

中華民國橄欖球協會 111 年培育具潛力運動選手實施計畫

壹、依據：111 年 03 月 02 日臺教體署競(二)字第 1110008188A 號函辦理

貳、選手及教練遴選依據：

一、選手遴選條件：

(一)培訓名額：7 人制：

U17 亞洲青年運動會：教練 3 名、選手 16 名，備取若干名。

U18 青年隊：教練 3 名、選手 16 名，備取若干名。

U20 青年隊：教練 3 名、選手 16 名，備取若干名。

女子組：教練 3 名、選手 16 名，備取若干名。

15 人制：

U15 青年隊：教練 3 名、選手 24 名，備取若干名。

U19 青年隊：教練 3 名、選手 36 名，備取若干名。

(二)培訓年齡：

U17 亞洲青年運動會：暫訂 2005 年 1 月 1 日至 2007 年 12 月 31 日，以亞洲奧林匹克理事會公告為依據。

U20 青年男子組：2001 年 12 月 31 日(含)以後至 2005 年 9 月 30 日(含)間出生者。

U19 青年男子組：2001 年 12 月 5 日至 2003 年 8 月 31 日(含)間出生者。

(2022 年 3-4 月，參加 2021 年 U19 亞青盃)

U19 青年男子組：2002 年 12 月 6 日至 2004 年 12 月 5 日間出生之選手。

(2022 年 12 月，參加 2022 年 U19 亞青盃)

U18 青年男子組：2002 年 12 月 31 日(含)以後至 2004 年 8 月 21 日(含)間出生者。

U15 青少年男子組：95 年 9 月 1 日至 97 年 8 月 31 日間出生者(111 年 6 月畢業之國中應屆畢業生且未來就讀之學校已有橄欖球隊或橄欖球社團者為優先)。

女子組：1998 年 1 月 1 日以後至 2008 年 12 月 31 日間出生者。

(三)培訓資格：

7 人制：

1. 青年男子組：符合年齡之選手經各地方委員會推舉、各學校推舉或經本會選訓委員評估具有特殊潛力之選手，且符合基本體能條件者，均可參加遴選。

2. 女子組：本會培育之「110 年具潛力選手」或符合年齡且經各地方委員會推舉、各學校推舉或經本會選訓委員評估具有特殊潛力之選手，均可參加遴選。

15 人制：

1. U19 青年男子組：(2022 年 12 月，參加 2022 年 U19 亞青盃)

符合年齡之選手經各地方委員會推舉、各學校推舉或經本會選訓委員評估具有特殊潛力之選手，且符合基本體能條件者，均可參加遴選。

2. U15 青少年男子組：由學校推薦優秀選手參加遴選。

二、教練、選手遴選方式：

(一)教練遴選方式：

1. 教練團名額：

7 人制：

U17 亞青運：總教練 1 名，教練 2 名，合計 3 名。

U18 青年男子組：總教練 1 名，教練 2 名，合計 3 名。

U20 青年男子組：總教練 1 名，教練 2 名，合計 3 名。

女子組：總教練 1 名，教練 2 名，合計 3 名。

15 人制：

U19 青年男子組：總教練 1 名，教練 2 名，合計 3 名。

U15 青少年男子組：總教練 1 名，教練 2 名，合計 3 名

2.、遴選資格、條件、方式：

(1) U17 亞青運：

*總教練、教練需具有本會國家級教練及國際總會(WR) L2 教練資格。

*總教練由選訓委員會遴聘，由總教練推派 2 名教練協助訓練，名單需經本會選訓委員會審核通過。

(2) U20、U19、U18 青年男子組：

*總教練需具有本會國家級教練及國際總會(WR) L2 教練資格。

*由各地方委員會及各學校推舉。

*本會選訓委員會開會討論，遴聘總教練 1 人並評估目前國內各隊教練之狀況後，擇優 2 名教練協助訓練。

(3) 女子組：

*總教練需具有本會國家級教練及國際總會(WR)L2 教練資格。

*由本會選拔委員會遴聘總教練 1 人並評估目前國內各隊教練之狀況後，遴選 2 名教練協助訓練。

(4) U15 青少年男子組：由本會教練委員會推薦經選訓委員會審後遴聘。

(二)選手遴選方式：

1.7 人制：U18、U20、女子組

初選：體能檢測，依據體能成績排名遴選 36-48 人參加決選。

決選：分組比賽，依據人數進行 3-6 場比賽。

遴選方式：選訓委員與教練團針對調度上的需要，以專業經驗，針對球員比賽中的速度、攻擊能力、防守能力、對球隊的支援能力及個人的技巧給予評分，並於參加選手中，遴選出前鋒若干名、後衛若干名，共計 16 名優秀選手，參加潛力選手培訓。

