第２部　審判員

Ⅰ．少林寺拳法の大会の在り方

1.　大会の目的と意義

少林寺拳法に於いては、大会もまた行を修めるための一形態であり、同時に、幸福運動を展開する上での重要な手段である。

従って、我々にとって、大会だけが少林寺拳法の本質から遊離して、勝敗や技の優劣のみを競うための大会であってはならない。

大会には目的として下記３項目が挙げられるが、それぞれの大会目的を明確にしたうえで実施することが肝要である。

■　相互の技術研鑽と向上をはかることを目的とする。

少林寺拳法の大会は、単に個人や所属同士の成績を競うための場ではない。それぞれが日頃の修練成果を発表し、その結果をもとに今後のための課題と目標を見出し、向上をはかるための場である。

拳士に修練目標や意欲をもたせようと苦心する指導者の中には、「日本一」「連覇」といった目標を掲げて大会に臨ませる、結果を過剰にアピールすることも見られる。しかし、その実現だけに日々の修練の意義があるかのような勘違いをさせないように、日々の指導においては少林寺拳法の本質に沿うよう十分な配慮が必要である。

少林寺拳法の競技大会とは、全員がより質が高い演武を目指して日々最善を尽くし、また、そうであるからこそ他者への心からの称賛を惜しまない、というものでありたい。

■　同志的連帯意識の昂揚をはかることを目的とする。

大会は、１つの目的に向って結集した運動体としての組織のメンバーが一堂に会し、同志としての連帯感と親睦をより一層昂める場である。

従って、みんなが協力して大会を作り上げ、成功させようと努力し、また出場して技を競い合うなかでお互いを理解しあい、優れたものに対しては賞賛と敬意の念を、遅れているものに対しては励ましといたわりの心を持ち、明日への運動のエネルギーを蓄積する場なのであって、決して自己の名誉のみを競う場ではないのである。

■　部外者の理解と協力の拡大をはかることを目的とする。

大会は、講演や演武等を通じ、拳禅一如の修行の正しい在り方や、幸福運動の真の内容を公開し、部外者の理解を深め、協力を得るための組織的な普及の場である。

正しい理解を得るためには、真の少林寺拳法の在り方を、参加した拳士全員で醸し出さなければならない。そのためには役員も出場拳士も、そして大会に参加したすべての拳士は、一体となり、協力しあい、統一された行動のなかで、和やかなうちにも威厳のあるものでなければならない。

2.　大会に於ける審査、審判について

少林寺拳法の大会は、目的をもったものであり、その中で、とりわけ、行としての拳技を正しく評価する立場にある審判員は、審判員として必要な知識と技術を身につける義務を負っているのである。

したがって、大会に携わる審判員は、当然のことながらその質と技術の向上を怠ってはならない。

審判員の不手際や未熟さは、出場拳士の意欲や少林寺拳法への興味を減退させ、不満と苦情を引き起こし、審判不信に陥るばかりでなく、技術面でも、技術の低下を招くことにつながるのである。

審判員は拳士に与える影響を充分に自覚し、拳士の信頼感を損なうことなく、拳士がのびのびと成果を発表できるように配慮しなくてはならない。また、そうした審判業務を通して、出場拳士に自信と誇りと希望を与えることが審判員としての本務である。

審判員として求められるものは以下の通りである。

■　審判員の任務について

・定められた方法、時間で、競技者の審判を行う。
・コート内に於ける競技の運営、進行を統括する。
・コート内に於ける安全管理を統括する。

■　審判員の姿勢について

・公平無私、首尾一貫した適正な判断を迅速に行う。
　（自分自身の一定した基準に基づき、終始一貫した審査を行う）
・出場拳士に対して、威圧的態度をとらない。
・威厳のある態度で、円滑に審査を行う。
・運営、進行の妨げとなるような言動をしない。
・段位、期生をもって大会の運営、進行に介入しない。
・正しい姿勢で審査を行う。
　（審査中に足を組む、審査用紙に見入る等の行為を行わない）

■　審判員の資質について

・公平性、一貫性。

・客観的評価基準に基づく判定力。

（正しい評価基準の修得、審判技術向上のために修練の積み重ねを継続的に行う）

・審査に関する各種規則に対する知識。

（各種規則についての正しい知識に基づき、公平無私な態度で審査を行う）

・大会の運営、進行に対する協力の姿勢。

（審判員、実行委員同士が進んで協力しあう）

審判員は以上の点についてあらかじめ認識するとともに、大会に際しては、審判団の一員として、実行委員会や進行係等の関係者と意志の統一をもって任務を遂行しなければならない。

また、審判長はすべての審査の責任をもち、実行委員会に対しても、審判団に対しても意思の疎通をはかり、関係各部門に対する周知とチェックを徹底するといった事前準備への配慮が必要である。

Ⅱ．少林寺拳法競技規則

第　１　章　　総　　則

第　１　条　競技は(一財)少林寺拳法連盟の定める競技規則によって行われるものとする。

第　２　条　競技者は少林寺拳法の本質にのっとり、その目的を認識し、拳士として明朗闊達に、正々堂々と競技を行わなければならない。

第　２　章　　コ　ー　ト

第　３　条　コートは、原則として７メートル四方の広さとする。
団体演武のコートは、９メートル四方の広さも可とする。

第　４　条　コートの区画線は、幅５センチメートル～１０センチメートルとして、白線を原則とする。

第　３　章　　服　　装

第　５　条　競技者は少林寺拳法道衣を着用する。
細則.「服装規定」に準ずる。

第　６　条　競技者はコート内における金属その他相手に危険を及ぼすようなものの着用、持ち込みをしてはならない。

第　４　章　　競技の種別及び方法

第　７　条　１　演武は総合点で優劣を決する。

２　演武は自由演武とするも、競技者の有する武階に相当する修得科目及び基本諸法、基本動作を使用することを原則とする。
細則.「武階に相当する技」及び「少年部使用禁止技」、「受身」に準ずる。

