

中華民國射擊協會選訓委員會 115 年 2 月份會議紀錄

一、時間：115 年 2 月 4 日(星期三)15 時整

二、地點：桃園市公西靶場(桃園市龜山區公西里 1 鄰忠義路三段 217 巷 28 號)
會議室(視訊會議)

三、主席：吳耀家

紀錄：莊翰霖

四、訓輔委員：張文育

五、出席委員：李耀文、吳孟蓉、李峰南、蔡世銘

六、請假委員：黃胤鴻、余曉芬、施榮宏、陳文菱

七、列席人員：無

八、主席致詞：略

九、確認上次會議紀錄：115 年 1 月份第二次選訓委員會議紀錄確認備查。

十、提案討論：

提案一

案由：有關 2026 年第 20 屆名古屋亞洲運動會(全項目)第三階段培訓選手成績達標審議案，請討論。

說明：

(一)2026 年第 20 屆名古屋亞洲運動會(全項)，第三階段培訓自 115 年 2 月 1 日起至至本屆亞運結束日止。

(二)依據「2026 年第 20 屆名古屋亞運會」選手培訓參賽實施計畫規定，自 114 年 9 月 1 日起至 115 年 1 月 31 日止，經核定之國內、外及選拔賽資格賽成績達本階段各該標準選手(本次賽會參加之最高級組成績)，納入培訓。

(三)上開第三階段培訓選手名單業已函報國訓中心轉陳運動部訓輔小組審議通過，本次計有 2 名選手於 115 年 1 月全國排名賽中成績達該項目第三階段培訓標準(如附件一)，爰提請本會討論，說明如下：

1、女子定向飛靶選手羅芊雅，以成績 117 分達標(培訓標準 115 分)，該員為第三階段儲訓選手，建請同意其轉換為培訓身分。

2、男子定向飛靶選手張峯齊，以成績 120 分達標(培訓標準 120 分)，該員為第三階段儲訓選手，建請同意其轉換為培訓身分。

決議：同意提報女子定向飛靶選手羅芊雅及男子定向飛靶選手張峯齊(原為第三階段儲訓選手)，為第三階段培訓選手，並依程序函報國家運動訓練中心審議。

提案二

案由：辦理本會 115 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫優級選手進場資格審查案，請討論。

說明：

- (一) 依據本會 115 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫及競技強化委員會審議通過之「黃金計畫各運動種類選手進／退場與級別調整之具體規定（115 年度進場者適用）」辦理。
- (二) 本案計有李孟遠等 4 名選手符合優級（A）進場資格，有關優級選手後續之個人訓練計畫、經費編列、審查及執行等事項，均依運動部相關規定辦理（相關選手訓練計畫資料詳如附件二）。
- (三) 上述選手資格及訓練計畫等業經本會 115 年度培育優秀或具潛力運動選手實施計畫規劃小組會議審查通過，嗣本會議審核通過後，將依程序函報運動部審議。

決議：照案通過，並依程序函報提報運動部審議。

提案三

案由：有關辦理中華民國射擊協會 115 年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選規定案，請討論。

說明：本會為辦理 115 年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選相關作業，期透過公平、公正、公開等原則，建立役男甄選制度，特依據運動部「115 年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選實施計畫」第參點研訂本規定，請討論。

決議：照案通過。

十一、臨時動議：無

十二、主席結論：略

十三、散會(16 時 05 分)

附件一



中華民國115年1月份全國射擊排名賽
女子定向飛靶資格賽
社會組(嘉義縣田寮靶場)



115年1月31日星期六 開始時間08:00

全國紀錄	48分	羅芊雅	台北市	114年09月12日	114年全國運動會	桃園市公西靶場
全國資格賽紀錄	112分	羅芊雅	新北推協	107年4月14日	107年4月份全國射擊排名賽	高雄市・大寮靶場
全國團體紀錄	尚未建立					

Rank 名次	Bib No 背號	Name 姓名	Nat 隊名	Rounds/盤次					Qualification/資格賽		Remarks 備註
				1	2	3	4	5	Total/總分	Qs-off/加賽	
1		羅芊雅	宜蘭射委	24	22	22	25	24	117		NR
2		宋云嘉	林口高中	21	19	23	23	17	103		
3		黃彥樺	北市正義	22	21	18	22	19	102		
4		趙芯岑	宜蘭射推	19	23	16	20	21	99		
5		章嘉倩	桃射委會	17	19	19	20	19	94		

QF 取得決賽資格 DNS 未參加比賽 DNF 未完成比賽 NR 全國紀錄

RTS 審判委員：

陳武田



中華民國115年1月份全國射擊排名賽
男子定向飛靶資格賽
社會組(嘉義縣田寮靶場)



115年1月31日星期六 開始時間08:00

全國紀錄	58分	李孟遠	台北市	112年10月18日	112年全國運動會	桃園市公西靶場
全國資格賽紀錄	124分	李孟遠	中華台北	113年08月03日	2024夏季奧林匹克運動會	法國巴黎
全國團體紀錄	342分	高雄市隊	104年10月22日	104年全國運動會	高雄大寮靶場	

Rank 名次	Bib No 背號	Name 姓名	Nat 隊名	Rounds/盤次					Qualification/資格賽		Remarks 備註
				1	2	3	4	5	Total/總分	Qs-off/加賽	
1		李孟遠	北市正義	25	25	24	25	22	121		
2		張峯齊	國立體大	25	25	23	24	23	120		
3		王漢樺	國立體大	24	25	22	23	24	118		
4		蔡亦軒	嘉市射委	23	24	22	24	22	115		
5		劉秉承	宜蘭射推	25	21	24	19	20	109		升A
6		賴宸霆	宜蘭射推	19	17	19	15	19	89		
7		謝鴻章	桃射委會	18	16	20	16	15	85		
8		謝智信	基隆射委	16	15	13	18	12	74		
9		偕丞宥	宜蘭射推	13	9	14	15	15	66		
		陳宏松	花蓮射委	14	10	16	0	0	40		DNF

QF 取得決賽資格 DNS 未參加比賽 DNF 未完成比賽 NR 全國紀錄

RTS 審判委員：

陳武田

115年度培育優秀或具潛力運動選手計畫優級選手劉恆妤訓練計畫

一、選手個人資訊

該選手 2024 年為黃金計畫第 4 級選手，參加 8 場次國際賽會（包含巴黎奧運），其中有 5 場次進入決賽，更於 10 月新德里世界盃總決賽奪得個人銀牌及 11 月新德里世大錦奪得個人金牌及團體銀牌的佳績；2025 參加 5 場次國際賽會，表現沒有預期理想，主要是更換槍枝訓練沒有預期中順利，更換的槍枝一直出現問題，破壞選手原有的技術動作，以及加入體能訓練，選手無法很快恢復，進而影響訓練的品質，但選手自身狀態不是最好的時候，對比賽依舊努力想發揮應有的水準，另外導致最後成績不如預期主要是會在其中 1-2 輪，無法取得高分；現今已先解決槍枝的問題，並重新規劃未來的訓練計畫，提高技術動作的流暢性及一致性、適時進行肌力訓練及提升比賽中調整能力（抗壓性）等內容。