2. 青年亞洲運動會代表隊：

初選：體能檢測，依據體能成績排名遴選 36-48 人參加決選。

決選：分組比賽，依據人數進行 3-6 場比賽。

遴選方式：選訓委員與教練團針對調度上的需要，以專業經驗，針對球員比賽中的速度、攻擊能力、防守能力、對球隊的支援能力及個人的技巧給予評分，並於參加選手中，遴選出前鋒若干名、後衛若干名，共計 16 名優秀選手，參加潛力選手培訓。

總決選：遴選 12 名選手參賽，代表隊選手須自本次亞青運培訓 16 名選手中產生。

遴選方式：由協會辦理模擬比賽。

教練團依據各項賽事評估：針對臨場技術(35%)、選手態度及積極性(20%)、相關位置 (35%)、生活紀律(10%)等綜合表現暨運動傷害評估後，選出 12 名選手(前鋒 5~7 位、後衛 5~7 位)，送本會選訓委員會審核通過，為本屆亞洲青年運動會橄欖球代表隊選手。

3.15 人制：

(1)U19：

初選：體能檢測，依據體能成績排名遴選 48 人參加決選。

決選：分組比賽，依據人數進行 2-4 場比賽。

遴選方式：選訓委員與教練團針對調度上的需要，以專業經驗，針對球員比賽中的速度、攻擊能力、防守能力、對球隊的支援能力及個人的技巧給予評分，並於參加選手中，遴選出前鋒若干名、後衛若干名，共計 36 名優秀選手，參加潛力選手培訓。

(2)U15:辦理體能檢測，針對相關位置擇優遴選選手。

項目:敏捷測驗、速度測驗、技術相關測驗、傳接球、tackle 動作折返（檢測來回時間）

前鋒、後衛相關位置技術檢測；閃切能力：lvl 過人；防守、支援能力:tackle 後 ruck 爭搶
參、訓練目標：

- (一)2022 年亞洲運動會奪牌。
- (二)2022 年青年亞洲運動會奪牌。
- (三)以參加 2024 年奧運為總目標。

7 人制：

- (一) U17 青亞運男子組：
參加青年亞洲運動會並奪牌。
- (二) U18 青年 7 人制男子組：
 - 1. 爭取參加 2022 年 U18 亞青錦標賽奪牌。
 - 2. 儲備 7 人制國家代表隊。
- (三) U20 青年 7 人制男子組：
 - 1. 爭取參加 2022 年亞洲運動會奪牌。
 - 2. 爭取參加 2023 年世界盃 7 人制。
 - 3. 爭取參加 2024 年奧運會。
- (四) 女子組：
 - 1. 爭取 2022 年亞洲女子七人制參賽資格。

15 人制：

- (一) U19 青年 15 人制男子組：
 - 1. 爭取世界青年賽參賽資格。
- (二) U15 青少年組：
 - 1. 發掘具運動天賦之人才，培具運動潛能之選手，建立橄欖球運動體能選才常模及資料庫。
 - 2. 提供各級國家代表隊接班人才。

二、階段目標：

7 人制：

- (一) U17 青亞運男子組：
爭取青年亞洲運動會中奪牌。
- (二) U18 青年 7 人制男子組：
 - 1. 爭取 2022 年 U18 亞青 7 人制冠軍。
- (三) U20 青年 7 人制男子組：
 - 1. 爭取 2022 年 U20 亞青 7 人制冠軍。
- (四) 女子組：
 - 1. 爭取 2022 年亞洲女子 7 人制錦標賽參賽資格。
 - 2. 參加女子分齡錦標賽 7 人制前 5 名。

