

中華帕拉林匹克總會2024年第17屆巴黎帕拉林匹克運動會

「游泳」選手培訓及參賽實施計畫

一、依據：教育部113年6月21日臺教授體第1130017437號函辦理。

二、組織：由本總會選訓委員負責有關教練及選手遴選暨培訓督導等事宜。

三、SWOT分析：

Strength (優勢)	● 經歷多場國賽事歷練(2022亞帕、2023新加坡世界巡迴賽等，賽事成績穩定。 ● 歷經 12 年游泳選手歷練，現在專職游泳訓練。具備優秀運動員最佳身、心狀態階段，有以利締造最佳成績。 ● 現階段國內帕運游泳選手中，個人100蛙式成績最接近帕運參賽B標成績(非認證賽事曾達B標)
Weakness (劣勢)	● 情緒障礙影響訓練效果；耐力訓練強度增強時會誘發情緒拒絕訓練課表安排或對人有攻擊行為。 ● 自閉症特質及個人特質因素，教練更換頻繁，不易安排長期訓練計畫。 ● 具備競爭力的泳姿太少，只有100蛙式比較具有機會。
Opportunity (機會)	● 選手有意願接受訓練及締造更好成績的企圖心。 ● 亞帕後在2023年11月12日台北市選拔賽，100公尺蛙式，曾締造優於帕運參賽B標的成績。 ● 情緒障礙經輔導及引導後，發生頻率及強度降低，有助於訓練成效。 ● 選手人數少，有利於集中資源投入，並專注單一項目的訓練規畫及執行。
Threat (威脅)	● 其他國家游泳選手成績進步更快，國內選手雖然持續在進步，但仍然跟不上其他國家選手的進步幅度。 ● 選手養成不易，基層選手少，家長陪伴孩子接受辛苦訓練的意願偏低。 ● 欠缺優秀選手長期集中訓練的國家訓練中心。

四、計畫目標及培訓隊暨代表隊遴選：

(一)總目標：以獲得2024年巴黎帕運參賽權及奪牌為目標。

(二)遴選方式及檢測標準：

1.執行教練

(1)資格條件：

須具備本總會或全國性單項協會所頒發游泳A級教練資格，

教練證照需處於有效期內，停權處分期間不得擔任教練。

(2) 遴選方式：

經本總會游泳委員會就該運動種類評選符合以下條件規定依排序遴選教練擔任，評選後提出建議名單，由本總會選訓委員會審議通過，陳報教育部備查後聘任之。

- A. 優先以具備奪牌實力選手之教練擔任。(以世界排名及國際賽參賽成績為評估依據)
- B. 再以入選選手較多之教練依序擔任。
- C. 若入選選手人數相同者，以入選選手依世界排名優先之教練擔任。

2.教練

(1) 資格條件：

須具備本總會或全國性單項協會所頒發游泳A級教練資格，以A級教練的資格為優先，或經教育部專案同意之B級教練，教練證照需處於有效期內，停權處分期間不得擔任教練。

(2) 遴選方式：

經本總會帕拉游泳委員會就該運動種類評選符合以下條件規定依排序遴選教練擔任，評選後提出建議名單，由本總會選訓委員會審議通過，陳報教育部備查後聘任之。

- A. 優先以具備奪牌實力選手之教練擔任。(以世界排名及國際賽參賽成績為評估依據)
- B. 再以入選選手較多之教練依序擔任。
- C. 若入選選手人數相同者，以入選選手依世界排名優先之教練擔任。

3.選手

(1) 第一階段(自112年12月1日起至113年2月29日止)

A. 遴選方式：

經教育部體育署核定備戰帕拉林匹克運動會選手分級原

則之名單選手，優先入選「2024年國際賽事」代表隊名額。

(2) 第二階段(自113年3月1日起至113年6月21日止)

A. 遴選方式：

- a. 經教育部體育署核定備戰帕拉林匹克運動會選手分級原則之名單選手，優先入選「2024年國際賽事」及代表隊名額。
- b. 選手必須取得由中華帕拉林匹克總會帕拉林匹克分級中心及心智審查委員會所核發之運動員證，並且未受本會任何停權或禁賽者。
- c. 依據帕拉林匹克游泳總會（WPS）所訂定之國際賽參賽標準及選拔方式遴選。
- d. 遴選賽事以中華帕拉林匹克總會113年公開組會長盃身心障礙者游泳錦標賽為選拔依據。
- e. 遴選成績依據：參賽成績標準應符合達「2024巴黎帕運參賽成績之MET標準(如附件四)」，經提報本會選訓委員會決議通過，報請教育部備查。
- f. 經教育部統籌規劃所辦理之運動賽事(如全中運、全大運)及中華民國游泳協會所辦理之全國性賽事成績。
 - (a)採認參賽成績標準符合達「2024巴黎帕運參賽成績之MET標準」。
 - (b)賽事採認期間從113年1月1日起至4月1日止，申請應檢附符合賽事之個人參賽成績佐證資料，向帕拉游泳委員會提出申請，經本總會選訓委員會決議通過，報請教育部備查。

