舉行，競賽種類計有田徑、水上運動（游泳、跳水、水球）、體操（競技、韻律）、籃球、排球、足球、桌球、網球、擊劍、柔道、跆拳道（對打、品勢）、射箭（反曲弓、複合弓）、羽球、棒球、手球、高爾夫、划船、射擊等共 18 種（以 2015 年世大運籌委會最終核定競賽種類為準），在世大運選手培

訓作業配合奧運培訓計畫之整合原則下，2015 年第 28 屆光州世大運以爭取歷屆最佳獎牌排名為參賽目標，本中心 104 年配合奧運培訓作業集中辦理世大運賽前總集訓，全力支援具奪牌之運動種類項目，盡力扶濟具潛力之運動種類項目。

二、打造頂尖團隊-提升教練團專業職能，推動國家級優秀運動教練之培育及進修

(一) 邀請國際知名運動訓練教練或專家學者進駐中心辦理國家級運動教練增能研習

本中心自 104 年度起將積極落實「我國參加 2016 年里約奧運會選手培訓及參賽實施計畫」，其中有關具有奧運奪金與奪牌實力之優秀運動選手，如舉重、跆拳道、射箭、射擊等運動團隊之教練團，將規劃邀請國際知名運動訓練教練或專家學者進駐，協助提供專業知識，提升運動專項肌力及體能訓練、專項核心肌力訓練、專項速度訓練及耐力訓練之實際效果，幫助各團隊運動教練規劃設計年度肌力與體能訓練計畫及執行策略，建立專項運動員肌力及體能訓練及管理系統，落實體能肌力、體能訓練技術與方法，強化運動員身體素質，以確保運動訓練零傷害。

(二) 延攬國際級一流運動教練或體能教練進駐國訓中心

本中心為輔導教練團國際化，引進運動訓練新知及方法，提高我國運動技術水準及教練素質，俾利於國際綜合性運動競賽爭取佳績，積極延攬具有實際指導選手獲得奧運會前 3 名成績者；實際指導選手獲得各該國際單項運動總會主辦之正式錦

標賽前 3 名成績者；實際指導選手獲得各該洲級正式運動會，或各該洲級單項運動總會主辦之正式錦標賽第 1 名成績者或其他同等級或具有專業成就可資證明之國際一流教練或體能教練進駐本中心，協助競技運動訓練工作、擔任教練講習講座、提供國外選手情蒐資料、協助彙編訓練教材等事務。

三、落實運動科學-結合運動科學、運動醫學與科技支援訓練，提升選手運動表現

(一) 執行「提升國家競技實力之運動醫學暨運動科學輔助計畫」

本中心 104 年起積極落實「提升國家競技實力之運動醫學暨運動科學輔助計畫」，著重提供運動醫學及科學相關諮詢服務，強化競技運動實力，於各培訓選手期間，針對各運動種類屬性，加強運動員之健康管理、醫務監督、生化檢驗、運動傷害防護及運動禁藥檢測等管控機制，以協助教練隨時掌握選手身體狀況，提供擬訂合宜訓練計畫之參考建議；另運用心智科學知識，協助選手心理調適及精神激勵；針對培訓選手營養補給，遴聘專業營養師調配客製化營養飲食，全面加強營養評估及補給工作，以促進培訓選手的訓練效能，提升競技運動成績，2015 年光州世大運及 2016 年里約奧運奪金為任務，中長程則為提升國家競技運動實力及國際競技運動成績。

(二) 建構運動訓練後勤支援系統及完整的競技運動醫學及科學團隊

本中心將著手整合跨領域學術研究、訓練技術服務及教育培訓 3 大軸面，縱貫整合運動醫學及科學各專業領域。強調垂直整合之觀點，落實國際情蒐工作，提供本中心教練及運動選