３　演武の構成数は、６構成とする。
細則.「武階の構成」に準ずる。

４　大会独自の規則を実施する場合は、大会要項に明記する。

組演武

１　組演武は２人相対を原則とする。

２　演武時間は原則として１分３０秒以上２分以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり３分を経過した場合は失格とする。
少年部の演武時間は１分以上１分３０秒以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり２分３０秒を超過した場合は失格とする。
少年部と一般（中学生以上）の組も同様とする。

3　組演武において武階の違う競技者による組み合わせの場合は、各技について、守者側の競技者が有する武階の最終科目内（資格内）の技を使用することができる。

三人掛演武

1　三人掛演武の構成は、各構成について常に２名（攻者）対１名（守者）とする。
　但し、各構成に攻者、守者と交代することは可とする。

2　演武時間は原則として１分３０秒以上２分以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり３分を超過した場合は失格とする。
　少年部の演武時間は１分以上１分３０秒以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり２分３０秒を超過した場合は失格とする。
　少年部と一般（中学生以上）の組も同様とする。

3　三人掛演武において武階の違う競技者による組み合わせの場合は、各技について、守者側の競技者が有する武階の最終科目内の技を使用することができる。

団体演武

1　団体演武においては、速やかにコート内に整列、正面合掌礼により開始し、正面合掌礼により終了するものとする。

2　演武時間は原則として１分３０秒以上２分以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり３分を超過した場合は失格とする。
　少年部の演武時間は１分以上１分３０秒以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり２分３０秒を超過した場合は失格とする。

3　構成人数は６名か８名とする。

4　構成の編成は１構成目と６構成目は単独演武、２～５構成目は組演武を以って編成する。この条件に合わないと認められた場合は総合点から１０点減点とする。
　※ここで言う組演武は２人１組で行うものとする。
　※三人掛演武を行った場合は失格とする。

5　単独演武は、以下の単独演武基本法形より、１構成目と６構成目でそれぞれ１技選択し、一方向のみ行う。異なる技を行ったと認められた場合は総合点から１０点減点とする。
　天地拳第一～六系、義和拳第一、二系、龍王拳第一 、三系、龍の形（逆小手）、紅卍拳、白蓮拳第一系

6　構成員の最高武階の最終科目内（資格内）の技を使用することができる。

7　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みなされた場合は、総合点から１０点減点とする。

8　合図的な動き・気合を不可とし、５点減点する。

9　少年部については、号令・気合を合図として用いることを可とする。

単独演武

1　単独演武においては、正面合掌礼により開始し、正面合掌礼により終了するものとする。

2　演武時間は原則として１分以上１分３０秒以内とし、これ以外の時間は減点の対象となり２分３０秒を超過した場合は失格とする。

3　義和拳第一系や義和拳第二系のように前後二方向や前後左右四方向で構成される場合でも、一方向で１構成とする。

4　本来相対で行うものをイメージの中で相手を想定して行うものであるので、組演武に準じてのスピードで行う。

第　５　章　　競技の開始、及び終了

第　８　条　組演武・三人掛演武は、相対合掌礼に始まり、演武終了後の合掌礼で終わる。
団体演武・単独演武は正面合掌礼に始まり、演武終了後の正面合掌礼で終わる。
※演武開始時、終了時に定められた合掌礼が行われない場合は失格とする。
※演武者は速やかにコート中央に進む（団体演武はコート内に整列する）。

第　９　条　演武は、コートの中央より始まり、中央付近で終わる。
（演武者同士の入れ替わりは可とする）

第　６　章　　判　　定

第 10　条　演武の判定は採点法によるものとし、総合点３００点満点とする。

1　演武の技の技術度、表現度（武的習熟度）を併せて各審判員が採点し、その結果を明示する。

2　採点終了後、下記項目に従い、総合点より減点を行う。

表１：減点項目一覧

減　点　項　目	総合点からの減点
演武時間が規定に満たなかった場合※	不足時間１０秒につき減点５点
演武時間が規定より超過した場合※	超過時間１０秒につき減点５点
演武の構成数が６構成に満たなかった場合	減点１０点
演武の構成数が６構成より超過した場合	減点１０点
演武者の有する武階に相当しない技の使用	１技につき減点１０点
少年部使用禁止技の使用（少年部のみ）	１技につき減点１５点
投げに対する宙で回転する受身（少年部、中学生）	１技につき減点１５点
投げに対して不十分で危険を伴う受身となった場合	減点５点
団体演武の構成の編成が規定以外（１、６構成が組演武）	減点１０点
団体演武で各組が同一の動きでない	減点１０点
団体演武で合図的な動き・気合の使用（少年部は可）	減点５点
団体演武で三人掛演武を行った	失格
服装規定違反が認められた場合	失格
開始時、終了時に定められた合掌礼が行われなかった	失格

※…次表を併せて確認すること。

表２－１：組演武・団体演武　演武時間超過・不足の減点について

［一般］中学生以上

	演武時間	総合点からの減点
不足	１分１０秒～１分１９秒	減点１０点
	１分２０秒～１分２９秒	減点５点
規定	１分３０秒～２分００秒	０点
超過	２分０１秒～２分１０秒	減点５点
	２分１１秒～２分２０秒	減点１０点

［少年部］小学生以下

	演武時間	総合点からの減点
不足	４０秒～４９秒	減点１０点
	５０秒～５９秒	減点５点
規定	１分００秒～１分３０秒	０点
超過	１分３１秒～１分４０秒	減点５点
	１分４１秒～１分５０秒	減点１０点

表２－２：単独演武　演武時間超過・不足の減点について

［一般・少年部共通］

	演武時間	総合点からの減点
不足	４０秒～４９秒	減点１０点
	５０秒～５９秒	減点５点
規定	１分００秒～１分３０秒	０点
超過	１分３１秒～１分４０秒	減点５点
	１分４１秒～１分５０秒	減点１０点

