

# 中華民國跆拳道協會晉段測驗項目表

中華民國 111 年 3 月 8 日訂定

項目 段別	足 技	品 勢	對 練	擊 破
<b>壹 段</b>	<p>一、原地踢擊：</p> <p>1-前抬腳(腿)</p> <p>2-前踢</p> <p>3-旋踢</p> <p>4-下壓</p> <p>5-側踢</p> <p>6-後踢</p> <p>7-後旋</p> <p>※左、右各三次。</p>	<p>一、指定品勢：</p> <p>太極八章。</p> <p>二、抽測品勢：</p> <p>太極一章至七章。(抽其1)</p>	<p>穿著護具對打 (依年齡身高 配對)</p>	<p>一、未滿十五足歲：</p> <p>原地踢擊速度靶：</p> <p>1-旋踢</p> <p>2-下壓踢</p> <p>3-後旋踢</p> <p>※左右腳每項各踢擊三次</p> <p>二、十五足歲(含)以上:(以當月份算)</p> <p>足技擊破組合板:</p> <p>1 前踢</p> <p>2 下壓踢</p> <p>3 側踢(用後腳踢擊) 擇一擊破</p>
<b>貳 段</b>	<p>1-旋踢(上端)+側踢</p> <p>2-旋踢(上端)+後踢</p> <p>3-下壓+後旋</p> <p>4-滑步旋踢+滑步下壓</p> <p>5-滑步側踢+後旋</p> <p>※左、右各三次。</p>	<p>一、指定品勢：</p> <p>太極八章 高麗</p> <p>二、抽測品勢：</p> <p>太極一章至七章。 (抽其1)</p>	<p>穿著護具對打 (依年齡身高 配對)</p>	<p>一、未滿十五足歲：</p> <p>踢擊速度靶：</p> <p>前進連續踢擊：</p> <p>旋踢+下壓踢+後旋踢。</p> <p>※前進踢擊二次迴旋踢擊二次</p> <p>二、十五足歲(含)以上:(以當月份算)</p> <p>足技擊破組合板:</p> <p>1-360度下壓踢</p> <p>2-後踢</p> <p>3-後旋踢</p> <p>※擇一擊破</p>
<b>參 段</b>	<p>1-空中兩腳+反擊旋踢</p> <p>2-空中兩腳+反擊後踢</p> <p>3-空中兩腳+反擊後旋</p> <p>4-空中兩腳+前腳反擊下壓</p> <p>※左、右各三次。</p>	<p>一、指定品勢：</p> <p>1-金剛</p> <p>2-太白</p> <p>二、抽測品勢：</p> <p>太極四章至八章。(抽其1)</p>	<p>穿著護具對打 (依年齡身高 配對)</p>	<p>一、未滿十五足歲：</p> <p>360度踢擊速度靶：</p> <p>1-下壓踢</p> <p>2-後踢</p> <p>3-後旋踢</p> <p>二、十五足歲(含)以上:(以當月份算)</p> <p>360度足技擊破組合板:</p> <p>1-下壓踢</p> <p>2-旋踢</p> <p>3-後踢</p> <p>4-後旋踢</p> <p>※擇一擊破</p>

項目 段別	足 技	品 勢	對 練	擊 破
肆 段	1-360 度下壓踢 2-360 度旋踢 3-360 度後踢 4-360 度後旋踢 ※各項足技前進踢擊 3 次 迴旋再前進踢擊 3 次	一、指定品勢： 1-太白 2-平原 二、抽測品勢： 太極六章至 金剛(抽其 1)	穿著護具對打 (依年齡身高 配對)	自選兩項 360 度連續跳踢擊 破木板各一張(動作可重複) 1-下壓踢 2-旋踢 3-後踢 4-後旋踢
伍 段	1-旋踢+360 度旋踢 2-旋踢+360 度下壓 3-空中兩腳+360 度後踢 4-空中兩腳+360 度後旋 ※各項足技前進踢擊 3 次 迴旋再前進踢擊 3 次	一、指定品勢： 1-平原 2-十進 二、抽測品勢： 太極八場 高麗 金剛 太白 (抽其 1)	穿著護具對打 (依年齡身高 配對)	自選兩項 360 度連續跳踢擊 破木板各一張(動作可重複) 1-下壓踢 2-旋踢 3-後踢 4-後旋踢
陸 段	1-滑步旋踢+360 度旋踢 2-滑步旋踢+360 度下壓 3-滑步旋踢+360 度後踢 4-滑步旋踢+360 度後旋	一、指定品勢： 1-十進 2-地貽 二、抽測品勢： 1-高麗 2-金剛 2-太白 3-平原 (抽其 1)	約束對打(依年 齡身高配對)	自選一項 360 度足技擊破木 板一張。 1-下壓踢 2-旋踢 3-後踢 4-後旋踢

<p style="text-align: center;"><b>柒 段</b></p>	<p style="text-align: center;">依國技院晉升高段辦法 實施</p>	<p>一、指定品勢： 1-地跆 2-天拳</p> <p>二、抽測品勢： 1-太白 2-平原 3-十進 (抽其1)</p>	<p>約束對打(依年 齡身高配對)</p>	<p>自選一項 360 度足技擊破木 板一張。</p> <p>1-下壓踢 2-旋踢 3-後踢 4-後旋踢</p>
<p style="text-align: center;"><b>捌 段</b></p>	<p style="text-align: center;">依國技院晉升高段辦法 實施</p>	<p>一、指定品勢： 1-漢水</p> <p>二、抽測品勢： 1-十進 2-地跆 3-天拳 (抽其1)</p>	<p>依國技院晉升 高段辦法實施</p>	<p>依國技院晉升高段辦法實施</p>
<p style="text-align: center;"><b>玖 段</b></p>	<p style="text-align: center;">依國技院晉升高段辦法 實施</p>	<p>一、指定品勢： 1-一如</p> <p>二、抽測品勢： 1-地跆 2-天拳 3-漢水 (抽其1)</p>	<p>依國技院晉升 高段辦法實施</p>	<p>依國技院晉升高段辦法實施</p>