手專業的運科服務，將運動醫學及科學長期融入運動訓練中，以達訓練前後之連貫性與一致性，並期望能創造運動醫學及科學專業融入運動團隊之新文化。

(三) 強化競技運動醫學及科學研究關鍵技術人才，建立國家單項運動選才機制

本中心自 104 年度起將極積提升競技運動學術水準，以因應國內競技運動發展問題，及國際競技運動發展落差與競爭趨勢，並養成運動醫學及科學應用人才。藉由科學化選才方法，透過客觀指標的檢測，蒐集少年選手現階段年齡的所有可評估項目，包括生理發育、一般適能檢測、神經肌肉協調、運動生理功能、運動心理素質、運動表現等，全面性的綜合分析與預測，將條件優越的少年運動員挑選並加以系統性的訓練與培養。

四、彈性營運管理-健全本中心人事、財務、組織等典章制度，完備國訓中心之營運與管理機制

(一) 落實本中心發展目標及計畫並健全本中心人事、財務、組織等典章制度

本中心自 104 年起設立，以「培育優秀人才提升國際運動競爭力及成為世界先進運動訓練專責機構」為使命願景，第 1 期發展目標及計畫以 4 年為 1 期 (104-107 年)，有關年度業務計畫之績效考核；人事管理制度之研訂；員工進用、考核、發展、專業訓練等；各場館營運、維護及管理；設施設備器材採購與維護；年度預算之執行與管控；營運收入等相關制度應積極建立。

(二) 推動社會贊助或募款計畫，爭取社會資源挹注

本中心經費來源包括國內外公私立機構、團體及個人之捐贈，自 104 年度將積極規劃社會贊助或募款計畫，鼓勵企業、國內外公私立機構、團體及個人投入資源，培育本中心之績優運動選手或團隊、充實運動場館與設施，以擴增體育運動推展資源，讓本中心體育運動發展更臻完善。此外，爭取社會資源強化運動選手生涯輔導照顧制度、強化績優運動選手對未來發展的願景，促使本中心協助選手或團隊無後顧之憂的全心投入嚴格的運動訓練，提升其競技實力，並於國際競賽中為國爭光，以提高媒體曝光率，進而宣導贊助企業、國內外公私立機構、團體及個人。

五、促進職涯發展-落實優秀運動選手之生涯諮商輔導

(一) 落實國家代表隊選手課業輔導工作。

我國政府對各級運動選手的獎勵辦法、制度相當完善，運動員照顧制度雖有法源依據，惟贏得亞奧運獎牌的選手與符合照護法令的運動員實為少數，為此，本中心除了透過「選、訓、賽、輔、獎」強化我國競技運動實力，更應落實國家代表隊選手課業輔導之工作，並建構生涯輔導機制，規劃職涯藍圖，且提供專業諮詢協助，讓運動員在退役前能夠預先充實未來就業所需的專業知能，幫助選手在培訓階段做好職前準備及職涯規劃。

(二) 建構職涯藍圖並推動職業發展諮詢協助機制

強化選手生涯轉型觀念，透過與專業訓練機構合作，規劃

職前訓練與實習課程，強化履歷表撰寫與面試表達技巧，更辦理職業適應輔導工作，藉以提升就業競爭力，是此，本中心與學界和業界需建立良好媒合平臺，提供運動員完善支持體系，達成優秀運動選手之生涯諮商輔導與發展。

六、學習標竿經驗-推動國外運動訓練相關機構之合作交流

(一) 推動國內外運動訓練機構互訪交流機制

本中心為國家競技運動員重要之培訓基地，除具備完善之硬體設施、專業教練人才與尖端運動科技，為強化教練專業知能，提升訓練績效，並與國際訓練機構或學校交流，全面提升國訓中心員工、教練與選手之外語能力為不可或缺之要素，更須建立長期的合作關係，推動國家代表隊教練及選手國際訓練機構或學校交流與合作之計畫，定期與國外運動訓練機構之互訪交流機制。

(二) 推動營運管理國際化策略

為因應現今國際體育運動訓練發展趨勢，達成菁英運動員培養、運動教練、訓練科學整合專業人才，邀請國際先進運動訓練機構領導人進駐並提供營運管理諮詢服務，採用多元化的專業素養培育課程，塑造以科學化之訓練模式概念的專業教練，培養競技訓練專業知能人才與高等運動訓練專業學術人才，為國家儲備專業運動競技優質人力資源，並邀請國外專家學者舉辦國家運動訓練中心營運與管理講座，提升運動訓練之國際競爭力，學習國際營運與管理經驗，培養國內運動訓練人才之國際觀。

