
全日本少年少女けん玉道選手権大会

競技説明書（競技規程）

【内容】

- 1.参加資格
- 2.競技形式
- 3.決勝競技の進行（トーナメント戦）
- 4.その他の規則
- 技の解説と注意事項



公益社団
法人

日本けん玉協会

JAPAN KENDAMA ASSOCIATION

全日本少年少女けん玉道選手権大会競技説明

1. 参加資格

全日本少年少女けん玉道選手権大会の参加資格を下記に定める。

- ① 小学生であること。
- ② 各地区の全日本少年少女けん玉道選手権大会の予選大会の予選会で優勝した男女各1名が本大会に出場できる。ただし、優勝選手が止むを得ない事情で欠場する場合は、それに準ずる者が出場できる。

2. 競技形式

※競技は「地区予選」ならびに地区予選から選出された選手による「本大会」からなる。地区予選、本大会いずれも男女別に行う。

(1) 地区予選の競技方法

※けん玉検査及び管理

競技開始前に各地区の審判団によりけん玉検査を行う。検査に合格したけん玉については選手が管理することとする。

- ① 地区予選競技は、男女別に次の二段階よりなる。
第一段階は、1種目5回制予選競技10種目の合計得点で競技を行い、決勝競技進出者8名を選出する。成功1回につき1得点とする。
第二段階は、トーナメント競技で決勝競技10種目を選技種目としてタイム競技種目も含めて行い、優勝者を選出する。
- ② 予選競技種目と決勝競技種目は本競技説明後述の「全日本少年少女けん玉道選手権大会の競技種目における技の解説と注意事項」参照。
- ③ 地区予選大会は、ブロック長の管理下で行われる。地区予選会の競技のルール等は各地区のけん玉の普及状況等を鑑み、けん玉検査及び管理も含めて、本競技説明に準じて、審判団の協議を経て、ブロック長の責任において行う。

(2) 本大会の競技方法

地区の男女別予選会で選出された選手により、男女別のトーナメント戦を行う。

3. 決勝競技の進行（トーナメント戦）

※競技開始前日に審判団によるけん玉検査を行う。検査に合格したけん玉については選手が管理することとするが、必要に応じて競技開始までに審判団が再検査することもある。

(1) 競技順と選技

トーナメント表の下側、左側の試合を優先して行う。

(2) 先攻の決定

トーナメント表の左側にある選手をその試合の先攻とする。

(3) 試合の開始

- ① 選手は係員の指示により試合場に入場する。この時不在の場合は、失格とする。
- ② 入場時、使用が認められたけん玉を持って入場する。
- ③ 先攻の選手が、客席に向かって右側に位置する。
- ④ 入場したら主審の指示に従い、正面（観客）に向かい主審の合図で礼をする。その後、対戦者

相互に向かい合い、主審の合図で礼をする。礼をする時は、けん先を玉の穴に入れて、けん玉を片手で持つこと。

(4) 選技

選技は先攻の選手が抽選により行い、先攻・後攻の順にその技を行う。

(5) 得点者の決定

- ① 一方の選手が成功し他方の選手が失敗した場合、成功した選手の得点（1本）とする。
- ② 1種目は3回制とし、両選手3回ずつ試技しても得点者が決まらない場合は、その種目を終了とし、その種目は「引き分け」とする。

(6) 選技及び先攻・後攻の変更

1本又は1選技終了したら、先攻・後攻の順を交替し、先攻の選手が新たに選技する。

(7) 勝者の決定（規定の種目数を終了した場合の処置は（9）に定める。）

- ① 準決勝までは2本先取した選手の勝ちとする。
- ② 決勝は、3本先取した選手の勝ちとする。
- ③ 決勝戦の前に、三位決定戦を行う。

(8) タイム競技の実施（規定の選技数を終了した場合の処置は（9）に定める）

- ① 準決勝までの試合は同点1対1又は4種目終了後0対0になった時点でタイム競技を行い、勝者を決める。
- ② 決勝戦は同点2対2又は6種目終了後0対0、1対1になった時点でタイム競技を行い、勝者を決める。

(9) 種目数の制限

- ① 準決勝までは1試合4種目を限度とする。
- ② 準決勝までは4種目終了した時点で、得点の多い選手の勝ちとし、同点の場合はタイム競技で勝敗を決める。
- ③ 決勝戦は6種目を限度とする。6種目終了した時点で得点の多い選手の勝ちとする。ただし、5種目終了して2対0の場合は、逆転の可能性がないので得点の多い選手の勝ちとする。また、6種目終了して同点の場合はタイム競技で勝敗を決める。

