【術科測驗辦法】

壹、田徑

一、考試種類及百分比：

凡選擇田徑運動為專長的考生務必參加下列考試

(一) 專長項目測驗成績 40%（二）專長項目比賽成績 30%（三）個人綜合能力評量成績 30%

(1.體型評量 15% 2.潛能評量 15%)

二、考試內容及項目：

（一）專長項目測驗：(任選一項專長項目測驗)

1.男子：100M、200M、400M、800M、1500M、5000M、110MH、400MH、跳高、跳遠、三級跳遠、標槍、鉛球、鐵餅、鏈球、全能等 16 項。

2.女子：100M、200M、400M、800M、1500M、5000M、100MH、400MH、跳高、跳遠、三級跳遠、標槍、鉛球、鐵餅、鏈球、全能等 16 項。

（二）專長項目比賽成績：

考生 2 年內（以考試日為基準向前計算 2 年）參加全國性或國際正式比賽之個人專長項目最佳成績為其評分內容。

（三）個人綜合能力評量：

1.體型評量　2.潛能評量

三、考試方法：

（一）專長項目測驗：40%

1.考生依各人專長選擇 1 或 2 項參加測驗，以最佳紀錄項目為其成績。

2.凡選擇全能運動為專長之學生務必選擇全能項目中的跑、跳、擲各 1 項參加測驗，以三項測驗最佳成績之平均為其成績。

3.徑賽項目之測驗以試跑 1 次為限，田賽項目之試擲或試跳以 3 次為限。

4.徑賽項目之分道及分組，田賽項目測驗之試擲或試跳順序由主試人員排定，考生不得異議。

5.考生應穿著運動服，不得赤背，釘鞋及跳竿由考生自備。

6.其他規定則遵照中華民國田徑協會公佈之最新田徑規則辦理。

（二）專長項目比賽成績評分：30%

考生務必依規定於專長項目測驗前繳交 2 年內參加全國性或國際正式比賽之個人專長項目最佳成績證明或獎狀，否則不予受理。

（三）個人綜合能力評量：30%

1.體型評量：測量考生的身高與體重 2 項體型之評量。

2.潛能評量：

四、考試順序

（一）繳交個人專長項目比賽成績證明或獎狀：考生應依規定於專長項目測驗前繳交個人專長項目成績證明或獎狀。

（二）體型評量。

（三）潛能評量。

（四）專長項目測驗。

五、專長項目測驗計分方法

（一）依據最新版之 IAAF 國際田徑計分辦法給分。

（二）個人綜合能力評量之計分法

依體型、潛能各佔 15%之比例給分之。

（三）總成績計分法

總成績＝專長項目測驗成績（40%）＋專長項目比賽成績（30%）＋個人綜合能力評量成績（30%）

貳、射箭

術科考試成績計算方法（限反曲弓項目）：

一、術科測驗：50%

（一）測驗項目：70 公尺雙局 72 箭

（二）測驗時間：當日上午 9 至考結束

（三）成績計算如表 1

二、2 年內全國性比賽成績：20%

（一）提出兩次比賽的資格賽成績平均計算之

（二）成績計算如表 1

三、綜合能力評量：30%

（一）射型評量 15%

（一）潛能評量 15%

表 1 射箭術科測驗及射箭比賽成績計算表

全項總分	70 公尺雙局總分	得分	
		男	女
1320 以上	660 以上	100	—
1310	650	95	100
1300	640	90	95
1290	630	85	90
1280	620	80	85
1270	610	75	80
1260	600	70	75
1250	590	65	70
1240	580	60	65
1230	570	55	60
1220	560	50	55
1210	550	45	50
1200	540	40	45
1190	530	35	40
以下不予計分			