３　演武は審判員の総合点で優劣を決定する。

４　総合点が同点の場合は、下記の手順で確認を行い、なおも優劣が決しない場合は、審判団の協議の上、優劣を決定する。

①総合点の技術度で優劣を決定する。

②主審の合計点で優劣を決定する。

（主審の採点が総合点に加算されているか否かに関わらず）

③主審の技術度で優劣を決定する。

（主審の採点が総合点に加算されているか否かに関わらず）

第 11　条　審判員の最終宣告は絶対であり、何人もこの宣告に従うものとする。

第　7　章　　競 技 中 の 事 故

第 12　条　競技者が、事故のため演武を継続することが不可能、または危険とみなされる場合、安全確認・安全確保を行い、演武を中止、競技棄権とする。

第　8　章　　異 議 の 申 し 立 て

第 13　条　審判員の判定に対しては、異議の申し立てを認めない。

第 14　条　本規則の実施に関して疑義がある場合は、直ちに、責任者を通じて審判委員長に対し異議の申し立てができる。

異議申し立ては大会が定めた時間内、またはその定めがない場合は最終結果発表前までとする。

第　9　章　　規 則 の 改 正

第 15　条　本規則の改正は、本部審判委員会において、その議席数の３分の２以上の賛成を得て改正することができる。

「付則」　本規則は 1997 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 1982 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 1990 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 1992 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2001 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2004 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2005 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2009 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2010 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2014 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2018 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2022 年４月１日より施行する
「改正」　本規則は 2026 年４月１日より施行する

【少林寺拳法競技規則　取扱細則】

第３章　　第５条

細則．服装規定

①道衣・帯は、少林寺拳法公認のものとし、体格に応じたものを着用する。
清潔感に留意し、汚れがひどい道衣は着用しない。
※少林寺拳法公認の道衣・帯は許諾ラベル付のものを指す。

②袖章は規定通りのものを着用すること。（役職、資格に応じたもの）

③道衣の後襟、前襟下方、ズボン前上方に必ず名前を記入すること。
原則として、黒色で名前のみを記す。卍等の刺繍はしない。

④道衣の袖はまくりあげないこと。

⑤上着の袖は「手首と肘の中間」、ズボンの裾は「足首と膝の中間」に位置する。
［一般（中学生以上)］
・袖の位置は、手首の関節から上に５ｃｍ以上、肘から下に１０ｃｍ以上とする。
・ズボンの裾はくるぶしから上に１０ｃｍ以上、膝から下に１５ｃｍ以上、ズボンの幅は体格に応じたものとする。
［少年部］
・袖の位置は、手首の関節から上に５ｃｍ以上、肘から下に５ｃｍ以上とする。
・ズボンの裾はくるぶしから上に５ｃｍ以上、膝から下に１０ｃｍ以上、ズボンの幅は体格に応じたものとする。
※上記の数値については、直立で手を真っ直ぐ下ろした状態でそれぞれの関節中央部から計測した場合とする。

⑥中学生以上の男性拳士は原則として道衣の下にシャツを着用しない。女性、少年部拳士が道衣の下にシャツを着用する場合は、色は白色（※ワンポイント入可）とし、見苦しくないようにすること。
※中学生以上の男性拳士が事情によりシャツの着用が必要な場合は、予め大会実行委員会に申し出により、着用可とする。

⑦帯は規定通りのもの（資格に応じたもの）を着用し、表面がすりきれて色がはっきりしないもの、あるいは見苦しいものや痛んだものは着用しない。

⑧帯の長さは膝の関節中央部から上に位置する。
※上記については、直立で手を真っ直ぐ下ろした状態とする。

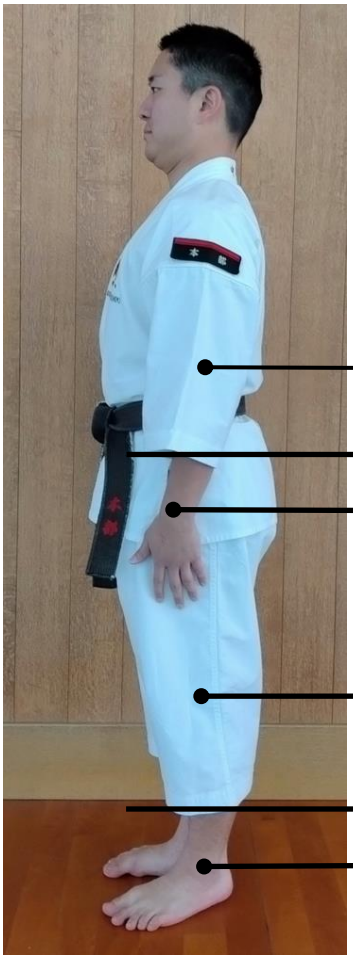
⑨足は原則として素足とする。但し、特別な理由がある場合にはこの限りではない。

⑩頭髪は、節度ある見苦しくないものとし、演武中に視界を妨げることが無いようにすること。

①⑤⑥の項目についての違反は直ちに服装規定違反とみなす。
他の項目についても違反が甚だしい場合は服装規定違反とみなす。
服装規定違反が認められる競技者については、出場を認めない（受賞対象外とする)。

