

## 2020年度長拳技能検定(3～6級)実施要綱

2020. 1. 24

公益社団法人日本武術太極拳連盟

**実施期間；2020年4月1日～2021年3月31日**

級	受験資格 (学習歴)	実施主体	技能検定員	受験料	登録料
6級	3ヶ月以上	①都道府県連盟 (単独) ②複数都道府県連盟 (合同) ③ブロック	6級～4級はC級以上1名、普及以上 2名。 3級は、B級以上1名C級以上2名。 各審査員グループは3名で実施する。	24歳以下	1,500円
5級	3ヶ月以上			1,500円	1,500円
4級	3ヶ月以上			25歳以上	1,500円
3級	6ヶ月以上			24歳以下 2,000円 25歳以上 4,000円	2,000円

### ・級位資格を所有していない場合（新規受験）について

新規受験者は、6級、5級、4級、3級のいずれかを受験申請することができる。いずれも飛び級受験ができる。ただし、飛び級受験の場合は、下位級の試験内容も同時に受験しなければならない。この場合、上位級が合格判定であっても、その下の級が不合格判定であれば、さらにその下の級の合格級をもって合格級位とする（例；4級を受験し、4級が合格判定であっても5級試験科目が不合格判定の場合で、6級試験科目が合格判定であれば判定級位は6級となる）。5級を受験申請し、5級は合格判定、6級の試験科目が不合格判定であれば、級位は与えない。

### ・級位所有者の昇級受験について

現在6級～4級を所有する人は、昇級のための受験に際しては、**受験級の申請登録用紙に必ず現級の証書番号（証書に印字されている9桁の番号）を明記すること。**

現在所有している級位の2つ以上の上位級を受験する場合（飛び級）は、現在所有している級位と受験申請した級位の間級位の試験内容も同時に受験しなければならない。6級を有している人が4級を受験申請した場合は、同時に5級の試験内容も受験しなければならない。この場合、上位級が合格判定であっても、その下の級が不合格判定であれば、さらにその下の級の合格級をもって合格級位とする（例；6級を所有している人が、4級を受験し、4級が合格判定であっても5級が不合格判定の場合、級位は変わらない。）

・6～4級の合格者には「証書」を、3級合格者には「証書」と象徴物として「ピンバッジ」を付与する。

・認定された級位は、今後昇級・昇段しない限り終身称号とし、更新手続きを要しない。

各級の試験項目と合否判定基準

段級	套路試験		基本功試験	
	内容	判定基準	内容	判定基準
6級	カンフー体操 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・套路が通せる</li> <li>・発声が正しい</li> </ul>	抱拳礼(姿勢) 返事	<ul style="list-style-type: none"> <li>・抱拳礼が正しくできる</li> <li>・姿勢が正しい</li> <li>・返事がはっきりできる</li> </ul>
5級	カンフー体操 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・套路が通せる</li> <li>・発声が正しい</li> </ul>	抱拳礼(姿勢) 返事 手型、手法(衝拳、推掌、抱拳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・抱拳礼が正しくできる</li> <li>・姿勢が正しい</li> <li>・返事がはっきりできる</li> <li>・手型の名称、形が区別できる</li> </ul>
4級	入門長拳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・套路が通せる</li> <li>・発声が正しい</li> </ul>	転頭 歩型(弓歩、馬歩、仆歩、虚歩、歇歩)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・転頭の動作を理解している</li> <li>・歩型の名称、形が区別できる</li> </ul>
3級	カンフー体操 1、2 入門長拳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ぐらつかない</li> <li>・背筋が伸びている</li> <li>・つかえずスムーズに通せる</li> <li>・動作と目線が合っている</li> <li>・きびきびと動作を行っている</li> <li>・大きな声で動作と合った発声をしている</li> <li>・各歩型が区別できる</li> <li>・手型、手法、腿法がおおむねできている</li> </ul>	手法組合(衝拳－挑掌－亮掌－勾手－抱拳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手型、手法が正しい</li> <li>・力点が明確である</li> <li>・動作がきびきびと行われている</li> </ul>
			腿法全体の要求	<ul style="list-style-type: none"> <li>・姿勢が正しい</li> <li>・軸足が曲がらない</li> <li>・軸足のかか上が上がらない</li> <li>・正しい方向にけりあげている</li> </ul>
			腿法(正踢腿、側踢腿、斜踢腿)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けりあげた足の足首が曲がっている</li> <li>・けりあげた足のひざが伸びている</li> </ul>
			腿法(弾腿)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・膝を曲げてからけている</li> <li>・つま先に力が達している</li> </ul>
			腿法(拍脚)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・つま先が伸びている</li> <li>・足の甲をたたいている</li> <li>・音が出ている</li> <li>・けりあげた足のひざが伸びている</li> </ul>
			弓歩衝拳	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手型、手法が正しい</li> <li>・歩型、歩法が正しい</li> <li>・姿勢が正しい</li> <li>・力が力点に到達している</li> <li>・上下の協調性がある</li> </ul>

