

国民体育大会（公開競技）

武術太極拳 競技ルール

2015年6月22日

<第5版>

（公社）日本武術太極拳連盟

国民体育大会（公開競技） 武術太極拳 競技ルール

1. 審判員の組織

審判長 1 人、A 組審判員(A1・A2・A3) 3 人、B 組審判員(B1・B2・B3) 3 人、套路審判員 1-2 人

2. 配点

動作の質 (A) 5 点 演技レベル (B) 5 点

3. 時間規定

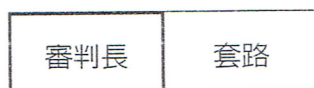
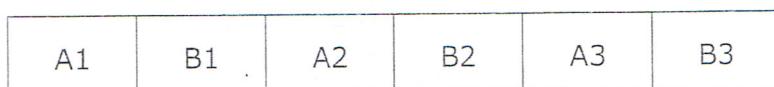
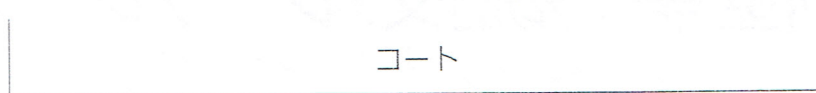
少年の部 (15~17 歳) ジュニア太極拳 2 : 3 分以内 初級長拳 : 2 分以内

成年の部 (18~29 歳) 26 式太極拳 : 4 分以内 長拳 B : 2 分以内

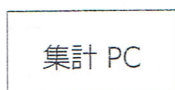
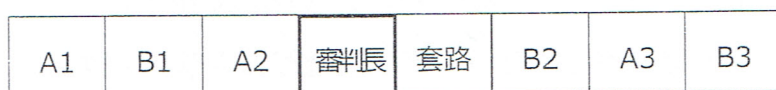
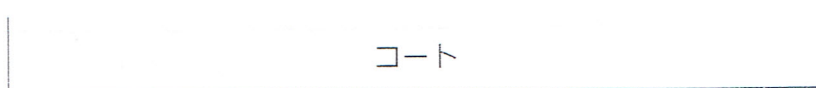
シニアの部 (30~49 歳) 太極拳推手 : 4 分以内

4. 審判配置 (例)

1) 採点システム使用 : 審判長・套路審判員席は 40cm 程度高くする



2) 採点システムなし : 大会の状況に応じ、適宜調整してよい



5. 採点方法

1) 動作の質の採点

表 1-1・2-1・3-1 動作規格のミスと減点基準 (A 組コード表) と表 1-2・1-3・2-2・3-2・3-3 套路動作名称と減点対象動作 (A 組動作表) に基づき、動作規格の要求と合わなければ、それが出現するごとに 0.1 点~0.3 点減点する。

採点システム使用 :

A1・A2・A3 の各審判は、選手の演技中、ミスと判定した時点でグリップスイッチを押し、合わせて動作コードを記録する。

演技終了後、ミスと判定したポイント (グリップスイッチを押ししたポイント) にコードを入力する。

判定の有効無効・得点計算は、採点システムで自動的に行われる。

採点システムなし：

A1・A2・A3の各審判は、選手の演技中、ミスと判定した時点でその動作コードを記録する。演技終了後、判定したミスに対し判定基準により5点満点から減点し、各審判の採点とする。集計PCがA1・A2・A3各審判の採点の平均を計算し、その選手のA組得点とする。得点は小数点以下2ケタで表示し、小数点以下3ケタ以下は切り捨てとする。

2) 演技レベルの採点

表4 演技レベルの等級・配点基準（B組採点表）に基づき、B1・B2・B3各審判と審判長が選手を採点する。

採点システム使用：

演技終了後、選手への採点を入力する。
得点計算は、採点システムで自動的に行われる。

採点システムなし：

集計PCがB1・B2・B3各審判と審判長の採点から最高・最低得点を除いた2人の採点の平均を計算し、その選手のB組得点とする。
得点は小数点以下2ケタで表示し、小数点以下3ケタ以下は切り捨てとする。

3) 套路審判の採点

套路審判は套路動作名称表に基づいて套路を検査し、歩数や回数が足りないもしくは多い、忘却等により動作全体が抜けたり、余分な動作を加えた場合、その箇所と数を審判長に申告する。審判長はその申告を審査し、申告を認めれば歩数・回数については0.1点減点、規定動作の有無については、0.2点減点する。