※服装についてはP.60「付－１　少林寺拳法　修練時の服装について」も併せて確認すること

図１：道衣の袖口・ズボンの裾の位置について



肘から下に 10 ㎝以上
（少年部：肘から下に５㎝以上）

（基準）

手首から上に５㎝以上
（少年部：手首から上に５㎝以上）

膝から下に 15 ㎝以上
（少年部：膝から下に 10 ㎝以上）

（基準）

くるぶしから上に 10 ㎝以上
（少年部：くるぶしから上に５㎝以上）

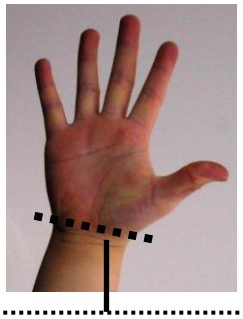
図２：各部位の基準について

①肘

肘関節の中心（肘を曲げた時の頭頂部）を基準とする



②手首



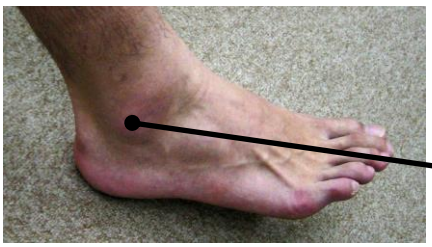
手首は関節部分の中心を結んだ線を基準とする

③膝



膝は膝頭（膝の中心）を基準とする

④足首

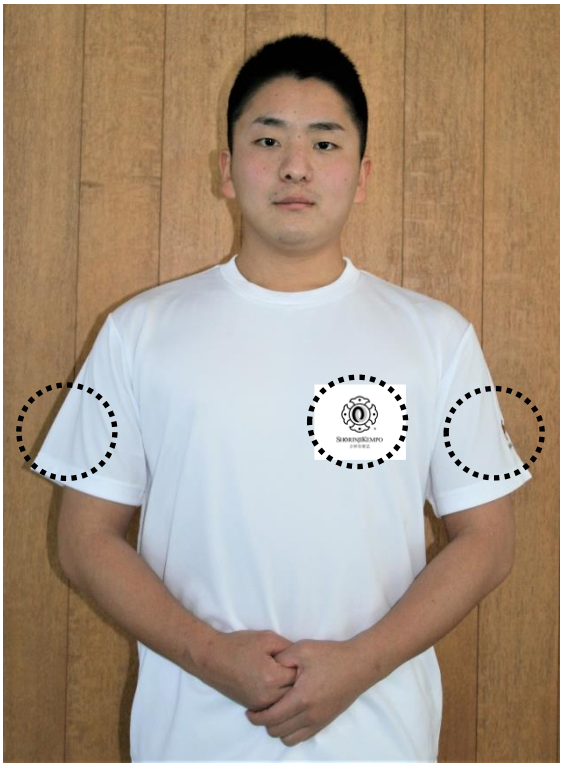


足首はくるぶしの中心を基準とする

図３：道衣の下のシャツについて



●シャツのワンポイント・ロゴについて
胸、袖口、背中のワンポイント、ロゴ等は可とする。（条件を満たせば市販のものでも可）
但し、胸前・袖口は縦・横ともに 10 ㎝以内とする。
→図例参照





※点線で囲われた部分がワンポイント・ロゴ等可の部分

第４章　　第７条　２

細則.「武階に相当する技」及び「少年部使用禁止技」、「受身」

（１）武階に相当する技（確認事項）

①「武階に相当する修得科目及び基本諸法、基本動作」は守者側の競技者が有する武階の最終科目内（資格内）の技とする。但し、独鈷拳、如意伝、金剛伝（錫杖、半棒）は含まれない。

連反攻中の流れの中での剛法攻防は、その一部を切り取った内容を以て資格外科目としない。但し、連反攻中であっても、その科目を開始するため構え直しを行う、残心とならない程度の流れの区切り・間合いの確保により体勢を整える行為から資格外科目が行われたと認められる場合は総合点より１０点減点とする。

※資格内の技とは現資格の修得科目のことを示す。

例）初段の拳士は守者として初段修得科目である二段科目まで使用可。

但し、守者側の競技者が級拳士の場合は以下の例外事項を認める。

・一般（中学生以上）見習～４級については、３級科目まで使用可とする。

・一般（中学生以上）３級～１級については、初段科目まで使用可とする。

・少年部見習～７級については６級科目まで使用可とする。

※少年部６級～初段については、例外事項を認めない。

②攻撃技の武階による制限について

攻撃については、守者の使用する科目に合わせ、武階による制限は設けない。

例１）初段拳士に対し２級拳士が腕逆捕を仕掛け、巻小手を行うのは可。

例２）一本背投、肩車に対する受身は２級「背負投の防技研究」や大車輪で習得しているため、どの武階の拳士がそれら投技を仕掛けてもよい。

③使用する技の確認

下受蹴小手投（二段科目）については、下受蹴を行わず小手投のみでもよい。

例）初段拳士が「小手投」のみを使用した場合、武階に相当する技とする。

④少年部初段拳士の使用する技について

二段科目（一般初段の習得科目）までとする。但し、下記（２）少年部禁止技は使用しない。

⑤一般（中学生以上）の場合、相手が振突より裏拳打をしてきたのに対して外押受突（外押受）をして天秤を取った場合、横天秤（２級科目）とみなすため、３級以上の拳士は使用可（見習～４級は使用不可）とする。

但し、直突に対してはこの限りでない。

⑥二段拳士が引天秤を掛けた時、勢い余り相手が崩れ倒れた場合は天秤投と見なさない。

⑦天秤を掛けた時、相手が前方に転がり仰向けになった場合は天秤投とみなす。

⑧単独演武について、逆小手は級で習得するため、龍の形とは見なさないで、一般（中学生以上）は見習から、少年部は４級（裏返投裏固は初段取得後）から使用できるものとする。

⑨一般（中学生以上）の場合、後刈倒については、級で千鳥返から刈足を習得するので、刈足の応用・変化として級拳士も使用できるものとする。

但し、少年部は刈足及びその応用である後刈倒は少年部禁止技であり使用不可。

※（２）少年部使用禁止技参照

（２）少年部使用禁止技

小学生以下の身体への影響を考慮し、小学生同士及び中学生以上が小学生に技をかける場合は組演武、団体演武とも下記を禁止技とする。

また、『※投げに対する宙で回転する受身』（身体の全ての部位が地面から離れる受身）も同様の理由により使用を禁止とする。（使用したと認められる場合は１技につき総合点から１５点の減点となる。）

※投げに対する宙で回転する受身

例）下受蹴小手投において、守者が攻者を転がさずに投げを行い、攻者がそれに対する受身を行った場合

※但し、「一本背投」や「肩車」に対して大車輪を用いた受身については少年部禁止技としない。

肘抜より前天秤・送巻天秤・逆手投・龍投・外巻天秤・切返天秤・切返巻天秤・巻十字小手・上受逆手投・逆天秤・腕十字固・天秤固・送天秤捕（二種）・吊上捕・吊落・袖巻天秤・外巻落・投げに対し宙で回転する受身（身体の全ての部位が地面から離れる受身）・刈足及び後刈倒

