

## 內政部役政署替代役基礎訓練成績評比規定

內政部役政署 93 年 3 月 30 日役署甄字第 0930007189 號函  
內政部役政署 97 年 4 月 21 日役署訓字第 0975002370 號函修正  
內政部役政署 97 年 12 月 30 日役署訓字第 0975007493 號函修正  
內政部役政署 98 年 4 月 1 日役署訓字第 0985002292 號函修正  
內政部役政署 100 年 10 月 5 日役署訓字第 1005009218 號函修正  
內政部役政署 103 年 3 月 14 日役署訓字第 1035002094 號函修正  
內政部役政署 106 年 3 月 3 日役署訓字第 1065002131 號函修正

壹、依據：依一般替代役役男訓練服勤管理辦法第 7 條辦理。

貳、目的：為激勵受訓役男認真學習，培養團隊紀律，奠定良好服勤基礎，爰訂立本規定。

參、評比對象：替代役基礎訓練期間受訓役男。

肆、評比方式：採期末測驗、生活考評獎懲紀錄等 2 種方式。

一、期末測驗成績占 90%。

二、生活考評獎懲紀錄成績占 10%。

伍、評比範圍與要領：

一、期末測驗成績：區分學科測驗與術科測驗 2 項。

(一) 學科測驗：占成績 50%；以替代役法令等專業課程為主，由授課講座提供考題，採筆試方式，全部受訓役男統一於教室集中施測。

(二) 術科測驗：占成績 40%；區分體能測驗及徒手基本教練等 2 項測驗。

1、體能測驗：占成績 15%，以 3,000 公尺徒手跑步測驗為原則，若患有痼疾無法受測 3,000 公尺徒手跑步者，經檢附相關醫

療證明或體檢資料驗證確認後，得依役男意願自主選擇「仰臥起坐」、「伏地挺身」或「單槓引體向上」其中 1 個測驗項目替代，各測驗項目成績計算標準如下：

(1) 3,000 公尺徒手跑步測驗，以中隊為單位，採不脫隊方式實施測驗，依測驗場地不同區分：

①介壽台及營舍周邊跑步：

甲、20 分鐘內跑完全程者為合格，以 100 分採計。

乙、落後中隊未超過 1 圈，且於 23 分鐘內完成全程者，以 80 分採計。

丙、完成鑑測場地 1 圈，但未跑完全程或落後距離超過中隊 1 圈者，為不合格，以 60 分採計。

丁、未完成鑑測場地 1 圈且落後距離超過中隊 1 圈者，為不合格，以 50 分採計。

②環繞營區越野跑步：

甲、20 分鐘內跑完全程者為合格，以 100 分採計。

乙、23 分鐘內完成全程者，以 80 分採計。

丙、24 分鐘後至 40 分鐘內完成全程者，為不合格，以 60 分採計。

丁、未跑完全程或測驗時間超過 40 分鐘者，為不合格，

以 50 分採計。

(2) 仰臥起坐測驗：

①測驗時間：1 分鐘。

②動作要求標準：

甲、受測者平躺於力波墊或草地上，雙手虎口扶住耳朵下方，五指朝上貼於臉上。

乙、雙腳屈膝角度小於 90 度，兩腳張開約與肩同寬。

丙、操作時受測者屈起上身，以雙手肘觸及雙膝或大腿，上身回復仰臥姿勢時必須雙肩觸及地面，始完成 1 次動作。

③計分標準：

甲、操作未達 15 次為不合格，以 50 分採計。

乙、操作達 15 次未達 30 次，以 60 分採計。

丙、操作達 30 次未達 35 次，以 80 分採計。

丁、操作達 35 次以上，以 100 分採計。

(3) 伏地挺身測驗：

①測驗時間：1 分鐘。

②動作要求標準：

甲、2 手俯撐地面，身體保持挺直，手指朝前，雙腿後伸

約與肩同寬，手肘撐直身體姿勢保持不動。

乙、雙肘彎曲，反覆屈伸，兩膝不得觸地，以正確姿勢完成之次數即為其成績。

③計分標準：