參、體操

一、項目

（一）男子競技體操項目：1.單槓 2.雙槓 3.地板 4.跳馬 5.吊環 6.鞍馬

（二）女子競技體操項目：1.高低槓 2.平衡木 3.地板 4.跳馬

（三）韻律體操:以當年度 FIG 韻律體操總會規定(繩、環、球、棒、帶)中的四個項目總分為為錄取依據。

（四）有氧體操:男單、女單、配對或三人組, 自選一套試做。

二、測驗說明：

（一）男女考生均應做各項之自選動作，除跳馬外其難度及基本數量的要求如下：

男生自選動作以國際體操規則第一競賽難度為準。

女生自選動作以國際體操規則第一競賽難度為準。

（二）跳馬之自選動作應做兩個不同種類的騰越，例如挺身騰越前手翻，或屈體前手翻與側手翻...等，並以兩種騰越之平均分數做為跳馬之成績。

（三）依照中華民國體操協會公佈之規則評分。

（四）以國際評分規則為主。

三、給分方法：

（一）以考生各項總和（男 6 項、女 4 項）平均計算成績：70%

（二）2 年內最優比賽成績證明：30%

給分辦法如下：

1.曾代表國家參加國際性比賽獲獎者加 100 分。

2.曾代表國家參加國際性比賽者 70 分。

3.獲全國中正杯錦標賽、全國（台灣區）運動會、全國（台灣區）中等學校運動會第 1 名者加 50 分。

4.獲全國中正杯錦標賽、全國（台灣區）運動會、全國（台灣區）中等學校運動會第 2、3 名者加 30 分。

5.獲全國中正杯錦標賽、全國（台灣區）運動會、全國（台灣區）中等學校運動會第 4、5、6 名者加 20 分。

【技擊運動技術系】

壹、跆拳道

一、考試種類及百分比

(一)技能測驗成績佔 40%(二)專長項目測驗成績佔 30%(三)2 年內最佳成績佔 30%

二、考試內容及項目

技能測驗：40%

（一）基本動作踢擊：20%

測驗說明：1、以空踢方式，每腳踢 3 到 5 次。

2、依前踢、旋踢、下壓、側踢、後踢、後旋踢、正拳。

評分方法：1、3 至 10 分：踢腿速度慢、姿勢不佳、重心不穩、動作欠協調。

2、11 至 20 分：踢腿速度快、姿勢正確、重心穩定、動作協調。

（二）連續動作踢擊：20%

測驗說明：1、以速度靶踢擊方式，每組動作踢 3 到 5 次。

2、由主試人員從下列動作中抽 2 至 3 組動作測驗。

（１）中端旋踢、旋踢、上端旋踢。

（２）旋踢、旋踢、前腳拉迴後踢。

（３）滑步旋踢、跑步旋踢、旋踢。

（４）滑步旋踢、(同腳）前腳旋踢、後腳下壓。

（５）滑步旋踢、旋踢、空中兩腳旋踢。

（６）旋踢、後退一步反擊旋踢、360 度轉身旋踢。

（７）滑步側踩、退一步反擊旋踢、空中兩腳旋踢。

（８）滑步旋踢、前腳反擊旋踢、360 度轉身下壓。

（９）反擊旋踢、旋踢、後旋踢。

（１０）前腳反擊旋踢、後腳旋踢、空中兩腳旋踢。

評分方法：1、3 至 10 分：踢腿速度慢、姿勢不佳、重心不佳、重心不穩、動作欠協調。

2、11 至 20 分：踢腿速度快、姿勢正確、重心穩定、動作協調。

專長項目測驗：30%

考生依據個人專長項目就下列（一）(二）項目擇一應考

(一)對練比賽：

測驗說明：由主試人員按考生體重分級抽籤對練，每組 2 回合，每 1 回合 2 分鐘。

評分方法：1. 8~20 分：動作不佳、速度及反應緩慢、力道不足、重心不穩、注意力不集中。

2. 21~30 分：動作正確、步伐移動靈活、反應敏捷、踢腿迅速有力、重心穩定、精神力集中。

(二)品勢測驗：

測驗說明：1.平原型為指定測驗型場。

2.由主試人員從太極五場至八場抽乙式型場測驗。

評分方法：1.8~20 分：動作不佳、平衡性不佳、速度及力道不足、速度及節奏控制不佳、精神表現不佳。

2.21~30 分：動作正確、平衡性佳、動作速度迅速有力、速度及節奏控制流暢、精神力集中。

比賽成績：30%

（一）測驗說明：考術科之當日，考生必需檢附應考該專長項目之最近 2 年內比賽成績證明或獎狀（晉昇一段(含)以上者需備升段證書）正本繳交之考試測驗主試人員。

（二）評分方法：1. 30 分：獲奧運、亞運會、世界、世界品勢、亞洲盃、亞洲品勢、世界青少年、亞洲青少年等正式錦標賽前 3 名。

2. 25 分：獲全國大專運動會甲組、總統盃、全國運動會、全國中等學校運動會、全國品勢錦標賽、國手選拔賽第 1 名。

3. 20 分：獲全國大專運動會甲組、總統盃、全國運動會、全國中等學校運動會、全國品勢錦標賽、國手選拔賽第 2 名。

4.15 分：獲全國大專運動會甲組、總統盃、全國運動會、全國中等學校運動會、全國品勢錦標賽、國手選拔賽第 3 名。

5.10 分：經全國跆拳道協會晉升一段（含）以上者。

貳、柔道

一、一分鐘相互攻擊訓練：20%

測驗說明：

（一）考生 2 人為 1 組，另一為被訓練者，一為訓練者，擔任訓練者，假設自己為訓練員 1 分鐘內以推、拉或身體移動旋轉之方式全力使被訓練者得意技作組合攻擊，使其技術得以協調發揮淋漓盡致，以期待到被訓練之效果。