4) 規定時間の確認

選手の演技時間が規定を超えた場合、審判長が最終得点計算時に「太極拳種目」は5秒につき0.1点減点、「長拳種目」は2秒につき0.1点減点する。

5) やりなおしについて

選手が客観的な原因により套路を中断した場合、審判長の許可を得て1回やりなおしができ、減点が行わない。忘却、失敗等の原因で套路を中断した場合は、1回のやりなおしを認め、この場合は1点減点とする。套路を完成しなかった場合は得点を与えず、失格とする。

6) 最終得点

採点システムもしくは集計PCが以下により最終得点を計算し、審判長に報告する。

$$A \text{ 組得点} + B \text{ 組得点} - \text{套路減点} - \text{時間オーバーによる減点} = \text{最終得点}$$

6. 順位の確定

- 1) 最終得点が上位の選手を上位とする。
- 2) 同点の場合、B組得点が上位の選手を上位とする。
- 3) さらに同点の場合、B組の無効点数の平均値が有効得点の平均値に近い方を上位とする。
- 4) さらに同点の場合、2つの無効点数の平均値の高い方を上位とする。
- 5) さらに同点の場合、2つの無効点数のうち低い無効点数の高い方を上位とする。
- 6) さらに同点の場合、同順位とする。

表 1-1 太極拳 (ジュニア2・26式) 動作規格のミスと減点基準 (A組コード表)

種類	コード	動作名	減点内容
1 平衡	15	前拳脚低勢平衡 (チェンジュイジャオティシー ピンホン)	前に挙げた足が水平より低い
2 腿法	24	分脚 (フェンジャオ) 蹬脚 (トンジャオ)	上に挙げた脚が水平より低い 上に挙げた足が曲がる
	25	擺蓮脚 (パイレインジャオ)	打ち鳴らす時、振り回す足が曲がる 打ち鳴らしが空振る
	26	拍脚 (パイジャオ)	打ち鳴らす時、打ち鳴らす足が曲がる 打ち鳴らしが空振る
3 跳躍	30	騰空飛脚 (二起脚) (タンコフエイジャオ) (アルチージャオ)	蹴り上げた足先が肩より低い 打ち鳴らしが空振る
5 歩型歩法	50	弓歩 (ゴンフー)	前足の膝が足の甲の上がない 後ろ足の踵が浮く
	53	仆歩 (フーフー)	曲げる足が座り込んでいない 伸ばした足が曲がる
	54	上歩 (シャンフー)、 退歩 (トワイフー)、 進歩 (ジンフー)、 跟歩 (ゲンフー)、 側行歩 (ツァーシンフー)	足をひきずる (特殊動作の要求は除く) 移動時重心が起伏する 持ち上げる足が高すぎる
7 その他	70	バランス	重心を失い上体がゆれる、足が移動する、跳ねる
	71		附加して支える (-0.2)
	72		倒れる (-0.3)
	76	服飾	服のボタンが外れる、服が破ける、身につけているものが落ちる 靴が脱げる
	78	その他	身体のいずれかの部分がコート外の床に触れる
	79		忘却

- 注：1) ゆれる：両脚あるいは片脚で支えている時、上体の変移が見られること。
 2) 移動：両脚あるいは片脚で支えている時、いずれかの脚が移動すること。
 3) 附加して支える：重心を失い手、肘、膝、頭部、支え足でない足で支えること。
 4) 倒れる：両手、肩、体躯、臀部が床に触れること。
 5) 点数を示していないものは、すべて0.1点の減点とする。
 6) 一動作中に2つ以上の動作規格のミスが出た場合、1回として0.1減点する。
 7) 一動作中に連続して2つ以上のその他のミスが出た場合、累積して減点する。

表 1-2 ジュニア太極拳 2 動作名称 (A 組動作表)

