

中華民國國武術總會

參加 2025 年成都世界運動會選手培訓實施計畫(附件 1)

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

業經教育部體育署 114.4.29 臺教體署全(三)字第 1140301031A 號函備查。

貳、目的：遴選優秀團隊積極強化訓練，增強 2025 年成都世界運動會奪牌實力，爭取亞運最佳成績。

參、SWOT 分析

一、Strength(優勢)

- (一)我國選手男子、女子組選手已在 2021 年世界運動會、2022 年世界大學運動會、2022 年亞洲運動會、2023 年世界武術錦標賽、2024 年世界武術套路盃國際賽中累計經驗也享有知名度，獲得各單項或全能成績金、銀、銅獎牌數皆有。
- (二)青少年男、女組套路選手已培育潛力新人才，於 2023 年亞洲青少年暨 2024 年世界青少年武術錦標賽國際賽中獲得單項成績金、銀、銅獎牌數皆有。
- (三)青少年男、女組套路選手國內發展運動人口倍增，在各項目發展較為均衡。

二、Weakness(劣勢)

- (一)武術未列全國運、全中運、世大運之必辦項目，未能積極鼓勵青少年積極投入，各縣市推展程度不一，導致基層選手優秀人數不足，後備人才不足而斷層。
- (二)我國尚有一線選手年齡偏大且運動傷害多，不退役選手有超過 28 歲以上，隨著年齡漸增，可能導致體能下滑無能力執行難度需求，後備選手因指定套路規定銜接上未具有國際經驗及水準，大部分項目面臨嚴重斷層問題。
- (三)因體制關係，具學生身分選手須進行課業輔導，無法配合長期移地訓練，訓練效果較他國幾乎整年移地的情況下比起來較為劣勢。
- (四)我國整體套路選手基本功質量、一般與專項身體素質、難度動作、套路編排、節奏、內容，因採用 2024 年國際套路新規則評分水平及難度、細節更高，均未達第一線奪牌水準。
- (五)目前我國散打選手拳、踢、摔之基本動作紮實程度、動作力度與身體素質未達第一線奪牌水準。且從青少年開始便缺乏國際賽經驗，大部分基層教練與選手對國際水準了解程度不夠到位。
- (六)武術愛好人口眾多，各縣市國小、國中、高中體育班林立，武術運動人口足年成長的

趨勢，惟大部分教練與選手未能有正確的競技訓練觀及規則認知，導致訓練水準不一。

三、Opportunity(機會)

(一)馬來西亞、印尼、香港、澳門部分拿過世界或亞運成績的中國籍選手年紀偏大，下屆亞運會不會出賽。

(二)我國青年選手近 2021 至 2024 年已培養青年男、女子二線運動員，在難度動作及技術水平提升悟性極高，需再陸續參加國際賽會累計經驗中取得各單項成績前五名。

(三)我國青年選手初體驗國際賽上屆亞運會雖心智較嫩、無經驗，因身體素質極好卻有比賽項目贏得馬來西亞、印尼、香港、新加坡、日本、韓國資深選手，值得讚賞。

四、Threat(威脅)

(一)中國無論套路與散打的實力皆十分堅強，訓練水準的確具有明顯的優勢，值得借鏡。

(二)南韓、伊朗、越南、印尼、澳門、菲律賓、哈薩克、馬來西亞、香港、印度等國家與新加坡、地區皆有長期與中國進行交流訓練、聘請中國教練。

(三)除了上述隊伍以外，香港、澳門有多位由中國之專業隊背景轉籍選手。

肆、訓練計畫

(一) 訓練目標

1. 總目標：2025 年成都世界運動會預定達到階段成績奪取 1 銀 1 銅獎牌數。

2. 階段目標：

(1)第一階段培訓期程：114. 02. 10 起至 114. 08. 31 止。

A. 訓練地點：國家運動訓練中心，國外移地訓練。

B. 預定參加國際賽事：2025 年成都世界運動會。

(2)第二階段培訓期程：114. 09. 01 起至 115. 01. 31 止。

A. 訓練地點：國家運動訓練中心。

B. 預定參加國際賽事：2025 年第 17 屆世界武術錦標賽。

(3)第三階段培訓期程：115. 02. 1 起至本屆亞運會結束日止。

A. 訓練地點：國家運動訓練中心、大陸移地訓練。

B. 預定參加國際賽事：因疫情影響，皆無國際賽。

C. 參賽名稱：目前國際及亞洲總會尚未公告。

參賽日期：115 年 9 月 2026 年亞洲運動會結束。

實力評估：這屆參賽運動員年紀較年少，雖然缺乏國際經驗對於訓練技術提升能力

有頻繁，無法突破最高境界，調整生理、心理素質、抗壓能力。

預估成績：男子南拳/南刀/南棍全能及女子長拳/槍術/刀術全能前二名。

(二) 訓練方式：自 114 年 2 月 1 日起集中於國家運動訓練中心施以長期培訓(課表另擬)。

(三) 實施要點：

A. 各階段培訓檢測時程表：

檢測期程	活動內容	地點
第一階段 第二期培訓 114.02.01 起 114.08.31 止	2026 年亞洲運動會徵召第一階段 第二期培訓隊選手 2025 年美國世界運動會具有參賽資格 培訓者	國家運動訓練中心
	2025 年美國世界運動會具有參賽資格 培訓者生化、體能、技術檢測	彰化縣 立體育館
114.05.15 起 114.07.03 止	2025 年美國世界運動會具有參賽資格 培訓者生化、體能、技術檢測	中國吉林移地訓練
114.07.08 起 114.07.10 止	2026 年亞洲運動會第二階段培訓隊 選手選拔 2025 年美國世界運動會具有參賽資格 者培訓及生化及體能技術、檢測	新北市板樹體育館
114.08.05 起至 114.08.13 止	2022 年美國世界運動會參賽	成都市城東體育館
114.08.13 起至 114.08.31 止	2026 年亞洲運動會徵召第一階段 第二期培訓隊選手結束 2025 年成都世界運動會培訓/比賽結束	國家運動訓練中心