(10) 試技の開始

各試技は、主審の『始め』の合図（発声）により開始する。タイム競技の場合は、主審の「○対○」によりタイム競技『構え、初め』の合図（発声）により開始する。

(11) 試技の終了

- ① 試技は、主審の『成功』、『失敗』又は『待て』の発声により終了とする。
- ② タイム競技については本競技説明後述の「全日本少年少女けん玉道選手権大会の競技種目における技の解説と注意事項」参照。

(12) 試技の時間制限と判定

試技は、審判長の『始め』の合図（発声）の後、15秒以内に開始し40秒以内に終了すること。試技の制限時間に違反した場合は、その試技を失敗とする。ただしタイム競技を除く。

(13) 競技における罰則と判定

- ① 各選技の試技及びタイム競技において主審の「始め」の「発声・合図」の前に試技を行った場合は、その試技は無効として注意が与えられる。その選手が2度目の注意を受けた場合、その時点でその試技は失敗とする。3度目以降も同様とする。
- ② 競技中に受けた罰則回数は、予選競技、決勝競技の中でのみ有効とする。

- ③ 決勝競技中に「注意」以上の罰則を受けている選手が、タイム競技において開始時に反則をした場合は反則負けとする。
- ④ 選手の呼び出しがあった後の試合場内での練習行為は禁止する。違反した選手には罰則が与えられる。

(14) 競技進行及び判定に対する異議申し立て

競技の進行や試技の判定について、異議がある場合には、選手は主審に対して説明を求めることができる。ただし、この場合においても最終的には審判団の裁定に従わなければならない。

(15) 競技終了時の挨拶等について

- ① 競技の終了は、対戦者が相互向かい合い、主審の合図（発声）で互いに礼をし、続いて正面（観客）に向かって礼をして、試合場から退場する。礼をする時はけん先を玉の穴に入れて、けん玉を片手で持つこと。

- (16) 選手は、けん玉を所定の保管場所に返却する。ただし、準決勝までに敗退した選手はけん玉を返却する必要はない。

4. その他の規則

- (1) 本大会で使用できるけん玉に関しては、「公式戦使用けん玉規程」による。
- (2) 本大会における試技と技に関係しては、本競技説明後述の「全日本少年少女けん玉道選手権大会の競技種目における技の解説と注意事項」による。
- (3) 本大会における罰則等に関しては、「公式戦における罰則規程」による。

- (附則) 1. 平成12年10月29日 制定（従来慣行で実施していたものを当期日付けで成文化）
- 2. 平成16年1月1日 改正
 - 3. 平成24年5月5日 改正
 - 4. 平成29年7月10日 改正
 - 5. 令和元年5月10日 改正

全日本少年少女けん玉道選手権大会の競技種目における技の解説と注意事項

全日本少年少女けん玉道選手権大会の競技種目における正しい技の定義は、「級・段位認定試験及び公式戦におけるルール原則」及び当項「技の解説と注意事項」による。

【持ち方】：

けん玉の持ち方は「級・段位認定試験及び公式戦におけるルール原則」及び別紙7項を参照のこと。持ちかえの必要な技は、まず最初の持ち方を示し、その後に持ち替え後の持ち方を示す。

例 つるし一回転灯台～けんの場合

【持ち方】 つるし技の持ち方

最初の持ち方を示す

2本の指で糸の中程を持ち、けん玉をつるす（右利きの場合：左にけん、右に玉）。

持ち替え後の持ち方 1, 玉の持ち方 2, とめけんの持ち方に準じる持ち方

1回目の持ち替え後の持ち方

2回目の持ち替え後の持ち方

【技の動作】：技の「構え」から「成功」までの動作を示す。

【注意事項】：技の成功・失敗の判定に関する注意事項を示す。

以下に、技の解説と注意事項を記す。

1 <予選競技種目の技> 地区予選第一段階における競技種目

①とめけん

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を回転させずに鉛直上方に引き上げて玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・玉を回転させてはならない
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「構え」の状態から玉を引き上げるために、玉を上下に動かす、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・技を開始した後に、再び手で玉を押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす

②飛行機

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

一方の手で玉を持ち、他方の手でつり下げたけんを持って手前に引き寄せ構える。けんを放してけんを前に振り出し、玉を手前に動かしてけんを引き空中でけんを手前に1/2回転させ、けん先を玉の穴に入れる。