【ジュニア太極拳 2】	
1.	起勢 (チーシー)
2.	右斜飛式 (ヨウシエフエイシー)
3.	左拍脚 (スオパ°イジャオ)
4.	右擺蓮脚 (ヨウパ°イリエンジャオ)
5.	左搂膝拗歩 (スオロウシーアオブ°)
6.	進歩搬欄捶 (シンブ°バンランチイ)
7.	右蹬脚 (ヨウト°ンジャオ)
8.	轉身左野馬分鬚 (ス°アンシェンズ°オイマー°フェンズ°)
9.	左下勢 (ス°オシャ°シー)
10.	二起脚 (アルチ°ジャオ)
11.	独立平衡 (ト°ウリ°ヒ°ン°ホ°ン)
12.	合手下蹲 (ハ°ショウ°シャ°ト°ウ°ン)
13.	十字蹬腿 (シー°ズ°ト°ン°ト°ウ°イ)
14.	進歩栽捶 (シンブ°ツァイ°チイ)
15.	上歩擠按式 (シャンブ°ジ°ア°ン°シー)
16.	收勢 (ショウ°シー)

表 1-3 26式太極拳 動作名称 (A組動作表)

【26式太極拳】	
1.	起勢 (チーシー)
2.	右攬雀尾 (ヨウランチウウエイ)
3.	左単鞭 (スオダンビエン)
4.	提手 (テイショウ)
5.	白鶴亮翅 (ハイワクリャンチ)
6.	搂膝拗歩 (ロウシーアオブー)
7.	雲手 (インショウ)
8.	退歩打虎 (トウイブダーフー)
9.	右分脚 (ヨウフエンジヤオ)
10.	双峰貫耳 (スアンフオングワンアル)
11.	左分脚 (スオフエンジヤオ)
12.	轉身拍脚 (スアンシェンパイヤオ)
13.	進歩裁捶 (シンブツァイチイ)
14.	虛歩圧掌 (シュイブヤチヤン)
15.	獨立托掌 (トウリトウチヤン)
16.	馬步靠 (マーブカオ)
17.	轉身大捋 (スアンシェンダールイ)
18.	歇歩擒打 (シエブチンダー)
19.	穿掌下勢 (チアンチヤンシャーシー)
20.	上歩七星 (シャンブチーシン)
21.	退歩跨虎 (トウイブクワフー)
22.	轉身擺蓮 (スアンシェンバイリエン)
23.	彎弓射虎 (ワンゴンシェーフー)
24.	左攬雀尾 (スオランチウウエイ)
25.	十字手 (シーズーショウ)
26.	收勢 (ショウシー)

表2-1 太極拳(太極拳推手)動作の質・その他のミスと減点基準(A組コード表)

種類	コード	減点内容
提膝平衡	10	静止時間が2秒より少ない(最初に静止状態が現れた時から計測する)
その他のミス	70	定勢時に重心を失い上体が揺れる、足が移動する、跳ねる
	71	附加して支える(0.2減点)
	72	動作の失敗により転倒する(0.3減点)
	76	服のボタンがはずれる・はずれている、服が破ける、靴が脱げる
	78	ラインアウト
	79	忘却
(チームワーク)方法と呼応	90	二人の両手が完全に離れる
	91	静止状態が長すぎる
	92	攻防が乱れる
	93	歩法が相手と協調していない
	94	
	95	

- 注：1. 静止状態が長すぎる：定勢動作での停止時間が3秒を越える。
 2. ラインアウト：身体の一部が空中でコート外に出た場合は、ラインアウトとみなさない。
 3. 点数の指定がないものはすべて1回につき0.1点減点する。
 4. これらのミスはすべて発生するごとに累積して減点する。

表2-2 太極拳推手套路 動作名称 (A組動作表)

【太極拳推手套路】	
第1組	起勢 (チー)
第2組	合歩四正手 (ホフー-スチヨシヨウ)
第3組	合歩単推手 (ホフー-タンツイヨウ)
第4組	合歩双推手 (ホフー-シヤントツイヨウ)
第5組	繞歩纏臂采靠 (ウオフー-チャンビ-ツァイカオ)
第6組	合歩四正手 (ホフー-スチヨシヨウ)
第7組	大捋 (ダーリイ)
第8組	順歩四正手 (シュンフー-スチヨシヨウ)
第9組	活歩捋擠 (ワオフー-リイジ)
第10組	連環歩四正手 (リエンファンフー-スチヨシヨウ)
第11組	合歩四正手 (ホフー-スチヨシヨウ)
第12組	收勢 (シヨウシー)