（二）被訓練者全力以自己的得意技組合攻擊後，再測量其 10 秒中之心跳次數評分如表 22。

表 22　柔道被訓練者 10 秒心跳次數得分表

得分	100	95	85	75	65	60
10 秒心跳數	33 以上	32	31	30	29	28 以下

附註：甲、本測驗考生必須各擔任一次訓練者與被訓練者。

乙、本測驗只舉行 1 次。

二、移動聯攻測驗：40%

測驗說明：

（一）考生 2 人 1 組，在相互移動中將自己得意技動作，做一聯絡攻擊將自己得意技組合作前、後、左、右技術之配合，並以摔倒為原則，1 人至少攻擊 3 次至 5 次，將對手摔倒後，再交換另一人做聯絡攻擊。

（二）依動作之成熟性、協調性、連貫性來評分

附註：甲、本測驗考生必須各擔任 1 次攻擊者與防守者。

乙、本測驗只舉行 1 次。

三、比賽：40%

測驗說明：

（一）比賽規則：採用中華民國柔道協會審定公佈之最新比賽規則。

（二）比賽規則：男生 5 分鐘，女生 4 分鐘。

（三）依體重分級或抽籤排定比賽順序。

（四）採循環賽制度，如同一級考生只有 2 人以下時，則須與高一量級的考生比賽。

附註：以上男女項目相同。

參、武術

一、考試種類及百分比

（一） 專項體能成績：10%

（二） 專項套路成績：60%

（三） 3 年內最優比賽成績：30%

二、專項體能測驗：10%。

（一） 垂直跳測驗：5%

1. 測驗方法：垂直向上彈跳，測量腳離地高度，每人測量 3 次。

2. 給分標準：取最佳成績，給分標準如表 23。

表 23　垂直跳測驗給分標準表

男生	得分	女生
距離（公分）		距離（公分）
80 以上	10	55 以上
77 ~ 79	9	52 ~ 54
74 ~ 76	8	49 ~ 51
71 ~ 73	7	46 ~ 48
68 ~ 70	6	43 ~ 45
65 ~ 67	5	40 ~ 42
62 ~ 64	4	37 ~ 39
61 以下	3	36 以下

（二） 下肢柔軟度（坐姿體前彎）測驗：3%

1. 測驗方法：以坐姿體前彎測量器測量之，每人測量 3 次。

2. 給分標準：取最佳成績，給分標準如表 24。

表 24　下肢柔軟度測驗給分標準表

男生	得分	女生
距離（公分）		距離（公分）
50 以上	10	55 以上
47.5 ~ 50	9	52.5 ~ 55
45 ~ 47.5	8	50 ~ 52.5
42.5 ~ 45	7	47.5 ~ 50
40 ~ 42.5	6	45 ~ 47.5
37.5 ~ 40	5	42.5 ~ 45
35 ~ 37.5	4	40 ~ 42.5
34 以下	3	39 以下

（三） 折返跑測驗：2%

1. 測驗方法：30 公尺折返跑 6 次，測量所需時間，每人測量 1 次。

2. 給分標準：給分標準如表 25。

表 25　折返跑測驗給分標準表

男生	得	女生
速度（秒）	分	速度（秒）
33”49 以下	10	38”49 以下
33”50 ~ 34”49	9	38”50 ~ 39”49
34”50 ~ 35”49	8	39”50 ~ 40”49
35”50 ~ 36”49	7	40”50 ~ 41”49
36”50 ~ 37”49	6	41”50 ~ 42”49
37”50 ~ 38”49	5	42”50 ~ 43”49
38”50 ~ 39”49	4	43”50 ~ 44”49
39”50 以上	3	44”50 以上

三、專項套路測驗佔 60%

(一)測驗項目：

1. 太極項目：1. 自選太極拳 30% 2. 自選太極劍 30%
2. 長拳項目：1. 自選長拳 20% 2. 自選短兵(刀或劍) 20% 3. 自選長兵(棍或槍) 20%
3. 南拳項目：1. 自選南拳 20% 2. 自選南刀 20% 3. 自選南棍 20%

