

【表－１】 出場資格 ※条件として示す年齢は 2021 年度末（2022 年 3 月末）時点での年齢とする

No.	種目	全国大会 種目	全中大会 種目	演武内容	出場資格
1	一般男子マスターズの部	○		自由	・ 2021 年度内に両名とも 45 才以上となる男性。 ・ 武階不問。男女混合は今回に限り不可。
2	一般女子マスターズの部	○		自由	・ 2021 年度内に両名とも 35 才以上となる女性。 ・ 武階不問。
3	一般男子五段以上の部	○		科目指定	・ 2021 年度内に 16 才以上の者。 ・ 男女混合は認めない。 ・ 中学生以下は、出場不可。
4	一般男子三段、四段の部	○		科目指定	
5	一般男子初段、二段の部	○		科目指定	
6	一般男子級拳士の部			自由	
7	一般女子三段以上の部	○		科目指定	
8	一般女子初段、二段の部	○		科目指定	
9	一般女子級拳士の部			自由	
10	女子護身技法の部	○		指定あり	・ 2021 年度内に 16 才以上の有段者。中学生以下は出場不可。
11	中学生男子の部	○	○	自由	・ 義務教育としての中学校に在籍する者。 ・ 全国大会種目としては男女の場合は男子の部。 ・ 全中大会種目としては男女混合は不可。
12	中学生女子の部	○	○	自由	・ 武階、学年、年齢は不問。 ・ 中学生と小学生の組み合わせは認めない。
13	小学生の部 A	○		自由	・ 4 年生以上同士またはどちらかが 4 年生以上の小学生。 ・ 武階、性別は不問。小学生以外は出場不可。
14	小学生の部 B	○		自由	・ 3 年生以下の小学生。 ・ 武階、性別は不問。小学生以外は出場不可。
15	幼児の部			自由	・ 未就学児同士。 ・ 武階、性別は不問。
16	家族の部	○		一部指定 あり	・ 家族であれば組み合わせは全て可とする。 （親子、夫婦、祖父母と孫、兄弟姉妹の組合せ等）
17	マイシードの部	○		自由	※別に定める。
18	中学生団体の部		○	自由	・ 中学生で 6 名か 8 名で組む。（補欠 2 名登録可） ・ 武階、年齢は不問。中学生以外の構成は不可。 ・ 男女混合は不可。男子のみ、女子のみの構成。
19	男子・女子運用法の部	○		---	・ 初段以上で 2021 年度内に 16 才以上の者。男女混成は不可。 ・ 組演武に出場していること。
20	男子単演の部			自由	・ 高校生以上の男性。 ・ 武階は不問。
21	女子単演の部			自由	・ 高校生以上の女性。 ・ 武階は不問。
22	中学生単演の部		○	自由	・ 中学生の男女。 ・ 武階は不問。
23	小学生単演の部 A			規定 ※初段は自由	・ 4 年生以上の男女。 ・ 武階は不問。
24	小学生単演の部 B			規定	・ 3 年生以下の男女。未就学児も出場可。 ・ 武階は不問。
25	修練発表の部			自由	・ 武階、年齢、性別、団体演武は不可。
26	論文の部	○		---	・ 小学生 5 年生以上の者。（上限年齢制限なし） ・ 他の種目との重複出場を認める。