參、104 年度工作計畫

一、競技運動處

104 年以落實「我國參加 2016 年里約奧運會選手培訓及參賽實施計畫」、積極輔導選手取得 2016 年里約奧運參賽資格及「我國參加 2015 年第 28 屆光州世界大學運動會選手培訓參賽實施計畫」賽前總集訓等事務為主，在「培養卓越人才」、「打造頂尖團隊」、「彈性營運管理」及「學習標竿經驗」等目標之工作計畫概述如下：

(一) 培養卓越人才

1. 培訓奧運潛力選手-實施國、內外移地訓練或專案訓練
2. 奧運參賽資格取得-參與國際單項比賽，提高世界排名
3. 強化奪金競技實力-個別化培訓卓越競技運動選手

(二) 打造頂尖團隊

1. 強化運動訓練專業知能-籌組具競爭實力之教練團
2. 輔導教練團國際化-國際級一流教練聘任與國家級優秀教練進修
3. 提升訓輔小組之效能-訪察國際知名運動訓練中心或基地

(三) 彈性營運管理

1. 提升組織營運之專業及效能-推動合作交流，提供競技運動人才培育服務
2. 逐年提高營運經費自籌比例-結合社會及企業資源，尋求贊助廠商。
3. 通盤檢討及整體規劃附屬訓練基地-提供優質訓練環境，提

升訓練績效。

(四) 學習標竿經驗

1. 推動國際訓練機構之合作與交流-定期互訪交流
2. 提升運動訓練國際競爭力-邀請國際專業人員提供諮詢或辦理講座
3. 提升外語能力-配合雲端數位學習

二、運動科學處

104 年積極落實「提升國家競技實力之運動醫學暨運動科學輔助計畫」，邀集國內運科專家，納編成運科小組，包括生理、力學、心理、營養、醫學及體能等，配合各運動培訓隊訓練，研訂並執行專項運動醫學及科學支援計畫。協助各隊實施各項檢測執行選手健康管理與醫務協助，以及傷害防護醫療服務，在「培養卓越人才」、「打造頂尖團隊」、「落實運動科學」、「促進職涯發展」及「學習標竿經驗」等目標之工作計畫概述如下：

(一) 培養卓越人才

1. 強化奪金競技實力-辦理一般及專項體能檢測，提供訓練計畫擬訂參據
2. 監控選手訓練狀態-辦理血液及尿液生化檢測，評估選手訓練強度，監控身體疲勞與恢復情形
3. 照護奧運潛力選手-檢測、評析及監控選手心理狀況，實施心理技能教育與訓練
4. 運動營養諮商與調控-辦理選手身體組成檢測，提供個別化營養補充

(二) 打造頂尖團隊

1. 提升運科小組效能-支援訓練影像回饋系統及高速度動作攝影與分析，提升技術表現
2. 提升運科支援團隊專業人才質量-遴聘運動心理、營養、體能專家學者
3. 運科卓越人才培育-辦理講座及研習會等教育與訓練
4. 運動傷害防護支援-辦理運動傷害診斷治療與預防
5. 醫療照護支援-辦理選手健康管理，邀請專業醫師看診，建置完善醫療防護網
6. 訓練後恢復支援-辦理選手訓練後按摩

(三) 落實運動科學

1. 資料建置-辦理培訓隊各項檢測報告，建構國內優秀選手運動科學資料庫
2. 資訊蒐集-辦理跆拳道、舉重、女子拳擊、羽球等 4 項 20 位重點選手參加各賽會比賽動作蒐集與分析
3. 運動禁藥防治-實施尿液生化檢測，監控選手用藥及飲食狀況，運動禁藥宣導教育