二、計畫目的

大幅提升選手技術動作的水準以及強化選手身體素質及競賽時之心理技能，積極參與國際賽會累積競技實力，以備戰 2026 年名古屋亞運及 2028 年洛杉磯奧運，爭取最佳成績。

三、國際競賽成績

- 2025年布宜諾斯艾利斯世界盃：女子空氣手槍個人569分/第24名。
- 2025年慕尼黑世界盃：女子空氣手槍個人567分/第60名。
- 2025年奇姆肯特亞錦賽：女子空氣手槍個人574分/第15名。
- 2025年開羅世界射擊錦賽：女子空氣手槍個人568分/第56名。
- 2025年布達佩斯大獎賽：女子空氣手槍個人565分/第13名。

四、SWOT 分析

（一）Strength（優勢）：

在比賽場上表現沉穩，有很高的自我覺察及調整能力，平時訓練態度積極，以期望提升自己的技術動作。

(二) Weakness (劣勢):

選手身體較瘦弱，需改善身體素質及提升體能，確保在整場比賽中，體力皆處於最佳狀態，直至決賽結束。

(三) Opportunity (機會):

開始兼項練習 25 公尺手槍，藉由該項練習可以提升選手專項肌力，以及扣扳機的流暢性，有利於 10 公尺空氣手槍比賽的發揮，未來參加國際賽可以爭取更多的獎牌。

(四) Threat (威脅):

2024 年世界盃賽中女子空氣手槍進決賽成績平均 578 分，目前選手成績發揮約 573 分至 580 分，如 115 年目標國際賽會每場次皆進入決賽，需再提升選手的技術水準以及體能（維持良好狀態的續航力），方能達成目標。

五、參賽及訓練規劃

(一)訓練期程：115 年 1 月 1 日起至 115 年 12 月 31 日止。

(二)參賽計畫

1. 國內賽事：

月份	賽會名稱	備註
1 月	115 年 1 月全國射擊排名賽	
3 月	115 年全國青年盃射錦標賽	
5 月	115 年全國大專校院運動會	
5 月	115 年 5 月全國射擊排名賽	
6 月	115 全國梅花盃射擊錦標賽	
7 月	115 年 7 月全國射擊排名賽	
8 月	115 全國協會盃射擊錦標賽	
9 月	115 全國中正盃射擊錦標賽	
12 月	全國排名總決賽	

2. 國外賽事：

月份	賽會名稱	地點	備註
----	------	----	----

2 月	新德里亞錦賽	印度 新德里	賽程 02/02-02/14
4 月	格拉納達世界盃	西班牙 格拉納達	賽程 04/03-04/23
5 月	慕尼黑世界盃	德國 慕尼黑	賽程 05/24-05/31
7 月	杭州世界盃	中國 杭州	賽程 07/20-07/29
9 月	名古屋亞運	日本 名古屋	賽程 09/20-10/02
10 月	世界大學射擊錦標賽	公西靶場	賽程 10/27-10/31
11 月	杜哈世錦賽	卡達 杜哈	賽程 11/01-11/15

六、訓練目標

(一)短期目標：國內賽會資格賽破紀錄及前三名。

(二)中期目標：國際賽進入決賽（進決賽成績約 576 分以上）以及杭州亞運前三名。

七、訓練內容：

(一)技術訓練：

- 基礎階段：強化專項技術動作過程，大量空槍預習及密度為主佔總訓練量70%，以提高整體動作過程的一致性及流暢性。
- 專項階段：為提高本體動作感知能力，預報每1發彈著需達95%以上的準確率。
- 賽前準備階段：以模擬比賽及高強度要求為主，提高每1發技術動作的品質及賽程中的調整能力，為比賽做好萬全準備。
- 比賽階段：依據賽前準備模式進行比賽，發揮平時訓練的技術動作。
- 賽後調整階段：賽後針對整場比賽過程中的優劣提出討論，記錄有做好的階段是如何進行，以及提出過程中出現的問題，於往後訓練中找方法改善，為下一場賽會做準備；視下場比賽日期可予適當天數休整，以恢復身、心狀態，調節賽訓造成的疲乏。

(二)體能訓練：提升肌力以及有氧訓練為主，內容如下：

- 有氧訓練：慢跑或踩腳踏車。
- 肌力訓練：核心肌力、專項肌力等。
- 專項肌耐力：於基礎階段以撐槍方式進行。

(三) 心智訓練：每天早、晚以及上靶練習前做靜心及意象練習，定期進行運動心理技能課程，記錄賽訓時的壓力指數，提升自我覺察能力及自我調整能力。

八、訓練相關支援

(一) 由運科中心人員安排定期檢測身體組成、抽血檢測。

(二) 規劃短期人力支援_二，物理治療師協助選手恢復身體狀態。

九、支援小組組織及運作規劃

序號	姓 名	職 稱	支援內容	支援 頻率	備 註
1	陳秋燕	執行教練	計畫經費撰寫、技術指導與參賽行程管控	長期	
2	陳歲智	物理治療師	協助賽訓前及賽訓後身體恢復之工作	短期	不定期，視選手身體狀況

十、預期效益

藉由專案培訓計畫，規劃長期系統性訓練，積極參加國際賽會，預期參加之國際賽會達 50%以上進入決賽，藉由多次決賽比賽經驗，有效提升選手競技能力，以期在大型國際賽會發揮個人實力，最終於杭州亞及洛杉磯奧運奪得獎牌。

115年度培育優秀或具潛力運動選手計畫優級選手李孟遠訓練計畫

一、 選手個人資訊

這次在 2024 年巴黎奧運賽中一舉奪得第三名獎牌，為射擊界在奧運射擊比賽有史以來的第一面獎牌，這些榮耀都要歸功於各界給予幫助的長官，注入了充沛的資源，讓選手得以在優勢的訓練環境中從事更高階的技術養成，更可以在競爭激烈的奧運賽場上取得優異的成績，尤其奧運前飛靶射擊項目在這次爭奪奧運資格更是大有斬獲及進步，連接著巴黎奧運奪下銅牌。持續提供經費及資源挹注，對於選手及教練更能積極專注加強提升整體競賽實力，期待能在下屆奧運能在往金牌前進。

二、 國際競賽成績

- (一) 2023 杭州亞洲運動會/第五名
- (二) 2023 韓國昌原亞洲錦標賽/第三名
- (三) 2024 科威特亞洲盃暨奧運資格賽/第一名
- (四) 2024 巴庫世界盃/第五名
- (五) 2024 巴黎奧運/第三名