B. 各階段培訓時程表

國內/國外訓練時程	參賽目標	訓練地點/預估成績
第二階段 自 114 年 09 月 01 日起 至 115 年 01 月 31 日止	2026 年亞運培訓隊第二階段培訓隊 參加 2025 年巴西世界武術錦標賽結束 中國江蘇移地或國內訓練	國家運動訓練中心 2026 年亞運培訓隊 入圍第二階段培訓
第一期 自 115 年 02 月 1 日起 至 115 年 05 月 1 日止	2026 年亞運培訓隊第三階段選手選拔 賽選拔賽	國家運動訓練中心 徵召具有參賽資格
總集訓 自 115 年 06 月 01 日起 至 115 年 08 月 31 日止 至 2026 年至亞運會比 賽結束	2026 年日本亞洲運動會總集訓	國家運動訓練中心
		各項全能前二名 2 銀總獎牌數

伍、督導考核：

(一) 有關督訓、考核等事宜悉依教育部體育署所訂及訓導考核訓練工作實施辦法執行。

(二) 本會選訓委員會負責不定期前往督訓隨時瞭解培訓狀況，掌握訓練進度及協助處理有關問題。

(三) 培訓期間國內、外教練必須經本會選訓委員會同意，並簽訂聘約同意書，選手必須簽具

自願書，培訓期間教練聘任、解聘依教育部體育署相關規定辦理；有關選手更換、退訓、管理、輔導由本會選訓委員會負責辦理。

陸、所需行政支援事項及建議處理方式：

- (一) 運科：生理、心理、生化檢測，補充營養食品、禁藥等。
- (二) 運動防護：專屬防護員及按摩師各一名。
- (三) 醫療：外科、內科、骨科、復健、健檢、用藥、運動傷害防治及疲勞消除等醫療意外保險。
- (四) 協助教練、選手公假留職留薪或留職停薪事宜。
- (五) 支援教練代課鐘點費或代理職缺費。
- (六) 體能：專屬體能教練一名。

柒、經費籌措：

- (一) 不足款由本會自籌。
- (二) 向教育部體育署申請經費(如表)。

捌、本計畫經本會選訓委員會討論通過後，函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。

中華民國國武術總會
參加 2025 年成都世界運動會培訓暨代表隊教練及選手遴選辦法(附件 2)

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

業經教育部體育署 114.4.29 臺教體署全(三)字第 1140301031A 號函備查。

二、目的：為遴選優秀團隊備戰 2025 年成都運動會奪牌實力，爭取最優成績，為國爭光。

三、組織：由本會組成 2025 年成都世界運動會參賽計畫選訓小組，負責有關教練及選手參賽資格遴選暨培訓督導等事宜。

四、教練團遴選

(一)資格條件：需具備國際級或國家 A 級教練有效證照資格。

(二)遴選方式：依據參加 2023 年第 16 屆世界武術錦標賽培訓及帶隊教練遴選入圍套路培訓及代表隊教練 2 人，由本會提名經選訓委員會討論通過。

五、選手遴選：

(一)資格條件：依據國際武術聯合會辦理 2023 年 11 月 16 日至 11 月 23 日為期 8 天，參加 2023 年德州第 16 屆世界武術錦標賽我國選手獲得名次如下；培訓及代表隊選手。

(二)遴選方式(名額)：依據國際武術聯合會具有參賽資格獲獎提名:選手共計 6 名。

套路:共計 4 人。

1. 男子南拳/南棍/南刀全能前八名 1 名。

2. 女子長拳/槍術/劍術全能前八名 1 名。

3. 男、女子太極拳/太極劍全能前八名，男、女子各 1 名。

散手:共計 2 人。

1. 男子 70KG:前六名，1 名。

2. 女子 52KG:前六名，1 名。

六、附則

(一)培訓及代表隊教練

1、教練以專職培訓工作為原則，倘於培訓期間有不適任事實，教育部體育署訓輔專案小組查核屬實者，取消其資格。

2、為顧及本會會務正常運作與推動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)培訓及代表隊選手

1、選手需接受教練(團)指導並依訓練計劃施訓，日常生活事項接受教練 (團)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。

(三)入選培訓及代表隊之教練、選手，無故未能參加集訓或違反集訓相關規定者，送本會紀律委員會討論後，報教育部體育署備查。

(四)所選培訓及代表隊教練無法勝任，且未能達到訓練預期效益或有違規懲處紀錄者，其解聘及重新派任教練人選須經本會選訓小組討論通過後，函送體育署訓輔導專案小組審議通過後施行之。

七、本遴選辦法經本會選訓委員會討論通過後，函送教育部體育署訓輔專案小組議審議通過後公布實施，修正時亦同。