※中学生以上が少年部に少年部使用禁止技及び三段科目以上の龍華拳、五花拳、金剛拳、羅漢拳を用いることも禁止する。

（３）少年部使用禁止技の中学生への適用

「投げに対する宙で回転する受身」ついては、中学生も使用禁止技とする。（使用したと認められる場合は総合点から１５点の減点となる。）

（４）投げに対する宙で回転する受身の判定・評価について

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。

・身体（下肢部分を含む）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が協議を行う。

※後刈倒、龍投、仏骨投などにより、後方に倒れ危険な状況が生じた場合も同様に対応する。

（５）規定単独演武、団体演武の１構成、６構成における単演基本法形について

①大会の演武において単演基本法形を使用する場合、開始時の構えから残心時の構えまでを定められた通り行う。但し、攻防後に全転換、半転換を伴う天地拳第三系、第四系、第五系、第六系、義和拳第一系、第二系、白蓮拳第一系、紅卍拳については、全転換、半転換部分を他の体捌き、足捌き、運歩に置き換ることを可とし、その後の構えは不問とする。

定められた内容が行われていない場合は異なる技（規定外科目）が行われたものとして扱う。

※異なる技（規定外科目）が行われた場合、団体演武では 10 点減点、規定単独演武では大会の規定による対処を行う。

※自由単独演武であっても単演基本法形が使用科目として指定されている場合は、指定されている単演基本法形が定められた内容でなければ、異なる技（規定外科目）が行われたものとして扱う。

※攻防後に全転換、半転換を伴う単演基本法形における当該部分は以下の通り。

≪天地拳第三系≫…号令 1～7 を正確に行う。

用意　　結手立、調息、八方目より右足引足し、左一字構となる

1.2.3.　(1)左前千鳥に出て左拳上段横振突を正面に行い

(2)右拳右 30 度の方向に中段逆突を行い左拳胸前

(3)右足 60 度の方向に廻蹴と続けて行い、その足を 90 度の線に下ろして右に向き直る

4.5.　(4)右足前千鳥に踏み出しながら右手刀切、左拳胸前

(5)左拳中段逆突と続けて行う、右拳胸前

6.7.　(6)左足より順退りしながら右手下受

(7)右足蹴上を続けて行い直ちに復位

⇒以上の攻防を行い、8 の「全転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪天地拳第四系≫…号令 1～6 を正確に行う。

用意　　結手立、調息、八方目より右足引足し、左一字構になる

1.2.　3.4.

(1)左足に重心をかけて跳躍しながら右足逆蹴

(2)続けて左足飛蹴の飛二連蹴を行う（一字構のまま）

(3)着地すると同時に左手刀切、右拳胸前

(4)右拳中段逆突の四連を続けて行う、左拳胸前

5.6.　(5)右足より順退り左手下受、右拳胸前

(6)左足蹴上を行い直ちに復位

⇒以上の攻防を行い、7 の「右半転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪天地拳第五系≫…号令 1～9 を正確に行う。

用意　　結手立、調息、八方目より左足引足し、右一字構になる

1.2.　(1) 左足横に開いて右手打払い、左拳胸前

(2) 右足蹴上げ、直ちに復位

3.4.　(3)右足前鈎足になりながら左手打払い、右拳胸前

(4)一字構になりながら左足高蹴、直ちに踏み込んで下ろす

5.6.　(5)左足前鈎足立になりながら右手打払い、左拳胸前

(6)前方へ右足刀蹴、蹴足を直ちに引き鶴足立になり左へ向く

7.8.　(7)右足を斜め前方へ踏み下ろし、右拳上段直突、左拳胸前

(8)右拳外受しながら胸前に引き、左拳中段逆突

9.　　重心を後足にかけ替えながら、右拳大きく打払い（握拳)、下段構

⇒以上の攻防を行い、10 の「全転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪天地拳第六系≫…号令 1～8 を正確に行う。

用意　　結手立、調息、八方目より右足引足し、左一字構になる

1.2.　(1)右足前寄足しながら左手打払い

(2)左足左へ横蹴、右手胸前、左手一字構

3.4.　(3)左足を右足の前から十字に踏込み右手打払い、左拳外受

(4)右足刀で右へ横蹴、直ちに引足して鶴足立になる

5.6.7.　(5)右足斜め前方へ踏下ろし、右拳上段直突

(6)左拳中段逆突

(7)右拳上段戻り突

8.　　(8)右足蹴上げ、直ちに復位

⇒以上の攻防を行い、9 の「左半転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪義和拳第一系≫…号令 1～4 を正確に行う。

用意　　結手立、調息、八方目より右足引足し、左中段構になる

1.2.　(1)左前千鳥に出ながら左拳上段直突、右拳胸前

(2)続けて右拳中段逆突、左拳胸前

3.4.　(3)右足より順退りしながら右拳外受、左手内受、打落受の仁王受をし

(4)仁王構のままで左足蹴上直ちに復位、一字構で残心

⇒以上の攻防を行い、5 の「全転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪義和拳第二系≫…号令 1～5 を正確に行う。

用意　結手立、調息、八方目より右足引足し、左中段構になる

1.2.3.　(1)左前千鳥に出ながら左手内受、右拳胸前

(2)右拳中段逆突、左拳胸前

(3)右足逆蹴を続けて行い、直ちに復位

4.5.　(4)右足より少し順退りして左手下受、右拳胸前

(5)左足蹴上を続けて行い、直ちに復位、一字構で残心

⇒以上の攻防を行い、6 の「右半転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪白蓮拳第一系≫…号令 1～5 を正確に行う。