三、 SWOT 分析

- (一) STRENGTH (優勢)：李孟遠選手目前是定向飛靶項目全國紀錄保者，也是 2024 年於法國奧運中個人奪得第三名的選手，在國內比賽成績均名列前茅，意志堅定、不懈不怠的奮戰精神，是該名選手優異的個人特質。近幾年在公西靶場風雨無阻的持續訓練，無論在鎖靶、接靶或運槍擊發等關鍵技術，均有長足的進步，按照既有的訓練課程繼續不斷的戮力練習，配合體能訓練師的肌力訓練，在經歷過了奧運的洗禮後，想法也與以往不同慢慢向上成長，對於奧運場上應變進退調整更有自己的一套模式，期待未來往更好的方向邁進。
- (二) WEAKNESS (劣勢)：由於長期訓練造成身體許多運動傷害，尤其是膝蓋軟骨損傷以及腰椎第五節滑脫，對於支撐、旋轉等方面出現困擾。目前在醫師、物理治療師及體能訓練師的協助下，針對傷害部份進行復健，並加強核心肌耐力訓練，以分散腰椎的負擔，希望往後能持續追蹤保持不讓傷害加深也同時能把舊傷治療好，維持絕佳

的比賽狀態。

- (三) OPPORTUNITY (機會)：李孟遠選手在長期培訓與爭取賽事獎牌方面，展現出高度的企圖心與配合度。在上槍、貼腮及運槍擊發等連貫動作中，始終抱持追求完美的決心。經歷世界盃、亞運及亞錦賽的洗禮，再加上奧運決賽的壓力磨練，更使他在自信心與臨場從容度上大幅提升，這些經驗對於他未來在亞運與奧運持續爭取佳績，具有重要助益。
- (四) THREAT (威脅)：射擊運動最大的敵人及威脅就是自己。如何在長期訓練及比賽中不斷的超越自己，是選手本身最重要的課題。隨時調整想法及心態，面對比賽進一步克服障礙，就能在比賽中順利發揮實力，取得優異的成績。

四、 參賽及訓練規劃

- (一) 訓練期程：本訓練以 2026 年名古屋亞洲運動會奪牌及取得奧運席位為最終目標，因此規劃期程為 115 (2026) 年 1 月 1 日起至 115 (2026) 年 12 月 31 日止。
- (二) 參賽計畫
 - 1. 115 年國內賽事
 - ✧1 月全國排名賽
 - ✧3 月全國青年盃射擊錦標賽
 - ✧4 月全國排名賽
 - ✧5 月全國排名賽
 - ✧6 月全國梅花盃射擊錦標賽
 - ✧7 月全國排名賽
 - ✧8 月全國協會盃射擊錦標賽
 - ✧9 月全國中正盃射擊錦標賽
 - ✧12 月全國年度總排名賽
 - 2. 2026 年國外賽事
 - ✧1 月卡達亞洲錦標賽
 - ✧5 月哈薩克世界盃
 - ✧7 月義大利世界盃、杭州世界盃

◇8 月哈薩克亞錦賽

◇9 月名古屋亞運

◇11 月卡達世界錦標賽(奧運資格)

五、 訓練目標

- (一)短期目標：每場比賽平均每盤成績至少維持在 24 分水準，總分定為 122 分以上。
- (二)中期目標：每場比賽平均每盤成績維持 24~25 分水準，決賽成績訂為 58 分以上。
- (三)2028 年美國洛杉磯奧運目標：取得前三名成績。

六、 訓練規劃及地點

- (一)第一階段：自 2026 年 1 月 1 日起至 2026 年 4 月 30 日止。分別在公西靶場及宜蘭四方林靶場訓練，讓選手熟悉不同靶場的背景與氣候，培養選手在多重外在因素干擾下仍能發揮出平時的訓練成績，進而提升選手獨立作戰的能力，預計參加一場亞洲錦標賽。
- (二)第二階段：自 2026 年 5 月 1 日起至 2026 年 8 月 31 日止。分別在公西靶場四方林靶場及各比賽場地訓練與修正比賽時發生的錯誤後加強技術本位，參加兩三場世界盃面對國外頂尖選手加強自身對抗性，建立充分自信心，進而發揮最佳狀態掌控整場比賽。
- (三)第三階段：自 2026 年 9 月 1 日起至 2026 年 12 月 31 日。分別在公西靶場、四分林靶場，重點放在第四靶位單發及雙發射擊，務必做到零失誤境界，另外在決賽中的反向雙發射擊更須確實執行貼腮、找靶技術，如此就可以從容的態度面對決賽時的奪牌關鍵點，參加九月亞運與十一月奧運資格世界錦標賽。

七、 訓練方式：採長期培訓計劃

- (一)空槍預習：每個靶位空槍上槍 50 次，持續走完八個靶位，每次上槍必須正確認知槍枝及泥盤的相關位置，務必練到人槍一體的境界。
- (二)實彈射擊：定向飛靶的八個靶位皆有不同的射擊角度及動作，除了熟悉每個靶位的射擊方式外，對於每一次單發或雙發射擊皆需嚴格要求接靶

及擊發位置的一致性，至於射擊彈藥的數量，則依小量、中量及大量擬定訓練課程，配合各種比賽時間調整使用。

八、 訓練內容

(一)男子定向飛靶訓練階段

1. 意象訓練：強化整體動作概念並加強專注力。
2. 站姿調整：正確調整站姿角度，以利接靶及運槍。
3. 空槍接靶：掌握泥盤飛行速度及航道。
4. 運槍練習：正確運用核心轉動，使槍跟泥盤協調配合。
5. 實彈射擊：單發及雙發交替進行。
6. 模擬比賽測驗：適時從模擬比賽的張力下，找出修正點。

(二)體能訓練、重量訓練：配合國訓中心體能訓練師及物理治療師針對定向飛靶選手安排專業訓練課程，每週體能訓練三次，重訓二次以上，並加強核心肌群的訓練，使選手擁有絕佳的體能狀態，從容面對比賽的挑戰。

九、 訓練相關支援

(一)運動傷害防護

(二)運動醫學及科學檢測

(三)運動心理諮詢

十、 專案小組組織及運作

職 稱	姓 名	現 職	負 責
選手	李孟遠	國體研究所	訓練執行與參賽
教練	徐曉如	無	規劃執行相關訓練事宜

十一、 訓練經費概算

如附件經費預算表。

十二、 預期效益：本期培育優秀或具潛力運動選手計畫以參加 2026 年各項國際賽事及名古屋亞運會為主，透過運動科學與運動醫療的輔助下，相信可

以讓李孟遠選手無論在心理素質的加強與體能肌力的增進，皆能獲得極大的幫助，並期望前進 2028 年洛杉磯奧運會，並以奪下金銀牌為目標。

115年度培育優秀或具潛力運動選手計畫優級選手吳佳穎訓練計畫

一、選手個人資訊（以下內容須配合調整）

（一）持續模組化與密集持續的量化訓練，預期提高擊發動作正確比例達90%。

（二）以賽為練，按年度比賽週期，在賽前凝聚最佳競技狀態，利用比賽情境遭遇考核選手應對策略，從克服困難戰勝自己強化自信。

（三）結合運科定期檢測，挑戰極限，提高發射準度。

（四）針對容易分心的問題，唯有運用比賽情境強化，從認知上凝聚戰勝意志，在比賽中大膽嘗試運用方法，引導自己建立戰勝自己的案例，進而習慣成自然。

（五）持續強化基本功和不斷優化比賽發揮模式，累積成功經驗，讓比賽是一場超越自己的創作。

二、114年國內外成績：

區分	國內						國際			
月份	2	3	6	8	9	10	5	8	11	12
賽別	2月排名賽	青年盃	梅花盃	全國運	中正盃	總排名賽	慕尼黑	哈薩克	匈牙利	克羅埃西亞
空氣手槍	576/2	572/1	576/1	570/2	571		573	570	568	
25M手槍	574/1	574/3	573/2	568/3	576		572	567		