細則

1. 全種目に適用する事項

- (1) 出場資格は、【表－１】に定める通りとする。
- (2) 出場者は、一般財団法人少林寺拳法連盟会員規程に基づく義務を果たしていること。
 - ・ 2021 年度現役会員であること。(参加申し込み時点で登録が完了していること。)
- (3) 少林寺拳法競技規則、少林寺拳法審判規則に基づき実施する。
 - ・ 2018～2021 年度考試員審判員講習会資料を十分に確認すること。
 - ・ 少年部・中学生で禁止されている受身、武階相当技、禁止技、攻撃技等。
- (4) 出場種目は組演武種目を複数兼ねての出場及び団体演武種目を複数兼ねての出場は認めない。
- (5) 演武者・運用法実施者の組合せは、県内であれば所属（支部、少林寺拳法部、拳友会）は不問とする。
- (6) 修練発表の部・マイシードの部を除き、三人掛けは不可。
- (7) 有段者の種目の使用技は、次の通りとする。
 - ・ 武階の異なる拳士と組む場合を含めて、各々の武階に応じた範囲までとする。例) 三段の拳士が二段の拳士と組む場合
三段の拳士が守者の際は、三段で習得する科目（四段科目）まで。
二段の拳士が守者の際は、二段で習得する科目（三段科目）まで。
※ 攻撃については、守者の使用する科目に合わせ、武階に関する制限はない。
※ 六段科目「羅漢圧法」の単独技としての使用は不可。
- (8) 服装、防具、武器等について
 - ・ 服装は「服装規定」に準じる。なお規定に違反した場合は失格とする。
 - ・ 相手または自身に危険を及ぼすようなものは、一切身に付けてはならない。
 - ※ メガネ、ハードコンタクト、金属・プラ製等の髪留め、装飾品（ネックレス、指輪、イヤリング等）
 - ※ 髪留めはゴム製のみ。
 - ※ やむを得ずメガネ等の着用の必要がある場合は、別途上申書を提出する。
 - ・ 負傷箇所の保護目的以外のサポーター、テーピングは使用禁止。（出場時コートで主審に申し出る。）
 - ・ 胴の使用は認める。（少林寺拳法連盟公認防具のみ）
 - ・ 法器、武器は使用禁止。
- (9) 出場申込時の資格（武階）に関する特別処置について（全国大会及び全中大会種目のみに適用）
 - ・ 全国大会種目出場及び全中大会種目出場において、下記の場合は、その取得見込の資格での出場申込及び出場を認める。
 - ※ 全国大会種目出場は 7 月 16 日（金）までに昇級昇格が見込まれる場合。
 - ※ 全中大会種目出場は 6 月 18 日（金）までに昇級昇格が見込まれる場合。
 - ・ 取得見込の資格で認められる技で構成された演武を行うことを認める。
 - ※ 取得見込の資格に 7 月 16 日（金）及び 6 月 18 日（金）の時点で達していない場合は全国大会及び全中大会の出場を認めない。
 - ※ 現資格と取得見込の資格で帯の色が異なる場合には、現資格に応じた帯で出場する。
 - ※ 県大会参加申込書の資格欄には丸カッコをつけて記入のこと。 例：（初段）
 - ※ 全国大会及び全中大会種目以外は申し込み後から県大会までに昇級昇格しても参加申込時の資格で出場する。
- (10) 大会実施における新型コロナウイルス感染症予防対策について
 - ・ 会場内ではマスク着用のこと。
 - ・ マスクは不織布製の白色とする。
 - ・ 演武中もマスク着用とし、有聲の気合は無しとする。ただし、気合が出た場合の減点はしない。
 - ・ 演武開始時及び終了時のコートへの出入り時には、手指のアルコール消毒を行うこと。

2. 男女の組による組演武に適用する事項

- (1) 「女子護身技法の部」について
- すべての構成において、男性が攻撃を仕掛けていくのに対して女性が守者となり最後の極めを行う。女性の反撃から男女の攻守が入れ替わりながらの攻防は可とするが、男性の極めが生じた場合は15点減点とする。
- ※出場者は規定内容チェックシートを確認、提出する。
- (2) 「中学生男子の部」について **(全中大会種目は男女混合は不可)**
- 男性同士の組、男女の組ともに、攻者、守者の指定、極めの指定は無し。

3. 武階が指定されている種目に適用する事項

- (1) 異なる武階組合せの許容範囲について
- 武階が指定されている種目については、指定の武階の拳士と組み、該当する種目に出場することを原則とするが、次表に限り、異なる武階の組み合わせを認める。