15 人制：

(一) U19 青年 15 人制男子組：

- 1、爭取 2021 年 U19 亞青冠軍。
- 2、爭取 2022 年 U19 亞青冠軍。

(二) U15 青年 7 人制男子組：

.讓國中畢業之選手能快速銜接上高中端的訓練。

肆、培訓方式：

一、U17 青亞運男子組：預計 111 年 5-6 月辦理選拔賽。

(一)國內集中練習：111 年 11 月 20 日至 12 月 16 日，共計 14 天，教練 3 人、防護員 1 人、選手 16 人參加。

訓練時間：09:00-10:30；14:30-17:30 教練視情況彈性調整並安排訓練賽。

訓練地點：全體球員集中於台北市百齡球場集訓。

由教練團視狀況安排國內移地訓練並與當地球隊做訓練賽。

(二)參加亞洲青年運動會，依大會規定人數辦理總決選、報名。

二、U18 青年 7 人制男子組：預計 111 年 5-6 月選拔。

(一)國內集中練習：7 月 18 日至 8 月 10 日，週一至週六共計 21 天，教練 3 人、防護員 1 人、選手 16 人參加。

訓練時間：05:30-06:30；09:00-10:30；14:30-17:30 教練視情況彈性調整。

訓練地點：全體球員集中於台北市百齡球場集訓。

由教練團視狀況安排國內移地訓練並與當地球隊做訓練賽。

(二)參加國際賽：8 月 11 日至 8 月 15 日參加 2022 年 U18 亞洲青年橄欖球錦標賽，教練 3 人、防護員 1 人、選手 12 人，共計 5 天，至中國參加比賽。

三、U20 青年 7 人制男子組：預計 111 年 5-6 月選拔。

(一)國內集中練習：7 月 25 日至 8 月 17 日，週一至週六共計 21 天，教練 3 人、防護員 1 人、選手 16 人參加。

訓練時間：05:30-06:30；09:00-10:30；14:30-17:30 教練視情況彈性調整。

訓練地點：全體球員集中於台北市百齡球場集訓。

由教練團視狀況安排國內移地訓練並與當地球隊做訓練賽。

(二)參加國際賽：8 月 18 日至 8 月 22 日參加 2022 年 U20 亞洲青年橄欖球錦標賽，教練 3 人、防護員 1 人、選手 12 人，共計 5 天，至印尼參加比賽。

四、女子 7 人制：預計 111 年 5-6 月選拔。

(一)國內集中練習：8 月 2 日至 8 月 24 日，週一至週六共計 21 天，教練 3 人、防護員 1 人、選手 16 人參加。

訓練地點：北區-台北市百齡橄欖球場。

南區-台南市立橄欖球場。

訓練地點：全體球員集中於台北市百齡球場集訓。

由教練團視狀況安排國內移地訓練並與當地球隊做訓練賽。

(二)參加國際賽：參加 2022 年女子 U18 七人制橄欖球錦標賽，教練 3 人、防護員 1 人、選手 12 人。111 年 08 月 25 日至 08 月 29 日，共計 5 天，至印尼參加比賽。

五、U19 青年 15 人制男子組：預計 111 年 7 月選拔。

(一)國內集中練習：110 年 11 月 28 日至 12 月 7 日，集中南區或北區訓練，共計 10 天，教練 3 人、防護員 1 人、選手 31 人。

訓練地點：北區-台北市百齡橄欖球場。

南區-台南市立橄欖球場及台南長榮大學。

訓練時間：09:00-11:30；14:30-17:30 由教練視情況彈性調整。

3. 參加國際賽：參加 2022 年 U19 亞洲青年橄欖球錦標賽。

111 年 12 月 8 日至 12 月 17 日(賽事打 1 休 2)，教練 3 人、防護員 1 人、球員 26 人，在斯里蘭卡比賽。

七、U15 青少年 15 人制男子組：預計 5 月選拔。

(一)國內集中練習：6 月 28 日至 7 月 15 日，共 14 天，教練 3 人、防護員 1 人、選手 24 人。

訓練地點：台北市百齡橄欖球場。

訓練時間：09:00-11:30；14:30-17:30 由教練視情況彈性調整。

伍、訓練內容：由教練團訂定並交由本會選訓委員會審核通過後實施。

一、自主訓練：注重球員之自我體能管理，培養心肺功能、肌耐力、肌力、速度、爆發力、敏捷性、協調性，加強個人專項技術及基本體能，使選手了解並修正其缺點，且熟練對動作的感覺。