(二)測驗說明：

1. 各組考生均應演示 100 年全國運動會各組之競賽套路，依所演示套路與難度動作所得成績平均計算。
2. 依照中華民國國武術總會公佈之競賽規則評分。

四、3 年內最優比賽成績評分辦法佔 30%

（一） 3 年內(以考試日期為基準向前計算 3 年)曾參加國內外競技武術正式比賽，擇最優成績計算之。術科考試當天，以**獎狀正本**審核比賽成績，並繳交獎狀影本。

（二） 給分標準：

1. 曾代表國家參加國際性比賽（亞運、東亞運、世界錦標賽、亞洲錦標賽、亞青錦標賽）獲得前 3 名者加 20 分。
2. 曾代表國家參加國際性比賽（亞運、東亞運、世界錦標賽、亞洲錦標賽、亞青錦標賽）獲得 4、5、6 名者加 18 分。
3. 獲全國運動會、全國中正盃錦標賽、全國聯賽、全國中等運動會第 1 名者加 15 分。
4. 獲全國運動會、全國中正盃錦標賽、全國聯賽、全國中等運動會第 2 名者加 14 分。
5. 獲全國運動會、全國中正盃錦標賽、全國聯賽、全國中等運動會第 3 名者加 13 分。
6. 獲全國運動會、全國中正盃錦標賽、全國聯賽、全國中等運動會第 4、5、6 名者加 12 分。
7. 獲非屬 1-6 項賽事之全國武術比賽競技套路類第 1 名者加 10 分。
8. 獲非屬 1-6 項賽事之全國武術比賽競技套路類第 2 名者加 9 分。
9. 獲非屬 1-6 項賽事之全國武術比賽競技套路類第 3 名者加 8 分。

肆、射擊

一、術科測驗：依據國際射擊競賽規則習會測驗：60%。

（一） 測驗項目：可選擇雙不定向飛靶、不定向飛靶、定向飛靶、空氣手槍或空氣步槍項目測驗。

（二） 配分標準：如表 27。

表 27　射擊評量得分表

成績項目 / 配分	空氣手槍		空氣步槍		雙不定向飛靶		定向／不定向	
	男子組（60 發）	女子組（40 發）	男子組（60 發）	女子組（40 發）	男子組（150 發）	女子組（120 發）	男子組（75 發）	女子組（75 發）
100	581	388	589	395	138	108	72	70
98	580	387	588	394	137	107	71	69
96	578	386	586	393	136	106	70	68
94	574	384	584	392	134	105	69	67
92	572	382	582	391	132	104	68	66
90	570	380	580	390	130	103	67	65
88	568	378	578	388	128	102	66	64
86	566	376	576	386	126	101	65	63
84	564	374	574	384	124	100	64	62
82	562	372	572	382	122	98	63	61
80	560	370	570	380	120	96	62	60
78	558	368	568	378	118	94	61	59
76	556	366	566	376	116	92	60	58
74	554	364	564	374	114	90	59	57
72	552	362	562	372	112	88	58	56
70	550	360	560	370	110	86	57	55
68	548	358	558	368	108	84	56	54
66	546	356	556	366	106	82	55	53
64	544	354	554	364	104	80	54	52
62	542	352	552	362	102	78	53	51
60	540	350	550	360	100	76	52	50
49 以下	不予錄取							

二、專長項目比賽成績：20%。

(一)近三年內曾代表國家參加國際正式射擊錦標賽選手並獲個人前三名，得分 20 分。

(二)近三年內曾代表國家參加國際正式射擊錦標賽選手得分 15 分。

(三)近三年內曾獲全國性射擊錦標賽社會組Ａ級個人前 3 名選手，得分 15、12、10 分，擇優一

次為限。

(四)近三年內曾獲全國性射擊錦標賽高中組個人前 3 名選手，得分 6、4、2 分，得累計以 10 分為限。

(五) 以上四項，限擇優採用一項評分，獎狀正本於術科考試當天查核（繳交影本）或中華民國射擊協會核發之證明書，核算得分。

三、射型與潛能：20%。

（一） 由考試委員評分（包括射擊姿勢，動作的流暢及一致性）。

（二） 考生可提供往年參加比賽與訓練概況資料供考試委員評分參考。

四、考生注意事項：

（一） 凡考生術科未達最低錄取標準者，不予錄取。

（二） 考生須於測驗前 30 分鐘完成報到，並接受裝備檢查（各項器材、服裝等裝備，須符合射擊規則之規定）。

（三） 考生靶位：由考試官於考前抽籤決定。