B. 訓練地點：

序	地點	選手	備註
1	師大附中體育教學館游泳池 成功高中運動中心 (舞動陽光有限公司)	共1名	符合第二階段遴選 方式及條件之選手

C. 預定參加之國際賽事：

序	參賽名稱	比賽日期	比賽地點
1	2024 新加坡帕拉游泳系列賽	2024. 05. 17-05. 19	新加坡
2	2024 柏林帕拉游泳系列賽	2024. 05. 30-06. 02	德國柏林
3	2024 法國帕拉游泳系列賽	2024. 06. 07-06. 09	法國

(3) 第三階段(自113年6月22日起至113年8月22日止)

A. 遴選方式：

- a. 參加「指定國際賽事或帕運資格賽」取得2024年第17屆巴黎帕拉林匹克運動會參賽資格者。
- b. 依據「世界排名、積分」取得2024年第17屆巴黎帕拉林匹克運動會參賽資格者。
- c. 經由「外卡申請」取得2024年第17屆巴黎帕拉林匹克運動會參賽資格者。
- d. 選手已列培訓資格者，於國際未公告最終資格取得名單前，仍延續辦理培訓。

B. 訓練地點：

序	地點	選手	備註
1	依取得帕運參賽選手規劃訓練地點	共○名	取得帕運參賽資格選手

C. 預定參加之國際賽事：

序	參賽名稱	比賽日期	比賽地點
1	2024第17屆巴黎帕拉林匹克運動會	2024. 08. 28-09. 08	法國 巴黎

(4) 進場、級別調整與退場審核機制：依據教育部體育署「帕拉林匹克運動會備戰計畫」規定辦理。

五、督導考核：

- (一) 本總會依審議通過之本計畫據以辦理選訓事宜，並督促教練(團)落實執行訓練計畫，以及依渠等之績效據以考核。
- (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，據以執行及考核選手培訓情形。
- (三) 各階段以該期間內各項比賽成績做檢測，並以總會培訓標準做評估。
- (四) 各階段的督導考核，除了以比賽成績和書面報告陳述外，另由本總會選訓委員會不定期督訓。
- (五) 選手服用任何藥物時，均應向本總會指定醫療窗口諮詢並經醫師同意，始能為之。
- (六) 培訓期間選手應接受健康檢查，如經醫師檢查認定不適合繼續培訓或迴避檢查者，即應中止培訓或取消參賽資格。
- (七) 代表隊之教練、選手，無故未能參加培、集訓或違反本總會訂定組隊參加國際賽會活動人員之言行規範相關規定者，送本總會紀律委員會審議後，報教育部體育署備查。

六、所需行政支援事項及建議處理方式：

- (一) 運動科學：擬辦理體能訓練專案，以協助選手體能訓練，其餘有關運動科研檢測實施均遵照國訓中心及本總會運科小組相關規定辦理。
- (二) 運動防護：擬辦理隨隊運動防護專案，以協助選手訓練及賽期運動防護。
- (三) 醫療：擬辦理隨隊物理治療專案，以協助選手訓練及賽期物理治療，

其餘醫療支援均遵照本會運動運動醫學委員會相關規定辦理。

(四)調訓：有關教練及選手調訓、公假、留職留薪、留職停薪、代課鐘點費或代理費，依據教練、選手需求配合教育部體育署相關規定辦理。

(五)器材需求：依據選手之訓練需求向本總會申請提報資本門器材或消耗性器材清單，本總會將依據核定之器材預算統籌分配進行採購。
(如附件二)