三、SWOT分析：

（一）Strength（優勢）：

1. 雙主項（10M、25M 手槍）國際競爭力的選手，有豐富的比賽奪牌經驗，由在 2023 年 11 月亞洲錦標賽同一場比賽中，空氣手槍打出 580 分 25M 手槍 588 分的佳績可以證明。
2. 敢拚敢打，不怕失敗的作風，能在比賽中創高成績。
3. 以往都已經打掉重練，重新塑造射擊新生命，可預期 2026 年的發揮。

（二）Weakness（劣勢）：

1. 國內缺高手，難在全國比賽中淬鍊強悍的競技能力，不利亞運會、奧運會總集訓訓練戰力的強化鞏固。未來唯有走出去多參加比賽，從比賽中參悟致勝規律，熟練自己取勝之道。

（三）Opportunity（機會）：

1. 國訓中心公西靶場訓練資源充沛可借用。
2. 經德國 Munk 奧運銅牌教練指導，消除疑慮，未來彙整熟練成巧。

（四）Threat（威脅）：

1. 中國、韓國、印度、德國、法國、美國等強國好手多實力強，我國的選手贏的機會要往在比賽中敢玩技術，樂於在比賽創作表現的大道上修煉。

2. 國內競爭：

空氣手槍	第一組	第二組	第三組	第四組	第五組	第六組	預賽總分
------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------

劉恆好	97	97	95	96	97	91	573
鄭晏晴	98	97	96	96	97	95	579

25 公尺手槍	慢射			快射			預賽總分
田家榛	96	97	97	98	98	95	581/16 名
林柔羽	95	96	98	96	99	97	581/全國運
鄭晏晴	95	98	97	97	98	95	580/哈薩克
陳俞如			290			294	584/開羅世錦賽

四、參賽及訓練規劃

一、訓練期程

週期	日期時間	訓練任務	檢測點
第一週期	自 114 年 1 月 1 日起 至 114 年 2 月 28 日止	1 預賽成績空氣手槍 580 分運動手槍 585 分,進決賽拚前三名	1. 亞洲錦標賽印度(新德里)
第二週期	自 114 年 3 月 1 日起 至 114 年 6 月 30 日止	1 預賽成績空氣手槍 580 分運動手槍 585 分,進決賽拚前三名	1. ISSF 世界盃 西班牙(格拉納達) 2. ISSF 世界盃 德國(慕尼黑)
第三週期	自 114 年 7 月 1 日起 至 114 年 9 月 30 日止	預賽成績空氣手槍 580 分運動手槍 585 分,進決賽前三名	1. ISSF 世界盃 中國(杭州) 07/20-07/29 2. 名古屋亞運會
第四週期	自 114 年 10 月 1 日起 至 114 年 12 月 31 日止	預賽成績空氣手槍 580 分運動手槍 585	1. ISSF 世界盃 埃及(開羅) 2. ISSF 世界錦標賽 卡達

		分, 進決賽前三名	(杜哈)
--	--	-----------	------

二、參賽計畫：

(一)國際賽：

場次	賽別	地點	時間
1	亞洲錦標賽	印度(新德里)	02/02-02/14
2	ISSF 世界盃	西班牙(格拉納達)	04/05-04/13
3	ISSF 世界盃	德國(慕尼黑)	05/24-05/31
4	ISSF 世界盃	中國(杭州)	07/20-07/29
5	ISSF 世界盃	埃及(開羅)	10/08-10/16
6	ISSF 世界錦標賽	卡達(杜哈)	11/01-11/15

(二)全國性比賽：若與國際賽撞期則以參加國際賽為先。

場次	賽事	地點	時間	比賽目標
1	1 月全國排名賽	公西靶場	01/29-01/31	強化比賽發揮概念 熟練決賽奪冠心理路程
2	全國青年盃	桃園(公西靶場)	03/01-03/07	
3	5 月全國排名賽	桃園(公西靶場)	05/29-05/31	
4	全國梅花盃	桃園(公西靶場)	06/22-06/28	
5	7 月全國排名賽	桃園(公西靶場)	07/1-07/03	
6	全國協會盃	桃園(公西靶場)	07/01-07/07	
7	全國中正盃	桃園(公西靶場)	09/01-09/07	
8	第 48 屆東南亞射擊錦標賽	桃園(公西靶場)	11/00-11/00	

五、訓練目標

(一)短期目標：達到亞運參賽成績標準 5 次。

(二)中期目標：取得亞運會代表資格。

(三)長期目標：取得 2026 年世界錦標賽中 2028 年洛杉磯奧運會資格。

(四)最終目標：奧運金牌。

六、訓練規劃及地點：

(一)駐地訓練：公西靶場、林口高中。

(二)國際移地訓練：在時間經費允許下，以參加國際性比賽磨練心志與策略。

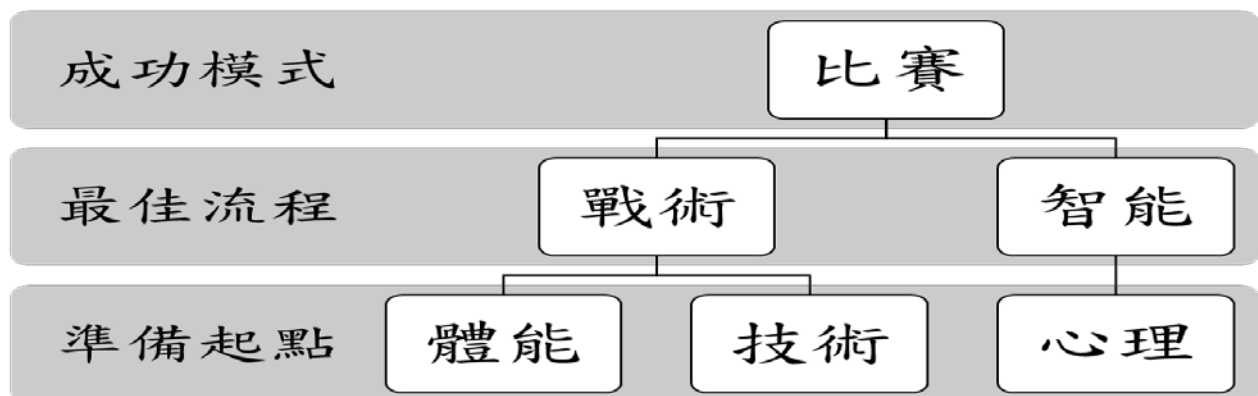
七、訓練方式：採長期培訓。

八、訓練內容：(以項目特性撰述)

