

## 晉段動作及檢測說明

晉段之檢測項目共分為：單人動作、雙人動作、CAM 連續式動作、自編動作和比賽審核共四大項，說明如下。

### 一、單人動作

(一) 晉段單人動作依【難度】來分段。

(二) 晉段檢測動作名稱型式編號之分類：

A-拋、B-纏、C-扯、D-架、E-甩、F-勾、G-繞、H-輔助、I-雙鈴  
J-直立鈴之流水編號照冊。

(三) 晉段單人動作【A~H】歸類之依據：

■ 單一動作：一個動作型式即可完成，以核心動作分類，

例：八仙 180 度轉身(A)。

■ 複合式動作 1：二個動作組成，以主要呈現之型式為動作分類，

例：繞腳左右望月(D)、後迴龍(E)。

■ 複合式動作 2：三個以上動作組成以開頭型式為動作分類，

例：神龍擺尾(G)。

■ 複合式動作 3：【I】-皆歸類為雙鈴。【J】-皆歸類為直立鈴。

慣用手之分辨，以扯鈴轉向原理為判斷依據，用於加速扯鈴轉速的手為慣用手。右手慣用者，扯鈴向其左旋轉，左手慣用者，扯鈴向其右旋轉。

(四) 現場依該次申請之段位，採【抽測】5 項單人動作方式進行檢測。

(五) 晉段單人動作【晉段檢測動作標準和說明】詳如附件十一。

### 二、雙人動作

依難度來分段進行二人組合動作

■ 第一段：單鈴定點遠拋 6 公尺/1 次

■ 第二段：兩人雙鈴繞腳互拋 15/分鐘

■ 第三段：兩人雙鈴大鵬展翅並排互拋 15/分鐘

■ 第四段：兩人一體繞腳 15/分鐘

■ 第五段：兩人一體一線雙鈴 30/分鐘

■ 第六段：兩人三鈴互拋 15/分鐘

### 三、CAM 連續式動作

(一) 依級位及段位個人檢測動作難度，以連續不中斷地順暢完成指定操作內容。

(二) 依動作【難度】分為六段。

【段一式】：一段

【段二式】：二段

【段三式】：三段

【段四式】：四段

【段五式】：五段

【段六式】：六段

(三) 晉段【CAM 連續式動作表】詳如附件十二。

(四)抽測全級位 CAM 動作(檢測當天由檢測長公告級位 CAM 動作)。

四、自編動作和比賽審核(附上比賽成績影本或其他佐證)

(一)自編動作：

(一~二)段檢定受測者自編動作和組合能力，檢測員依下列標準認定之，達「合格」即為通過。

1. 須在規定時間內完成動作，不可配樂。
2. 失誤次數 3 次以內(含落鈴、纏線等)。
3. 動作之流暢、難易、多樣為認定之參考。
4. 晉段申請表須填寫動作之概要，每段自編動作須半數以上不同。

(二)比賽審核：(附上成績影本或其他佐證)

1. (三、四段)審核 2 年內參加地區性以上個人或雙人、團體賽 6 名內之成績。
2. (五段)審核 4 年內參加或指導全國性以上(含實施協會辦理之比賽)個人或雙人、團體賽 6 名內之成績。
3. (六段)審核 4 年內參加或指導國際性個人或雙人、團體賽 6 名內之成績。

備註：(1)團體賽指 4 人以上之組合；國際性比賽指國外參賽隊伍 4 隊以上。

(2)競速賽成績不列入審核

(3)晉段檢測所有項目【晉段檢測項目表】詳如附件十

## 晉段檢測項目表

測驗項目 段數	單人動作	雙人動作	CAM 連續動作	自編動作 比賽審核	備考
一段	抽測 5 項 指定動作 (檢測當天公告)	單鈴定點遠拋 6 公尺/1 次	1. 抽測級位 CAM (檢測當天公告) 2. 段一式	2.5~3 分鐘 實作	合格
二段	抽測 5 項 指定動作 (檢測當天公告)	兩人雙鈴繞腳 互拋 15/分鐘	1. 抽測級位 CAM (檢測當天公告) 2. 段二式	2.5~3 分鐘 實作	合格
三段	抽測 5 項 指定動作 (檢測當天公告)	兩人雙鈴大鵬 並排互拋 15 次/分鐘	1. 抽測級位 CAM (檢測當天公告) 2. 段三式	2 年內參加地區 性以上個人或雙 人、團體賽 6 名 內	未具備成績 者，需於報名 截止日起算 ，2 年內提出 證明
四段	抽測 5 項 指定動作 (檢測當天公告)	兩人一體繞腳 15 次/分鐘	1. 抽測級位 CAM (檢測當天公告) 2. 段四式	2 年內參加地區 性以上個人或雙 人、團體賽 6 名 內	
五段	抽測 5 項 指定動作 (檢測當天公告)	兩人一體 一線雙鈴 30 次/分鐘	1. 抽測級位 CAM (檢測當天公告) 2. 段五式	4 年內參加或指 導全國性以上個 人或雙人、團體 賽 6 名內	未具備成績 者，需於報名 截止日起算 ，4 年內提出 證明
六段	抽測 5 項 指定動作 (檢測當天公告)	兩人三鈴互拋 15 次/分鐘	1. 抽測級位 CAM (檢測當天公告) 2. 段六式	4 年內參加或指 導國際性個人或 雙人、團體賽 6 名內(國外隊伍 4 隊以上)	未具備成績 者，需於報名 截止日起算 ，4 年內提出 證明
七段	依榮譽段標準頒予				
八段					
九段					

(版權所有；本扯鈴級段檢定制非經高雄市扯鈴協會授權或同意，請勿自行實施或增刪)