(四) 促進職涯發展

防護人才培育-辦理運動傷害防護暨物理治療講座或研習會等教育訓練

(五) 學習標竿經驗

1. 接軌國際-參考國外奧亞運運科小組，成立專業運科團隊
2. 經驗交流-廣邀國內各領域運科專家，分享專業知識及經驗

三、教育訓練處

104 年積極落實國家代表隊選手課業輔導工作、建構生涯輔導機制及規劃職涯藍圖，提供專業職業發展諮詢協助，讓運動員在退役前能夠預先充實未來就業所需的專業知能，幫助選手在培訓階段做好職前準備及職涯規劃，達成優秀運動選手之生涯諮商輔導與發展。在「培養卓越人才」、「打造頂尖團隊」、「彈性營運管理」、「促進職涯發展」及「學習標竿經驗」等目標之工作計畫概述如下：

(一) 培養卓越人才

1. 培訓隊課業輔導、文康休閒活動及學習課程規劃
2. 補充兵役選手及體育替代役役男服勤集訓列管
3. 協辦各單項運動教練及裁判講習會，並輔導教練選手參與

(二) 打造頂尖團隊

建立職員教育訓練及職能提升機制-提高服務品質及行政效率

(三) 彈性營運管理

1. 外賓、機關團體之拜會及參訪-促進國際體育交流
2. 媒體記者採訪-增加能見度
3. 辦理各類教育推廣活動-運動訓練體驗營
4. 各類文宣、紀念品之規劃及製作-宣傳及行銷中心

(四) 促進職涯發展

1. 優秀運動選手生涯諮商及就業輔導
2. 締結業界合作-擴增學習廣度及強化第二專長專業技能

(五) 學習標竿經驗

1. 國內、外體育資訊管理-蒐集、陳列國際體育資訊及技能發展，提供學習資訊
2. 運動專案研習-提升專業知能及廣闊的國際觀

四、財務處

財務處為本中心重要後勤支援單位，運用資金進行財務規劃，透過有效財務運作制度，協助中心各項業務運作順遂，在「彈性營運管理」目標之工作計畫概述如下：

彈性營運管理

強化財務運作管理-系統資源整合，財務資金理財規劃

五、營運管理處

營運管理處依業務屬性管轄全中心人力及物力，為中心重要後勤支援單位，將扮演本中心行政管理、營運維護、總務採購等整體營運管理之角色，未來配合一期工程相關場館完工後，透過各訓練場地設施設備之完備，提供教練及選手良善之訓練環境，以積極培養優秀競技運動人才，在管理制度上，104年也將全面實施人事管理、內部控制、稽核作業、採購作業等規章，除加強管理機制外，也兼顧實務運作之考量，藉此達到人力資源及各項採購效能的提升，做好各項人力、物力成本的管控，以符行政法人設立之目的，在「打造頂尖團隊」、「彈性營運管理」及「學習標竿經驗」等目標之工作計畫概述如下：

(一) 打造頂尖團隊

提升教練、選手及行政資訊系統軟、硬體設備-提高訓練成效

及工作效率

(二) 彈性營運管理

1. 辦理中心場館新建及維護
2. 選手培訓整合行政資訊系統-資源共用，提升行政效率及服務功能
3. 建立大門、宿舍及訓練場館監視系統整合-提供安全之訓練環境
4. 協助各隊增設網路設備，以利情蒐及研討
5. 完成組織改組，健全組織運作，達成各項發展目標
6. 提升場館及設施使用效益，創造營運收入
7. 發展場館特色及功能提升，營造全國唯一專業體育運動園區

(三) 學習標竿經驗

1. 增訂中文電子資料庫期刊服務-充實訓練技術新知，提升本職學能
2. 推動雲端數位學習及網頁改版-提供完善且有效學習環境，製作專網宣傳，激勵士氣提升榮耀
3. 加強國際交流，吸收世界體育強國訓練中心營運經驗

肆、104 年度工作目標

業務計畫	目標	預期成果
一、培養卓越人才	(一)培訓奧運潛力選手	1. 規劃前往國內、外頂尖團隊國家實施移地訓練或專案訓練，預計 40 場次。 2. 落實備戰青年奧運會及青年亞運會奪金目標。

