

令和6年度全国高等学校総合体育大会少林寺拳法競技
(第51回全国高等学校少林寺拳法大会)
【佐賀県佐賀市開催】

予選競技Ⅱについて(案)

少林寺拳法の技法は、その実践性から、前後左右順逆や攻者の状況に応じて対応することが原則であるが、この予選競技Ⅱでは、出場者全員が同じ規定科目をする中で、しっかりとした武的要素が伴う演武であるかどうかを審査する。また、各科目の連反攻の部分では、技の運用度を確認するため、極めと連反攻は必ず行うこととする。

1 防具着用について

(1) 次の防具(①～④)を着用して演武を行う。

- ①「少林寺拳法ボディプロテクター」(2重構造のもの)
- ②「少林寺拳法公認ヘッドガード」
- ③「少林寺拳法公認拳サポーター」
- ④「少林寺拳法ファールカップ」(2重構造のもの・男子のみ)

(2) 欠陥や故障状態にあるものを装着しての出場は認めない。

2 連反攻について

- (1) 剛法に限る。(規定技から柔法に連絡する構成は不可とする。)
- (2) 上段への加撃は前面への直線の突き(直突、熊手突、裏拳突、裏手打、手刀切)のみとし、曲線の突き(振突、鉤突、裏拳打等)による加撃は禁止とする。
- (3) 上段への加撃はすべて寸止めとする。
- (4) 蹴りについては、中段への加撃のみ可とする。ただし、膝蹴は禁止とする。
- (5) 足払い、刈足、投げ、押倒等の、床面に倒すことを意図したものは禁止とする。

3 規定科目について

	科目名		資格：拳系	選手A	選手B
1 構成目	燕返	連反攻	1級：白蓮拳	攻者	守者
2 構成目	蹴天三	連反攻	1級：天王拳	守者	攻者
3 構成目	上受突(表)	連反攻	6級：仁王拳	攻者	守者
4 構成目	横轉身蹴	連反攻	2級：三合拳	守者	攻者
5 構成目	払受蹴	連反攻	1級：三合拳	攻者	守者
6 構成目	外受突(裏)	連反攻	4級：仁王拳	守者	攻者