種目	組み合わせ
一般男子五段以上の部	・ 両者五段以上であれば武階の差は不問。 ・ 五段と四段の組み合わせのみ認める。(下位は四段まで) ・ 四段と組む場合の武階差は1階級まで。(例：六段と四段は不可)
一般男子三段、四段の部	・ 両者同じ武階、または三段と四段の組み合わせとする。 ・ 三段と二段の組み合わせのみ認める。(下位は二段まで) ・ 武階差は1階級まで。(例：四段と二段は不可)
一般男子初段、二段の部 一般女子初段、二段の部	・ 両者同じ武階、または初段と二段の組み合わせとする。 ・ 初段と1級の組み合わせのみ認める。(下位は1級まで) ・ 武階差は1階級まで。(例：二段と1級は不可)
一般女子三段以上の部	・ 両者三段以上であれば武階の差は不問。 ・ 三段と二段の組み合わせのみ認める。(下位は二段まで) ・ 二段と組む場合の武階差は1階級まで。(例：四段と二段は不可)
一般男子級拳士の部 一般女子級拳士の部	・ 両者級拳士(見習含む)であれば武階及び武階の差は不問。
女子護身技法の部	・ 両者有段者であれば武階の差は不問。 ・ 初段と1級の組み合わせのみ認める。(下位は1級まで)

4. 科目指定組演武に適用する事項

- (1) 対象種目について
- 「一般男子五段以上の部」「一般男子三段、四段の部」「一般男子初段、二段の部」
- 「一般女子三段以上の部」「一般女子初段、二段の部」
- (2) 規定内容について
- 指定された科目(3技)を使用することを条件とする。
 - ※出場者は規定内容チェックシートを確認、提出する。
 - 6構成のうち3構成は、**【表-2】**指定された科目を構成の始めに使用することを必須条件とする。
 - 指定科目の後の連反攻は(する、しないも含めて)自由とする。
 - 但し、五花拳の科目に限り、「始め、途中、終わり」のいずれの段階で使用しても可とする。
 - 指定科目の後の連反攻は(する、しないも含めて)自由とする。
 - ※指定された3技を全て使用していない場合は条件を充たしていないものとする。
 - 指定された科目(五花拳を除く)を構成の始めで使用していない場合、失格(授賞対象外)とする。
- (採点、点数の表示のみとする。)
- ※指定された科目であっても、守者の科目として資格外科目であれば、10点減点となる。
- (一般男子初段、二段の部の初段拳士と組んで出場した1級拳士が指定科目のうち、二段科目の守者を行った場合は資格外科目の使用として10点減点とする。)

【表－２】指定科目一覧

種目	指定科目（拳系／資格）	備考
一般男子五段以上の部	押門投外（五花拳／五段科目） 裏投（羅漢拳／四段科目） 半月返（白蓮拳／三段科目）	半月返の守者は乱構から開始することを条件とする。
一般男子三段、四段の部	片手投切返（龍華拳／四段科目） 三日月返（白蓮拳／三段科目） 押受投（五花拳／四段科目）	三日月返の守者は待気構から開始することを条件とする。 また、連反攻における「刈足」の使用の有無は条件としない。
一般男子初段、二段の部	逆轉身蹴（三合拳／初段科目） 対天一（天王拳／二段科目） 逆蹴地三（地王拳／初段科目）	逆轉身蹴の守者は八相構から開始することを条件とする。
一般女子三段以上の部	逆袖巻（羅漢拳／四段科目） 上受投（五花拳／二段科目） 払受地二（地王拳／二段科目）	
一般女子初段、二段の部	龍投（龍華拳／二段科目） 諸手輪拔（龍王拳／初段科目） 巻落（羅漢拳／二段科目）	

（３）構成上の留意点について

- ・使用する指定された科目について、応用・変化は可とするが、紛らわしいもの、科目として不十分なもの、科目の範疇を逸脱するものについては、その度合いに応じて、その構成の技術度、または表現度「構成・リズム・節度」にて評価する。
- ・時間稼ぎと思われる残心（不必要・不自然な陣形変更・移動など）については、表現度「構成・リズム・節度」における評価対象とする。