表3-1 長拳（初級長拳・長拳B）動作規格のミスと減点基準（A組コード表）

種類	コード	動作名	減点内容
1 平衡	14	扣腿平衡（コウタイヘン）	支え足の大腿部が45度以上高い
2 腿法	21	後掃腿（コウサウタイ）	払い足の足裏が床に着いていない 払い足が360度以上回っていない
	23	弾腿、踹腿（タンタイ、チアイトウイ）	曲げてから蹴り伸ばしていない
3 跳躍	30	騰空飛脚、旋風脚、騰空擺蓮（タンコンフェイスヤオ、シエンフオンジヤオ、タンコンバレイエン）	蹴り上げた足先が肩より低い 打ち鳴らしが空振る 空中で動作を行っていない
	33	旋子（シエンツツ）	空中で転体時に上体が水平より45度以上高い 膝が45度以上曲がる
5 歩型	50	弓歩（コウフー）	前足の膝が足の甲の上にはない 前足の大腿部が水平でない 後ろ足の踵が浮く
	51	馬歩（マーフー）	座り込んでいる大腿部が水平でない 両足の間隔が狭すぎる 足先が45度以上外に開いている
	52	虚歩（シユフー）	座り込んでいる大腿部が45度以上高い 後ろ足の踵が床から離れる
	53	仆歩（フーフー）	曲げる足が座り込んでいない 伸ばした足が曲がる 伸ばした足の裏全体が、床に着いていない
7 その他	70	バランス	重心を失い上体がゆれる、足が移動する、跳ねる
	71		附加して支える（-0.2）
	72		倒れる（-0.3）
	76	服飾	服のボタンが外れる、服が破ける、身につけているものが落ちる 靴が脱げる
	77	その他	持久性平衡の静止時間が2秒に満たない
	78		身体の内側の部分がコート外の床に触れる
	79		忘却

注：1） 持久性平衡（側身拳腿平衡）は静止時間が2秒より少なくてはいけない。（最初に静止状態が現れた時から計時を開始する。）

- 2） ゆれる：両脚あるいは片脚で支えている時、上体の変移が見られること。
- 3） 移動：両脚あるいは片脚で支えている時、いずれかの脚が移動すること。
- 4） 附加して支える：重心を失い手、肘、膝、頭部、支え足でない足で支えること。
- 5） 倒れる：両手、肩、体躯、臀部が床に触れること。
- 6） 点数を示していないものは、すべて0.1点の減点とする。
- 7） 一動作中に2つ以上の動作規格のミスが出た場合、1回として0.1減点する。
- 8） 一動作中に連続して2つ以上のその他のミスが出た場合、累積して減点する。