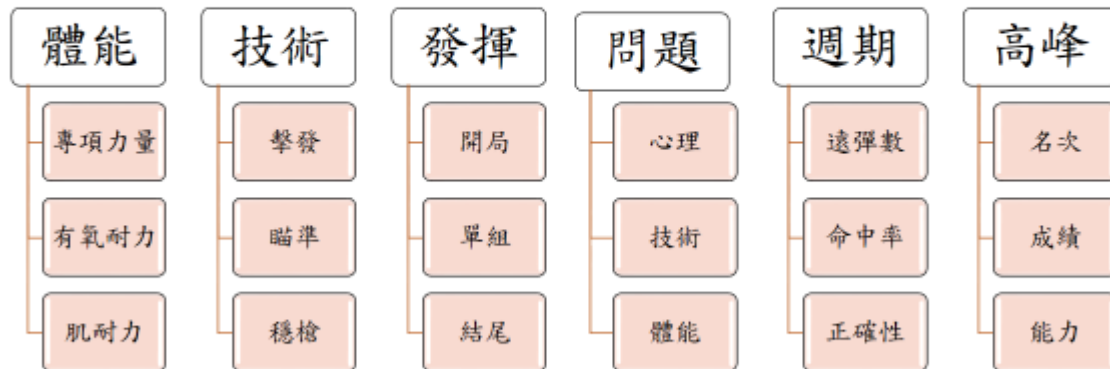
(一)體能訓練：配合體能訓練師和防護員、物理治療師的建議規劃。

(二)技、戰術訓練：

1. 整體訓練模組：

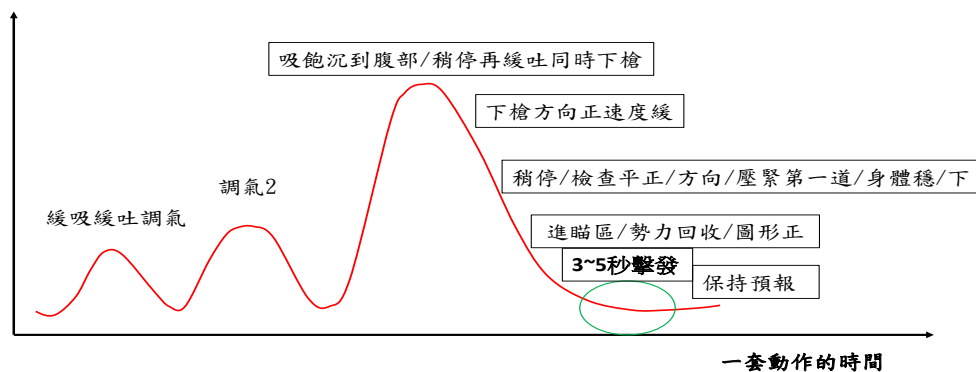


射擊6大訓練重點方向



2. 關鍵技術訓練：

擊發前呼吸調整模組化



3. 預賽發揮訓練：單組訓練、多組訓練、超量訓練、情境訓練。

4. 決賽對抗訓練：每週進行一次達標訓練。

(三)心理訓練：

1. 目標設定訓練：針對現況設定合理目標，擬定達標途徑方法。

2. 放鬆減壓訓練：熟練放鬆技巧，多方嘗試現場演練，體現促進比賽發揮。

3. 意象鞏固訓練：體現轉移壓力，凝聚專注，導入發揮情境。

4. 專注再專注訓練：熟練凝聚注意力與重建注意力的方法。

5. 心理取向訓練：凝聚好發揮的心理氣候進而形成致勝規律。

6. 自我效能訓練：透過自我覺察和自我對話營造正向心理。

7. 耐心堅持訓練：強化遭遇到困難和問題時處理的方法和能力。

8. 歸因總結訓練：養成良好習慣，射擊完預報、比賽結束總結，以策

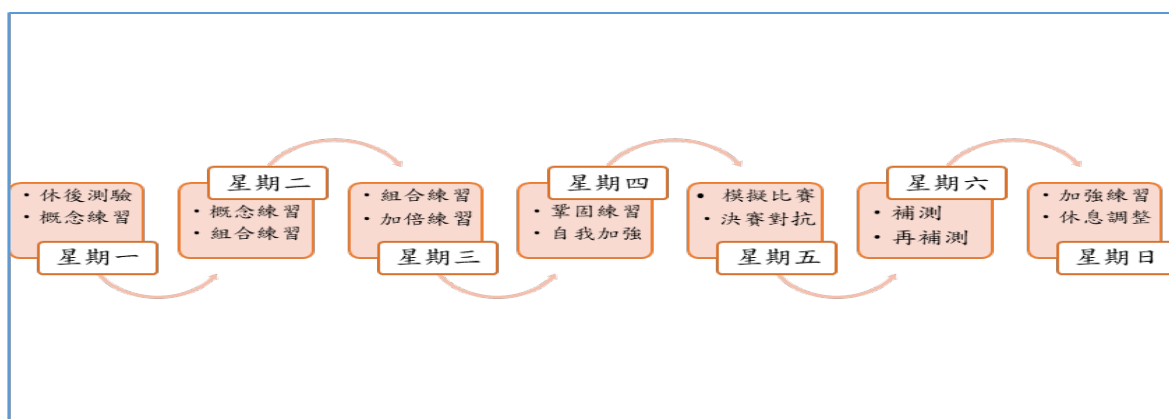
應下一發的掌握或下一場比賽準備方向重點與方法。

九、週期規劃：

(一)課訓練模式：



(二)週訓練模組：



十、訓練相關支援

- (一) 敦請物理治療師每週定期協助傷害防護診斷治療恢復。
- (二) 敦請協會國際組隨隊協助情蒐。
- (三) 敦請國訓中心洪靖淵體能訓練師定期體能檢測。

十一、專案小組組織及運作

- (一) 敦請運科中心營養、力學、心理、傷害防護等運動科學相關領域老師，定期檢視訓練進度並提出建議。
- (二) 敦請中華民國射擊協會協助辦理出國相關行政手續。