※他の演武でも同様であるが、構成上の制約がある科目指定演武では特に注意する。

（４）科目指定演武における規定運用について

- ・開始時の構えについて

科目表の記載と違う構えから開始しても可とする。但し、逆轉身蹴、三日月返、半月返は開始時の構えを科目表の記載内容通りとすることを条件とし、異なる構えから開始した場合は不可・失格となる。

- ・可否の基準（原則）について

指定された科目（五花拳を除く）の前に別の攻防があると見なされた場合は失格となる。

①柔法の科目に適用（五花拳の科目を除く）

柔法において、牽制としての攻撃に対して「技に取りかかる前の払いと二連までの反撃」を行い、一旦間合いを取った上で改めて指定された科目（柔法）を行った場合は牽制とそれに対する払いとして可とする。

但し、牽制の範囲を逸脱した攻防や技に取りかかる前の払いと二連まで反撃以外の動きと見なされた場合は失格となる。

例）指定科目が逆袖巻の場合、以下の攻防は不可・失格。

攻者：袖を握る前に、廻蹴を行い、袖を掴む 守者：払受をしたところの袖を掴まれ、逆袖巻を行う

※相手の攻撃を払って（２連攻までの反撃可）、一旦間合いを取った上で、改めて袖を掴み技に取りかかるのは可。

②剛法に適用

科目表に定められている攻撃より攻防を始める。科目表に定められているものと違う攻撃より始め、別の攻防があると見なされた場合、別の科目がされたと見なされた場合は失格、不正確な技であると見なされた場合は該当する審査項目における評価に反映される。

③五花拳の科目に適用

(該当種目・科目…「一般男子五段以上の部」：押門投外、「一般男子三段、四段の部」：押受投、
「一般女子三段以上の部」：上受投)

五花拳の科目は、「始め、途中、終わり」のいずれの段階で使用しても可とする。指定科目の後の連反攻は（する、しないも含めて）自由とする。

また、応用・変化は可とするが、あくまでも五花拳の特徴を踏まえて、剛法攻撃に対して指定された科目を行う。
剛法攻撃以外から指定科目を行ったとみなされた場合は失格、攻者による攻撃が不正確な技であると見なされた場合は、該当する審査項目における評価に反映される。

(5) 指定科目の注意点について

2021 年少林寺拳法全国大会 in Tokyo の【出場申込及び大会出場に関する確認事項 別紙資料「科目指定組演武」における指定科目の注意点について】を確認し修練に取り組むこと。

(2020 年考試・審判員講習会 参考資料にも掲載)

5. 「宙で回転する受身」に適用する事項

(1) 「一般マスターズの部（男子、女子）」「中学生の部（男子、女子、団体）」「小学生の部 A」について

- ・「宙で回転する受身」を禁止とする。
- ・「宙で回転する受身」を使用した場合は 15 点減点。
- ・「一本背投」「肩車」に対して大車輪を用いて両足で着地する受身は使用可。

(2) 上記 (1) 以外の各種目について

- ・「宙で回転する受身」について、減点対象となる事項を設ける。

受身が不十分で危険を伴う内容とみなされた場合は総合点より 5 点減点とする。

また、攻防に適合していない(守者の体捌き、並びに技の成立条件が不十分な状態で自ら無理に飛ぶ)「宙で回転する受身」は該当する構成の技術度の採点より、各審判員が 1 点減点とする。

- ・体の側面から落下している、背中、臀部から落下しているものなどは受身が不十分とみなす。
- ・受身が不十分であると疑義が生じた場合は、該当コートの審判員の協議を行う。
- ・攻防に適合していない（自ら無理に飛ぶ）「宙で回転する受身」は各審判員の判断による。