【注意事項】

- ・けん先が玉の穴に完全に入ること。
- ・手でけんを持って体を一旦静止させて構えた後、けんを振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを手で持たないで一旦体を静止させ構えた後、けんを前後に振るなどの予備動作を始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・技を開始した後に、再び手でけんを押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

③ふりけん

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

一方の手でけんを持ち、他方の手でつり下げた玉を持って手前に引き寄せ構える。玉を放して玉を前に振り出し、けんを手前に動かして玉を引き空中で玉を手前に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・手で玉を持って体を一旦静止させて構えている場合、玉を振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・手で玉を押さえずに一旦体を静止させて構えている場合、玉を前後に振るなどの予備動作を始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・技を開始した後に、再び手で玉を押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

④世界一周

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を引き上げて小皿に乗せる。次に玉を投げ上げ大皿に玉に乗せる。続いて玉を投げ上げ中皿に玉に乗せる。最後に玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・最初の皿乗せは、大皿でも小皿でもよい。すなわち、「小皿～大皿～中皿～けん」又は「大皿～小皿～中皿～けん」の順で行うこと。玉は確実に皿の上に乗ること。玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「構え」の状態から玉を引き上げるために、玉を上下に動かす、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

⑤けん先すべり

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を引き上げ、糸の出ている側の「けん先と皿胴」に玉に乗せる。この時玉の穴の縁がけん先に接触していること。このまま玉をけん先から離さずに滑らせて玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・玉は糸の出ている側の「けん先と皿胴」に乗せること。
玉の穴の縁がけん先に接触し、且つ玉の面の一部が皿胴に接触した状態で玉を「けん先と皿胴」に乗せること。また、この状態を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・玉が「けん先と皿胴」に乗った時、及び玉の穴にけん先が入る直前まで、少なくともけんの先端側の穴の縁がけん先に接触していること。
- ・玉の穴の縁がけん先上を滑る状態で玉の穴にけん先が入ること。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「構え」の状態から、玉を上下に動かす、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。玉をけん先上で滑らせる動作を試みたが、玉が滑らなかった場合は失敗と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

⑥うぐいす

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を回転させずに鉛直上方に引き上げて、玉の穴を利用して玉を大皿（又は小皿）の縁に乗せ、けん先に玉を接触させた状態で静止させる。玉及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・玉を回転させてはならない。

- ・玉を乗せるのは、「大皿の縁」でも「小皿の縁」でもよい。
- ・けん先と玉の接触が見られない場合でも、玉がけん先に触れることが可能な位置関係、すなわち、演技者の正面（演技者の反対側に向いている皿側）から見たとき、けん先と玉が重なる位置関係にあること。（大皿極意・小皿極意にならないこと）
- ・うぐいすを完成した後、主審の「成功」の合図（挙手）があるまで、けん玉と体を静止させておくこと。
- ・つり下げた玉を大皿の縁に乗せる動作をするために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を引き上げるなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑦うらふりけん

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。玉を手前に振り出し、けんを前方に動かして玉を引き、空中で玉を向こう側に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・動作中けん又は玉の一部でも、肩幅の範囲から外に出ないこと。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・つり下げた玉を手前に振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・手で玉を持たずに構えている場合、玉を前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を振るなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑧つるしとめけん

【持ち方】 つるし技の持ち方

二本の指で糸の中程を持ち、けん玉をつるす（右利きの場合：左に玉、右にけん）。

持ち替え後の持ち方 とめけんの持ち方に準じる持ち方

【技の動作】

二本の指で糸の中程を持ち、けん玉を下につり下げて構える。糸を引き、けん玉を鉛直上方に引き上げて糸を離してけんをつかみ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・けん玉をつるした時、糸を指に掛けてはならない。また、糸を余らせてつまんではならない。
- ・けんをつかんだ時、皿胴をつかんではいない。
- ・玉を回転させてはならない。
- ・技は片手で行うこと（つるした手でけんをつかむこと）。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること
- ・つるしたけん玉をまっすぐ引き上げるために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・けん玉を引き上げるなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑨宇宙一周

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を引き上げて「けん先と皿胴」に玉を乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。次に玉を投げ上げ小皿に乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。次に玉を投げ上げ大皿に玉を乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。続いて玉を投げ上げ中皿に玉を乗せる。最後に玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・「けん先と皿胴」に玉を乗せる時は、玉は糸の出ている側の「けん先と皿胴」に乗せること。

