

第20回審査会 技術審査項目

	白	黄色	橙	青
	10級・10級+	9級・9級+	8級・8級+	7級・7級+
①	前転	開脚前転	側転	柔術立
②	後転	開脚後転	回転受身	腰切り
③	後受身	後受身	エビ	ワニ
④	前受身	前受身	逆エビ	エビ逃げ
⑤	回転受身	回転受身	柔術立	ガード割
⑥	肩ブリッチ	エビ	崩袈裟固	ニースライス
⑦	しぼり	両足タックル	両足タックル	くぐり
⑧	袈裟固め	首投げ	くぐり	がぶり
⑨	横四方固め	横四方固	ワンツー下突き	両足タックル
⑩	縦四方固め	バック	逆ワンツー下突き	ミドルキック
⑪	バック	縦四方固め	ミドルキック	ハイキック
⑫	首投げ	ワンツー	ワンツー	ワンツー下突き
⑬	ワンツー	下突きワンツー	下突ワンツ	逆ワンツー下突き
⑭	下突きワンツー	ミドル	ミドル	ミドル

	緑	赤	紫	茶色
	6級・6級+	5級・5級+	4級・4級+	3級・3級+
①	柔術立	エビ逃	がぶり～バック	がぶり系
②	腰切	逆エビ逃	下～十字～三角	十字エントリー
③	ワニ	ガード割・ニースライス	アーム～十字	アキレスエントリー
④	エビ逃げ	ハーフニースライス	下～十字～返し	膝十字エントリー
⑤	ガード割	十字エントリー	アキレス腱固	サドルエントリー
⑥	ニースライス	アーム～十字	外掛けアキレス腱固	チョークエントリー
⑦	サイド～アームロック	バック～十字	バック逃げ	サブミッションエスケープ
⑧	両足タックル	ワンツーハイ	ワンツーハイ	ポジションエスケープ
⑨	がぶり～バック	回転回し	回転回し	回転回し
⑩	ワンツーミドル	ステップキック	ワンツ、突っ込み	後ろ回し
⑪	スネ受け	ミドルダブル	10本ミドル	10本ミドル
⑫	ワンツーミドル	前蹴り	前蹴りスキップ	後ろ回転系
⑬	前蹴り	ローキック	回転回し	各種受け返し
⑭	ハイキック	ハイキック	後ろ蹴り	蹴りキャッチテイク

	灰色	黒
	2級・2級+	1級・特級
①	トラックポジション	トラックポジション
②	サドルエントリー	サドルエントリー
③	十字エントリー	十字エントリー
④	膝十字エントリー	膝十字エントリー
⑤	チョークエントリー	チョークエントリー
⑥	三角エントリー	三角エントリー
⑦	技の連携	技の連携
⑧	技エスケープ	技エスケープ
⑨	ポジションエスケープ	ポジションエスケープ
⑩	五本蹴り	五本蹴り
⑪	後ろ回転系	後ろ回転系
⑫	コンビネーション	コンビネーション
⑬	各種受け返し	各種受け返し
⑭	蹴りキャッチテイク	蹴りキャッチテイク

※各項目、4点です

	マット運動や基本動作を単独で行ないます
	相手に抑え込みや基本動作、技を掛けて完成度を見ます
	打撃の基本動作を単独で行ないます
	ミット打ちを行ない、技の完成度を見ます

- ⑮ 拳立伏 学年別によって規定回数に挑戦し回数により評価します
- ⑯ 腹筋 30秒間、腹筋動作を行ない、学年別によって評価します
- ⑰ ブリッチ返 30秒間、ブリッチ返り動作を行ない、学年別によって評価します
- ⑱ 返事・挨拶 普段の返事や挨拶が出来ているかを評価します
- ⑲ 練習日数 練習日数を評価します
- ⑳ 態度・意欲 練習における態度や意欲を評価します
- ㉑ お手伝い 掃除や道具の出し入れ、整理整頓などを評価します
- ㉒ 試合・気持 試合中や、試合に対する気持ちを見ます
- ㉓ 試合・内容 試合中の技術的、戦略的な内容を見ます
- ㉔ 試合・勝敗 全勝4点、2勝3点、1勝2点、0勝1点
- ㉕ 試合・応援 試合中のセコンド力、仲間に対する接し方を見ます

※各項目4点です

※100点満点中、70点以上で昇級、85点以上で飛び級となります