二、集中訓練：承接各隊之訓練提高訓練意識，增進基本體能並加強防守技術，穩定選手個人之專有技術動作，培養團隊戰術策略與合作，實際運用訓練，以達到攻無不克的能力。(含體能訓練、小組攻守技術、團隊戰術，比賽模式、狀況演變之判斷、果斷處置方式的能力)

陸、選手進、退場機制及體能檢測：

一、選手進、退場機制：

(一)選手體能檢測：選手遴選時、移地訓練前、賽後辦理體檢測。

(二)選手因傷無法繼續參加培訓者，取消培訓資格。

(三)違反運動員團隊精神者，得由教練團報請本會選訓小組審議通過退訓。

(四)選手因傷、被淘汰或其他因素退訓，無法繼續參加培訓，教練得依位置、實際需求提交更換名單，報請選訓小組審議通過，呈請理事長核定，報教育部體育署核備後予以更換。

(五)培訓結束，教練應依選手訓練出席率、學習態度、位置需求、訓練賽、培訓全程表現優劣，全面檢討，提交書面報告，作為遴選 112 年培育具潛力選手之參考。

二、體能檢測項目、成績標準：由教練團另行訂定送選訓小組審定，並於選拔賽前公告於本會網站。

三、建立選手資料庫。

柒、督導考核：

一、貫徹落實培訓成效，健全、選訓督考制度，成立本專案選訓小組，編組委員，務必依分派時程、地點，出席督導。

二、出席委員、教練、選手均應遵照教育部體育署規定，親自簽到，據以呈報教育部體育署核發經費。

三、培訓前教練應提交訓練計畫(含時間、地點、人數)，送選訓委員會審議通過，本會將派員不定期視導。

捌、經費預算：

培育教練：男 20 人、女 1 人；培育選手：男 103 人、女 16 人；防護員：10 人

活動類別	協會所送計畫內容			備註
	時間/地點/人數	需求經費(合計)	需求科目明細	
國內選拔賽-青亞運組(U17)	1、時間：5月-6月 2、地點：台北、台南 3、人數：100人	\$50,000元	工作費：10,000元 運動防護員：3,000元 通費：2,000元 交保險費：10,000元 場租費：10,000元 緊急救護費：5,000元 誤餐費：5,000元 其他：5,000元	
國內集訓-青亞運組(U17)	1、時間：11/20~12/16(計14日) 2、地點：台北 3、人數：20人 (1)教練：3人 (2)選手：16人 (3)防護員：1人	\$736,600元	教練費：50,400元 選手零用金：67,200元 防護員：21,000元 膳宿費：336,000元 交通費：56,000元 服裝費：80,000元 保險費：20,000元 防護用品：30,000元 場地費：30,000元 營養費：16,000元 其他：30,000元	3人*\$1200*14天 16人*\$300*14天 1人*\$1500*14天 20人*\$1200*14天 20人*\$700*4次 20人*\$4000 20人*\$500*2次 \$5000*6次 16人*\$1000
國內集訓-青年組(U18)	1、時間：7/18-8/10(計21日) 2、地點：台北 3、人數：20人 (1)教練：3人 (2)選手：16人 (3)防護員：1人	\$953,900元	教練費：75,600元 選手零用金：100,800元 防護員：31,500元 膳宿費：504,000元 交通費：56,000元 服裝費：80,000元 保險費：20,000元 防護用品：20,000元 場地費：30,000元 營養費：16,000元 其他：20,000元	3人*\$1200*21天 16人*\$300*21天 1人*\$1500*21天 20人*\$1200*21天 20人*\$700*4次 20人*\$4000 20人*\$500*2次 \$5000*6次 16人*\$1000
國內集訓-青年組(U20)	1、時間：7/25-8/17(計21日) 2、地點：台北 3、人數：20人 (1)教練：3人 (2)選手：16人 (3)防護員：1人	\$953,900元	教練費：75,600元 選手零用金：100,800元 防護員：31,500元 膳宿費：504,000元 交通費：56,000元 服裝費：80,000元 保險費：20,000元 防護用品：20,000元 場地費：30,000元 營養費：16,000元 其他：20,000元	3人*\$1200*21天 16人*\$300*21天 1人*\$1500*21天 20人*\$1200*21天 20人*\$700*4次 20人*\$4000 20人*\$500*2次 \$5000*6次 16人*\$1000
國內集訓-女子組	1、時間：8/2-8/24(計21日) 2、地點：台北、台南 3、人數：20人 (1)教練：3人 (2)選手：16人 (3)防護員：1人	\$953,900元	教練費：75,600元 選手零用金：100,800元 防護員：31,500元 膳宿費：504,000元 交通費：56,000元 服裝費：80,000元 保險費：20,000元 防護用品：20,000元 場地費：30,000元 營養費：16,000元 其他：20,000元	3人*\$1200*21天 16人*\$300*21天 1人*\$1500*21天 20人*\$1200*21天 20人*\$700*4次 20人*\$4000 20人*\$500*2次 \$5000*6次 16人*\$1000
國內集訓-青年組(U19)(2022)	1、時間：11/28-12/7(計10日) 2、地點：台北、台南 3、人數：35人 (1)教練：3人 (2)選手：31人 (3)防護員：1人	\$997,000元	教練費：36,000元 選手零用金：93,000元 防護員：15,000元 膳宿費：420,000元 交通費：147,000元 服裝費：140,000元 保險費：35,000元 防護用品：30,000元 場地費：30,000元 營養費：31,000元 其他：20,000元	3人*\$1200*10天 31人*\$300*10天 1人*\$1500*10天 35人*\$1200*10天 35人*\$700*6次 35人*\$4000 35人*\$500*2次 \$5000*6次 31人*\$1000

