

台灣柔術總會參加 2025 年第 12 屆成都世界運動會 選手培訓及參賽實施計畫

本計畫經選訓委員會 114 年 3 月 5 日通過

一、依據：教育部體育署 113 年 7 月 26 日臺教體署全(三)字第 1130300146 號函。

二、目的：培育我國優良的柔術選手，增進我國之柔術能力，在 2025 年成都世界運動會柔術項目奪牌，並提升國際能見度。

三、實力現況分析：

(一)Strength (優勢)：獲邀選手歷年成績優異，曾獲 2023 泰國成人亞洲錦標賽成人柔術對打女子組 - 52 公斤第三名、2024 年全民運動會柔術對打女子組-52KG 第一名、2022 年全民運動會柔術對打女子組-52KG 第一名。

(二)Weakness (劣勢)：

1. 因國內對手同量級人數少，影響選手訓練。
2. 訓練方式多屬傳統，缺乏配套訓練計畫。
3. 缺乏團隊合作。

(三)Opportunity (機會)：

- 1.學習正確飲食體重控制，增加對戰實力。
- 2.加強教育訓練，培養良好的技能與觀念。
- 3.經由教練檢視個人的身心靈狀況，隨時修正與檢討。

(四)Threat (威脅)：

- 1.不熟悉場地。
- 2.傳統柔術強國優勢仍在。

四、訓練計畫：

(一) 訓練目標：

1. 總目標：柔術預定於 2025 年世界運動會中獲得更佳的世界排名，並能影響台灣從事相關運動選手積極投入，帶領國內柔術運動風潮。

2、階段目標：

1. 第 1 階段（自 114 年 4 月 1 日起至 114 年 6 月 30 日止）
 - A.訓練地點：自主訓練(台北市)。
 - B.預定參加賽事：JJAU 柔術亞洲錦標賽(5 月 19~27 日)在約旦安曼舉辦以及全國柔術排名賽(6 月 15 日)。
 - C.參賽實力評估：該量級中，本國吳玉婷選手以敏捷

性、攻擊積極性較佳。

D.預估成績：該量級(52 公斤)獲得前 4 名或至少有二次以上勝場數。

(2)第二階段(自 114 年 7 月 1 日起至 114 年 8 月 7 日止)

A.訓練地點：台北市 UFC GYM等

B.預定參加賽事：2025 世界運動會

C.參賽實力評估：柔術對打項目在亞洲成績有前四名實力，國際賽事對戰實力，均在伯仲之間，須視實戰準備情況。

D.預估成績：進入半準決賽為主要目標，期許更佳成績表現。

(二)訓練方式：由教練團擬定培訓階段各週期訓練計畫，提交總會彙整送體育署備查。訓練計劃如附件二。

(三)實施要點

1. 訓練期間安排國內外移地訓練與參賽，增進選手實戰經驗與技術戰術運用，藉由移地訓練與參賽的機會蒐集各國優秀選手情報，提昇參賽效益。
- 2.訓練成效之預估：第一階段以亞錦賽對戰吸取經驗、練習熟悉所習戰術，藉由比賽修正個人之缺失部分。
- 3.階段成績檢測標準依預估成績為原則，若有受傷導致無法進行下一階段的訓練，則取消報名資格。

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辦理選訓事宜，並督促教練落實執行訓練計畫，以及依其績效據以考核。

(二) 教練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、所需行政支援事項及建議處理方式

- (一) 運動科學：待援項目檢測實施計畫
- (二) 運動防護：支援防護員或按摩師
- (三) 醫療：復健、健檢、醫療意外保險

七、經費籌措：

- (一) 自籌
- (二) 向體育署、中華奧會申請

八、本計畫經本會選訓委員會通過，送教育部體育署訓輔專案小組審議

核定後實施，修正時亦同。

註：

- 一. 附教練、選手簡歷冊（含出生年月日、性別、項目或量級（位置）、就讀學校科系所年級或服務單位、職稱、單位地址）。
- 二. 因應個人資料保護法，前項資料已經教練、選手同意僅作為本賽會相關培訓及參賽使用。

台灣柔術總會參加 2025 年第 12 屆成都世界運動會
教練及選手遴選辦法

- 一、依據：教育部體育署 113 年 7 月 26 日臺教體署全(三)字第 1130300146 號函。
- 二、目的：遴選本會參加 2025 年第 12 屆成都世界運動會培訓隊優秀教練及選手，以最優秀之競技狀態，獲取最佳參賽成績，為國爭光。
- 三、組織：由本會組成 2025 年第 12 屆成都世界運動會參賽計畫選訓小組，負責有關教練及選手選拔暨培訓督導事宜。
- 四、教練遴選：
 - (一) 資格條件：具備 A 級國家級教練資格，並具實際帶隊訓練經驗者，且曾擔任過國家代表隊教練者。
 - (二) 遴選方式(名額)：一名。由台灣柔術總會公開指派，經選訓小組會議同意後，經報本會會長核定，送國家運動訓練中心審議。
- 五、選手遴選：
 - (一) 資格條件：以國際柔術總會(JJIF)推薦獲選為該賽會知本國代表為參賽選手。
 - (二) 選拔方式：由國際柔術總會(JJIF)於 2025.02.16 電子郵件通知，台灣柔術總會會員吳玉婷選手獲選為該賽會之本國代表，內容詳如附件一，按照國際柔術總會排名為第 12 位。
- 六、附則：
 - (一) 培訓隊教練為顧及本會會務正常運作並遵守利益迴避原則規範，本會秘書長（含）以上人員，不得擔任教練職務。
 - (二) 培訓隊選手：
 1. 選手須接受教練指導並依訓練計畫施訓，日常生活事項接受教練輔導管理。倘於培訓期間有違反前述規定之事實，經查核屬實者，得取消培訓資格。
 2. 除經專案核定辦理者外，未達階段標準或目標之選手，予以取消下階段培訓資格，未達最末階段標準或目標者，不予報名參賽。
 3. 培訓隊選手如已入選我國參加亞洲運動會或奧運培訓隊，以參與單一賽會培訓隊為原則。
 - (三) 入選培訓之教練、選手無故未能參加培訓或違反培訓相關規定者，送本會紀律委員會議處後，報教育部體育署備查。
 - (四) 教練、選手之除名，須經本會選訓委員會討論後，送教育部體育署

審議核定後執行。

七、本辦法經本會選訓委員會通過後，送教育部體育署訓輔專案小組審議核定後實施，修正時亦同。

台灣柔術總會參加 2025 年第 12 屆成都世界運動會 培訓隊名單

編號	職稱	姓名	性別	出生年 (西元)	服務單位/ 就讀學校及 年級	項目/ 量級/ 位置	符合培訓標準或遴選辦法/ 建議列入儲訓原因	資格
1	教練	王葉豪	男	1979	鷺江國中	專任 教練	符合本會遴選辦法第四點規定	A 級
2	防護 人員	林軒輔	男	1997	竹圍高中	防護 員	符合成都世界運動會選手培訓及參 賽實施計畫第六條	
3	選手	吳玉婷	女	1992	cmc 運動 工作室	女子 對打 項目 52kg	■符合柔術項目培訓標準 ■符合世運培訓標準，成績： 獲 JJIF 邀請參賽資格(世界排 名 12) ■符合本會遴選辦法第五點規定	培 訓