

中華民國泰國拳協會辦理參加 2023 年世界武搏運動會（泰拳、法式踢腿術項目）

選手培訓參賽實施計畫

選訓委員會 112 年 9 月 23 日第 3 屆第 16 次會議制定

- 一、依據：國家代表隊教練與選手選拔培訓及參賽處理辦法。
- 二、目的：遴選優秀教練及選手，落實長期培訓，提升選手專項技術及實戰能力並增進臨場比賽應變能力，以爭取 2023 年世界武搏運動會最佳成績。
- 三、SWOT 分析
 - （一）Strength（優勢）：所受邀入選選手具備國際參賽經驗。
 - （二）Weakness（劣勢）：首次於沙烏地阿拉伯參賽，並為綜合性運動賽會。考驗團隊成員於現地應變及臨場反應能力。
 - （三）Opportunity（機會）：我代表隊近年於法式踢腿術項目屢創佳績，本次運動會可望奪牌。
 - （四）Threat（威脅）：因取得參賽資格時間較晚，經費預算未能提供選手完善訓練團隊及後勤支援。
- 四、訓練計畫
 - （一）訓練目標
 1. 總目標：2023 年世界武搏運動會取得 1 銀 2 銅成績。
 2. 階段目標：培訓各階段預定參加之重要國際賽事。
 3. 第 1 階段（自 111 年 5 月 19 日至 112 年 6 月 1 日止）。
 - （1）訓練地點：臺北市、新北市、桃園市、高雄市、土耳其、阿聯、義大利。
 - （2）參加賽事：全國泰拳錦標賽、IFMA 安塔利亞國際泰拳公開賽、IFMA 世界錦標賽、世界法式踢腿術阿索錦標賽
 4. 第 2 階段（自 112 年 6 月 2 日止至 112 年 11 月 19 日止）。
 - （1）訓練地點：臺北市、新北市、桃園市、高雄市、烏茲別克、泰國。
 - （2）參加賽事：全國泰拳錦標賽、全國法式踢腿術錦標賽、亞洲法式踢腿術錦標賽、IFMA 世界錦標賽
 5. 第 3 階段（自 112 年 11 月 20 日至本屆東亞泰拳錦標賽結束止）。
 - （1）訓練地點：臺北市、臺中市、沙烏地阿拉伯。
 - （2）預定參加賽事：世界武搏運動會。
- 五、實施要點：
 - （一）由本會選訓委員會，負責有關教練及選手遴選暨培訓督導事宜，並定期訪視督訓及座談，檢測階段目標並考核訓練績效及改正缺失。
 - （二）教練團研擬各階段及每月、每週訓練內容，按計劃實施訓練，並依訓練計畫執行成效適度調整訓練內容以達到最佳訓練績效。

- (三) 教練團依個階段訓練計畫的實施，需定期技術及體能測試，以掌握選手身心狀況、了解訓練成效並診斷選手缺點，做為調整訓練計畫依據。
- (四) 以參賽做為測驗訓練成效，增加臨場比賽經驗，謹慎評估選手參賽場次及週期性以利選手休養生息避免受傷。
- (五) 入選培訓選手應嚴守培訓期間之生活管理，並嚴禁選手未經教練團及協會核准私自對外參加泰拳及法式踢腿術相關性比賽，如經發現查證屬實送本會紀律委員會議處外，並提本會選訓委員會同意歸建辦理。

六、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據以辦理選訓事宜，並督促教練（團）落實執行訓練計畫等績效據以考核。
- (二) 教練（團）應擬定訓練計畫及參加國際賽事之預估成績目標（以具體數據訂定檢測點），據以執行及考核選手培訓情形。

七、所需行政支援事項及建議處理方式

- (一) 運科：待援項目檢測實施計畫。
- (二) 運動防護：支援防護員等。
- (三) 醫療：健檢、復健、醫療意外保險等。
- (四) 課業輔導：就讀學校、課程及建議處理方案。
- (五) 公假留職留薪或留職停薪。
- (六) 代課鐘點費或代理職缺。
- (七) 其他依實際狀況提出需求事項。

八、本計畫經本會選訓委員會討論通過後，函報教育部備查後實施，修正時亦同。