

# 【 2017年度科別技術科目表 】

## 1 基本科目

月	基本科目
4	振子突(単・連) 体さばきを用いた防技 (振身・開身等) 上段突攻撃とかわし、受け (単・相) ★中段返・払受蹴
5	開足中段構～蹴上、蹴込 中段への突・蹴 中段攻撃に対するかわし、受け (単・相) 天地拳第一系(単) ★十字受蹴
6	段突と連突 上中二連突 連受・段受(単・相) ★天地拳第一系(相) 天地拳第二系(単・相)
7	差込(廻)蹴 差替(横)蹴 十字受、払受と蹴反撃(相) 上中蹴三連攻と三連防(相) 天地拳第三系 天地拳第四系 ★蹴天一(掬投)
9	開退り、全転換、半転換 連蹴・段蹴 天地拳第五系 天地拳第六系 ★半月返
10	半轉身、逆轉身と連動 した受けと反撃(相) 連受、段受と反撃(相) 白蓮拳第一系 義和拳第一系(単・相) ★切返抜・切小手

月	基本科目
11	移動練習(単・相) 受身(前受身、後受身) 運用法 義和拳第二系 ★送片手投・両手片手投
12	移動練習(単・相) 受身(大車輪、横転より 起き上がり) 運用法 紅卍拳 ★諸手押抜
1	運用法 天地拳第三系 天地拳第四系 龍王拳第一系(単・相) 龍の形(逆小手単演) ★引胸落
2	運用法 天地拳第五系 天地拳第六系 ★襟十字
3	総復習 ★両胸落

### 【★(法形確認科目)の注意点】

中段返・払受蹴…足捌を1動作で行い、受け、反撃を行う。

十字受蹴…半轉身をせずに(前足をやや引き寄せて)受けて反撃を行う。

天地拳一系相対…攻防を回りながら行わない。(元の位置に戻る)

蹴天一(掬投)…掬受、金的蹴から掬投を行う。

半月返…熊手突から掬首投を行う。

切返抜・切小手…攻撃(腕後捻上)を確認する。

(攻者は、ただ手を掴むだけにならないこと)

送片手投・両手片手投…攻者の掴手内手首に掛手をする。

(押小手の掛手にならないようにする)

諸手押抜…攻撃(逆天秤)を確認する。

引胸落…攻撃は上襟を握って引く(縦拳)。

襟十字…攻撃は上襟を握って押す(横拳)。

両胸落…攻撃は両襟を引いて頭突、又は押す。

2 予科科目

予科1年

月	科目	
	剛法	柔法
4	内受突(表・裏) 開身突	片手寄抜 両手寄抜 下受蹴小手投
5	流水蹴(後) 轉身蹴 半月蹴	腕十字固(立合掌固) (裏合掌固) 小手抜 逆小手(前指固)
6	突天一 逆天一 対天一	打抜(片・両) 諸手輪抜 諸手逆小手 (立一字固、背越一字固、 蜘蛛絡)
7	下受蹴 下受順蹴 逆轉身蹴	逆手投 龍投(龍固) 外卷天秤
9	払受段突 打上突(表・裏) 単攻撃に対する運用法	巻抜(片手) 片手送小手(送り固) 送巻天秤
10	順蹴地一 打上蹴(表・裏)	巻抜(両手) 諸手巻抜 諸手送小手 (吊上裏固、裏膝固)
11	外受突(表・裏) 逆蹴地一	送横天秤 吊落 送肘攻
12	外受蹴(表・裏) 払受地二	突抜(内・外) 二段抜 肘抜より前天秤
1	内受蹴(表・裏) 順蹴地三	突抜(両手) 押小手(片・両) 抜打押小手
2	逆蹴地三 外押受蹴	三角抜 切小手(諸手)
3	足刀蹴引足波返 内押受蹴	切返天秤 切返巻天秤