- ・けん先と皿胴～けん～大皿～けん～小皿～けん～中皿～けんの順でもよい（～けん：玉の穴にけん先を入れること）。
- ・玉をけんから皿に乗せるときは、「回転」（玉を回転させて皿に乗せる）又は「抜き」（玉を回転させずに皿に乗せる）など特に制限しない。
- ・玉は確実に皿の上に乗ること。玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・つり下げた玉を「けん先と皿胴」に乗せる動作をするために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・つり下げた玉を「けん先と皿胴」に乗せる動作をするために、あるいは「けん先と皿胴～けん」、「皿～けん」、「けん～皿」を行う際に、膝をまげる、手を上下させる等の玉を空中に上げるための予備動作を開始した後に、玉の穴がけん先から抜けなかったので再度やり直したなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

⑩地球まわし

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

「ふりけん」を完成させた後、玉を投げ上げて玉を手前に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「構え」の状態から、玉を上下に動かす、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉の穴にけん先が入った状態から玉を投げ上げるための動作を開始した後に、一連の動作で玉の穴がけん先から抜けなかった又は再度やり直したなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「ふりけん」完成までの動作及び注意事項は「ふりけん」の項目参照のこと

2<決勝競技種目の技（地区予選第二段階1回戦）>

地区予選第二段階（トーナメント戦）で使用できる決勝競技種目。本大会（全国大会）では使用しない。

①うぐいす

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を回転させずに鉛直上方に引き上げて、玉の穴を利用して玉を大皿（又は小皿）の縁に乗せ、けん先に玉を接触させた状態で静止させる。玉及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・玉を回転させてはならない。
- ・玉に乗せるのは、「大皿の縁」でも「小皿の縁」でもよい。
- ・けん先と玉の接触が見られない場合でも、玉がけん先に触れることが可能な位置関係、すなわち、演技者の正面（演技者の反対側に向いている皿側）から見たとき、けん先と玉が重なる位置関係にあること。（大皿極意、小皿極意にならないこと）
- ・うぐいすを完成した後、主審の「成功」の合図（発声）があるまで、けん玉と体を静止させておくこと。
- ・つり下げた玉を大皿の縁に乗せる動作をするために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を引き上げるなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

②うらふりけん

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。玉を手前に振り出し、けんを前方に動かして玉を引き、空中で玉を向こう側に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・動作中けん又は玉の一部でも、肩幅の範囲から外に出ないこと。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・つり下げた玉を手前に振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・手で玉を持たずに構えている場合、玉を前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を振るなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

③つるしとめけん

【持ち方】 つるし技の持ち方

二本の指で糸の中程を持ち、けん玉をつるす（右利きの場合：左に玉、右にけん）。

持ち替え後の持ち方 とめけんの持ち方に準じる持ち方

【技の動作】

二本の指で糸の中程を持ち、けん玉を下につり下げてかまえる。糸を引き、けん玉を鉛直上方に引き上げて糸を離してけんをつかみ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・けん玉をつるした時、糸を指に掛けてはならない。また、糸を余らせてつまんではならない。
- ・けんをつかんだ時、皿胴をつかんではない。
- ・玉を回転させてはならない。
- ・技は片手でやること（つるした手でけんをつかむこと）。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること
- ・つるしたけん玉をまっすぐ引き上げるために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・けん玉を引き上げるなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

④宇宙一周

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げてかまえる。けんを動かして玉を引き上げて「けん先と皿胴」に玉を乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。次に玉を投げ上げ小皿に乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。次に玉を投げ上げ大皿に玉を乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。続いて玉を投げ上げ中皿に玉を乗せる。最後に玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・「けん先と皿胴」に玉を乗せる時は、玉は糸の出ている側の「けん先と皿胴」に乗せること。
- ・けん先と皿胴～けん～大皿～けん～小皿～けん～中皿～けんの順でもよい（～けん：玉の穴にけん先を入れること）。
- ・玉をけんから皿に乗せるときは、「回転」（玉を回転させて皿に乗せる）又は「抜き」（玉を回転させずに皿に乗せる）など特に制限しない。
- ・玉は確実に皿の上に乗ること。玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・つり下げた玉を「けん先と皿胴」に乗せる動作をするために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・つり下げた玉を「けん先と皿胴」に乗せる動作をするために、あるいは「けん先と皿胴～けん」、「皿～けん」、「けん～皿」を行う際に、膝をまげる、手を上下させる等の玉を空中に上げるための予備動作を開始した後に、玉の穴がけん先から抜けなかったので再度やり直したなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