<p>國內集訓- 少年組(U15)</p>	<p>1、時間：6/28-7/15(計14日) 2、地點：台北 3、人數：28人 (1)教練：3人 (2)選手：24人 (3)防護員：1人</p>	<p>\$894,600元</p>	<p>教練費：50,400元 選手零用金：100,800元 防護員：21,000元 膳宿費：470,400元 交通費：28,000元 服裝費：112,000元 保險費：28,000元 防護用品：20,000元 場地費：20,000元 營養費：24,000元 其他：20,000元</p>	<p>3人*\$1200*14天 24人*\$300*14天 1人*\$1500*14天 28人*\$1200*14天 28人*\$500*2次 28人*\$4000 28人*\$500*2次 \$5000*4次 24人*\$1000</p>
<p>國外移訓</p>	<p>1、時間：月(計日) 2、地點： 3、人數： (1)教練人 (2)選手人 (3)防護員人</p>			
<p>參加 國際賽會- 2022年U18亞 洲青年橄欖球 錦標賽</p>	<p>1、時間：8/11-8/15(計5日) 2、地點：中國 3、人數：16人 (1)教練：3人 (2)選手：12人 (3)防護員：1人</p>	<p>\$1,085,000元</p>	<p>教練費：18,000元 選手零用金：18,000元 防護員：8,000元 機票費：320,000元 膳宿費：160,000元 手續費：16,000元 交通費：20,000元 交通費：9,000元 保險費：16,000元 場地費：10,000元 其他：10,000元 防疫旅館費：320,000元(台灣) 防疫專車費：16,000元 防疫檢測費：128,000元 防疫保險費：16,000元</p>	<p>3人*\$1200*5天 12人*\$300*5天 1人*\$1600*5天 16人*\$20000 16人*\$2000*5天 16人*\$1000 國外\$10000*2次 國內\$9000*1次 16人*\$1000 \$10000*1次 16人*2000*10天 16人*1000 16人*2000*4次 16人*1000</p>
<p>參加 國際賽會- 2022年U20亞 洲青年橄欖球 錦標賽</p>	<p>1、時間：8/18-8/22(計5日) 2、地點：印尼 3、人數：16人 (1)教練：3人 (2)選手：12人 (3)防護員：1人</p>	<p>\$1,085,000元</p>	<p>教練費：18,000元 選手零用金：18,000元 防護員：8,000元 機票費：320,000元 膳宿費：160,000元 手續費：16,000元 交通費：20,000元 交通費：9,000元 保險費：16,000元 場地費：10,000元 其他：10,000元 防疫旅館費：320,000元(台灣) 防疫專車費：16,000元 防疫檢測費：128,000元 防疫保險費：16,000元</p>	<p>3人*\$1200*5天 12人*\$300*5天 1人*\$1600*5天 16人*\$20000 16人*\$2000*5天 16人*\$1000 國外\$10000*2次 國內\$9000*1次 16人*\$1000 \$10000*1次 16人*2000*10天 16人*1000 16人*2000*4次 16人*1000</p>
<p>參加 國際賽會- 2022年U18亞 洲女子青年橄 欖球錦標賽</p>	<p>1、時間：8/25-8/29(計5日) 2、地點：印尼 3、人數：16人 (1)教練：3人 (2)選手：12人 (3)防護員：1人</p>	<p>\$1,085,000元</p>	<p>教練費：18,000元 選手零用金：18,000元 防護員：8,000元 機票費：320,000元 膳宿費：160,000元 手續費：16,000元 交通費：20,000元 交通費：9,000元 保險費：16,000元 場地費：10,000元 其他：10,000元 防疫旅館費：320,000元(台灣) 防疫專車費：16,000元 防疫檢測費：128,000元 防疫保險費：16,000元</p>	<p>3人*\$1200*5天 12人*\$300*5天 1人*\$1600*5天 16人*\$20000 16人*\$2000*5天 16人*\$1000 國外\$10000*2次 國內\$9000*1次 16人*\$1000 \$10000*1次 16人*2000*10天 16人*1000 16人*2000*4次 16人*1000</p>