用意　結手立、調息、八方目より右足引足し、左待気構になる

1.2.3.　(1)左千鳥入身になり左手内受、右拳胸前

(2)続けて直ちに左手刀切の段反撃

(3)右拳中段直突、左拳胸前

4.5.　(4)右足より順退りしながら左手下受

(5)左足蹴上げ、直ちに復位

⇒以上の攻防を行い、6 の「全転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

≪紅卍拳（まんじ之形）≫…号令 1～8 を正確に行う。

用意　結手立、調息、八方目より左足引足しながら右手を握拳にして大きく振廻して打落受して右下段構になる

1.2.3.　(1)左足差替で右手外受しながら、左拳上段直突

(2)右拳中段直突、前屈立

(3)体重を後ろ右足にかけ替えながら左手下受し、一字構、後屈位

4.5.6.　(4)左足少し前に踏み込みながら、左手内受

(5)内受した左手を顔の右前にかざしたまま、右中段逆突

(6)上体そのままの姿勢で、右足逆蹴、直ちに復位

7.8.　(7)後屈位になりながら左手下受

(8)左一字構のまま腰を落して右拳受

⇒以上の攻防を行い、9 の「右半転換」は置き換え可、その後の構えは不問。

②初めの構えになった時点から、号令１の動作の前に払い、受けなどを行った場合は動作の追加、変更とみなし、異なる技（規定外科目）が行われたものとして扱う。

※指定された初めの構えになる際の受け（下受など）の有無は問わない。

※龍の形単演（逆小手単演）については、「逆小手の単演を行う」のみで、具体的な攻防動作の指定が無いため、中段構の後の払いは不問とする。

③龍王拳第一系について、大会の演武では単演、相対いずれにおいても号令５～７で前方に追い込む形でも可とする。

④規定単独演武、団体演武の１構成、６構成における単演基本法形として、龍王拳第三系を行う場合の攻防動作は以下の通りとする。

【動作内容】（左前から始める場合／番号は号令ではなく、動作の順番を表す）

用意　　結手立、調息、八方目より右足引足し、左中段構になる

1. 両手鈎手
2. 右手寄抜
3. 抜いた右手を引かず直ちに目打、中段段突
4. 右足差替えて右拳前位置より左手寄抜
5. 抜いた左手で上段直突（熊手突)、右拳胸前
6. 体重を後ろ左足にかけ替えながら、右手内受、打落受を行い
   （または、左拳外受、右手内受、打落受の仁王受を行い）
7. 右足上段または中段に対して蹴上をして直ちに引いて前に下ろす
8. 左手下受をしながら開退り左一字構になり八方目、残心

※詳細な部分の差異は不問とするが、攻防内容の省略・変化と見受けられる場合は異なる技とする。

※大会限定の攻防動作として行う内容であり、昇格考試や修練内容はこの限りではない。

第４章　　第７条　３

細則.「演武の構成」

①演武の構成数が６構成より過不足があるとみなされた場合は、総合点から１０点減点される。

②一連の流れが途切れ、残心をしたところで区切り、１構成とする。

③柔法で技に取り掛る前の払いと２連までの反撃は１構成とみなさない。

※３連攻以上の反撃や反撃に対する更なる反撃（投げ、極めを含む）があればその時点で１構成が成立したとみなし、その後の攻防は２構成目となる。

④剛法の場合、攻者による２連攻までのやり直しは１構成とみなさない。

※攻者が３連攻以上の攻撃をしたり、守者による反撃（投げ、極めを含む）があればその時点で１構成が成立したとみなし、その状態からのやり直しは２構成となる。

Ⅲ．少林寺拳法審判規則

第　1　条　審判員は少林寺拳法連盟の認定した資格を有する者とする。

第　2　条　審判員は少林寺拳法競技規則に従って優劣を決定する。

第　3　条　審判員の構成は原則として主審１名、副審４名をもって組織する。
規定科目、項目がある種目については、監査を加えることができる。
細則.「審判員の構成・配置」に準ずる。

第　4　条　審判員の任務は次の通りとする。
1　主審は当該コートの審判員の一員として採点するとともに当該コート内の審査・運営について責任を有し、副審及びスタッフを管理・統轄する。
2　副審は演武採点に関して主審と同等の権限を持って行ない、運営上主審を補佐する。

第　5　条　審判員は原則として次の要領によって審判を行う。
1　演武審査要領に従って採点し、技術度・表現度（武的習熟度）の合計点を最高 100 点とする。
2　演武は、技術度、表現度（武的習熟度）を厳格に採点し終了後、主審の指示を得て直ちに、点数を発表する。
3　演武は、審判員５名を原則として、合計点より最高点、最低点を除いた３名の総合点で優劣を決する。
最高点、最低点が複数ある場合は、技術度を比較し、最高点は技術度のより高い方、最低点は技術度のより低い方とする。
主審１名、副審２名の場合は、その総合点で優劣を決する。

第　6　条　審判員は規定の服装にて審判を行う。
細則.「審判員　服装規定」に準ずる。

第　7　条　この規則に定められていない事項については、該当コートを担当する審判員は合議して、審判委員長にはかり処理する。

第　8　条　本規則の改正は、本部審判委員会において、その議席数の３分の２以上の賛成を得て改正することができる。

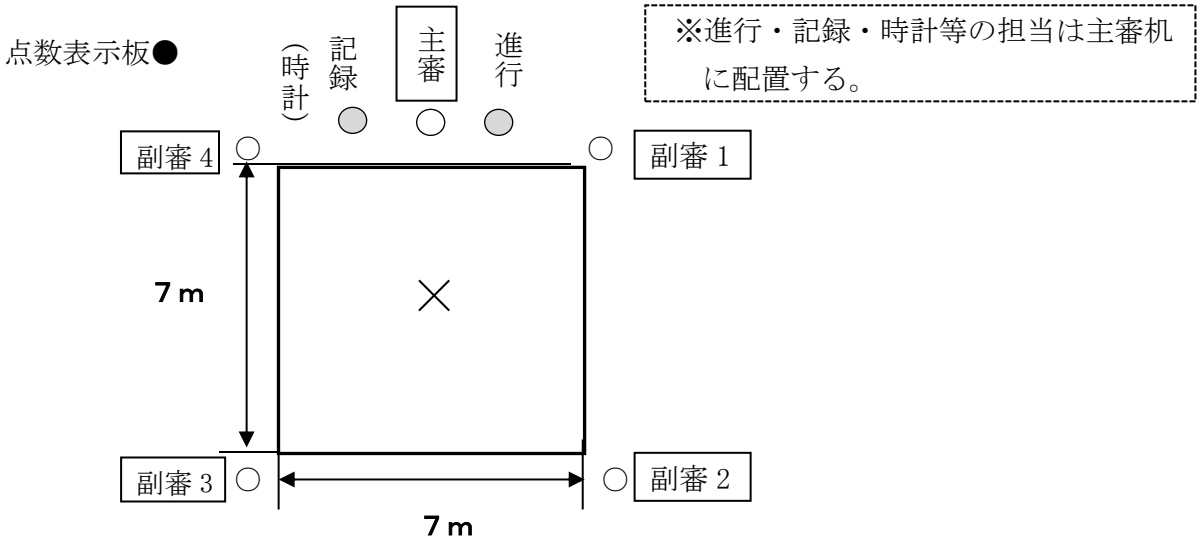
「付則」　本規則は 1997 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 1982 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 1990 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 1992 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2001 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2004 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2005 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2009 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2010 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2014 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2018 年４月１日より施行する。
「改正」　本規則は 2022 年４月１日より施行する。