※各構成とも、攻者・守者の構えについて左右前の限定はしない。

※攻守の順序を間違えた場合(同じ選手が攻者を2度続ける)は、総合点より10点減点とする。

4 各科目の評価の観点

【1 構成目】 燕返 【開構】

攻者：中段構えより、上段逆突。

守者：待気構えより、順の手で内受、手刀切、逆の手で中段逆突。

※段反撃から中段突までの間は適切な間で行う。

ア、攻者の踏み込み(適切な間合い)と逆突の肩腰の入り

イ、千鳥入身からの内受・手刀の段反撃と中段逆突による極め

ウ、連反攻への連絡変化

エ、安定した体勢と残心

【2構成目】 蹴天三 【開構】

攻者：中段構えより、上段順突、中段逆突、中段廻蹴の三連攻。

＊三連目の蹴は直蹴ではなく廻蹴とする。

＊スピードを強調し過ぎ、肩腰の入っていない三連攻では加点しない。ただし、肩腰の入りを強調するあまり、突きや蹴りの間が不自然に間延びするものは同じく加点しない。

＊相手の蹴反撃をわざと当てるような動きは加点しない。

守者：一字構えより、上受、同時受、十字受を行い、中段順蹴。

＊反撃は直蹴又は廻蹴とする。

＊タイミング良く受け・反撃を行い、蹴り返しを相手に当てる。

ア、攻者の踏み込み（適切な間合い）と三連攻（順突・逆突・廻蹴）の肩腰の入り

イ、後千鳥からの上受、同時受での引き身、十字受での体軸の安定と蹴りによる極め

ウ、連反攻への連絡変化

エ、安定した体勢と残心

【3構成目】 上受突（表）【対構】

攻者：中段構えより、逆拳で手刀打。

守者：一字構えより、差替入身より上受、順の手で中段突、上受を行った手で熊手突。

＊熊手突の形を正しく行う。

ア、攻者の踏み込み（適切な間合い）と手刀打ちの肩腰の入り

イ、差替入身と中段突による極め、適切な間合い（少し相手に寄って）からの熊手突と、その肩腰の入り（後足・膝の絞り）

ウ、連反攻への連絡変化

エ、安定した体勢と残心

【4構成目】 横轉身蹴 【対構】

攻者：一字構えより、中段逆蹴。

守者：中段構えより、順手で打払受（握拳）、順足で蹴込み。

＊打払受時の逆拳については、胸前にあっても外受であってもどちらでも良い。

ア、攻者の踏み込み（適切な間合い）と逆蹴

イ、適切な間合いになる横轉身と打払受からの蹴りによる極め

ウ、連反攻への連絡変化

エ、安定した体勢と残心

【5構成目】 払受蹴 【開構】

攻者：一字構えより、差込廻蹴。

守者：一字構えより、鉤足になり（打）払受、中段へ蹴込。

＊タイミング良く受け・反撃を行い、蹴り返しを相手に当てる。

ア、攻者の差し込み（適切な間合い）と差込廻蹴

イ、相手の攻撃線をかかわした（打）払受と蹴りによる極め

ウ、連反攻への連絡変化

エ、安定した体勢と残心

【6構成目】 外受突 【対構】

攻者：中段構えより、上段逆突。

守者：一字構えより、逆の手で外受、順の手で中段直突。

ア、攻者の踏み込み（適切な間合い）と逆突の肩腰の入り

イ、相手の攻撃線をかかわした外受と突きによる極め

ウ、連反攻への連絡変化

エ、安定した体勢と残心

＊指導者の皆さまへ

- (1) 各科目のポイントを観点別にまとめておりますが、その観点のみを強調するあまり、不自然な間や動き（技の流れが悪いブツ切りの演武）にならないよう、また、連反攻部分までを過度に作り込んだ結果、故意に胴をあけたり動きを止めたりなどして、極めを演出する（受けられるのにあえて蹴らせる）ような動きにならないよう、指導に際してはご注意ください。
- (2) 令和４年度の大会において、規則として明文化していなかった形での連反攻への連絡変化が見られ、審査の混乱もあったことから、「**２ 連反攻について**」において、次の２点を明確にしました。
- ①「拳サポーター」を着用することにより正確に技が掛けにくい点を考慮して規定技から「柔法」を除外した経緯があり、また、着胴の状態では床面に倒された場合の安全面への配慮から、連反攻は剛法のみ可とし、規定技から柔法に連絡する構成は不可とする。
- ②同じく安全面への配慮から、床面に倒すことを意図した連反攻は、すべて禁止事項とする。
- また、従前より禁止事項としている「上段への曲線の突きによる加撃」は、直接打撃があったかどうかに関わらず「失格」事案となりますので、指導に際してはご注意ください。
- (3) 従前より「法形」「演武」「運用法」の修練をバランスよく行うことを心がけていただいているとは思いますが、防具を着用した修練を日常的に行い、安全性の面から選手が防具の正確な着用に精通するようご指導ください。
- 特にヘッドガードの着用時において、次のような安全性が損なわれている状況が見受けられますので、ご注意ください。

《例１》

長髪の選手の髪型が不適切である（髪を上部でまとめている等）ために、ヘッドガード上部（後部）が頭部と密着しておらず、ずれる可能性がある。

➡大会規則「第４章 競技方法 第１５条 服装等（７）～頭髮（後髪）についてはゼッケンにかからない」に抵触しないよう上部でまとめていると思われるので、髪をヘッドガード下部より出してもゼッケンにかからない長さとし、規則に則った形で正確に着用できるよう指導する。



＜結び目がベルトの内側になっている例＞
※頭部を固定するベルト部分が浮いているため不適。いわゆる「だんご」状にまとめた場合だと浮きは大きくなり、さらに危険度は増す。



＜結び目が正しい位置になっている例＞
※結び目がベルトに干渉しない位置でまとめる。ただし、写真はこの状態で髪の毛がゼッケンにかかる位置となるため不適。

《例２》

前面が曇り、演武中の視界を妨げている。

➡曇り止めの処置が不十分であることが原因であるので、大会前より丁寧に何度も処置を行うよう指導する。

- (4) 令和４年度の大会においては、生じた減点・失格事案の多くが新しく導入した「連反攻」部分においてではなく、「規定技」の部分においてでした。構えや布陣が違うという程度ではなく、技そのものが誤っている場合も見られましたので、繰り返しになりますが、日ごろの修練において、「法形」「演武」「運用法」をバランスよく行うことを心がけていただきますようお願いいたします。

以上