6. 団体演武に適用する事項について

(1) 原則、団体 1 組あたり 1 名か 2 名の補欠申し込みをする。

補欠は、大会当日までに正規出場者が何らかの理由（傷病等）により出場できなくなった場合のみ交代を認める。
補欠が出場する場合は、出場組の所属長より、速やかに競技担当へ E-Mail で連絡する。口頭連絡は受け付けない。
なお、8 名でエントリーしているところ、大会当日までに 2 名取消をして 6 名で演武することは認める。

(2) 使用技は、出場する拳士の最上位資格者（武階）が使用できる技までとする。

(3) 演武構成

- ・ 1 構成目と 6 構成目は単独演武、2～5 構成目は二人一組での組演武を以て編成する。

この条件に合わないとはみなされた場合は総合点から 10 点減点される。

- ・ 団体演武で用いる単独演武は、以下の単演基本法形より選択し、一方向のみ行う。

天地拳第一～六系、義和拳第一、二系、龍王拳第一、三系、逆小手単演、紅卍拳、白蓮拳第一系

- ・ 各構成の動きは各組が同一の動きを行う。各組が違う動きをしているとはみなされた場合は総合点から 10 点減点される。

7. 単演の部に適用する事項

(1) 「男子単演の部」、「女子単演の部」、「中学生単演の部」について

- ・資格別に指定された以下の単演基本法形または、習得科目から六つ（重複不可）を選択して構成する。

※ 有段者

天地拳第一～六系、義和拳第一、二系、龍王拳第一系、逆小手単演、紅卍拳、白蓮拳第一系

※ 1級～3級拳士（逆小手単演は前指固と裏固のいずれでも可）

天地拳第一～六系、義和拳第一、二系、龍王拳第一系、逆小手単演、白蓮拳第一系

※ 4級～見習拳士

天地拳第一～四系、義和拳第一、二系、龍王拳第一系、逆小手単演

(2) 「小学生単演の部A」、「小学生単演の部B」について

- ・演武内容は、全日本少年少女武道（少林寺拳法）練成大会の規定演武とし、演武時間の計測は行わない。
ただし、少年部初段の拳士は以下の単演基本法形または、習得科目から六つ（重複不可）を選択して構成する。

※天地拳第一～六系、義和拳第一、二系、龍王拳第一系、逆小手単演、紅卍拳、白蓮拳第一系

8. 小学生の部A・Bに適用する事項

- (1) 原則、同じ武階の拳士と組むこと。武階の異なる拳士と組む場合、武階の近い拳士同士で組むことが望ましい。
- (2) 演武内容は、自由組演武とする。演武時間は1分～1分30秒以内とする。
ただし、小学生の部Bに限り、時間の不足に対する減点は行わない。
- (3) 少年部初段の拳士が使用できる技は、一般初段の習得科目（二段科目）までとする。

9. 家族の部に適用する事項

(1) 組に中学生以下の拳士が含まれる場合

- ・演武時間は1分～1分30秒以内とする。
- ・少年部禁止技は使用不可とする。
- ・組の一方が高校生以上の場合、全ての構成において剛法、柔法問わず、中学生以下の者が技の極め、固めを行う。
また、中学生以下の者に対する逆技（極め、固め、投げ）は構成全体で禁止する。
- ・違反の場合は少年部禁止技と同様に総合点より15点減点とする。
- ・中学生以下同士の組は、技の極め、固めは自由とする。