予科2年

科目	
剛法	柔法
外受突(表・裏) 外受蹴(表)	上受投 上受逆手投
外受蹴(裏) 上受突(表・裏)	逆小手より裏返投 ~(裏固) 引天秤 逆引天秤
金的蹴膝受波返 逆蹴膝受波返 突天一	諸手十字抜 略十字小手 巻十字小手
流水蹴(前・後) 廻蹴三防受波返	上膊抜(片・両) 上膊捕(片・両) 片胸落
上受蹴(表・裏) 段蹴三防受段蹴返	襟十字 巻落 外巻落
内受突(表) 内受蹴(表・裏) 蹴攻撃に対する運用法	切抜(内・外) 十字抜(片手) 十字小手(片手) ~(十字固)
屈身突 屈身蹴 屈身突蹴	合掌抜 十字抜(両手) 両手十字小手
外押受突 内押受突 内押受蹴	送捕 吊上捕 送天秤捕(二種)
半轉身蹴 横轉身蹴 轉身蹴	巻抜(両手) 両手送小手~(送指捕) 片胸落
十字受蹴 混天一	引胸落 両胸落
振天二 突天二	押切抜 引落

※予科の2学年をまとめて実施する場合には、二段科目(下線のある科目)を優先する。  
ただし、1級の拳士には、初段科目(下線のない科目)とそれに関連する初段までの科目を行う。

3 本科科目

本科1年

月	科目	
	剛法	柔法
4	待ち蹴 流水蹴(後) 上受蹴(表)	<u>木葉送(木葉固)</u> 木葉返 送指返
5	上受蹴(裏) 打上蹴(表・裏)	切返抜(諸手) 切小手(諸手) 巻込小手
6	下受突 下受段突 対天一	諸手巻抜 諸手送小手 諸手送小手投
7	外受突(表・裏) 外受段突	振捨表投 送突倒 腰挫
9	打上突(表・裏) 打上段突 突攻撃に対する運用法	片手送小手 送巻天秤 合掌送捕
10	下受蹴 下受順蹴 短刀突込み下受打落蹴	上げ抜 居捕送小手 送四指捕
11	流水蹴(前) <u>短刀振上げ流水蹴</u> 屈身蹴	袖巻 袖巻天秤 袖口巻
12	十字受蹴 中段返 下段返	袖抜 袖捕 袖口捕
1	外受突(裏) 払受蹴 蹴天一(掬投)	居捕逆小手 ~(押指固・逆手固) 居捕押小手 握返
2	半月返(掬首投) 外受段突	片手押抜 小手巻返(門固)
3	半轉身蹴 横轉身蹴	袖巻返 巻小手(片手) ~(前天秤固・天秤固裏)

本科2年

科目	
剛法	柔法
半月蹴 開身突 <u>半月返(掬首投)</u>	襟抜 腕巻 逆天秤 諸手押抜
払受地二 伏虎地二 突天二	片手投 逆片手投 送片手投
突天一 突天三 蹴天三	引天秤 逆引天秤 合掌引天秤
上受突(表・裏) 打上突(表)	逆小手 握返 巻落
上受蹴(裏) 打上突(表・裏) 二連攻に対する運用法	両手片手投 諸手片手投
内受突(表) 千鳥返 燕返	合掌引天秤 合掌丁字 合掌片手投
下段返 払受蹴 逆轉身蹴	切返抜(片手) 切小手(片手) 切返小手
金的蹴膝受波返 逆蹴膝受波返 順蹴地一	切小手(諸手) 切返投 諸手切返投
逆蹴地一 逆蹴地三 順蹴地三	諸手突抜 諸手十字抜 諸手十字小手
三日月返 水月返	諸手引抜 巻小手(片・諸)
屈身突 屈身蹴転回連蹴	上受背投 肩打投

