

日本テコンドー協会 昇級審査会 1階級昇級 実技審査課題

改訂 2025年5月5日改訂

施行 第151回春季（5月）以降

日本テコンドー協会（JTA）審査会は、より一層、量よりも質を重視すべく下記の通り審査課題を改訂する。

目 次

表1-A 赤帯・2級から茶帯・1級への1階級昇級審査課題

表1-B 少年少女部小学生茶帯・1級 調整審査課題（無料受験・複数回受験可）

表2 青帯・3級から赤帯・2級への1階級昇級審査課題

表3 紫帯・4級から青帯・3級への1階級昇級審査課題

表4 緑帯・5級から紫帯・4級への1階級昇級審査課題

表5 水帯・6級から緑帯・5級への1階級昇級審査課題

表6 黄帯・7級から水帯・6級への1階級昇級審査課題

表7 白帯・無級から黄帯・7級への1階級昇級審査課題

注 意

一、対象

- 1, 一般部・男子とは、高校生以上の男性受験生をいう。
- 2, 一般部・女子とは、高校生以上の女性受験生をいう。
- 3, 壮年部・男子とは、30歳以上の男性受験生をいう。ただし、本人が希望すれば一般部・男子とする。
- 4, 壮年部・女子とは、30歳以上の女性受験生をいう。ただし、本人が希望すれば一般部・女子とする。
- 5, 中学生部とは、少年少女部の中学生の男・女受験生をいう。
- 6, 小学生甲部とは、少年少女部の小学校4年生～6年生の男・女の受験生をいう。
- 7, 小学生乙部とは、少年少女部の小学校1年生～3年生の男・女の受験生をいう。
- 8, 児童部とは、少年少女部の未就学の男・女の受験生をいう。

二、実技審査 型と約束組手

- 1, JTAの昇段は、年齢・性別にかかわらず、すべて同質の価値を有しなければならない。
そのためには、昇段審査受験資格を有する1級・茶帯昇級迄に、年齢・性別にかかわらず、同じ審査課題を合格していなければならない。
そこで①中学生以上の受験者は、型と約束組手の審査課題は同一にする。
②小学生以下の受験生は「調整審査（無料・複数回受験可）」を新たに設け、未受験課題の克服を計る。
- 2, 実技審査は、より一層の量より質を重視するものとする。
 - ① 保留制度を新たに設ける。課題に失敗した場合、次回審査時に限り無料とする。
 - ② 実技課題の「暗記」を回避し、質を向上させるべく、中学生以上の受験者の審査課題を軽減する。
 - ③ 少年少女部小学生は、昇段迄の過程を重視するよう指導することが望ましい。
一步一步堅実に昇級した後、昇段することで、持続的な努力の姿勢および堅実な人生観の涵養を目指したい。
そこで新たに設けた「調整審査」を通じて、約束組手の修得をはかるものとする。
1級合格後、1年以内に未試験の約束組手を審査する「調整審査」を受けなければならない。
 - ④ 児童の昇級は、6級・水色までとする。

表1-A 赤帯・2級から茶帯・1級への1階級昇級審査課題

課題 対象	蹴武型 審査	約束組手審査	威力審査 試し割り
一般部・男子	清 衡	① 中級応用約束組手 8番 ② 中級応用約束組手 9番 ③ 中級応用約束組手 10番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り
一般部・女子	清 衡	① 中級応用約束組手 8番 ② 中級応用約束組手 9番 ③ 中級応用約束組手 10番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り
壮年部・男子	清 衡	① 中級応用約束組手 8番 ② 中級応用約束組手 9番 ③ 中級応用約束組手 10番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り
壮年部・女子	清 衡	① 中級応用約束組手 8番 ② 中級応用約束組手 9番 ③ 中級応用約束組手 10番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り
中学生部	清 衡	① 中級応用約束組手 8番 ② 中級応用約束組手 9番 ③ 中級応用約束組手 10番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り
小学生甲部	清 衡	① 中級応用約束組手 3番 ② 中級応用約束組手 4番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り
小学生乙部	清 衡	① 初級基本約束組手 10番 ② 中級応用約束組手 1番	中段捻り蹴り・中足蹴り＋ 上段後ろ掛け蹴りの段差攻撃 中段・上段連続ミット蹴り