(2) 上記以外の場合

- ・演武時間は1分30秒～2分以内
- ・家族であれば組み合わせは全て可とする。（親子、夫婦、祖父母と孫、兄弟姉妹、など）

10. 運用法に適用する事項

(1) 2名1組で申し込むこと。（レフリーの出場はなし。大会審判員にて審判を行う。）

(2) 防具については下記の通り。

上段 少林寺拳法連盟公認ヘッドガード（黒または赤）

中段 少林寺拳法連盟公認ボディプロテクター

下段 ファールカップ【男子のみ】（メーカー、仕様不問）

※道衣（下）の内側に着用する。

手 少林寺拳法連盟公認拳サポーター



(3) 実施方法について

全国大会運用法実施要領に準じて行う。

攻者、守者に分けて、それぞれ1分30秒（ランニングタイム）づつ行う。

※ 評価方法は、攻撃や反撃をとにかく極めるといったポイント制をみるのではなく、双方の攻防の

動き、技の習得度、防御から反撃への足捌き、体捌きや技を体系的に練り上げているか（戦術の修得度）など、また特に礼儀作法（審判、相手に対するマナー）を重視する。

以上、拳（技術）と禅（心）の両面で審査する。

1 1. マイシードの部について

（1）参加資格

- ・ 一般財団法人少林寺拳法連盟会員規程に基づく義務を果たしていること。（現役会員）
- ・ 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付、または医師より障がいの診断を受けている者。
 - ※ 障がい及び度合は不問。
 - ※ 年齢、性別は不問。
- ・ 引率責任者が終始同伴できること。（開会式等の整列時や演武実施時のコート待機も含む）

（2）演武内容

- ・ 単独演武、組演武のいずれも認める。（団体演武は不可とする。）
 - ※ 組演武においては、健常者との組み合わせを認める。
 - ※ 介護者同伴の演武を認める。
 - ※ 三人掛けも認める。
 - ※ 演武に際し、車いす・杖等の補助器具の使用を認める。
 - ※ 武器・法器の使用は認めない。
- ・ 演武は発表のみとし、計時・採点・点数表示は行わない。

（3）参加資格の確認

- ・ 大会事務局より所属長に参加資格を確認する。

（4）注意

- ・ 本種目の対象者であっても、他種目への出場は妨げない。
- ・ 会場の大きさや来場者数の多さ等、特殊な環境要因によって発作等を引き起こす危険がある場合は大会参加の是非を慎重に判断すること。
- ・ 発作等の症状によって救急病院での診察・治療も想定し、健康保険証等、治療に要するものを携行すること。

1 2. 論文の部について

（1）テーマ

- A 少林寺拳法を通じての仲間づくり
- B 少林寺拳法を始めてからの自分の変化について
- C 少林寺拳法の“人づくり”が社会の役に立った（立てる）と感じた瞬間
- D コロナ禍に際して、拳士としてとるべき行動とそのための修行の在り方

- ・ 内容は、少林寺拳法 修練または社会での実践活動に基づく結果（事実・出来事）からの評価、研究または考察であること。（仮説 だけで終始することは認めない。）

（2）申込要領

- ・ 上記A～Dの中から、ひとつテーマを選択しテーマに基づいて作文（弁論発表できる文言で執筆）し5月31日（必着）までに大会事務局に郵送またE-Mailにて原稿を送付する。
- ・ 提出された作文は返却しないので必要に応じて各自で複写物を保管すること。

（3）選考方法

- ・ 1次選考 提出された作文を事前審査し、上位3名を選考する。（6月上旬に所属長へ連絡）
- ・ 2次選考 6月6日に選考された3名で弁論発表を行い1名を最終選考する。

- ・ 大会当日は最終選考者 1 名の弁論発表を行う。
- ・ 執筆内容（文言）と弁論発表が異なることは認めない。

（４）作文の仕様

- ・ 下記原稿用紙に、表紙 1 枚、本文 4 枚以内で作文する。
- ・ 用紙は、A 4 サイズ縦書き（原稿用紙横）20 字×20 字（1 枚 400 字詰め）を使用する。
既定サイズ以外の用紙は受け付けない。
- ・ 原則、参加者本人による手書き、またはワープロ出力にて作成。代筆が必要な場合は、大会事務局に申し出て、別途理由書を提出する。
- ・ 手書きの場合は、楷書にて丁寧に筆記し、コピーをしても明瞭であるよう文字は大きく濃く書き、原本を提出のこと。判読しづらい場合は減点することもある。
- ・ 表紙には、テーマ、都道府県名、所属連盟、所属団体名（支部・少林寺拳法部・拳友会）、氏名（フリガナ）、武階、年齢を記入する。
- ・ 本文は、1 行目にテーマ、次の行より本文を書き始める。
- ・ ページ数をつけ、表紙と共にクリップで綴じる。（ホチキス止め禁止）