十二、訓練經費概算：如附表經費需求總表一

十三、預期效益

- (一) 世界排名前 10 名。
- (二) 2026 年卡達杜哈世界錦標賽取得洛杉磯奧運代表資格。

「備戰奧林匹克運動會菁英(潛優)選手 吳佳穎 經費需求總表」

類別	實施項目	時間	地點	總經費	備註
國內賽	國內參賽	桃園(公西靶場)	選手 1 名	32, 000	
國際賽	賽事日期 04/05-04/13 ISSF 世界盃	西班牙 (格拉納達)	選手 1 名 翻譯 1 名	365, 460	
	賽事日期 05/24-05/31 ISSF 世界盃	德國(慕尼黑)	選手 1 名 翻譯 1 名	429, 600	
	賽事日期 07/20-07/29 ISSF 世界盃	中國(杭州)	選手 1 名 翻譯 1 名(是否需要)	108, 300	
	賽事日期	埃及(開羅)	選手 1 名	304, 430	

	10/08-10/16 ISSF 世界盃		翻譯 1 名		
	賽事日期 07/20-07/29 ISSF 世界錦標 賽	卡達(杜哈)	選手 1 名 翻譯 1 名	591,600	
消耗性 器材				168,740	限個人訓練 或參賽
人事 經費					長期支援人 力、短期(含 計次)支援人 力、運動課程 等費用
年度 雜費					支用項目含 與訓練及參 賽有關之、醫 療費用
總計				2,000,000	

「115 年度培育優秀或具潛力運動選手計畫優級選手陳貴鵬訓練計畫」

一、 選手個人資訊

在 2023 年入選杭州亞運國手進入培訓隊，成績隨著在培訓隊的資源與規律的訓練下突飛猛進，在今年卡達亞洲錦標賽中與林怡君搭檔不定向混雙，一舉奪得第三名獎牌為個人進入培訓隊後最高成績，進而可申請優級選手訓練計畫，此次的奪牌經驗大幅提升選手的自信，今年將連接著名古屋亞運，該經費可讓選手更能積極專注加強提升整體競賽實力，期待能在 2026 名古屋亞運個人、團體、混雙奪牌。

二、 國際競賽成績

- (一) 2025 泰國東南亞錦標賽混雙第一名
- (二) 2025 國際台灣大獎賽個人第二名、混雙第一名
- (三) 2026 卡達亞洲錦標賽混雙第三名

三、 SWOT 分析

- (一) STRENGTH (優勢)：陳貴鵬選手目前是不定向飛靶項目全國賽中排名於楊昆畢之後，在國內比賽成績名列前茅，平時訓練認真探討自己問題也找方法去解決、累積實力是該名選手的個人特質。近幾年國訓中心提供的運科資源有關心理諮商協助選手建立各種心理技能該選手也盡力學習去運用在比賽與訓練，無論在技術上與體能、心理均有明顯進步，按照與心理老師長期的訓練與技術上應變進退調整更有自己的模式，期待未來能在國際上與楊昆畢和其他隊友同台決賽替國家奪下獎牌。
- (二) WEAKNESS (劣勢)：目前在公西靶場因地理位置問題，天氣、場地配置問題與國外相差甚遠會是長期影響選手技術與動作一致性難以內化穩定而產生自我懷疑，需花較多時間來穩固選手技術與自信。
- (三) OPPORTUNITY (機會)：今年開始規則更改決賽為八位選手進入決賽大大提高奪牌機率，該選手在長期培訓與爭取賽事獎牌方面，展現出高度的學習心與配合度。在世界盃、亞運及亞錦賽中的壓力磨練，更使他在自信心與臨場應變能力上大幅提升，這些經驗對於他未來

在亞運奪牌與拿下奧運資格具有重要助益。

- (四) THREAT (威脅): 射擊是獨立作戰的項目, 比賽時只有自己站在場上深後的人並不能給予任何幫助, 如何在比賽中能讓自己順利發揮不失控中不斷的超越自己, 是選手在培訓時最需要養成技術。隨著不同比賽場地調整技術及心態, 面對比賽時進一步克服障礙, 就能累積經驗在比賽中順利發揮實力, 取得優異的成績。

四、 參賽及訓練規劃

- (一) 訓練期程: 本訓練以 2026 年名古屋亞洲運動會奪牌及取得奧運席位為最終目標, 因此規劃期程為 115 (2026) 年 1 月 1 日起至 115 (2026) 年 12 月 31 日止。

(二) 參賽計畫

1. 115 年國內賽事

- ✧1 月全國排名賽
- ✧3 月全國青年盃射擊錦標賽
- ✧4 月全國排名賽
- ✧5 月全國排名賽
- ✧6 月全國梅花盃射擊錦標賽
- ✧8 月全國協會盃射擊錦標賽
- ✧9 月全國中正盃射擊錦標賽
- ✧12 月全國年度總排名賽

2. 2026 年國外賽事

- ✧1 月卡達亞洲錦標賽
- ✧5 月哈薩克世界盃
- ✧7 月義大利世界盃、杭州世界盃
- ✧8 月哈薩克亞錦賽
- ✧9 月名古屋亞運
- ✧11 月卡達世界錦標賽(奧運資格)

五、 訓練目標

- (一) 短期目標: 每場比賽平均每盤成績至少維持在 23 分水準以上, 總分

定為 118 分以上。

- (二) 中期目標：每場比賽平均每盤成績維持 24~25 分水準，決賽成績訂為分 26 以上。
- (三) 最終目標：取得 2028 年美國洛杉磯奧運資格。

六、 訓練規劃及地點

- (一) 第一階段：自 2026 年 1 月 1 日起至 2026 年 4 月 30 日止。在公西靶場訓練，讓選手熟悉不同靶場的背景與氣候，培養選手在多重外在因素干擾下仍能發揮出平時的訓練成績，進而提升選手獨立作戰的能力，預計參加一場亞洲錦標賽。
- (二) 第二階段：自 2026 年 5 月 1 日起至 2026 年 8 月 31 日止。在公西靶場及各比賽場地訓練與修正比賽時發生的錯誤後加強技術本位，參加兩三場世界盃面對國外頂尖選手加強自身對抗性，建立充分自信心，進而發揮最佳狀態掌控整場比賽。
- (三) 第三階段：自 2026 年 9 月 1 日起至 2026 年 12 月 31 日。在公西靶場，重點放在模擬臨場應變及決賽單發射擊，極力在年底奧運資格賽中爭取奧運門票。

七、 訓練方式：採長期培訓計劃

- (一) 空槍預習：每個靶位空槍 80 次，持續走完五個靶位，每次上槍必須正確認知槍枝及泥盤的相關位置。
- (二) 實彈射擊：不定向飛靶依照今年更改規則從原本的九組模式增加至十組模式每種模式皆有不同的角度與高度，除了熟悉每組的角度與高度外，對於每一次單發射擊皆需嚴格要求接靶及擊發時間的一致性，至於射擊彈藥的數量，則依選手週期、比賽時間調整。

八、 訓練內容：

- (一) 男子不定向飛靶訓練階段
 1. 意象訓練：強化整體動作概念並加強專注力。
 2. 站姿調整：正確調整站姿角度，以利接靶及運槍。
 3. 空槍接靶：掌握泥盤飛行速度及航道。