業務計畫	目標	預期成果
一、培養卓越人才	(二)奧運參賽資格取得	1. 培訓重點發展運動種類選手參加世界或亞洲單項錦標賽及奧運資格賽，預計 100 場次。 2. 協助重點發展運動種類選手爭取世界排名積分，提高世界排名，預計 8 人次排名前 10 名。
	(三)強化奪金競技實力	1. 個別化培訓卓越競技運動選手，於 2015 年光州世大運排名爭取進入 7 名內。 2. 實現 2016 年里約奧運 3 金 2 銀 1 銅目標。 3. 辦理一般體能及專項體能檢測，提供教練擬訂訓練課表之參考依據，預計實施 300 人次。
	(四)監控選手訓練狀態	1. 辦理訓練前後血液及尿液生化檢測，以評估選手訓練強度，及監控身體疲勞與恢復情形，預計實施 3,500 人(項)次。 2. 協助教練監控選手訓練強度及負荷，於訓練中實施心跳率監測預計 250 人次。
	(五)照護奧運潛力選手	檢測、評析及監控選手心理狀況，實施心理技能教育與訓練，預計實施 200 人次。
	(六)運動營養諮商與調控	辦理選手身體組成檢測，並依運動項目特性，協助訓練及恢復時營養增補與監控，以提供個別化營養補充，預計實施 300 人次。
	(七)培訓隊課業輔導、文康休閒活動及學習課程規劃	1. 辦理培訓隊在學學生(研究所、大學、國中、高中)課業輔導，預計實施 250 人。 2. 為舒解教練選手培訓期間身心壓力，規劃辦理各項文康休閒活動及進修課程： (1) 影片欣賞：預計放映 40 場次，每場次均有 50 餘人觀賞。 (2) 學習課程： A. 心靈成長專題演講 3 場次，預計 150 人次參與聆聽。 B. 外語學習課程。 C. 相關競賽活動，預計 60 人次參與。 3. 慶生活動：每月定期辦理教練選手慶生，全年預計 300 人。

業務計畫	目標	預期成果
一、培養卓越人才	(八)補充兵役選手及體育替代役男服勤集訓列管	1. 辦理補充兵役選手列管集訓，預計 40 人。 2. 辦理替代役體育役男服勤管理、訓練及參賽，預計 200 人。 3. 辦理役男公益服務：獨居老人居家環境清潔、淨灘及捐血，預計 100 人次參與。
	(九)協辦各單項運動教練及裁判講習會，並輔導教練及選手參與	為提升各單項運動教練及裁判水準，協助單項運動協會舉辦各級教練及裁判講習，預計協助 6 場次，並輔導在營培訓教練及選手 60 人次參與。
二、打造頂尖團隊	(一)強化運動訓練專業知能	1. 籌組具競爭實力之教練團並明訂責任與分工。 2. 建置國家級教練培養系統，以增補並提升我國國家級優秀運動教練優勢。 3. 輔導國家級優秀運動教練前往專項運動發展先進國家研習，預計培育 2 名國際級優秀運動教練。
	(二)輔導教練團國際化	1. 聘任 1 位國際級一流運動教練或體能教練。 2. 邀請 2 名國際知名運動訓練教練或專家學者，辦理國家級運動教練增能研習或進修。
	(三)提升訓輔小組組織效能	訪察國際知名運動訓練中心或基地。
	(四)提升運科小組效能	1. 支援培訓隊訓練時影像回饋系統，藉以修正動作之依據，預計實施 200 人次。 2. 辦理選手訓練時高速度動作攝影及分析，以提升技術表現，預計實施 200 人次。
	(五)提升運科支援團隊專業人才質量	預計遴聘運動心理、營養、體能等專家學者 20 人，協助奧亞運選手相關運科支援。
	(六)運科卓越人才培育	辦理運動科學相關講座及研習會等教育與訓練，預計實施 10 場次。
	(七)運動傷害防護支援	辦理運動傷害診斷治療與預防，預計實施 35,000 人次。
	(八)醫療照護支援	辦理選手健康管理，並邀請專業醫師協助看診，建置完善醫療防護網，預計實施 2,000 人次。
	(九)訓練後恢復支援	辦理選手訓練後按摩，預計實施 1,000 人次。