表3-2 長拳種目（初級長拳）套路動作名称と主な減点対象動作（A組動作表）

【初級長拳】	
	予備勢（1-ハ`イシ-）
1.	虚歩亮掌（シ1イフ`-リヤンチ`ヤン） 52
2.	併歩対拳（ヒンフ`-ト`ウイチ1I）
3.	弓歩衝拳（ゴンフ`-チョンチ1I）
4.	弾腿衝拳（タンツウイ`チヨンチ1I） 23
5.	馬歩衝拳（マーフ`-チョンチ1I）
6.	弓歩衝拳（ゴンフ`-チョンチ1I）
7.	弾腿衝拳（タンツウイ`チヨンチ1I） 23
8.	大躍歩前穿（タ`-IIフ`-チエンチ1ア）
9.	弓歩推掌（ゴンフ`-トウイ`チヤン） 50
10.	馬歩架掌（マーフ`-シヤ`チヤン） 51
11.	虚歩栽拳（シ1イフ`-ザ`イチ1I） 52
12.	提膝穿掌（テイシーチ1ア`チヤン）
13.	仆歩穿掌（フ`-フ`-チ1ア`チヤン）
14.	虚歩挑掌（シ1イフ`-ティア`チヤン）
15.	馬歩推掌（マーフ`-トウイ`チヤン）
16.	叉歩双擺掌（チャーフ`-スアンバ`イ`チヤン）
17.	弓歩推掌（ゴンフ`-トウイ`チヤン）
18.	轉身踢腿馬歩盤肘（ス`アンシエンテイ`トウイ`マーフ`-パンジ`ヨウ） 51
19.	歇歩掄砸拳（シ1フ`-ルンザ`-チ1I）
20.	仆歩亮掌（フ`-フ`-リヤンチ`ヤン） 53
21.	弓歩劈拳（ゴンフ`-ピ`-チ1I）
22.	換跳歩弓歩衝拳（ホアンティア`オ`フ`-ゴンフ`-チョンチ1I）
23.	馬歩衝拳（マーフ`-チョンチ1I）
24.	弓歩下衝拳（ゴンフ`-シャ`-チョンチ1I）
25.	叉歩亮掌側踹腿（チャーフ`-リヤンチ`ヤン`ツァ`-チ1アイ`トウイ） 23
26.	虚歩挑拳（シ1イフ`-ティア`チ1I）
27.	弓歩頂肘（ゴンフ`-テ`インジ`ヨウ） 50
28.	轉身左拍脚（ス`アンシエン`ス`ホ`イ`シヤ`オ）
29.	右拍脚（ヨウ`ホ`イ`シヤ`オ）
30.	騰空飛脚（タンゴンフ`エイ`シヤ`オ） 30
31.	歇歩下衝拳（シ1フ`-シャ`-チョンチ1I）
32.	仆歩掄劈拳（フ`-フ`-ルンピ`-チ1I）
33.	提膝挑掌（テイシーティア`チヤン）
34.	提膝劈掌弓歩衝拳（テイシーピ`-チヤン`ゴンフ`-チョンチ1I） 50
35.	虚歩亮掌（シ1イフ`-リヤンチ`ヤン） 52
36.	併歩対拳（ヒンフ`-ト`ウイチ1I）
	収勢（シヨウシ-）