4. 運槍練習：正確運用核心轉動，使槍跟泥盤協調配合。
 5. 實彈射擊：單發及雙發交替進行。
 6. 模擬比賽測驗：適時從模擬比賽的張力下，找出修正點。
- (二) 體能訓練、重量訓練：配合國訓中心體能訓練師及物理治療師針對定向飛靶選手安排專業訓練課程，每週體能訓練三次，重訓二次以上，並加強核心肌群的訓練，使選手擁有絕佳的體能狀態，從容面對比賽的挑戰。

九、 訓練相關支援

- (一) 運動傷害防護
- (二) 運動醫學及科學檢測
- (三) 運動心理諮詢
- (四) 運動疲勞監控

十、 專案小組組織及運作

職 稱	姓 名	現 職	負 責
選手	陳貴鵬	無	訓練執行與參賽
教練	徐曉如	無	規劃執行相關訓練事宜
運科人員	曾暉晉		協助疲勞與恢復監控

十一、 訓練經費概算

如附件經費預算表

預期效益：本期培育優秀或具潛力運動選手計畫以參加 2026 年各項國際賽事及名古屋亞運會為主，透過運動科學與運動醫療、增進技術能力的幫助下，讓陳貴鵬選手無論在心理素質的加強與體能肌力的增進、射擊技術的提升在關鍵時刻皆能發揮到極致，並期望在今年底能一舉拿下 2028 年洛杉磯奧運會門票。

附件三

中華民國射擊協會115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男

甄選規定

壹、 依據：

中華民國射擊協會（以下簡稱本會）為辦理替代役體育役體育專長-儲備選手類役男甄選相關作業，期透過公平、公正、公開等原則，建立役男甄選制度，特依據運動部115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選實施計畫第參點規定研訂本規定。

貳、 目的：

配合國家體育運動發展政策，遴選射擊役男國家代表隊儲備選手，廣續培訓、參賽，提升國家射擊競技運動實力，以期爭取國際參賽優異成績，為國爭光。

參、 指導單位：運動部。

肆、 承辦單位：中華民國射擊協會。

伍、 報名資格：凡民國83年次至93年次出生尚未接獲徵集令之役男，且符合下列之一資格者：

- 一、 參加過2024巴黎奧運、2022杭州亞運、2021成都世大運。
- 二、 參加過110年至114年之間世錦賽、亞錦賽、青少年世錦賽、世界盃、青少年世界盃、亞洲盃、世界大學射擊錦標賽、東南亞射擊錦標賽者。
- 三、 獲得112年、114年全國運動會個人賽前8名或團體賽前4名者。
- 四、 獲得本會114年青年盃、梅花盃、協會盃、中正盃社會組 A 級個人賽前8名或社會組團體賽前4名或大專組前3名者。

陸、 報名須知：

- 一、 報名日期：115年2月23日(星期一)至3月9日(星期一)止，逾期不予受理。
- 二、 報名方式：申請者至本會現場報名。
- 三、 報名手續：
 - (一) 繳交已黏貼最近3個月內2吋脫帽照片之申請表正表(附件1)及副表(附件2)，未貼照片者不予受理。
 - (二) 以參加國際賽事申請者，應檢具組訓單位核發當選證書正本及主辦

國核發參賽證明正本及影本。

- (三) 以參加全國性賽會或本會主辦之國內賽事賽會申請者，應檢具主辦單位或本會核發成績證明正本及影本、出場證明（團體種類）正本及影本。

四、資格審查：

- (一) 國民身分證正本或具有照片得以證明身分之證件正本。
- (二) 以參加國際賽事申請者，審查組訓單位核發當選證書正本及主辦國核發參賽證明正本。
- (三) 以參加全國性賽會或本會主辦之國內賽事賽會申請者，審查主辦單位核發成績證明正本、出場證明（團體種類）正本。
- (四) 本會審查申請者身分證明及參賽相關資料正本無誤後，正本退還，影本留存。

五、核發參加甄選通知書：

- (一) 申請資料繳驗後，確認完成申請手續者，由本會加蓋會戳後，當場核發甄選通知書(附件3)。
- (二) 甄選通知書核發後遺失者，須儘速至本會補辦。

六、具有下列情形之一者不得申請：

- (一) 曾拒絕接受國家代表隊徵召者。
- (二) 曾受中華奧林匹克委員會、本會、中華民國大專院校體育總會、中華民國高級中等學校體育總會、財團法人中華運動禁藥防制基金會等單位判處禁賽確定，且禁賽處分至申請截止日仍未解除者。

柒、甄選須知

- 一、日期：115年3月10日至3月22日(115年第46屆全國青年盃射擊錦標賽)。
- 二、地點：國家運動訓練中心-公西靶場(地址：桃園市龜山區忠義路三段217巷28號協會辦公室)。
- 三、申請者於甄選期程內，應攜帶身分證件及甄選通知書，於甄選地點辦理報到手續，經本會審查無誤後，始得參加甄選。

捌、甄選流程：

時 間	甄選項目	說明
115年3月10日至 3月22日	報到	參加甄選之選手，請於各自參加項目開賽前向本會報到
	說明甄選流程及項目	向參加甄選之選手說明甄選相關流程及項目
	提醒登錄事宜	業務承辦人員向參加甄選之選手提醒至內政部役政署系統登錄事宜

玖、 甄選項目及計分標準：

甄選項目	項目	配分 比	說明														
專項技術 測驗（50） %	10 公尺 空氣手 槍	50%	成績	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	561	562	563	
			得分	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	
			成績	564	565	566	567	568	569	570	571	572	573	574	575	576	
			得分	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	
	10 公尺 空氣步 槍	50%	成績	603	604	605	606	607	608	609	610	611	612	613	614	615	
			得分	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	
			成績	616	617	618	619	620	621	622	623	624	625	626	627	628	
			得分	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	
	定向、 不定向 飛靶	50%	成績	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	
			得分	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	
			成績	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	
			得分	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	
書面審查 （50）%	運動成 就評分	50%	國際賽	參賽		決賽		銅牌		銀牌		金牌					
			得分	10		15		20		25		30					
			運動會	銅牌		銀牌		金牌									
			得分	10		15		20									
			全國盃 賽	銅牌		銀牌		金牌									
			得分	5		10		15									

一、 專項技術測驗：

- （一） 各項目最低得分為75分，得分未達75分者，喪失甄選資格；得分超過100分者，以100分計。
- （二） 10公尺空氣手槍及10公尺空氣步槍項目，於115年第46屆全國青年盃射擊錦標賽中分設社會組及大專組。甄選選手如同時參加社會組及大專組，則採計社會組成績；如僅參加其中一組，則採該組成績。
- （三） 10公尺空氣步槍項目之成績，小數點後採四捨五入計算。

二、 書面審查：

- （一） 110年至114年間曾參加國際賽（世錦賽、亞錦賽、青少年世錦賽、世

界盃、青少年世界盃、亞洲盃、世界大學射擊錦標賽、東南亞射擊錦標賽)者，請檢附**個人或團體**之相關成績證明或獎狀，並於甄選報到時繳交；另國際賽屬自費參賽者，其參賽成績不列入「參賽」得分，惟進入決賽以上者不在此限。