【少林寺拳法審判規則　取扱細則】

第　3　条
細則.「審判員の構成・配置」

審判員の構成
都道府県大会以上の大会の本選では、主審１名、副審４名をもって組織しなくてはならない。
それ以下の規模の大会では、主審１名、副審２名をもって組織することも可とする。

審判員の配置
競技場での審判員の配置については、原則として下記の通りとする。但し、会場の規模・必要コート数に応じて変更も可とする。（３人制の場合は副審１,副審４を省く）



第　6　条
細則.「審判員　服装規定」
※本部指定に準じるものであれば可とする（男女共通）

	上	下	ネクタイ	シューズ
	本部指定のブレザー※ （エンブレム付） **公認審判員用ワイシャツ（ロゴ入り）**	本部指定のスラックス※ （チャコールグレー）	**・本部審判員 名誉本部委員 →ゴールド ・1～2 級審判員 →シルバー**	**公認審判員用シューズ**
（夏季）	公認審判員用ワイシャツ （ロゴ入り、半袖も可とする）	本部指定のスラックス※ （紺）	**ネクタイ無しでも可とする。**	

【補足】靴下について、スラックスとのバランスに考慮して、ダークカラー（黒、グレー、濃紺）を着用する。

審判員服装参照写真
（本部指定制服着用）
※夏季はブレザー無し



審判員服装参照写真
（公認ワイシャツ）
※夏季は半袖も可



審判員用胸章
（エンブレム）



公認審判員用シューズ



※審判員制服は男女共通。

Ⅳ．演武審査要領

１．評価

技術度については、６構成を１構成ずつ審査の視点に基づき攻防両面を評価する。

表現度（武的習熟度）については、開始から終了まで６構成の全体を審査の視点に基づき評価する。

２．審査項目及び配点

技術度は、６０点（１構成各１０点）とする。表現度（武的習熟度）は、４０点（４項目各１０点）とする。

表現度（武的習熟度）の審査項目は以下の４項目とする。

① 構成・リズム・節度
② 体構え・立ち方・美しさ
③ 気迫・気合・冴え
④ 調息・目配り・残心

３．評価基準

技術度、表現度（武的習熟度）ともに、下記の評価基準に従って評価する。

配点	評価基準
１０	非常に良くできている
9	良くできている
8	できている（基準）
7	ややできていない
６以下	できていない

※採点、集計の環境が整っている場合は０．５点単位の採点も可とする。

各審査項目の視点　①組演武

項目	審　　査　　の　　視　　点		
技術度	各構成毎に、以下の視点に基づいて攻防両面を評価する。 剛法：攻技、防技、反撃、当身の五要素、攻者としての攻防　など 柔法：守法、抜技、逆技、投技、固技、各種の理法、攻者としての攻防　など ※スピードや見栄えに惑わされることなく、技の成立条件が整っているか、理にかなっているか、技の本質部分を評価する。また受身も含めて武的要素を持ち、護身の観点にかなった動きをしているかどうかを評価する。		
表現度（武的習熟度）	1	構成・リズム・節度	①資格に応じた技で構成されている。 ②一連の攻防に無理がなく、演武の流れがよい。 ③不必要（不自然）な陣形変更と移動がない。　など
	2	体構え・立ち方・美しさ	①力みがない。 ②姿勢が良い。 ③足の幅、腰の落し具合、拳の位置、握り、脇の締り ④布陣　など
	3	気迫・気合・冴え	①気迫がある。 ②気合と動作が一体となっている。 （気合が動作を合わせる合図になっていない） ③スピード、パワー、極め　など ※攻防内容に適していない気合とみなした場合は、本項目の評価を採点より１点減点とする。
	4	調息・目配り・残心	①呼吸が乱れていない。 ②相手から視線が外れていない。 ③技が終わった後の心構えと身体の備えができている。など

各審査項目の視点　②三人掛演武

項目	審　　査　　の　　視　　点		
技術度	各構成に、以下の視点に基づいて攻防両面を評価する。 剛法：攻技、防技、反撃、当身の五要素、攻者としての攻防　など 柔法：守法、抜技、逆技、投技、固技、各種の理法、攻者としての攻防　など ※スピードや見栄えに惑わされることなく、技の成立条件が整っているか、理にかなっているか、技の本質部分を評価する。 ※各構成毎に、上記に加えて、以下の視点を併せて評価する。 受身も含めて武的要素を持ち、護身の観点にかなった動きをしているか。 守者１人と攻者２人がそれぞれ相手を意識できているか。		
表現度（武的習熟度）	1	構成・リズム・節度 （構成上の武的要素）	①資格に応じた技で構成されている。 ②一連の攻防に無理がなく、演武の流れがよい。 ③不必要（不自然）な陣形変更と移動がない。 ④不要な間がないか。 ⑤守者１人と攻者２人が一体となっている。　など
	2	体構え・立ち方・美しさ	①力みがない。　②姿勢が良い。 ③足の幅、腰の落し具合、拳の位置、握り、脇の締り ④布陣（無防備な体勢にならない）　など
	3	気迫・気合・冴え	①気迫がある。 ②気合と動作が一体となっている。 （気合が動作を合わせる合図になっていない） ③スピード、パワー、極め　など ※攻防内容に適していない気合とみなした場合は、本項目の評価を採点より１点減点とする。
	4	調息・目配り・残心	①呼吸が乱れていない。②相手から視線が外れていない。 ③技が終わった後の心構えと身体の備えができている。 ④守者としての２人の攻者に対する警戒　など