(六)課業輔導：有關課業輔導課程、成績等相關問題，亦遵照國訓中心相關規定辦理。

(七)選手心理輔導專案：因應選手之特殊性，擬辦理隨隊心理輔導專案，以協助選手學習心理技能。

七、本計畫經本總會選訓小組通過，函報教育部體育署審議通過後公布實施，修正時亦同。

附件一

中華帕拉林匹克總會
參加「2024年第17屆巴黎帕拉林匹克運動會」
游泳培訓隊名單

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/	符合培訓標準或遴選辦法/ 建議列入儲訓原因	資格
1	教練	許○哲	男	1978	舞動陽光有限公司		■儲訓選手董宜安教練	B級
2	教練	李○慧	女	1974	台北市信義國小		■儲訓選手林昕緯教練	A級
3	教練	黃○中	男	1984	頂尖運動行銷股份有限公司		■儲訓選手陳玠丞教練	B級
4	選手	董○安	女	1999	無	S14	■經1130412教育部體育署身心障礙運動訓輔小組第3次會議通過	培訓
5	選手	林○緯	男	1992	無	S12	■經1130412教育部體育署身心障礙運動訓輔小組第3次會議通過	培訓
6	選手	陳○丞	男	2000	輔仁大學運動休閒管理系	S14	■經1130412教育部體育署身心障礙運動訓輔小組第3次會議通過	培訓

附件三

2024年第17屆巴黎帕拉林匹克運動會資格取得規範

一、參賽資格規範

序	參賽資格規範
1	持有世界帕拉游泳(WPS)2024年選手證
2	於2024年6月30日前取得"Confirmed"或"Review"(Review日期須於2025年或以後)國際分級狀態
3	於2022年10月1日至2024年7月28日達到WPS認可之50公尺游泳賽事最低參賽標準(MQS)
4	於2022年10月1日至2024年6月30日至少參加一場系列賽及下列任一賽事： ● WPS世界錦標賽 ● WPS洲際或洲際公開錦標賽 ● 2022亞洲帕拉運動會
5	若選手於其中一個項目取得參賽名額，可同時報名參加其他達到最低報名時間(MET)項目

二、取得資格途徑(賽事/項目及名額)

(一) 2023年世界錦標賽

項目	賽事成績	名額數	分配
個人項目	前2名	1	NPC

(二) MQS名額(2022年10月1日至2024年7月28日期間)

名額數	分配
178位男性選手	NPC
147位女性選手	NPC

備註: 未於2023年世錦賽取得名額之選手，NPC達到MQS選手數*(名額數/全世界達到MQS選手數(扣掉於2023世錦賽取得資格之選手數))

(三) 外卡申請

申請日期: 2024年2月16日至4月12日止

公告日期: 2024年6月28日

三、 相關期程

日期	說明
2024/01/31	運動員達到 MQS 成績的期限結束
2024/02/16	外卡申請開始
2024/04/12	外卡申請結束
2024/05/03	2024 年巴黎奧運組委會收到 NPC 提交的認證申請表 (最大量名單) 截止日期
2024/06/28	公告外卡名單
2024/08/05	2024年巴黎奧運組委會收到NPC提交的運動項目報名表的截止日期



Paris 2024 Paralympic Games – MQS and MET

Events	Class	Men		Women	
		MQS	MET	MQS	MET
50m Freestyle	S3	00:54.92	00:59.22	N/A	N/A
	S4	00:40.63	00:43.24	00:44.50	00:49.93
	S5	00:35.15	00:35.96	N/A	N/A
	S6	N/A	N/A	00:35.69	00:37.63
	S7	00:29.48	00:31.76	N/A	N/A
	S8	N/A	N/A	00:33.03	00:34.48
	S9	00:26.29	00:26.62	N/A	N/A
	S10	00:25.49	00:25.72	00:28.88	00:29.41
	S11	00:27.69	00:28.25	00:33.13	00:34.99
	S13	00:24.96	00:25.34	00:28.57	00:29.07
100m Freestyle	S3	N/A	N/A	02:37.18	04:30.36
	S4	01:33.79	01:38.42	N/A	N/A
	S5	01:18.77	01:20.46	01:32.01	01:40.09
	S6	01:09.34	01:11.35	N/A	N/A
	S7	N/A	N/A	01:16.07	01:18.69
	S8	01:00.72	01:01.61	N/A	N/A
	S9	N/A	N/A	01:04.77	01:05.87
	S10	00:55.75	00:56.30	01:03.43	01:04.43
	S11	N/A	N/A	01:13.90	01:15.54
	S12	00:56.97	00:58.29	01:05.79	01:08.42
200m Freestyle	S2	05:00.25	05:52.51	N/A	N/A
	S3	04:10.92	04:39.21	N/A	N/A
	S4	03:20.72	03:31.99	N/A	N/A
	S5	02:56.38	03:02.47	03:29.29	04:02.64
	S14	01:57.95	02:00.54	02:15.56	02:17.89
400m Freestyle	S6	05:27.37	05:31.35	05:54.31	06:01.73
	S7	05:05.24	05:17.73	05:38.52	06:00.00
	S8	04:43.89	04:51.00	05:21.86	05:44.21
	S9	04:26.93	04:28.23	04:56.28	05:05.75
	S10	N/A	N/A	04:58.86	05:02.46
	S11	05:04.43	05:22.96	05:50.35	07:44.46
	S13	04:31.59	04:37.10	04:58.07	05:44.28