業務計畫	目標	預期成果
二、打造頂尖團隊	(十)建立職員教育訓練及職能提升機制	為提高服務品質及行政作業效率，鼓勵中心所屬人員進修，充實專業知能，預計實施 3 場次。
	(十一)提升教練、選手及行政資訊系統軟、硬體設備	全面汰換現有 XP 系統之個人電腦及使用近 10 年伺服器，以強化運作功能，並增購筆記電腦、雷射列表機及不斷電系統等設備，提供行政、場館及各隊教練訓練使用，提高工作效率及訓練成效。
三、落實運動科學	(一)資料建置	彙整培訓隊各項檢測報告預計 300 人次，供培訓隊教練及選手參考，並建構國內優秀選手各項運動科學資料庫。
	(二)資訊蒐集	辦理跆拳道、舉重、女子拳擊、羽球等 4 項 20 位重點選手參加各賽會比賽動作蒐集與分析。
	(三)運動禁藥防治	1. 不定時實施尿液生化檢測，以監控選手用藥及飲食狀況，預計實施 350 人次。 2. 教育及降低選手違反運動禁藥規定之情事。
四、彈性營運管理	(一)提升組織營運之專業及效能	1. 完成人事、財務、組織、場館營運與行政管理等內部規章制訂。 2. 推動體育運動團體合作交流，提供競技運動人才培育服務。 3. 聘任 2 名場館專業管理人員。
	(二)逐年提高營運經費自籌比例	1. 推動企業贊助或募款計畫。 2. 結合民間社會及企業資源，投入我國競技運動人才培育計畫。 3. 預計尋求 10 個贊助合作廠商。 4. 104 年度預算外之各項收入（含捐贈、場地收費、辦理活動及物品贊助等），以達到新臺幣 1,000 萬元為目標。
	(三)通盤檢討及整體規劃附屬訓練基地	1. 完成 3 處體育運動組織所屬基層訓練站與直轄市、縣(市)運動訓練站之輔導、管理及協調、聯繫。 2. 提供國家代表隊教練及選手優質訓練環境，提升運動訓練績效。
	(四)外賓、機關團體之拜會及參訪	為促進國際體育交流，接待單項協會友好國際體育人士或團體、國內大專校院及體育團體至中心參訪，預計 200 人。
	(五)媒體記者採訪	安排及接待媒體採訪有關 2016 年里約奧運選手集訓狀況，預計 50 人次。

業務計畫	目標	預期成果
四、彈性營運管理	(六)辦理各類教育推廣活動	預計安排假日運動訓練體驗營活動 3 場次，100 人次參與。
	(七)各類文宣、紀念品之規劃及製作	設計製作中心紀念禮品，提供至中心集訓或參觀訪問人員採購留念，增加營收。
	(八)強化財務運作管理	1. 系統資源整合：將採(請)購、出納系統整合，資源有效分配控管。 2. 財務資金理財規劃：中心資金來源分為政府補助、專案補助及營運資金，依據性質執行理財規劃，首年以定期存款為主，存款期間，依據資金需求及銀行所能接受之天期，以投資報酬最大考量，增加財務收入。
	(九)辦理場館新建及維護	1. 新建球類館及技擊館啟用，並提供光州世大運及里約奧運培訓選手進駐訓練。 2. 完成中心第二期工程委託專案管理技術服務招標作業。 3. 完成中心 104 年度機電設備委外維護招標作業。 4. 完成中心徒步區及外圍停車場設置。
	(十)選手培訓整合行政資訊系統	自選手報到作業與門禁、餐廳管制、課輔、運科檢測、運動傷害防護、醫療及人事、薪資差勤作業整合採(請)購、會計出納各項系統資源共用減少資料重覆輸入，提升整體行政效率及服務功能。
	(十一)建立大門、宿舍及訓練場館等監視系統整合	建置中控監視系統以整合大門、宿舍及訓練場館監視器，提供中心安全之訓練環境，預計整合 100 台監視器。
	(十二)協助各隊訓練需要增設網路設備	建構球類館及技擊館對外網路服務，俾利各培訓隊情蒐及研討，並配合最新網路通訊協定，建置安全網路環境，預計設置 30 個網路連接點。
	(十三)依中心組織章程完成改組，健全組織運作	1. 完成人事、財務、訓練、運科、營運等人員調整，儘速推展各項業務，並達成各項發展目標。 2. 聘用不足之專業人員，並以中心之 85 名員額為目標。
	(十四)建立各場館及設施收費標準制度，提升使用率，創造中心營運收入	1. 在不影響培訓隊訓練前提下，訂定場地與設施各項收費標準。 2. 活化訓練場館與訓練設備，提升使用效率，增闢中心開源管道。