(二) 110年至114年間，曾參加運動會(全運會、全大運)或本會主辦之全國盃賽(青年盃、梅花盃、協會盃、中正盃)者，請檢附**個人**之相關成績證明或獎狀，並於甄選報到時繳交。

(三) 書面審查成績最低0分，最高100分；超過100分者，以100分計。

壹拾、錄取方式：

一、錄取員額：2名、備取2名。

二、錄取名單訂於115年4月1日(星期三)下午6時前公告於運動部官方網站(<http://www.sa.gov.tw>)。

壹拾壹、登錄作業：

一、取得運動部核發115年儲備選手證明書之選手，應於115年役男申請服替代役作業期間，先至內政部役政司網站(<http://www.nca.gov.tw>)「**一般替代役役男申請服指定役別機關作業資訊系統**」登錄個人基本資料及選服役別(公共行政役/體育體育專長-儲備選手類)、機關(運動部)，役別、機關一經選定送出系統後即不得再更改。

二、登錄個人基本資料後，將本證明書、身分證明文件及相關專長證明文件影本於預定截止申請日(以內政部公告日期為準)前以掛號郵寄內政部役政司(540271南投縣南投市省府路2號)始完成申請手續(以郵戳為憑，逾期不受理)；其甄選順序依115年替代役體育專長-儲備選手類公告辦理。

三、前開二項申請手續，須於預定申請時間(以內政部公告日期為準)115年4月1日(星期三)上午8時起至4月30日(星期四)下午5時前完成，逾期不予受理。

壹拾貳、本規定經運動部115年○月○○日運競(三)字第○○號函備查在案，修正時亦同。

附件1(此文件後續需函送運動部審核)。

中華民國射擊協會

115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選報名表（正表）

姓 名		收件日		申請 編號	申請運動種類（專長項目或位置）		最近三個月內 二吋脫帽照片 黏貼處		
		年 月 日							
役男 基本 資料	身分證統一編號		出生年月日		體位(已體檢 者填寫)				最高學歷科 系所畢（肄）業
			年 月 日						
	戶籍地址：				通訊地址：				
	聯絡電話		(1) 住家：			(2) 行動電話：			
申請 資格 (擇 一)	年份	國際賽會名稱		比賽地點	比賽成績	國內賽會名稱		比賽地點	比賽成績
證 明 文 件	具國家代表隊甄選資格				具國內賽會甄選資格				
	參加○○年○○賽會組訓單位當選證書及主辦國參賽證明影本乙份				參加○○年○○賽會成績證明影本乙份 參加○○年○○賽會出場證明影本乙份				
本人為廣續培訓及參賽以提升競技實力，謹依規定申請參加役男國家代表隊儲備選手甄選，並願意配合政策需要，依施訓單位規定接受培訓及參賽。									
此致 中華民國射擊協會									
申請人： 蓋章									
※ 申請 人 資 格 查 核	理事長		秘書長		承辦人	查核情形： ☐ 符合規定，得參加檢測。 ☐ 未符規定，不予受理。 原因： ☐ 曾拒絕接受國家代表隊徵召。 ☐ 報名截止日前，申請者尚處於禁賽處分期間。 ☐ 資格不符。			

附件2※協會留存。

中華民國射擊協會

115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選報名表（副表）

姓 名		收件日		申請 編號	申請運動種類（專長項目或位置）			最近三個月內 二吋脫帽照片 黏貼處	
		年 月 日							
役 男 基 本 資 料	身分證統一編號		出生年月日		體位(已體 檢者填寫)	最高學歷科 系所畢(肄)業			
			年 月 日						
	戶籍地址：				通訊地址：				
	聯絡電話	(1) 住家：				(2) 行動電話：			
申請 資格 (擇 一)	年份	國際賽會名稱		比賽地點	比賽成績	國內賽會名稱		比賽地點	比賽成績
證 明 文 件	具國家代表隊甄選資格				具國內賽會甄選資格				
	參加○○年○○賽會組訓單位當選證書及主辦國參賽證明影本乙份				參加○○年○○賽會成績證明影本乙份 參加○○年○○賽會出場證明影本乙份				
本人為廣續培訓及參賽以提升競技實力，謹依規定申請參加役男國家代表隊儲備選手甄選，並願意配合政策需要，依施訓單位規定接受培訓及參賽。 此致 中華民國射擊協會									
					申請人：		蓋章		
※ 申 請 人 資 格 查 核	理事長		秘書長		承辦人		查核情形： ☐ 符合規定，得參加檢測。 ☐ 未符規定，不予受理。 原因： ☐ 曾拒絕接受國家代表隊徵召。 ☐ 報名截止日前，申請者尚處於禁賽處分期間。 ☐ 資格不符。		

附件3

中華民國射擊協會

115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選通知書

姓名	申請 編號	身分證字號		出生年月日		申請專長運動 項目或位置	最近三個月內二 吋脫帽照片黏貼 處
				年 月 日			
甄選時間	年 月 日		甄選地點				
協（總）會業務承辦人姓名及電話				協 會 會 戳			
聯絡人： 電 話：							
中 華 民 國 年 月 日							

附註：

1. 為確保役男選手權益及簡化行政作業，申請選手請於甄選前電詢協（總）會是否辦理甄選。
- 一、 請攜帶身分證及本通知書，於甄選當日辦理報到，參加甄選，未攜帶身分證及本通知書者不得參加甄選。

附件 4

中華民國射擊協會115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男
甄選報到名冊

編號	姓名	攜帶文件		編號	姓名	攜帶文件	
		身分證	甄選通知書			身分證	甄選通知書

※攜帶身分證及甄選通知書者，請於欄內打勾，未攜帶者不得參加甄選。

附件5

中華民國射擊協會

115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男甄選成績表

姓名： 編號： 甄選時間： 年 月 日

甄選地點：國家運動訓練中心-公西靶場

甄選項目	項目	配分比	測驗成績	得分	備註
專項技術 測驗 (50) %	10公尺空氣手槍	50%			
	10公尺空氣步槍	50%			
	定向、不定向飛靶	50%			
小計					
書面審查 (50) %	賽事名稱		得分種類	得分	備註
小計					
總分					

申請人簽章：

協（總）會甄選人員簽章：

附件6

中華民國射擊協會115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）
役男甄選成績名冊

姓名	申請編號	成績總分	排名	備註

附註：

- 一、請依成績高低排序（含備取）列出。
- 二、未錄取之選手不列排名，依申請編號排序列出。

中華民國射擊協會
115年替代役公共行政役（體育專長-儲備選手類）役男儲備選手證明書簽
收表

編號	姓名	編號	姓名	編號	姓名	編號	姓名

附註：請選手詳閱儲備選手證明書內容，以瞭解申請程序與權益。