甲、操作未達 15 次為不合格，以 50 分採計。

乙、操作達 15 次未達 30 次，以 60 分採計。

丙、操作達 30 次未達 45 次，以 80 分採計。

丁、操作達 45 次，以 100 分採計。

(4) 單槓引體向上測驗：

①測驗時間：1 分鐘。

②動作要求標準：

甲、預備姿勢：正握單槓，雙手約與肩同寬，懸垂直臂，2 腳不可觸地。

乙、單槓引體向上至下顎超過橫槓上計為 1 次；回復預備姿勢，雙手伸直後始可繼續引體向上。

丙、注意事項：

(甲) 握槓直臂懸垂預備，聞令操作，未經口令藉上跳之勢引體向上不計次。

(乙) 下顎未過槓或貼於槓上不計次。

(丙) 恢復懸垂直臂再次上拉，違者不計次。

(丁) 藉擺振、蹬、踢助動引體不計次。

③計分標準：

甲、操作未達 1 次為不合格，以 50 分採計。

乙、操作 1 次以上未達 3 次，以 60 分採計。

丙、操作 3 次以上未達 8 次，以 80 分採計。

丁、操作 8 次以上，以 100 分採計。

(5) 如遇天候不佳狀況，致結訓典禮前 2 日仍無法於室外實施測驗時，該中隊體能測驗得以仰臥起坐或伏地挺身測驗項目替代，由役男自主擇一受測。

2、徒手基本教練：占成績 25%；以中隊為單位，由各中隊值星區隊長或分隊長對各分隊實施立正、稍息、停止間轉法等操作。其評分標準：

(1) 儀態端正、著裝整齊、精神飽滿者占 40 分。

(2) 動作未影響整體分隊操作之整齊性者占 30 分。

(3) 能依口令完成各項操作且動作正確者占 30 分。

3、若因故請假或正當事由，致未參加期末測驗者，得由班本部訂定適當時間、地點實施術科及學科測驗補測，請各中隊對役男多加宣導，受測期間內勿隨意辦理請假；期末測驗（含

學、術科測驗補測) 未參加者，其成績評比核算為：

- (1) 未參加學科測驗者以 0 分計。
- (2) 未參加術科測驗者每項以 40 分採計。

4、各中隊接受術科測驗人員，應配合各項術科「測驗評分表」格式，於受測前 1 日將受測役男名單填妥，併同各項術科「未能受測人員表」，依排定之測驗行程、項目與地點，將測驗評分表、未能受測人員表交於鑑測官進行測驗評比。

二、生活考評獎懲紀錄：占總評比成績之 10%；依各役男實際獎懲紀錄予以加減分，役男評比基準分數為 5 分。

- (一) 每記功 1 次加 3 分、每嘉獎 1 次加 1 分、榮譽假每 2 小時加 0.5 分（榮譽假 1 天加 2 分）；加分以 5 分為限。
- (二) 受記過者每 1 次扣減 3 分、受禁足 1 天扣減 2 分、禁足半天或申誡者均扣減 1 分、受罰勤者每 2 小時扣減 0.5 分（罰勤 1 天扣減 2 分）；扣減分數以 5 分為限。

陸、評比時間及地點：

- 一、期末測驗：相關測驗時間、地點、試卷與鑑測人員編組，統由替代役訓練班（簡稱班本部）律定。
- 二、生活考評獎懲紀錄：於訓練成績結果核算時，由各中隊併同核算。

柒、評比結果處理：

- 一、期末測驗結束後（含學、術科補測）次日，各中隊應依「評比成績科目分配標準表」，核算學科測驗成績、術科測驗成績、生活考評獎懲紀錄成績，完成「中隊訓練成績結果表」連同獎懲紀錄統計表與簽陳影本、鑑測通知及意願書及役男休假期名冊送繳班本部留存備查。
- 二、擔任總隊值星之協助中隊，應負責彙整完成該梯次「各中隊第 1 名名單」，送班本部辦理。
- 三、接訓中隊有 2 位以上役男分數相同，並列第 1 名時，以學科成績高者為優先，若學科成績相同，依序以基本教練成績、生活考評獎懲紀錄(成績相同時，比較生活考評加扣分紀錄)評定名次，當所有比序成績相同時，則並列第 1 名。