參加 國際賽會- 2022年U19亞 洲青年橄欖球 錦標賽	1、時間：12/8-12/17(計10日) 2、地點：斯里蘭卡 3、人數：30人 (1)教練：3人 (2)選手：26人 (3)防護員：1人 PS. 15人制賽事採打1天休2天	\$2,169,000元	教練費：36,000元 選手零用金：78,000元 防護員：16,000元 機票費：600,000元 膳宿費：600,000元 手續費：30,000元 交通費：20,000元 交通費：9,000元 保險費：30,000元 場地費：10,000元 其他：20,000元 防疫旅館費：420,000元(台灣) 防疫專車費：30,000元 防疫檢測費：240,000元 防疫保險費：30,000元	3人*\$1200*10天 26人*\$300*10天 1人*\$1600*10天 30人*\$20000 30人*\$2000*10天 30人*\$1000 國外\$10000*2次 國內\$9000*1次 30人*\$1000 \$10000*1次 30人*2000*7天 30人*1000 30人*2000*4次 30人*1000
訓練器材 採購		\$973,000元	訓練用球：120,000元 碰撞墊：50,000元 1公斤加重球(藥球)：12,000元 橄欖球袋：20,000元 橄欖球護頭：144,000元 橄欖球護肩：120,000元 訓練錄影器材：300,000元 水壺架：20,000元 水瓶：40,000元 冰桶：12,000元 防護包：16,000元 邊旗護墊：84,000元 標示盤：10,000元 碼錶：10,000元 安全訓練繩梯：15,000元	120顆*1000 10個*5000 10個*1200 20件*1000 120頂*1200 120件*1000 1組*300000 10座*2000 80瓶*500 4個*3000 4組*4000 28台*3000 10個*1000 10組*1000 10個*1500
防疫用品		\$300,000元	防疫物品費：300,000元	
小計		\$12,236,900元		

備註：

一、前一年度「培育優秀或具潛力運動選手計畫」目標達成情形說明：

(一) 目標：以參加2024年奧運為總目標。

(二) 達成：是 否 其他：因疫情影響，今年沒有出國比賽及移地訓練，沒有完全達成目標。

玖、本計畫經本會選訓委員會審議通過，呈請理事長核定，呈報教育部體育署核定後，公告實施，修正時亦同。

拾、附則：

一、本案所有核撥之補助經費，依補助項目專款專用持據核銷。

二、教練費、選手零用金，需由協會開立扣繳憑單，報國稅局。

三、入選培訓隊選手需配合本會徵召，代表國家隊出賽，如無故拒絕徵召，本會有權要求退回本案相關訓練補助經費。