各審査項目の視点　③団体演武

項目	審　　査　　の　　視　　点		
技術度	各構成毎に、以下の視点に基づいて攻防両面を評価する。 剛法：攻技、防技、反撃、当身の五要素、攻者としての攻防　など 柔法：守法、抜技、逆技、投技、固技、各種の理法、攻者としての攻防　など ※スピードや見栄えに惑わされることなく、技の成立条件が整っているか、受身も含めて護身の観点から理にかなっているか、技の本質部分を評価する。 ※各構成毎に、上記に加えて、以下の視点を併せて評価する。 修練の結果、各拳士の攻防が質が伴った内容になっているか。 動作のタイミングを揃えるのではなく、あくまでも各自の攻防動作、極めなど、技術的精度のレベルが修錬の結果、高く揃っていることを評価する。		
表現度（武的習熟度）	1	構成・リズム・節度 （一体感・揃い度）	①資格に応じた技で構成されている。 ②一連の攻防に無理がなく、演武の流れがよい。 ③不必要（不自然）な陣形変更と移動がない。 ④合図的な動きをしていない。（少年部を除く）　など
	2	体構え・立ち方・美しさ	①力みがない。　②姿勢が良い。 ③足の幅、腰の落し具合、拳の位置、握り、脇の締り ④布陣（フォーメーション）　など
	3	気迫・気合・冴え	①気迫がある。 ②気合と動作が一体となっている。 （気合が動作を合わせる合図になっていない） ③スピード、パワー、極め　など ※攻防内容に適していない気合とみなした場合は、本項目の評価を採点より１点減点とする。
	4	調息・目配り・残心	①呼吸が乱れていない。②相手から視線が外れていない。 ③技が終わった後の心構えと身体の備えができている。　など

各審査項目の視点　④単独演武

項目	審　　査　　の　　視　　点		
技術度	各構成毎に、以下の視点に基づいて攻防両面を評価する。 剛法：攻技、防技、反撃、当身の五要素、攻者としての攻防　など 柔法：守法、抜技、逆技、投技、固技、各種の理法、攻者としての攻防　など ※スピードや見栄えに惑わされることなく、技の成立条件が整っているか、理にかなっているか、技の本質部分を評価する。 ※各構成毎に、上記に加えて、以下の視点を併せて評価する。 武的要素を持ち、相対と同様に相手を意識した上での正確さがあるか。 演武者が自分の見栄えのみになっていないか。		
表現度（武的習熟度）	1	構成・リズム・節度	①資格に応じた技で構成されている。 ②一連の攻防に無理がなく、演武の流れがよい。 ③不必要（不自然）な陣形変更と移動がない。 ④不自然なスピードでやらない。（相対をイメージ）　など
	2	体構え・立ち方・美しさ	①力みがない。 ②姿勢が良い。 ③足の幅、腰の落し具合、拳の位置、握り、脇の締り　など
	3	気迫・気合・冴え	①気迫がある。 ②気合と動作が一体となっている。 （気合が動作を合わせる合図になっていない） ③スピード、パワー、極め　など ※攻防内容に適していない気合とみなした場合は、本項目の評価を採点より１点減点とする。
	4	調息・目配り・残心	①呼吸が乱れていない。 ②相手から視線が外れていない。 ③技が終わった後の心構えと身体の備えができている。 ④相手を想定した目配り・残心となっているか。　など

【補足事項】

※構成について

一連の攻防の流れが途切れ、残心をしたところで区切り、１構成とする。

柔法で技に取り掛かる前の払いと反撃は１構成とはみなさない。

※演武中に止まってしまった（失敗）時の評価の処理について

その構成の技術度で失敗の程度により評価するとともに、表現度（武的習熟度）の１「構成・リズム・節度」で評価する。

※団体演武の審査の視点について

・技術度

攻防の内容は組演武と同様に評価する。

その中で各演武者の攻防動作の完成度の差異が少なく高められていれば、加点の要素とする。

・表現度（武的習熟度）「１．構成・リズム・節度」

同じ動きを行っている場合には、その「揃い度」を考慮して評価する。

※高齢者の審査について

「マスターズの部」など、高齢者を対象とする種目は、審査の視点を以下の通りとする。

・技術度

武的要素に基づいた評価をするにあたり、成立条件、各種理法の適切さなど、技法の質の高さに重点を置いて評価する。

・表現度（武的習熟度）「１．構成・リズム・節度」

「②一連の攻防に無理がなく、演武の流れがよい」については、年代に応じた攻防動作でも無理なく続く組み立てにより、流れが良く出来ているかをポイントとして評価する。

・表現度（武的習熟度）「３．気迫、気合、冴え」

「①気迫がある」については、相手を制する意識が感じられるかを視点とする。

「③スピード、パワー、極め」は強度と動作の速さではなく、力みなく適切で質が高い極めができているかを視点とする。

※合計点の目安について

８４点～８６点　本選選出レベル

８７点～８９点　入賞レベル

９０点～　　最優秀レベル

【審査用紙見本】

審査用紙

審査員氏名（　　）

種目					
ラウンド		コート		チーム	

Ｎｏ	所属	拳士氏名

					基準点
技術度(60)	剛法： 攻技、防技、反撃、当身の五要素など 柔法： 守法、技法、逆技、投げ技、固め技、各種の理法など	60 (各10)	1		8
			2		8
			3		8
			4		8
			5		8
			6		8
	小計				48
表現度(40)	①構成・リズム・節度	40 (各10)			8
	②体構え・立ち方・美しさ				8
	③気迫・気合・冴え				8
	④調息・目配り・残心				8
	小計				32
合計点（１００）					80
備考					