表1-B 少年少女部小学生茶帯・1級 調整審査課題（無料受験・複数回受験可）

少年少女部小学生は、1級合格後、1年以内に未試験の約束組手を審査する調整審査を受けなければならない。

対象	調整審査課題	中級応用約束組手	未受験課題
<p>1級合格時 小学生甲部（4～6年生） 中級応用約束組手1～4番審査合格済者</p>	<p>① 中級応用約束組手 5番 ② 中級応用約束組手 6番 ③ 中級応用約束組手 7番</p>	<p>④ 中級応用約束組手 8番 ⑤ 中級応用約束組手 9番 ⑥ 中級応用約束組手 10番</p>	
<p>1級合格時 小学生乙部（3年生以下） 中級応用約束組手1番 審査合格済者</p>	<p>① 中級応用約束組手 2番 ② 中級応用約束組手 3番 ③ 中級応用約束組手 4番 ④ 中級応用約束組手 5番 ⑤ 中級応用約束組手 6番</p>	<p>⑥ 中級応用約束組手 7番 ⑦ 中級応用約束組手 8番 ⑧ 中級応用約束組手 9番 ⑨ 中級応用約束組手 10番</p>	
<p>その他 例) 小6・小3時の3学期の審査会で 1級合格。4月から中1・小4に それぞれ進級した少年少女部会員</p>	<p>未審査の中級応用約束組手</p>		

表2 青帯・3級から赤帯・2級への1階級昇級審査課題

課題 対象	蹴武型 審査	約束組手審査	威力審査 試し割り
一般部・男子	謙 信	① 中級応用約束組手 5番 ② 中級応用約束組手 6番 ③ 中級応用約束組手 7番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
一般部・女子	謙 信	① 中級応用約束組手 5番 ② 中級応用約束組手 6番 ③ 中級応用約束組手 7番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・男子	謙 信	① 中級応用約束組手 5番 ② 中級応用約束組手 6番 ③ 中級応用約束組手 7番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・女子	謙 信	① 中級応用約束組手 5番 ② 中級応用約束組手 6番 ③ 中級応用約束組手 7番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
中学生部	謙 信	① 中級応用約束組手 5番 ② 中級応用約束組手 6番 ③ 中級応用約束組手 7番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生甲部	謙 信	① 中級応用約束組手 1番 ② 中級応用約束組手 2番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生乙部	謙 信	① 初級基本約束組手 8番 ② 初級基本約束組手 9番	後ろ回し蹴り・踵蹴り＋ 回し蹴り・甲蹴り一段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り

表3 紫帯・4級から青帯・3級への1階級昇級審査課題

課題 対象	蹴武型 審査	約束組手 審査	威力審査 試し割り等
一般部・男子	武 蔵	① 中級応用約束組手 2番 ② 中級応用約束組手 3番 ③ 中級応用約束組手 4番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
一般部・女子	武 蔵	① 中級応用約束組手 2番 ② 中級応用約束組手 3番 ③ 中級応用約束組手 4番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・男子	武 蔵	① 中級応用約束組手 2番 ② 中級応用約束組手 3番 ③ 中級応用約束組手 4番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・女子	武 蔵	① 中級応用約束組手 2番 ② 中級応用約束組手 3番 ③ 中級応用約束組手 4番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
中学生部	武 蔵	① 中級応用約束組手 2番 ② 中級応用約束組手 3番 ③ 中級応用約束組手 4番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生甲部	武 蔵	① 初級基本約束組手 8番 ② 初級基本約束組手 9番 ③ 初級基本約束組手 10番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生乙部	武 蔵	① 初級基本約束組手 6番 ② 初級基本約束組手 7番	後ろ横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り