1 3．その他

本大会は、新型コロナウイルス感染症予防対策を厳重に実施して行います。大会参加者・関係者に対するガイドラインは、社会動向と行政の注意喚起などを見極めながら、段階的に通知いたします。今後の発信に十分ご注意ください。

また、上記の関連から、本大会の運営について各種の変動・変更がある場合も想定されます。参加にあたっては、予めご了承のうえ、柔軟にご対応くださるようお願い申し上げます。

2021年度少林寺拳法神奈川県大会 出場に関する上申書

年 月 日

神奈川県少林寺拳法連盟

理事長 小磯 信一 様

所属名 _____

所属長名 _____

出場種目
出場者名
内容
理由

本大会開催中に上記の内容をもとにした事故や負傷をした場合において、
自己の責任であることを承諾し、大会主催者を含む関係者に異議を申し
立てず、責任も問わないことを誓約します。

署名（出場者） _____

署名（保護者） _____

※出場者未成年者の場合、保護者の署名をお願いいたします。

2021年度少林寺拳法神奈川県大会 科目指定組演武 規定内容チェックシート

※参加所属にて、太枠内の必要事項を記入してください。

種目	所属
氏名【武階】	氏名【武階】
【 】	【 】

実行委員会記入欄

No.	予選	コート	審査順
	本選	コート	審査順

・規定確認欄

指定科目一覧、【確認事項】記載内容を確認したうえで、確認済みである確認項目の「確認欄」に○印を記入してください。

確認項目	確認欄
1 指定された3技を全て使用している。	
2 指定科目を構成の始めに使用している。 ※五花拳の科目は「始め、途中、終わり」のいずれの段階で使用しても可。	
3 該当種目：一般男子五段以上の部、一般男子三段、四段の部、一般女子三段以上の部 剛法攻撃に対して指定された科目（押門投外、押受投、上受投）を行っている。	
4 該当種目：一般男子五段以上の部、一般男子三段、四段の部、一般男子初段、二段の部 逆轉身蹴、三日月返、半月返は開始時の構えは科目表の記載内容通り。	

【表】競技の部における指定科目一覧

種目	指定科目（拳系／資格）	備考
一般男子五段以上の部	押門投外（五花拳／五段科目） 裏投（羅漢拳／四段科目） 半月返（白蓮拳／三段科目）	・半月返の守者は乱構から開始することを条件とする。
一般男子三段、四段の部	片手投切返（龍華拳／四段科目） 三日月返（白蓮拳／三段科目） 押受投（五花拳／四段科目）	・三日月返の守者は待気構から開始することを条件とする。 また、連反攻における「刈足」の使用の有無は条件としない。
一般男子初段、二段の部	逆轉身蹴（三合拳／初段科目） 対天一（天王拳／二段科目） 逆蹴地三（地王拳／二段科目）	・逆轉身蹴の守者は八相構から開始することを条件とする。
一般女子三段以上の部	逆袖巻（羅漢拳／四段科目） 上受投（五花拳／二段科目） 払受地二（地王拳／二段科目）	
一般女子初段、二段の部	龍投（龍華拳／二段科目） 諸手輪抜（龍王拳／初段科目） 巻落（羅漢拳／二段科目）	

【確認事項】

(1) 規定内容について

- ・ 6 構成のうち 3 構成は、【表】の指定された科目を構成の始めに使用することを必須条件とする。指定科目の後の連反攻は（する、しないも含めて）自由とする。
但し、五花拳の科目に限り「始め、途中、終わり」のいずれの段階で使用しても可とする。指定科目の後の連反攻は（する、しないも含めて）自由とする。
※指定された 3 技を全て使用していない場合は条件を充たしていないものとする。
- ・ 指定された 3 技の科目をすべて使用していない、指定された科目（五花拳を除く）を構成の始めで使用していない場合、全国大会限定の競技規則として、失格（授賞対象外）とする。（採点、点数の表示のみとする。）
※指定された科目であっても、守者の科目として資格外科目であれば、10 点減点となる。
（一般男子初段、二段の部の初段拳士と組んで出場した 1 級拳士が指定科目のうち、二段科目の守者を行った場合は資格外科目の使用として 10 点減点とする。）