⑤地球まわし

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

「ふりけん」を完成させた後、玉を投げ上げて玉を手前に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「構え」の状態から、玉を上下に動かす、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉の穴にけん先が入った状態から玉を投げ上げるための動作を開始した後に、一連の動作で玉の穴がけん先から抜けなかった又は再度やり直したなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「ふりけん」完成までの動作及び注意事項は「ふりけん」の項目参照のこと

⑥さか落とし

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

「灯台」を完成させた後、そのままけんを投げ上げけんを手前に1/2回転させ、けん先を玉の穴に入れる。

【注意事項】

- ・けん先が玉の穴に完全に入ること。
- ・連続技の途中の「灯台」の完成を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・けんを1/2回転させて「灯台～さか落とし」を行うための、膝をまげる、手を上下させる等の予備動作を開始した時点で技が開始されたと見なす。
- ・「灯台」の静止の完了した状態から次の動作に移行する間に動いたけん玉を再び静止させた場合は中断とは見なさない。ただし、故意にこれを行ったと判断されれば、修正行為と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「灯台」完成までの動作及び注意事項は「灯台」の項目を参照のこと。

⑦一回転灯台

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

一方の手で玉を持ち、他方の手でつり下げたけんを持って手前に引き寄せ構える。けんを放してけんを前に振り出し、玉を手前に動かしてけんを引き空中でけんを手前に1回転させ、玉の上に中皿を乗せてけんを立て静止させる。けん及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・一回転灯台を完成させた後、主審の「成功」の合図（発声）があるまで、けん玉と体を静止させておくこと。
- ・けんが玉を持つ手或いはその他の体・物に触れた場合は失敗とする。
- ・けんを振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを手で持たないで構えている場合、けんを前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを前に振り出すなど技を開始した後に、再び手でけんを押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑧一回転飛行機

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

一方の手で玉を持ち、他方の手でつり下げたけんを持って手前に引き寄せ構える。けんを放してけんを前に振り出し、玉を手前に動かしてけんを引き空中でけんを手前に1.5回転させ、けん先を玉の穴に入れる。

【注意事項】

- ・けん先が玉の穴に完全に入ること。
- ・けんを振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で

技が開始されたと見なす。

- ・けんを手で持たないで構えている場合、けんを前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを前に振り出すなど技を開始した後に、再び手でけんを押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑨ふりけん<もちかえて>はねけん

【持ち方】 とめけんの持ち方

持ち替え後の持ち方 玉の持ち方

【技の動作】

「ふりけん」を完成させた後、けん先が玉の穴から抜けることなくけん玉を投げ上げ、最初にけんを持っていた手で玉をつかみ（けん先は玉の穴に入った状態）、そのまま「はねけん」を行う。

【注意事項】

- ・けんから玉に持ち替える間、けん先が玉の穴に入った状態を保持すること。
- ・「ふりけん」及び「はねけん」の注意事項を参照のこと。
- ・連続技による修正行為の禁止事項を守ること。

⑩灯台とんぼ返り

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

「灯台」を完成させた後、けんを投げ上げけんを手前に1回転させ、玉の上に中皿を乗せてけんを立て静止させる。けん及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・連続技の途中の「灯台」の完成を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・灯台とんぼ返り完成後、主審の「成功」の合図(発声)があるまでけん玉と体を静止させておくこと。
- ・けんが玉を持つ手或いはその他の体・物に触れた場合は失敗とする。
- ・「灯台」の静止の完了した状態から次の動作に移行する間に動いたけん玉を再び静止させた場合は中断とは見なさない。ただし、故意にこれを行ったと判断されれば、修正行為と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「灯台」完成までの動作及び注意事項は「灯台」の項目を参照のこと。

3<決勝競技種目の技(本大会)>

地区予選における決勝競技種目を兼ねる。

※地区予選では準決勝以上も「2<決勝競技種目の技(地区予選1回戦)>」を使用して構わない。

①うぐいすの谷渡り

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を回転させずに鉛直上方に引き上げて、玉の穴を利用して玉を大皿(又は小皿)の縁に乗せ、けん先に玉を接触させた状態で静止させる。次いで、玉を投げ上げそのまま回転させることなくけん先を越えて玉の穴を利用して玉を小皿(又は大皿)の縁に乗せ、けん先に玉を接触させた状態で静止させる。最後に、玉を投げ上げそのまま玉を回転させずに玉の穴にけん先を入れる。