表4 緑帯・5級から紫帯・4級への1階級昇級審査課題

課題 対象	蹴武型 審査	約束組手 審査	威力審査 試し割り等
一般部・男子	龍 馬	① 初級基本約束組手 9番 ② 初級基本約束組手 10番 ③ 中級応用約束組手 1番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
一般部・女子	龍 馬	① 初級基本約束組手 9番 ② 初級基本約束組手 10番 ③ 中級応用約束組手 1番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・男子	龍 馬	① 初級基本約束組手 9番 ② 初級基本約束組手 10番 ③ 中級応用約束組手 1番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・女子	龍 馬	① 初級基本約束組手 9番 ② 初級基本約束組手 10番 ③ 中級応用約束組手 1番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
中学生部	龍 馬	① 初級基本約束組手 9番 ② 初級基本約束組手 10番 ③ 中級応用約束組手 1番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生甲部	龍 馬	① 初級基本約束組手 6番 ② 初級基本約束組手 7番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生乙部	龍 馬	① 初級基本約束組手 4番 ② 初級基本約束組手 5番	横蹴り・踵蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り

表5 水帯・6級から緑帯・5級への1階級昇級審査課題

課題 対象	蹴武型 審査	初級基本約束組手 審査	威力審査 試し割り等
一般部・男子	青 淵	① 6番 ② 7番 ③ 8番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
一般部・女子	青 淵	① 6番 ② 7番 ③ 8番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・男子	青 淵	① 6番 ② 7番 ③ 8番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
壮年部・女子	青 淵	① 6番 ② 7番 ③ 8番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
中学生部	青 淵	① 6番 ② 7番 ③ 8番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生甲部	青 淵	① 4番 ② 5番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り
小学生乙部	青 淵	① 3番	回し蹴り・中足蹴りの段差攻撃 上段・中段連続ミット蹴り

表6 黄帯・7級から水帯・6級への1階級昇級審査課題

課題 対象	蹴武型 審査	初級基本約束組手 審査	威力審査 試し割り等
一般部・男子	南 洲	① 3番 ② 4番 ③ 5番	前蹴り・踵蹴り ミット蹴り
一般部・女子	南 洲	① 3番 ② 4番 ③ 5番	前蹴り・踵蹴り ミット蹴り
壮年部・男子	南 洲	① 3番 ② 4番 ③ 5番	前蹴り・踵蹴り ミット蹴り
壮年部・女子	南 洲	① 3番 ② 4番 ③ 5番	前蹴り・踵蹴り ミット蹴り
中学生部	南 洲	① 3番 ② 4番 ③ 5番	前蹴り・踵蹴り ミット蹴り
小学生甲部	南 洲	① 2番 ② 3番	前蹴り・踵蹴り ミット蹴り
小学生乙部	南 洲	① 2番	前蹴り・踵蹴り ハンドミット蹴り
児童部	南 洲	免除	前蹴り・踵蹴り ハンドミット蹴り

表7 白帯・無級から黄帯・7級への1階級昇級審査課題

課題 対象	四方形 審査	初級基本約束組手 審査	威力審査 ミット蹴り
一般部・男子	① 四方形・左 ② 四方形・右	① 1番 ② 2番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
一般部・女子	① 四方形・左 ② 四方形・右	① 1番 ② 2番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
壮年部・男子	① 四方形・左 ② 四方形・右	① 1番 ② 2番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
壮年部・女子	① 四方形・左 ② 四方形・右	① 1番 ② 2番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
中学生部	① 四方形・左 ② 四方形・右	① 1番 ② 2番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
小学生甲部	① 四方形・左 ② 四方形・右	① 1番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
小学生乙部	① 四方形・左	① 1番	① 横蹴り・踵蹴り ② 回し蹴り・甲蹴り
児童部	① 四方形・左	免除	① 横蹴り・踵蹴り