業務計畫	目標	預期成果
四、彈性營運管理	(十五)營造中心成為全國唯一專業體育運動園區	1. 利用中心軟、硬體設施規劃各項收費導覽套裝行程，招攬學校、公司、企業團體或國內旅遊業等。 2. 透過專業的導覽與實地體驗，使參觀者能深入了解中心場館特色與功能。
五、促進職涯發展	(一)防護人才培育	辦理運動傷害防護暨物理治療相關講座及研習會等教育訓練，預計實施5場次。
	(二)優秀運動選手生涯諮商及就業輔導	1. 各式證照取得：輔導協助選手考取相關證照。如：教練證、裁判證、教師證或其他相關證照等，預計15人次。 2. 辦理生涯規劃、職涯發展、理財規劃等相關講座或研習，預計3場次。 3. 運動相關產業職缺資料蒐集，提供選手資訊參考，預計3項次。
	(三)締結業界合作	與具有前景之產業，爭取合作，安排選手至業界、學校等職場實習，擴增學習廣度及強化第二專長專業技能，預計3場次。
六、學習標竿經驗	(一)推動國際訓練機構合作交流	定期與國外運動訓練機構互訪交流，預計2次。
	(二)提升運動訓練國際競爭力	1. 邀請國際先進運動訓練機構專業人員2人次，提供營運管理諮詢服務。 2. 邀請國外專家學者舉辦國家運動訓練中心營運與管理講座，預計2場次。
	(三)提升外語能力	配合雲端數位學習，全面提升教練、選手及員工外語能力。
	(四)接軌國際	參考國外奧亞運運科小組，預計成立4個專業運科團隊。
	(五)經驗交流	廣邀國內各領域運科專家，辦理專業知識及經驗分享，預計10場次。
	(六)國內外體育資訊管理	因應全球快速發展趨勢，蒐集、陳列國際間各項最新體育資訊及技術發展，提供教練、選手參考學習資訊。
	(七)辦理運動專案研習及進修	強化運動人才，提升國際競爭力，針對國內精英教練、選手舉辦在職訓練研習，或國際專項運動研討會活動，藉以提升專業知能及廣闊的國際觀，預計3場次。
	(八)增訂中文電子資料庫期刊服務	提供教練及選手廣泛搜羅兩岸體育相關中文期刊、論文、電子書，於線上查詢、閱覽、下載，以充實訓練各項新知、技術及提升本職學能，預計提供上線閱覽2,000人次及下載1,000人次。

業務計畫	目標	預期成果
六、學習標竿經驗	(九)推動雲端數位學習與網頁改版	建立雲端數位學習系統以支援營內、外教練選手有效及完善學習環境，增進職能，並配合 2016 年里約奧運，網頁規劃增設中華代表隊專網宣導，以提升士氣、激勵榮耀。

伍、104 年度經費需求

104 年度國訓中心經費預算項目分為國訓中心行政業務、固定資產及無形資產、奧運及世大運選手培訓、體育役優秀選手培訓與提升國家競技實力之醫學暨科學輔助計畫等五項，經費需求預估約 4 億 2,985 萬 9 千元，經費需求及月分配數如下表：