【注意事項】

- ・玉を回転させてはならない。
- ・玉を皿の縁に乗せる順番は、「大皿の縁～小皿の縁」でも「小皿の縁～大皿の縁」でもよい。
- ・けん先と玉の接触が見られない場合でも、玉がけん先に触れることが可能な位置関係、すなわち、演技者の正面(演技者の反対側に向いている皿側)から見たとき、けん先と玉が重なる位置関係にあること。(大皿極意、小皿極意にならないこと)
- ・連続技の途中の「うぐいす」の完成を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること
- ・つり下げた玉を大皿の縁に乗せる動作をするために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を引き上げるなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止め

る動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

- ・「うぐいす」の静止の完了した状態から次の動作に移行する間に動いたけん玉を再び静止させ場合は中断してやり直しとは見なさない。ただし、故意にこれを行ったと判断されれば、修正行為と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

②うらふりけん～宇宙一周

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

けんを持ち、玉を下につり下げて構える。玉を手前に振り出し、けんを前方に動かして玉を引き、空中で玉を向こう側に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる（うらふりけん）。次いで、玉を投げ上げ「けん先と皿胴」に玉を乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。次に玉を投げ上げ小皿に乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。次に玉を投げ大皿に玉を乗せる。その後玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる。続いて玉を投げ上げ中皿に玉を乗せる。最後に玉を投げ上げ玉の穴にけん先を入れる（～宇宙一周）。

【注意事項】

- ・うらふりけんの動作中けん又は玉の一部でも、肩幅の範囲から外に出ないこと。
- ・つり下げた玉を手前に振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・手で玉を持たずに構えている場合、玉を前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を振るなど技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・「けん先と皿胴」に玉を乗せる時は、玉は糸の出ている側の「けん先と皿胴」に乗せること。
- ・宇宙一周はけん先と皿胴～けん～大皿～けん～小皿～けん～中皿～けんの順でもよい（～けん：玉の穴にけん先を入れること）。
- ・玉をけんから皿に乗せるときは、「回転」（玉を回転させて皿に乗せる）又は「抜き」（玉を回転させずに皿に乗せる）など特に制限しない。
- ・玉は確実に皿の上に乗ること。玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・つり下げた玉を手前に振り出すために、あるいはうらふりけん完成後に玉を投げ上げ「けん先と皿胴」に玉を乗せるために、さらには「けん先と皿胴～けん」、「皿～けん」、「けん～皿」、を行う際に、膝をまげる、手を上下させる等の玉を空中に上げるための予備動作を開始した後に、玉の穴がけん先から抜けなかったので再度やり直したなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

③つるしとめけん～地球まわし

【持ち方】 つるし技の持ち方

二本の指で糸の中程を持ち、けん玉をつるす（右利きの場合：左に玉、右にけん）。

持ち替え後の持ち方 とめけんの持ち方に準じる持ち方

【技の動作】

二本の指で糸の中程を持ち、けん玉を下につり下げてかまえる。糸を引き、けん玉を鉛直上方に引き上げて糸を離してけんをつかみ、玉の穴にけん先を入れる。次いで、玉を投げ上げて玉を手前に1回転させ、玉の穴にけん先を入れる（～地球まわし）。

【注意事項】

- ・けん玉をつるした時、糸を指に掛けてはならない。また、糸を余らせてつまんではならない。
- ・けんをつかんだ時、皿胴をつかんではない。
- ・つるしとめけんの動作中、玉を回転させてはならない。
- ・技は片手で行うこと（つるした手でけんをつかむこと）。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること
- ・つるしたけん玉をまっすぐ引き上げるために、あるいは「地球まわし」をするために膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。

- ・けん玉を引き上げるなど技を開始した後に、あるいは「地球まわし」を行う際に玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

④けん先おもてうらすべり

【持ち方】 とめけんの持ち方

【技の動作】

「けん先すべり」を完成させた後、玉を投げ上げ、先に行ったけん先すべりとは反対側の（糸が出ている側の）「けん先と皿胴」に玉を乗せ（穴の縁はけん先に接する）、再度玉をけん先から離さず滑らせて、玉の穴にけん先を入れる（～うらけん先すべり）。