※ 本科の2学年をまとめて実施する場合には、三段科目(下線のある科目)を優先する。

ただし、初段の拳士には、二段までの科目(下線のない科目)とそれに関連する二段までの科目を行う。

4 高等科科目

高等科1年

月	科目	
	剛法	柔法
4	待ち蹴	抜打押小手
	流水蹴(後)	押小手(両手)
	上受蹴(表)	
5	上受蹴(裏)	引天秤
	内受蹴(表・裏)	逆引天秤 腕十字固～裏合掌固
6	打上突(表・裏)	片手投
	打上蹴(表)	逆片手投 送片手投
7	打上蹴(裏)	袖巻返
	屈身突	袖口捕
	屈身突蹴	袖口巻
9	流水蹴(前)	切返小手
	短刀振上げ流水蹴	切返投
	轉身蹴	諸手切返投
10	内受突(表)	両手片手投
	燕返	諸手片手投
	千鳥返	片手投切返
11	三日月返	諸手巻抜
	水月返	諸手送小手
	運用法	諸手送小手投
12	突天一	振捨表投
	突天二	送突倒
	突天三	腰挫
1	対天一	木葉送
	半月返(掬首投)	木葉返
	払受地二	送指返
2	混天一	肩打投
	逆天一	上受背投
3	振天二	合掌突落
	復習および運用法	握返

高等科2年

科目	
剛法	柔法
十字受蹴	送四指捕
払受蹴	合掌送捕
廻蹴三防受波返	巻込小手
横轉身蹴	上げ抜
半轉身蹴	居捕送小手
逆轉身蹴	居捕逆小手 居捕押小手
中段返	首締守法十字投
下段返	首締投
払受段突	拳締捕
内受蹴(表・裏)	天秤投
内押受突	熊手返(片・両)
払受地二	送合掌(二種)
伏虎地二	門送(捕)
蹴天一(掬投)	門外天秤
復習および運用法	合掌逆小手 逆合掌投(二種)
下受蹴	逆袖捕
下受順蹴	逆袖巻
短刀突込み下受打落蹴	袖巻返
内受突(裏)	半月首投
下受突	巻打首投
下受段突	後袖巻(捕)
金的蹴膝受波返	表投
順蹴地一	裏投
順蹴地三	巻打首投
逆蹴膝受波返	送襟捕
逆蹴地一	後襟捕(表・裏)
逆蹴地三	押受投
復習および運用法	押受巻投

高等科3年

科目	
剛法	柔法
屈身突	合掌片手投
屈身蹴	合掌突落
屈身蹴転回連蹴	足抜(二種)
突天一	後袖巻(捕)
混天一	後首投
振天二	後刈倒
外受突(裏)	切返小手
外押受突	切返巻天秤～後腕固
内押受突	切返天秤
外押受蹴	逆小手～三角固
内押受蹴	龍投～龍固
足刀蹴引足波返	逆手投
金的蹴膝受波返	諸手輪抜
逆蹴膝受波返	諸手逆小手
段蹴三防受段蹴返	外巻天秤
外受段突	引胸落
打上段突	両胸落
半月返(掬首投)	外巻落
突天二	逆合掌投(二種)
突天三	門送(捕)
蹴天三	門外天秤
復習・質疑応答	
進級技術審査	
開身突(各種天秤技)	矢筈投
半月蹴(各種天秤技)	合掌丁字
復習および運用法	居捕逆小手～ 前腕固、蜘蛛絡 押指固、逆手固、前天秤固

※ 複数の学年を1つのグループで実施する場合は、四段科目(下線のある科目)を優先する。  
ただし、二段の拳士には、三段までの科目(下線のない科目)とそれに関連する三段までの科目を行う。

5 研究科科目

研究科1年

月	科目	
	剛法	柔法
4	流水蹴(前) 短刀振上げ流水蹴	送襟捕表 首締投表 仏骨投 〔日月攻〕
5	上受突(表・裏)	両手門投 丁字投 木葉丁字 〔聖門攻〕
6	上受蹴(表・裏)	木葉返 逆木葉返 送合掌木葉投 払仏骨投
7	内押受蹴 外押受蹴	表熊手返 送肘攻 送肘攻表 〔人中攻〕
9	突天三 蹴天三	下受蹴小手投 内逆手捕 外逆手捕 〔小谷攻〕
10	復習および運用法	片手送小手 吊落 送門小手 〔合谷攻〕
11	轉身蹴 横轉身蹴	門片手投 片手門投 後仏骨投 虎倒二種
12	対天一 半月返(掬首投)	片胸落 襟十字 手首捕 丁字捕 〔三合攻〕
1	蹴天一(掬投) 逆天一	門外天秤 押門投外 押門投内 門内天秤
2	屈身突 外押受突	袖捕内天秤 挟倒各種 〔寸脈攻〕
3	復習および運用法	袖巻返裏 伏虎倒各種 〔頸脉攻〕

