

中央警察大學研究生、2 年制警技摔角檢測項目彙整表

107.01.15

學期	1. 學期檢測 成績參考	2. 體能檢測 學期成績 30%	3. 定時計次摔法檢測 學習門檻亦可為學期成績
一	1. 護身倒法 5 式 2. 搥臂功： 定步 3 式 活步 8 式	體能測驗： 1. 肩頸力 10% 2. 臂力 10%	40 秒（著跤衣）： 下把、上把釐、切左、右式。 檢測成績是否達 70 分？ (V、X)
二	1. 肘擊法： 演空 擊物 對打演練 2. 摔角上肢控制法 肘腕掌指控制	3. 腰腿力 10% 共計佔 學期成績 30% 任一項未達 70 分，應接受 「加強訓練」	40 秒（無跤衣）： 下把、上把釐、切、拉左、 右式。 檢測成績是否達 70 分？ (V、X)
三	1. 五拳對打 單作演空及對打 2. 警技摔角逮捕術 -拿摔、摔拿	(補訓)。 註：若患高血壓 可附證明申請 免測「勾頸」。	40 秒（無跤衣）： 下把、上把釐、切、拉、自 選左、右式。 檢測成績是否達 70 分？ (V、X)
四	選課旁聽		

中央警察大學 4 年制警技摔角檢測項目彙整表

107.01.15

學期	1. 學期檢測 成績參考	2. 體能檢測 學期成績 30%	3. 定時計次摔法檢測 學習門檻亦可為學期成績
一	1. 護身倒法 5 式 2. 跤拳套路左式	體能測驗： 1. 肩頸力 10% 2. 臂力 10% 3. 腰腿力 10% 共計佔 學期成績 30% 任一項未達 70 分，應接受 「加強訓練」 (補訓)。 註：若患高血壓 可附證明申請 免測「勾頸」。	無
二	1. 統一檢測護身倒法 5 式 2. 跤拳套路右式		60 秒(著跤衣)：下把、上把 斃、切、單臂揣左、右式。 是否達 70 分？(V、X)
三	1. 跤拳套路左右式		60 秒(著跤衣)：下把、上把 斃、切、拉、單臂揣”左、 右式。 是否達 70 分？(V、X)
四	1. 跤拳套路左右式 2. 搥臂功： 定步 3 式 活步 8 式		60 秒(著跤衣)：下把、上把 斃、切、拉、單臂揣、偏門 斃左、右式。是否達 70 分？ (V、X)
五	1. 跤拳套路左右式 2. 肘擊法： 演空 擊物 對打演練		60 秒(著跤衣)：下把、上把 斃、切、拉、單臂揣、偏門 斃、自選連攻法左、右式。 是否達 70 分？(V、X)
六	1. 跤拳套路左右式 2. 摔角上肢控制法 連環拿法或肘腕 掌指控制法		60 秒(無跤衣)：下把、上把 斃、切、拉、單臂揣、自選 連攻法左、右式。是否達 70 分？(V、X)
七	1. 跤拳套路左右式 2. 警技摔角逮捕術 -拿摔、摔拿		60 秒(無跤衣)：下把、上把 斃、切、拉、單臂揣、自選 連攻法左、右式。 是否達 70 分？(V、X)
八	選課旁聽		