【注意事項】

- ・「けん先すべり～うらけん先すべり」の順に行うこと。
- ・うらけん先すべりへの移行の時、玉は「回転」（玉を回転させて「けん先と皿胴」に乗せる）又は「抜き」（玉を回転させず「けん先と皿胴」に乗せる）など特に制限しない。
- ・玉の穴の縁がけん先に接触し、且つ玉の面の一部が皿胴に接触した状態で玉を「けん先と皿胴」に乗せること。また、この状態を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・玉が「けん先と皿胴」に乗った時、及び玉の穴にけん先が入る直前まで、少なくともけんの先端側の穴の縁がけん先に接触していること。
- ・玉の穴の縁がけん先上を滑る状態で玉の穴にけん先が入ること。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「けん先すべり」を完成させた後、玉を投げ上げ反対側の「けん先と皿胴」に玉を乗せる際に、膝をまげる、手を上下させる等の玉を空中に上げるための予備動作を開始した後に、けん先が玉の穴から抜けなかった又は再度やり直したなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・技を開始した後に、玉を手で押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。玉をけん先上で滑らせる動作を試みたが、玉が滑らなかった場合は失敗と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「けん先すべり」完成までの動作及び注意事項は「けん先すべり」の項目を参照のこと。

⑤すべり止め極意

【持ち方】 極意技の持ち方

けん先を手のひら側にし、糸の出ている側の皿胴を下にして片手でけんの小皿と大皿を挟む様に持つ。皿胴より中皿側のけんに触れてはならない。

【技の動作】

片手でけんの小皿と大皿を持ち、玉を下につり下げて構える。けんを動かして玉を回転させずに鉛直上方に引き上げて、玉の穴を利用して玉をすべり止めに乗せて静止させる。玉及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・皿胴より中皿側のけんを持つてはならない。けんを持つ手はけん先に触れても良い。
- ・玉を回転させてはならない。
- ・主審の「成功」の合図（発声、挙手）があるまでけん玉と体を静止させておくこと。
- ・つり下げた玉をまっすぐ引き上げる動作をするために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・玉を引き上げるなど技を開始した後に、再び手で玉を押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑥灯台～けん

【持ち方】 玉の持ち方

持ち替え後の持ち方 とめけんの持ち方に準じる持ち方

【技の動作】

「灯台」を完成させた後、けん玉を空中に投げ上げけんを回転させずに玉を1/2回転させ、けんをつかみ、1/2回転してきた玉の穴にけん先を入れる（～けん）。

【注意事項】

- ・技は片手で行うこと（～けん：玉を持った手でけんをつかむこと）。
- ・「灯台」を行う際、けんが玉を持つ手或いはその他の体・物に触れた場合は失敗とする。
- ・連続技の途中の「灯台」の完成を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・すくい玉にならないこと（玉の穴は水平より下向きの状態でけん先が入ること）
- ・灯台の状態から玉の穴にけん先を入れるまでの間の玉の回転方向は問わない。
- ・「灯台」完成後、玉からけんを持ち替えて玉の穴にけん先を入れる間に、けんと玉を結ぶ糸が張った状態で玉を動かして玉の穴にけん先を入れてはならない。
- ・けんをつかんだ時、皿胴をつかんではいならない。
- ・玉の穴にけん先が完全に入ること。
- ・「構え」の状態からつり下げたけんを引き上げるために、けんを上下に動かす、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・技を開始した後に、降ろしたけんを引き上げずにけんを持ち直すなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・「灯台」の静止の完了した状態から次の動作に移行する間に動いたけん玉を再び静止させた場合は中断とは見なさない。ただし、故意にこれを行ったと判断されれば、修正行為と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「灯台」完成までの動作及び注意事項は「灯台」の項目を参照のこと。

⑦二回転灯台

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

一方の手で玉を持ち、他方の手でつり下げたけんを持って手前に引き寄せ構える。けんを放してけんを前に振り出し、玉を手前に動かしてけんを引き空中でけんを手前に2回転させ、玉の上に中皿を乗せてけんを立て静止させる。けん及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・二回転灯台を完成させた後、主審の「成功」の合図（発声、挙手）があるまでけん玉と体を静止させておくこと。
- ・けんが玉を持つ手或いはその他の体・物に触れた場合は失敗とする。
- ・けんを振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを手で持たないで構えている場合、けんを前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを前に振り出すなど技を開始した後に、再び手でけんを押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。