表3-3 長拳種目（長拳B）套路動作名称と主な減点対象動作（A組動作表）

【長拳国際第一套路（長拳B）】

- | | |
|---|------------------------------------|
| 1. 予備勢（1-ハ イー） | 38. 抓肩馬歩架打（シ1ア-ジエン マ-ブ-ジヤ-ター） |
| 2. 並歩按掌（ヒンブ-アンチヤン） | 39. 馬歩格肘（マ-ブ-グ-シヨウ） |
| 3. 並歩撩掌（ヒンブ-リヤチヤン） | 40. 弓歩架打（ゴンブ-ジヤ-ター） |
| 4. 歇歩挑掌（シ1ブ-ティアチヤン） | 41. 横襠歩亮掌（ホンダンブ-リヤンチヤン） |
| 5. 上歩拍脚（シャンブ-パ イジヤオ） | 42. 貫拳弓歩頂肘（グワンチ1エン ゴンブ-テインシヨウ） |
| 6. 弓歩推掌（ゴンブ-トウチヤン） 50 | 43. 扣腿衝拳（コウツイチョンチ1エン） 14 |
| 7. 弓歩刁手（ゴンブ-ティアオシヨウ） | 44. 歇歩亮掌（シ1ブ-リヤンチヤン） |
| 8. 彈踢推掌（タンティトウチヤン） 23 | 45. 挿歩穿抹掌（チャ-ブ-チュアンモ-チヤン） |
| 9. 弓歩衝拳（ゴンブ-チョンチ1エン） | 46. 半馬歩挑掌（ハンマ-ブ-ティアチヤン） |
| 10. 並歩砸拳（ヒンブ-ザ-チ1エン） | 47. 衝拳彈踢（チョンチ1エンタンティ） 23 |
| 11. 上歩拍脚（シャンブ-パ イジヤオ） | 48. 挿歩衝拳（チャ-ブ-チョンチ1エン） |
| 12. 提膝衝拳（ティ-シーチョンチ1エン） | 49. 弧行歩擊響裏合腿（フ-シンブ- ジ-シアン リ-ホ-トウイ） |
| 13. 騰空轉身擺蓮（タンコン スワンシェンパ イリエン） 30 | 50. 上歩拍地（シャンブ-パ イテイ） |
| 14. 上歩彈踢（シャンブ-タンティ） 23 | 51. 仆歩横切掌（フ-ブ-ホンチエチヤン） 53 |
| 15. 側身拳腿平衡（ツァ-シェンシ ムイトウイホン） 77 | 52. 掄臂砸拳（ルンビ-ザ-チ1エン） |
| 16. 並歩砸拳（ヒンブ-ザ-チ1エン） | 53. 提膝抄拳（ティ-シーチャチ1エン） |
| 17. 馬歩衝拳（マ-ブ-チョンチ1エン） | 54. 墊歩旋子（テイエンブ-シ1エンツァ） 33 |
| 18. 弓歩推掌（ゴンブ-トウチヤン） | 55. 上歩拍脚（シャンブ-パ イジヤオ） |
| 19. 擊響外擺腿（ジ-シアンワイバ イトウイ） | 56. 弓歩撩掌（ゴンブ-リヤチヤン） |
| 20. 前点歩劈拳（チンティエンブ-ピ-チ1エン） | 57. 弓歩盤肘（ゴンブ-パンシヨウ） 50 |
| 21. 騰空飛脚（タンコンフイジヤオ） 30 | 58. 扶地後掃腿（フ-テイホウサオトウイ） 21 |
| 22. 提膝推掌（ティ-シトウチヤン） | 59. 掄臂砸拳（ルンビ-ザ-チ1エン） |
| 23. 上歩旋風脚（シャンブ-シ1エンフオンジヤオ） 30 | 60. 虛歩亮掌（シ1ブ-リヤンチヤン） 52 |
| 24. 馬歩砸拳（マ-ブ-ザ-チ1エン） 51 | 61. 前点歩抱拳（チンティエンブ-バチ1エン） |
| 25. 蓋歩双擺掌（ガイブ-スワンパ イチヤン） | 62. 収勢（シヨウシー） |
| 26. 上歩拍脚（シャンブ-パ イジヤオ） | |
| 27. 仆歩掄拍掌（フ-ブ-ルンパ イチヤン） | |
| 28. 掄臂砸拳（ルンビ-ザ-チ1エン） | |
| 29. 並歩推掌（ヒンブ-トウチヤン） | |
| 30. 上歩正踢腿（シャンブ-ジエンティトウイ） | |
| 31. 虛歩勾手（シ1ブ-ゴウシヨウ） | |
| 32. 提膝亮掌（ティ-シーリヤンチヤン） | |
| 33. 仆歩穿掌（フ-ブ-チュアンチヤン） | |
| 34. 推掌蹬腿（トウチヤントントウイ） | |
| 35. 大躍歩前穿（ダ-ユエブ-チンチ1アン） | |
| 36. 仆歩双拍掌（フ-ブ-スワンパ イチヤン） | |
| 37. 推掌側踹（トウチヤンツァ-チ1アイ） 23 | |

表4 演技レベルの等級・配点基準（B組採点表）

レベル	級	配点	採点の根拠
良い	①級	5.00-4.81	動作が規範に合い、方法が正確で、勁力が十分あり、力の使い方に無理がなく、力点が正確で、手眼身法歩が協調しており、リズムがはっきりし、風格が際だっているものを「良い」とする
	②級	4.80-4.51	
	③級	4.50-4.21	
普通	④級	4.20-3.81	動作が比較的規範に合い、方法が比較的正確で、勁力が比較的あり、力の使い方に比較的無理がなく、力点が比較的正確で、手眼身法歩が比較的協調しており、リズムが比較的是っきりし、風格が比較的表現できているものを「普通」とする
	⑤級	3.80-3.41	
	⑥級	3.40-3.01	
良くない	⑦級	3.00-2.51	動作が規範に合わず、方法が不正確で、勁力が不十分で、力の使い方に無理が見られ、力点が不正確で、手眼身法歩が協調しておらず、リズムがはっきりせず、風格が出ていないものを「良くない」とする
	⑧級	2.50-2.01	
	⑨級	2.00-1.51	

表5 編成内容のミスと減点基準（審判長減点）

コード	減点内容
80	規定套路の動作が1つ欠ける、もしくは1つ増えるごとに（0.2減点）
82	規定套路中の跳躍の助走や行歩の歩数、動作の回数が足りない、もしくは多い
83	太極拳の動作路線や方向が45度以上ずれる：長拳で90度以上ずれる

注：減点の点数を示していないものは、0.1減点する。