**捌**、本規定如有未盡事宜，得經核定後修正補充之。

附表：替代役基礎訓練成績評比項目分配標準表、替代役基礎訓練體能測驗成績標準表、痼疾人員無法受測 3,000 公尺徒手跑步者替代項目申請表及鑑測通知及意願書。

內政部役政署替代役基礎訓練成績評比項目配分標準表

類比	術科		學科	生活考評獎懲紀錄
百分比	40%		50%	10%
項目	基本教練	體能測驗	專業課程	生活考評獎懲紀錄
配分	25	15	50	10
評比要領	各中隊值星區隊長或分隊長對各分隊實施立正、稍息、停止間轉法等操作。	以 3,000 公尺徒手跑步測驗為原則，若患有痼疾無法受測 3,000 公尺徒手跑步者，經檢附相關醫療證明或體檢資料驗證確認後，得依役男意願自主選擇「仰臥起坐」、「伏地挺身」或「單槓引體向上」其中 1 個測驗項目替代。	以替代役法令等專業課程為主，由授課講座提供考題，採筆試方式，全部受訓役男統一集中於教室施測。	依各役男受訓期間實際之生活考評獎懲紀錄予以加減分， <u>役男評比基準分數為 5 分</u> 。
評分標準	<p>1、依徒手基本教練測驗評分表核分。</p> <p>2、評比成績以 80 分為基準，依役男表現優劣向上加 5 分，向下減 3 分，若超過此限，請註明原因，<u>未測驗者以 40 分計算</u>。</p> <p>3、配分標準分 17.325 至 19.125 分，總分不得低於 6.75 分。</p>	<p>1、3,000 公尺徒手跑步測驗，以中隊為單位，採不脫隊方式實施測驗，依測驗場地不同區分：</p> <p>(1)介壽台及營舍周邊跑步：</p> <p>①20 分鐘內跑完全程者為合格，以 100 分採計。</p> <p>②落後中隊未超過 1 圈，且於 23 分鐘內完成全程者，以 <u>80</u> 分採計。</p> <p>③完成鑑測場地 1 圈，但未跑完全程或落後超過中隊 1 圈者，為不合格，以 <u>60</u> 分採計。</p> <p>④未完成鑑測場地 1 圈且落後超過中隊 1 圈者，為不合格，以 <u>50</u> 分採計。</p> <p>(2)環繞營區越野跑步：</p> <p>①20 分鐘內跑完全程者為合格，以 100 分採計。</p> <p>②23 分鐘內完成全程者，以 <u>80</u> 分採計。</p> <p>③23 分鐘後至 40 分鐘內完成全程者，為不合格，以 <u>60</u> 分採計。</p> <p>④未跑完全程或測驗時間超過 40 分鐘者，為不合格，以 <u>50</u> 分採計。</p> <p>2、仰臥起坐測驗：</p> <p>(1)測驗時間：1 分鐘。</p> <p>(2)動作要求標準：</p> <p>①受測者平躺於力波墊或草地上，雙手虎口扶住耳朵下方，五指朝上貼於臉上。</p> <p>②雙腳屈膝角度小於 90 度，兩腳張開約與肩同寬。</p> <p>③操作時受測者屈起上身，以雙手肘觸及雙膝或大腿，上身回復仰臥姿勢時必須雙肩觸及地面，始完成 1 次動作。</p> <p>(3)計分標準：</p> <p>①操作未達 15 次為不合格，以 <u>50</u> 分採計。</p> <p>②操作達 15 次未達 30 次，以 <u>60</u> 分採計。</p> <p>③操作達 30 次未達 35 次，以 <u>80</u> 分採計。</p> <p>④操作達 35 次以上，以 100 分採計。</p> <p>3、伏地挺身測驗：</p> <p>(1)測驗時間：1 分鐘。</p> <p>(2)動作要求標準：</p> <p>①2 手俯撐地面，身體保持挺直，手指朝前，雙腿後伸約與肩同寬，手肘撐直身體姿勢保持不動。</p> <p>②雙肘彎曲，反覆屈伸，兩膝不得觸地，以正確姿勢完成之次數即為其成績。</p>	<p>以測驗分數列計，未測驗者以 0 分計算。</p>	<p>1、每記功 1 次加 3 分、每嘉獎 1 次加 1 分、榮譽假每 2 小時加 0.5 分（榮譽假 1 天加 2 分）；加分以 <u>5</u> 分為限。</p> <p>2、受記過者每 1 次扣減 3 分、受禁足 1 天扣減 2 分、禁足半天或申誡者均扣減 1 分、受罰勤者每 2 小時扣減 0.5 分（罰勤 1 天扣減 2 分）；扣減分數以 <u>5</u> 分為限。</p>

內政部役政署替代役基礎訓練成績評比項目配分標準表

		<p>(3)計分標準：                  ①操作未達 15 次為不合格，以 <u>50</u> 分採計。                  ②操作達 15 次未達 30 次，以 <u>60</u> 分採計。                  ③操作達 30 次未達 45 次，以 <u>80</u> 分採計。                  ④操作達 45 次，以 100 分採計。</p> <p>4、單槓引體向上測驗：                  (1)測驗時間：1 分鐘。                  (2)動作要求標準：                  ①預備姿勢：正握單槓，雙手約與肩同寬，懸垂直臂，2 腳不可觸地。                  ②單槓引體向上至下顎超過橫槓上計為 1 次；回復預備姿勢，雙手伸直後始可繼續引體向上。                  ③注意事項：                  甲、握槓直臂懸垂預備，聞令操作，未經口令藉上跳之勢引體向上不計次。                  乙、下顎未過槓或貼於槓上不計次。                  丙、恢復懸垂直臂再次上拉，違者不計次。                  丁、藉擺振、蹬、踢助動引體不計次。                  (3)計分標準：                  ①操作未達 1 次為不合格，以 <u>50</u> 分採計。                  ②操作 1 次以上未達 3 次，以 <u>60</u> 分採計。                  ③操作 3 次以上未達 8 次，以 <u>80</u> 分採計。                  ④操作 8 次以上，以 100 分採計。</p> <p>5、<u>未測驗者以 40 分計算</u></p>		
<p>備考</p>	<p>一、依據一般替代役役男訓練服勤管理辦法第 7 條規定：需用機關辦理一般替代役役男服勤單位分發，應將基礎訓練成績列入分發成績；其所占比例不得低於分發成績計算基準之 40%。</p> <p>二、未參加各項測驗者其成績評比為：未參加學科測驗者以 0 分計；未參加術科測驗者每項以 <u>40</u> 分採計。</p> <p>三、若因故請假或正當事由，致未參加期末測驗者，得由班本部訂定適當時間、地點實施術科及學科測驗補測。</p> <p>四、如遇天候不佳狀況，致結訓典禮前 2 日仍無法於室外實施測驗時，該中隊體能測驗得以仰臥起坐或伏地挺身測驗項目替代，由役男自主擇一受測。</p> <p>五、接訓中隊有 2 位以上役男分數相同，併列第 1 名時，以學科成績高者為優先，若學科成績相同，依序以<u>基本教練成績、生活考評獎懲紀錄(成績相同時，比較生活考評加扣分紀錄)</u>評定名次，當所有比序成績相同時，則併列第 1 名。</p>			