(2) 規定運用について

- ・ 開始時の構えについて
科目表の記載と違う構えから開始しても可とする。但し、逆転身蹴、三日月返、半月返は開始時の構えを科目表の記載内容通りとすることを条件とし、異なる構えから開始した場合は不可・失格となる。

- ・ 可否の基準（原則）について

指定された科目（五花拳を除く）の前に別の攻防があると見なされた場合は失格となる。

①柔法の科目に適用（五花拳の科目を除く）

柔法において、牽制としての攻撃に対して「技に取りかかる前の払いと二連までの反撃」を行い、一旦間合いを取った上で改めて指定された科目（柔法）を行った場合は牽制とそれに対する払いとして可とする。
但し、牽制の範囲を逸脱した攻防や技に取りかかる前の払いと二連までの反撃以外の動きと見なされた場合は失格となる。

例）指定科目が逆袖巻の場合、以下の攻防は不可・失格。

攻者：袖を握る前に、廻蹴を行い、袖を掴む

守者：払受をしたところの袖を掴まれ、逆袖巻を行う

※相手の攻撃を払って（二連攻までの反撃可）、一旦間合いを取った上で、改めて袖を掴み技に取りかかるのは可。

②剛法に適用

科目表に定められている攻撃より攻防を始める。科目表に定められているものと違う攻撃より始め、別の攻防があると見なされた場合、別の科目がされたと見なされた場合は失格、不正確な技であると見なされた場合は該当する審査項目における評価に反映される。

③五花拳の科目に適用

五花拳の科目は「始め、途中、終わり」のいずれの段階で使用しても可とする。指定科目の後の連反攻は（する、しないも）自由とする。

また、応用・変化は可とするが、あくまでも五花拳の特徴を踏まえて、剛法攻撃に対して指定された科目を行う。剛法攻撃以外から指定科目を行ったとみなされた場合は失格、攻者による攻撃が不正確な技であると見なされた場合は、該当する審査項目における評価に反映される。

2021年度少林寺拳法神奈川県大会 女子護身技法の部 規定内容チェックシート

※参加所属にて、太枠内の必要事項を記入してください。

種目	女子護身技法の部	所属	
氏名【武階】		氏名【武階】	
【 】		【 】	

実行委員会記入欄						
No.		予選	コート		審査順	
		本選	コート		審査順	

・規程確認欄

指定科目一覧、【確認事項】記載内容を確認したうえで、確認済みである確認項目の「確認欄」に○印を記入してください。

確認項目						確認欄
1	すべての構成において、男性が攻撃を仕掛けていく。 ※構成の攻防の開始は男性が攻者、女性が守者となる。					
2	すべての構成において、構成の途中で男性の極めはない。 ※構成の途中において、女性の反撃から男女の攻守が入れ替わりながらの攻防は可とする。					
3	すべての構成において、最後の極めは女性が行っている。 ※男性の攻撃に対する女性の受けで、構成が終わることは可。					

【確認事項】

すべての構成において、男性が攻撃を仕掛けていくのに対して、女性が守者となり、最後の極めを行う。女性の反撃から男女の攻守が入れ替わりながらの攻防は可とするが、男性の極めが生じた場合は15点減点とする。

- ・技術度については「男性の攻撃内容に見合った女性の防御、反撃」や「当身の五要素を踏まえて、女性が男性を制している」という視点により審査する。
- ・表現度「構成、リズム、節度」については、男性の攻撃に対して女性が守り、男性を制している過程を表現していることを視点とする。

※演武の形式ではあるが、その中で「護身の技法」を女性が表現することを趣旨とする。