## 長拳技能検定実施方式

### タイムスケジュールと要領

開催都道府県連と受験者の負担減のため、事前講習を含めて 1 日で終了する。このほかに各都道府県で独自に事前講習会等を計画、実施することはさしつかえない。

以下に例として全体のタイムスケジュールを示すが、受験者数や会場の都合等で多少の変動があってもよい。

- |       |         |   |
|-------|---------|---|
| 9:30  | 受付      | ・受験料徴収は事前に済ませておく。   |
| 10:00 | 事前講習    | ・6～4 級と 3 級の 2 グループに分けて行う。<br>・合格基準に達するよう技術指導を行うとともに、試験の方式を理解させるよう指導する。<br>・受験しない一般愛好者も、別途講習料を支払い、受講可能とする。但し、受験人数が多い場合は受験者を優先する場合がある。事前に確認すること。 |
| 12:00 | 昼食、休憩   |   |
| 13:00 | 開会、試験   | ・試験に先立ち、抱拳礼、諸注意、出場順発表を行う。出場順は別途張り出して確認できるようにしておくとい。   |
|       |         | ・試験は 6 級、5 級、4 級、3 級の順で行い、5～3 級の基本功試験は級の中で 2～5 名を 1 グループとし、グループごとに演技を行う。すべての級とも基本功試験全グループ終了後、套路試験は 1 名ずつ演技を行う。                                  |
|       |         | ・試験には進行係をおく。受験者数によって複数名いてもよい。進行係は合否判定には関与しない。   |
|       |         | ・待機中の受験者、終了した受験者が進行中の受験者を見学するのは基本的に許可しない。会場の都合で別室で行えない場合は、なるべく離して待機させ、会話をつつむよう指導する。   |
|       |         | ・下位級(4 級以下)の基本功試験は、進行係が示範や口頭で指導しながらでも演技ができればよいものとする。  |
|       |         | ・套路試験は、受験者が忘却等で中止や退場してしまった場合、2 回までやり直しを認める。   |
| 16:30 | 合格発表、閉会 | ・試験が終わったら着替えや片付けをさせ、検定員はその間に合否を決定する。<br>・再度集合の後、講評(検定員の代表 1 名)、合格発表、合格者の登録料納付についての連絡をし、抱拳礼をもって終了する。   |

### 検定審査員

1 審査グループにつき、6 級～4 級は C 級以上 1 名、普及以上 2 名、3 級は、B 級以上 1 名 C 級以上 2 名、各審査員グループ 計 3 名で実施する。

### 検定の実施方式

以下に各級検定の実施方式を示すが、これはあくまでも一例であり、参加人数や会場の状況によりこの通りに実施できない場合もあると思われる。具体的には、各審査員グループの中に「主任審査員」1 名を定める。「主任審査員」が技術的な責任者となり、検定のすすめ方等の指示を出す。

\* 例；受験者が 60 名を超えた場合は套路試験は 6 級～4 級は 5 人一組。3 級は 3 人一組。  
基本功試験は 5 人以上一組。

6 級：

- 1) 進行係が 1 名ずつ名前を呼び、受験者はそれに対して「はい」と返事をする。続いて検定員に向かって抱拳礼をし(検定員の代表が返礼)、入場する。これをもって基本功試験とする。
- 2) 受験者は入場し終わったら、カンフー体操 1 を演技する。
- 3) その後、抱拳礼をして退場。

5 級：

基本功試験

- 1) 受験者は 6 級と同様に抱拳礼の試験をして入場。
- 2) 1 グループ全員が入場し終わったら進行係が号令をかけ、衝拳を行う。「用意」で足を左右に開いて抱拳、「1」で右衝拳、「2」で左衝拳…の要領で回数は適宜行う。「なおい」で抱拳にもどり、続いて手を下に下ろす。
- 3) 推掌も同様に行う。
- 4) 終了後、抱拳礼をして退場。

套路試験

- 1) 受験者は名前を呼ばれたら抱拳礼をして入場。

- 2) 入場後、カンフー体操 2 を演技。
- 3) 終了後、抱拳礼をして退場。

4 級:

基本功試験

- 1) 受験者は名前を呼ばれたら抱拳礼をして 1 名ずつ入場。
- 2) 1 グループ全員が入場し終わったら進行係が号令をかけ、転頭を行う。「用意」で足を左右に開いて手を腰にあて、「1」で右へ転頭、「2」で左へ転頭…の要領で回数は適宜行う。「なおれ」で正面を向く。
- 3) 各歩型の試験を行う。進行係が「馬歩になってください。」「用意、はい」と声をかけ、適宜「やめ」の合図でやめさせる。五歩型とも同様に行う。
- 4) 終了後、抱拳礼をして退場。

套路試験

- 1) 受験者は名前を呼ばれたら抱拳礼をして入場。
- 2) 入場後、入門長拳を演技。
- 3) 終了後、抱拳礼をして退場。

3 級:

基本功試験

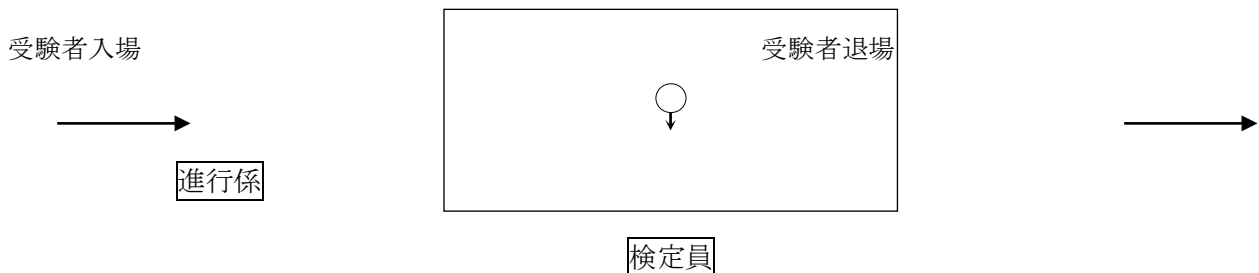
- 1) 受験者は名前を呼ばれたら抱拳礼をして 1 名ずつ入場。まず横一列に並ぶ。
- 2) 進行係の合図により手法組合を行う。「用意」から、「1」で抱拳、「2」で衝拳、「3」で挑掌、「4」で亮掌、「5」で勾手、「6」で抱拳にもどる。回数は適宜行い、「なおれ」で手を下に下ろす。
- 3) 隊形を変え、検定員に対して横向きに並び、腿法試験を行う。「用意」で左右に推掌し、「1、2…」の合図で正踢腿で進む。回数は適宜行い、同様に他の腿法も行う。
- 4) 弓歩衝拳を行う。「用意」で抱拳、「1」で半馬歩、「2」で弓歩衝拳のやり方で進む。回数は適宜行う。
- 5) 終了後、抱拳礼をして退場。

套路試験

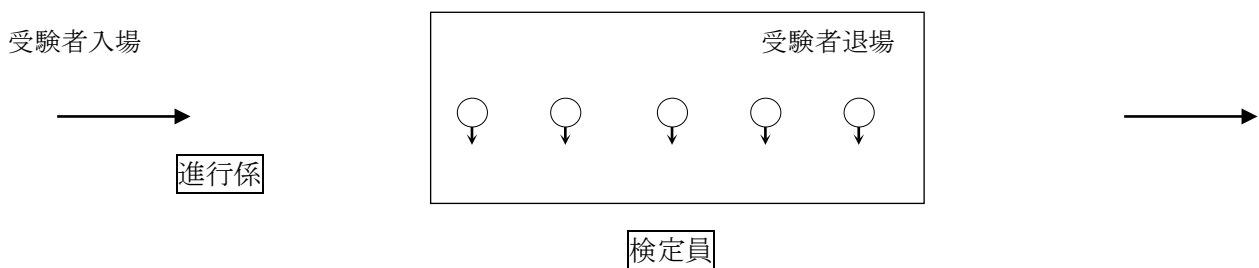
- 1) 受験者は名前を呼ばれたら抱拳礼をして入場。
- 2) 入場後、カンフー体操 1、2、入門長拳を演技。1 套路ずつ区切っても、続けて行ってもよい。
- 3) 終了後、抱拳礼をして退場。

試験位置図

① 套路試験(6~3 級) 入退場は会場により、逆になってもよい。



② 基本功試験 6~4 級/3 級(手法組合) 入退場は会場により、逆になってもよい。



③ 基本功試験(3 級腿法、弓歩衝拳) 会場により、逆から始めてもよい。

