

蘇睿哲

青少年足球教練兼比賽影片分析員

ruizhe.su@example.com

0955-320-718

新北市

個人總結

8 年青少年足球學院與校隊執教經驗，從基礎控球帶訓拓展至 U16 攻防轉換、比賽影片拆解及跨隊賽程規劃。能運用 Veo 自動錄影與 GPS 跑動資料檢視壓迫距離、回防時間及球員負荷；與守門員教練、體能教練及家長建立固定回顧節點，讓訓練重點能落到比賽表現。

工作經歷

U16 足球教練

海風青訓足球學院（虛構）

6/2021 - 至今

- 以 Veo 標記對手出球及本隊反搶片段，和 2 名助教為 24 位 U16 球員每週選出 3 個情境重演，半季在前場奪回球權次數增加 22%。
- 對照 GPS 高速跑動區間安排賽前恢復日，和體能教練每週檢視 18 名常先發球員，連續 10 週肌肉緊繃回報超過 2 級的人次減少 31%。
- 用戰術板將邊路三人配合拆成跑位、傳球角度與回做 4 個步驟，帶 3 組共 27 人演練 8 週，禁區內由邊路創造的射門每場平均多 1.6 次。
- 依賽後傳球網絡為 7 名中場球員安排接應角度個別回饋，和守門員教練剪輯 16 場影片，向前成功傳球比例較上半季提升 9 個百分點。
- 每月召開球員及家庭進度會談，使用 3 項出勤、學業與訓練目標記錄 24 位青少年，學年續訓率達 91%，較前一屆提高 12 個百分點。

基層足球教練

禾野青少年足球社（虛構）

3/2018 - 5/2021

- 以 4 對 4 短場比賽練習抬頭觀察與支援角度，服務 5 個梯次、共 103 名 9 至 12 歲學員，學期未能完成三角傳球組合的人數增加 36 人。
- 把 GPS 手環借用與充電流程整理成 2 張輪班清單，和 3 名教練管理 28 套設備，活動前無法配對的狀況由每月 9 次降至 2 次。
- 在 14 場友誼賽後安排 12 分鐘小組影片回看，讓 6 位助教輪流帶提問，球員自評能指出一項回防選擇的比

教育背景

足球教練學士

東岬運動教育大學（虛構）

9/2012 - 6/2016

技能專長

技術與戰術

區域壓迫, 攻防轉換, 控球小組訓練, 定位球安排

比賽分析

Veo, GPS 跑動資料, 戰術板標註, 賽後剪輯

帶隊管理

青少年溝通, 賽程規劃, 負荷回報, 家長說明

例從 43% 升至 77%。

- 依學員速度與球感分組安排器材及場地，和學校體育組每季辦 4 場校際體驗，試訓後正式報名轉換率達 68%。

<>專案經驗

高位反搶
三段式影
片庫

整理觸發時機、最近支援者
與球權回收結果，供訓練前
快速複習。

Veo

戰術板

GPS 跑動資料

事件標記

青訓球
員個人
發展卡

把每月技術目標和學業作息放
在同一張回顧卡，方便家庭與
教練對話。

Google Sheets

影片連結

目標追蹤

語言能力
中文
英文

母語

閱讀國際足球訓練
素材

證書
獎項

青少年足球賽事分析研
習（虛構）

北區草根足球教學聯盟（虛
構）

2024

獎項 | 青訓球員發展實
踐獎（虛構）

海風青訓足球學院（虛構）
2025