表一、 國家運動訓練中心經費需求及說明

單位：千元

項 目	104 年度預算	說 明
一、國訓中心行政業務	136,427	以進用人力 85 人薪津核計用人費用 66,250 千元；行政業務費用水電、保全、清潔及郵電、消耗用品、維護、旅運費等 70,177 千元。
二、購置固定資產及無形資產 (資本門)	40,000	機械設備 3,500 千元；資訊設備 13,390 千元；交通及運輸設備 60 千元；什項設備 16,450 千元；無形資產(電腦軟體)6,600 千元。
三、奧運、世大運選手培訓	204,743	為辦理體育署所訂 2016 年里約奧運會、2015 及 2017 年世大運參賽培訓計畫計田徑等 28 種運動項目，有關選手培訓相關行政事宜。
1. 辦理選手培訓教練薪資、選手零用金、伙食費、返鄉交通費、文康休閒活動及督訓等	107,500	培訓隊概以教練 70 人選手 300 人共 370 人核計各項費用。

項 目	104 年度預算	說 明
2. 教練、選手原校代課鐘點費及國高中、大專課輔聘請教師鐘點費等	16,000	104 年代課鐘點費 800 萬元；課輔費 800 萬元。
3. 聘用優秀外籍教練來臺任教	23,500	聘任優秀外籍教練 10 人薪資、交通、伙食等費用。
4. 辦理選手培訓、健檢、運科支援、資訊蒐集、建立運科醫學監控、傷害防護及營養補給機制	10,000	選手培訓之運科支援工作，成立運科、醫療小組於培訓期間規劃委員常態性定期檢測、訪視各隊，協助培訓隊蒐集國外比賽相關資訊，並不定期召開會議以協助教練、選手掌握訓練負荷與績效。
5. 補助各亞奧運單項協會培訓隊專案培訓、移地訓練及訓練器材(消耗性及非消耗性)	47,743	預計補助跆拳道、桌球、羽球、舉重...等 28 個協會辦理國外移訓或器材採購。
四、體育役優秀選手培訓	28,125	
1. 辦理體育役優秀選手培訓	26,000	遴選優秀役男運動選手，實施培訓與生活照顧，補充兵預計 35 人，替代役男平均 200 人；另聘教練 5 人協助訓練等費。
2. 補助各單項協會採購體育役儲備隊專項比賽服裝及消耗性器材	2,125	計補助橄欖球、手球、足球...等 11 個協會。
五、提升國家競技實力之醫學暨科學輔助計畫	20,564	計劃期程自 104 年 1 月至 107 年 12 月止。
1. 辦理提升國家競技實力之醫學暨科學輔助計畫相關研究所需經費	17,268	執行里約奧運跆拳道、舉重、射箭、拳擊及桌球等重點項目各項運科、醫療服務及運動傷害防護工作，聘用助理及檢測、醫療耗材等費。
2. 設備及投資	3,296	預計購置攜帶式高壓氧艙 1 台及相關運科等設備。
總計	429,859	政府補助收入：公務預算(第一、二及五項)196,991 千元；運動發展基金(第三、四項)232,868 千元。

表二、國家運動訓練中心 104 年度預算每月分配數明細表

單位：千元

項目	104 年 度預算	每月分配數											
		1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月
1. 國訓中心行政業務費 (含資本門)	176,427	6,300	10,000	15,000	14,500	15,300	15,500	16,750	18,200	19,250	19,000	16,500	10,127
2. 提升國家競技實力之醫學暨科學輔助計畫	20,564	400	2,000	1,500	1,300	1,450	1,846	2,220	2,750	2,750	1,750	1,500	1,098
公務預算合計	196,991	6,700	12,000	16,500	15,800	16,750	17,346	18,970	20,950	22,000	20,750	18,000	11,225
1. 奧運、世大運選手培訓	204,743	7,500	10,000	12,650	18,500	21,300	23,530	25,060	25,800	25,000	15,000	17,000	3,403
2. 體育役優秀選手培訓	28,125	2,300	3,000	2,370	2,300	2,300	2,470	2,500	2,450	2,500	2,200	2,150	1,585
運動發展基金合計	232,868	9,800	13,000	15,020	20,800	23,600	26,000	27,560	28,250	27,500	17,200	19,150	4,988
總計	429,859	16,500	25,000	31,520	36,600	40,350	43,346	46,530	49,200	49,500	37,950	37,150	16,213