



台北市朱崙街 20 號 7 樓 712 室  
Tel: 02-87722159  
Fax: 02-87722171

## 各級國家代表隊教練選手甄選、汰換實施細則

- 一、目的:遴選各級優秀國家代表隊教練、選手，爭取參賽優異成績。
- 二、教練遴選：由教練委員會負責訂定遴選辦法遴選，完成遴選後，名單需送交選訓委員會備查。
- 三、選手遴選:
  - (一)未受本會停權之選手。
  - (二)依據選手年齡、參加賽事之項目、級別、報名人數，由選訓委員會分別訂定國家代表隊選手遴選辦法。
  - (三)選手名單經協會選訓小組確認，奉理事長核定，呈報體育署核辦、聘任。
  - (四)各級國家代表隊至少須於賽前 3-6 個月前選出，俾利作業及賽前集訓。
- 四、各級國家代表隊目標
  - (一) 成人組(15 人制)目標亞洲盃 TOP 級
  - (二) 成人組 (7 人制)亞運前 2 名、進軍奧運。
  - (三) U20(7 人制)亞青前 2 名
  - (四) U19(15 人制)亞青前 2 名
  - (五) U18(7 人制)亞青前 2 名、進軍青奧。
- 五、選手選拔:(無客觀標準項目由教練團鑑定)
  - (一) 體能測驗:各級代表隊檢測項目及方式由選訓委員會訂定。
    - 1、深蹲(Squat)-目的：測量下肢肌力
    - 2、槓鈴臥推(Barbell bench press)-目的：測量上肢肌力



台北市朱崙街 20 號 7 樓 712 室  
Tel: 02-87722159  
Fax: 02-87722171

- 3、引體向上(Pull-up)-目的：測量手臂及肩部引體向上的肌耐力。
- 4、50 公尺衝刺(Fifty-meter Sprinting)-目的：測量速度及爆發力。
- 5、折返跑(Shuttle Run)-目的：測量奔跑及改變方向之速度與敏捷性。
- 6、Yo Yo test ( IR1 ) -目的：測量心肺耐力。
- 7、腹部肌力-目的：測量核心肌力。

(二)比賽：選訓小組委員，針對教練調度上的需要，就球員比賽的速度、攻擊能力、防守能力、對球隊的支援能力及個人的技巧...等技術手準，給予評分。

#### 六、教練、選手汰換規定:

- (一)訂定「培(集)訓隊教練選手管理辦法」輔導教練及選手確實遵守，並紀錄練習簽到，表現不良者(學習態度、服從性、紀律等)經總教練提經選訓委員會審議。
- (二)教練及選手對於「培(集)訓隊教練選手管理辦法」相關規定有疑義，可請運動員委員會組成協調單位，針對規定進行協調。
- (三)培訓過程中，教練及選手違反「培(集)訓隊教練選手管理辦法」相關規定或不適任者，提經選訓委員會審議取消其教練及選手職務。
- (四)若教練及選手對於汰換提請審議有疑義，可請運動員委員會參加審議，選訓委員會針對總教練及運動員委員會資料審議。
- (五)檢測成績汰換標準(由選訓委員會訂定)，定期檢測成績評定是否符合標準。
- (六)若選手因傷汰換，提經選訓委員會審議時，需檢附當年度或三個月內之醫院醫師(骨科)診斷證明。

七、本辦法呈奉理事會核定後實施，修訂時亦同。