內政部役政署替代役基礎訓練體能測驗成績標準表

分數	1 分鐘 仰臥起坐 (次數)	1 分鐘 伏地挺身 (次數)	1 分鐘 單槓 引體向上 (次數)	3,000 徒手公尺	備 考
50	未達 15 次	未達 15 次	未達 1 次	1、鑑測場地為介壽台及營舍周邊跑步： (1)20 分鐘內跑完全程者為合格，以 100 分採計。 (2) 落後中隊未超過 1 圈，且於 23 分鐘內完成全程者，以 80 分採計。 (3) 完成鑑測場地 1 圈，但未跑完全程或落後超過中隊 1 圈者，為不合格，以 60 分採計。 (4) 未完成鑑測場地 1 圈且落後超過中隊 1 圈者，為不合格，以 50 分採計。 2、鑑測場地為環繞營區越野跑步： (1)20 分鐘內跑完全程者為合格，以 100 分採計。 (2) 23 分鐘內完成全程者，以 80 分採計。 (3) 23 分鐘後至 40 分鐘內完成全程者，為不合格，以 60 分採計。 (4) 未跑完全程或測驗時間超過 40 分鐘者，為不合格，以 50 分採計。	未測驗者以 40 分計算。
60	達 15 次 未達 30 次	達 15 次 未達 30 次	1 次以上 未達 3 次		
80	達 30 次 未達 35 次	達 30 次 未達 45 次	3 次以上 未達 8 次		
100	達 35 次	達 45 次	8 次以上		

內政部役政署替代役基礎訓練痼疾人員  
無法受測 3,000 公尺徒手跑步者替代項目申請表

梯次：

單位：

學號：

姓名：

痼疾原因(與證明相符)：

替代鑑測項目：

項目	替代項目勾選	役男本人簽名 (確認測驗項目不影響身體健康狀況)
1 分鐘仰臥起坐		
1 分鐘伏地挺身		
1 分鐘單槓引體向上		

備註：受訓役男得依痼疾原因及自身身體狀況，與家長取得聯繫，瞭解其替代項目種類，並自行勾選替代項目，由訓練班依其醫療證明或體檢資料驗證後排定期末測驗時程。

訓練業務承辦人簽章：

中隊長簽章：

## 內政部役政署替代役基礎訓練期末鑑測通知及意願書

- 一、依據一般替代役役男訓練服勤管理辦法第 7 條規定：需用機關辦理一般替代役役男服勤單位分發，應將基礎訓練成績列入分發成績；其所占比例不得低於分發成績計算基準之 40%。
- 二、本(\_\_\_\_\_)梯次基礎訓練期末鑑測訂於\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日，本署替代役訓練班僅就測驗日程及項目通知役男本人或家屬，請視役男本人之健康因素及特殊狀況，表達是否參加本署替代役訓練班辦理期末鑑測之意願，倘於測驗日前 1 日未收到您的回復，視同參加測驗或補測，補測得由替代役訓練班訂定適當時間、地點辦理。

### 三、測驗項目意願：

- |            |                             |                             |
|------------|-----------------------------|-----------------------------|
| (一) 學科測驗   | 參加 <input type="checkbox"/> | 放棄 <input type="checkbox"/> |
| (二) 基本教練測驗 | 參加 <input type="checkbox"/> | 放棄 <input type="checkbox"/> |
| (三) 體能測驗   | 參加 <input type="checkbox"/> | 放棄 <input type="checkbox"/> |

此致

內政部役政署替代役訓練班

具結人：(簽章)

身分證字號：

訓練處所主管：(中隊長核章)

中華民國 年 月 日