50m Backstroke	S1	01:53.32	01:53.32	N/A	N/A
	S2	01:09.31	01:30.58	01:55.28	01:55.28
	S3	00:56.99	01:00.49	01:13.49	02:09.11
	S4	00:49.22	00:52.01	00:54.97	01:02.11
	S5	00:39.38	00:41.79	00:48.96	00:53.88
100m Backstroke	S1	04:05.98	04:05.98	N/A	N/A
	S2	02:28.15	03:16.21	03:54.95	03:54.95
	S6	01:21.53	01:23.70	01:30.43	01:35.53
	S7	01:15.74	01:20.26	N/A	N/A
	S8	01:10.91	01:14.35	01:24.91	01:27.32
	S9	01:06.30	01:07.60	01:16.48	01:19.85
	S10	01:04.00	01:05.79	01:14.43	01:16.22
	S11	01:12.94	01:15.63	01:24.68	01:30.38
	S12	01:09.02	01:13.72	01:20.50	01:28.73
	S13	01:03.28	01:06.22	01:12.66	01:17.17
	S14	01:02.06	01:03.07	01:12.27	01:13.93
50m Breaststroke	SB2	01:24.25	01:42.78	N/A	N/A
	SB3	00:55.77	00:58.06	01:07.05	01:10.97
100m Breaststroke	SB4	01:56.83	02:00.75	02:20.91	02:51.00
	SB5	01:42.49	01:46.05	02:01.79	02:11.48
	SB6	01:25.36	01:27.84	01:42.59	01:50.45
	SB7	N/A	N/A	01:43.34	01:47.16
	SB8	01:14.84	01:18.71	01:28.79	01:31.61
	SB9	01:12.19	01:14.06	01:22.51	01:25.25
	SB11	01:24.11	01:28.09	01:34.52	01:45.81
	SB12	N/A	N/A	01:29.41	01:38.06
	SB13	01:11.90	01:17.13	01:23.39	01:27.57
	SB14	01:08.69	01:10.03	01:23.30	01:25.29
50m Butterfly	S5	00:37.61	00:38.77	00:51.52	00:57.92
	S6	00:33.22	00:34.46	00:40.20	00:40.96
	S7	00:32.50	00:34.08	00:38.23	00:40.45
100m Butterfly	S8	01:05.27	01:07.01	01:26.93	01:34.00
	S9	01:02.53	01:03.48	01:12.53	01:14.85
	S10	00:59.48	01:01.71	01:13.42	01:19.75
	S11	01:10.30	01:17.12	N/A	N/A
	S12	01:01.95	01:04.21	N/A	N/A
	S13	01:00.04	01:02.12	01:12.61	01:17.25
	S14	00:58.32	00:58.74	01:10.45	01:11.70

150m Individual Medley	SM3	03:44.30	04:42.88	N/A	N/A
	SM4	02:50.06	02:59.45	03:08.62	03:42.83
200m Individual Medley	SM5	N/A	N/A	04:47.34	05:15.98
	SM6	02:55.12	03:06.56	03:15.14	03:28.28
	SM7	02:45.82	02:54.49	03:12.14	03:32.77
	SM8	02:31.87	02:39.65	03:03.77	03:12.83
	SM9	02:24.20	02:25.74	02:40.96	02:46.65
	SM10	02:23.17	02:25.37	02:40.02	02:45.38
	SM11	02:40.33	02:49.86	03:03.89	03:15.69
	SM13	02:19.54	02:22.95	02:39.83	02:44.50
	SM14	02:14.06	02:16.61	02:36.45	02:38.42
Relays*					
Mixed 4x100m Freestyle 34pts		04:41.09			
Mixed 4x100m Medley 34pts		05:31.72			
Mixed 4x100m Freestyle S14		04:23.97			
Mixed 4x100m Freestyle 49pts (VI)		04:25.09			
Mixed 4x50m Freestyle 20pts		03:02.91			
Mixed 4x50m Medley 20pts		03:37.50			

*Relay teams can only reach MQS by swimming in the respective relay event at World Para Swimming recognized competitions.