

### 中央警察大學柔道檢測方式及標準(統一檢測)

項目 檢測時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
第 1 學年	頸部加強(勾頸) 及後方護身倒法	前撲撐身、臂力加 強、龍蝦運動	前迴轉倒法 (左、右)	障礙超越(男 二人、女一人)	大腰	過肩摔	大外割	大內割	袈裟壓制 及破解法	上四方壓制及 破解法

**評分標準：**

1. 頸部加強項目，勾頸需達三分鐘以上為合格。
2. 障礙超越項目，女生需超越一人、男生需超越二人為合格。
3. 立技動作均需操作連攻法十次，連續摔倒五次。
4. 壓制項目每一動作反覆各操作三次，含破解法，各壓制破解法自行選擇一種操作。
5. 檢測項目，每項 10 分，可補測 2 次，若仍未達 70 分者，應接受補訓 16 小時。

### 中央警察大學柔道檢測方式及標準(課堂檢測)

學制	學士班四年制	研究所一般生	學士班二年制及研究所在職生
<b>第 3 學期</b> (二年制及警職研究生第 1 學期)	「約定摔倒」—自選動作、授課教官指定動作(本學期講授)及寢技自選，共 3 種動作，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。	「約定摔倒」—自選動作、授課教官指定動作(本學期講授)及寢技自選，共 3 種動作，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。	「約定摔倒」—自選動作、授課教官指定動作(本學期講授)及寢技自選，共 3 種動作，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。
<b>第 4 學期</b> (二年制及警職研究生第 2 學期)	「約定摔倒」—自選動作、授課教官指定動作(本學期講授)及寢技自選，共 3 種動作，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。	「約定摔倒」—自選動作、授課教官指定動作(本學期講授)及寢技自選，共 3 種動作，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。	「約定摔倒」—自選動作、授課教官指定動作(本學期講授)及寢技自選，共 3 種動作，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。
<b>第 5 學期</b>	「約定摔倒」—自選動作 2 種及寢技自選 1 種，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。	「約定摔倒」—自選動作 2 種及寢技自選 1 種，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。	
<b>第 6 學期</b>	「約定摔倒」—自選動作 2 種及寢技自選 1 種，做為檢測項目。施術者與被摔者(不限同一人)同時站立於檢測地點後，於 30 秒以內完成每種動作，並由授課教官檢測之。		
<b>評分標準</b>	一、以動作正確性及熟練度評定檢測成績： 1.極差：0 分（動作錯誤） 2.不佳：30 至 60 分（動作不太正確） 3.尚可：61 至 75 分（動作尚可，不夠熟練者） 4.佳：76 至 89 分（動作正確且熟練） 5.優：90 至 100 分（動作正確熟練且反應敏捷）。 二、未滿 70 分者，可補測 2 次，若仍未達 70 分者，應接受補訓 16 小時。 三、課堂檢測須於體技課程結束當週於學務系統中完成輸入(各占 1/3)並列印繳交給教練組承辦人，以利辦理補訓事宜；學期成績則於課程結束後 2 週內完成上述成績事宜。		
<b>備註</b>	學士班二年制及研究所在職生未曾於警專修習柔道者，比照學士班四年制，於第一學年期末統一實施檢測，其檢測方式和評分標準，如「中央警察大學柔道基礎動作檢測評分表」。		

約定摔倒				
學期/分數	第 3 學期	第 4 學期	第 5 學期	第 6 學期
	(男/女)	(男/女)	(男/女)	(男/女)
30 - 60 分	8 次 / 5 次 以下	9 次 / 6 次 以下	10 次 / 7 次 以下	10 次 / 7 次 以下
60 - 69 分	9 次 / 6 次	10 次 / 7 次	11 次 / 8 次	11 次 / 8 次
70 分以上	10 次 / 7 次 以上	11 次 / 8 次	12 次 / 9 次	12 次 / 9 次
說明	評分需考量 4 面項核分：1. 次數。2. 正確性。3. 熟練度。4. 敏捷性			

寢技部分		
評量	分數	說明
極差	0	動作錯誤
差	30-60	動作不太正確
尚可	61-75	動作尚可，不夠熟練
佳	76-89	動作正確熟練
優	90-100	動作正確熟練且反應反應敏捷