研究科2年

科目	
剛法	柔法
外受突(表・裏) 開身突(各種天秤技)	逆小手 握返 巻落 表投 〔四合攻〕
内受突(表・裏) 水月返	十字小手(片手) 略十字小手 巻十字小手 袖十字 〔横頸中攻〕
燕返 千鳥返 三日月返	袖捕 袖巻 袖口捕 袖口巻 〔後頸中攻〕
轉身蹴 外受蹴(表・裏)	送捕 木葉送 門送(捕) 〔天門攻〕
下受蹴 下受順蹴 逆轉身蹴	合掌引天秤 合掌逆小手 合掌丁字 〔風池攻〕
復習および運用法	振捨表投 諸手送小手投 送突倒 腰挫 〔釣鐘攻〕
払受蹴 中段返 下段返	上膊捕(片・両) 袖捕 引落 〔鋸攻〕
払受段突 払受地二 伏虎地二	前髪捕 帯捕 送合掌(二種) 〔撓骨攻〕
順蹴地三 逆蹴地三 突天三	熊手返(片・両) 表熊手返 〔指谷攻〕
廻蹴三防受波返 段蹴三防受段蹴返	手首捕 丁字捕 〔膊陰攻〕
足刀蹴引足波返 復習および運用法	押受投 押受巻投 〔膊陽攻〕

※複数の学年を1つのグループで実施する場合は、五段科目(下線のある科目)を優先する。

ただし、三段の拳士には、四段までの科目(下線のない科目)とそれに関連する四段までの科目を行う。

研究科3年

月	科目	
	剛法	柔法
4	待ち蹴 流水蹴(後) 打上蹴	片手投 門片手投 片手投切返 〔肘陰攻〕
5	外押受突 外押受蹴 屈身突蹴	送片手投 諸手片手投 木葉丁字 〔肘陽攻〕
6	屈身蹴 屈身突蹴 屈身蹴転回連蹴	木葉送 木葉返 逆木葉返 〔肘谷攻〕
7	開身突 半月蹴(各種天秤技)	逆袖捕 逆袖巻 袖捕内天秤 袖巻返裏 〔臈中攻〕
9	下受突 下受段突 下受蹴	送襟捕 送襟捕表 後襟捕(表・裏) 〔三陰攻〕
10	復習および運用法	押門投外 押門投内 門内天秤 〔仏骨攻〕
11	十字受蹴 払受蹴 払受段突	四組腰投 四組内天秤 矢筈投 〔肩甲攻〕
12	金的蹴膝受波返 逆蹴膝受波返 廻蹴三防受波返	首締守法十字投 首締投 拳締捕 首締投表 〔風鈴攻〕
1	突天三 ※中段返より内受突	下受蹴小手投 半月首投 天秤投 〔夜光攻〕
2	蹴天三 ※下段返～飛連蹴	合掌片手投 合掌突落 〔開門攻〕
3	復習および運用法	片手門投 両手門投 〔独鈷攻〕

研究科4年

科目	
剛法	柔法
上段突単攻撃 に対する法形	逆小手系統の復習 および運用法 〔玉骨攻〕
中段突単攻撃 に対する法形	送小手系統の復習 および運用法 〔草陰攻〕
中段蹴単攻撃 に対する法形	切小手系統の復習 および運用法 〔耳攻〕
上中二連攻撃 に対する法形	羅漢拳系統(袖)の復習 および運用法 〔下昆攻〕
指導実習	
指導実習	
指導実習	
復習・質疑応答	
修了技術審査	
下段攻撃に対する 法形	羅漢系統(襟)の復習 および運用法 〔三角攻〕
各種連攻撃に 対する法形	総復習 質疑応答