⑧一回転飛行機～灯立

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

一方の手で玉を持ち、他方の手でつり下げたけんを持って手前に引き寄せかまえる。けんを放してけんを前に振り出し、玉を手前に動かしてけんを引き空中でけんを手前に1.5回転させ、けん先を玉の穴に入れる（一回転飛行機）。次いで、けんを投げ上げ、けんを手前に1/2回転させ、玉の上に中皿を乗せてけんを立てて静止させる（～灯立）。けん及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・けん先が玉の穴に完全に入ること。
- ・灯立を完成させた後、主審の「成功」の合図（挙手）があるまでけん玉と体を静止させておくこと。
- ・けんを振り出すために、膝を曲げ伸ばす動きや、体でリズムをとるなどの予備動作を行った時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを手で持たないで構えている場合、けんを前後に振り始めた時点で技が開始されたと見なす。
- ・けんを前に振り出すなど技を開始した後に、再び手でけんを押さえるなど、あきらかに技の一連の流れを止める動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
- ・けん先を玉の穴に入れた状態から、けんを投げ上げ手前に1/2回転させるための、膝をまげる、手を上下させる等の予備動作を開始した後に、けん先が玉の穴から抜けなかった又は再度やり直し

- た等、技の一連の流れを止めるあきらかな動作を行った場合は、動作を中断しやり直したと見なす。
 ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。

⑨ふりけん<もちかえて>はねけん

【持ち方】 とめけんの持ち方
 持ち替え後の持ち方 玉の持ち方

【技の動作】

「ふりけん」を完成させた後、けん先が玉の穴から抜けることなくけん玉を投げ上げ、最初にけんを持っていた手で玉をつかみ（けん先は玉の穴に入った状態）、そのまま「はねけん」を行う。

【注意事項】

- ・けんから玉に持ち替える間、けん先が玉の穴に入った状態を保持すること。
- ・「ふりけん」及び「はねけん」の注意事項を参照のこと。
- ・連続技による修正行為の禁止事項を守ること。

⑩灯台とんぼ返り

【持ち方】 玉の持ち方

【技の動作】

「灯台」を完成させた後、けんを投げ上げけんを手前に1回転させ、玉の上に中皿を乗せてけんを立て静止させる。けん及び体の動きを少なくとも3秒静止させること。

【注意事項】

- ・連続技の途中の「灯台」の完成を確認するため、必ず一度けん玉と体を静止させること。
- ・灯台とんぼ返り完成後、主審の「成功」の合図(発声)があるまでけん玉と体を静止させておくこと。
- ・けんが玉を持つ手或いはその他の体・物に触れた場合は失敗とする。
- ・「灯台」の静止の完了した状態から次の動作に移行する間に動いたけん玉を再び静止させた場合は中断とは見なさない。ただし、故意にこれを行ったと判断されれば、修正行為と見なす。
- ・連続技における修正行為の禁止事項を守ること。
- ・「灯台」完成までの動作及び注意事項は「灯台」の項目を参照のこと。

<タイム競技の種目>

文部タイム競技 2015

次の技を順序通り正しく行い、全種目終了までの速さを競うものである。失敗したら何度でも成功するまでやり直して進めること。

- ・主審の『構え、始め』の発声・動作で競技を開始する。
- ・主審の『それまで』の発声・動作で競技は終了する。

技の解説については、「級・段位認定試験種目における技の解説と注意事項」を参照のこと。

- | |
|--|
| 1)とめけん
2)ヨーロッパー周
3)地球まわし
4)うぐいす～けん
5)はねけん
6)一回転飛行機
7)さか落とし |
|--|

- | |
|---|
| <試技における注意事項>
1)とめけん: ・構えの際、玉を手で押さえなくてもよい。・玉の穴にけん先が完全に入ること。
2): 「小皿～けん～大皿～けん～中皿～けん」又は「大皿～けん～小皿～けん～中皿～けん」の順に玉を乗せていく技。(～けん: 玉の穴にけん先を入れること)。玉の皿乗せは、皿の面の外周が全て玉に接触すること。
3) 地球まわし: 玉の穴にけん先が完全に入ること。
4) うぐいす～けん: 「うぐいす」は、体の静止も含め、玉の穴の縁が正しく大皿の縁(又は小皿の縁)に接し一瞬静止したあとで、玉の穴にけん先を入れること。
5) はねけん: けん先が玉の穴に完全に入ること。
6) 一回転飛行機: けん先が玉の穴に完全に入ること。
7) さか落とし: 「灯台」を行った時、中皿の面の外周が全て玉に接していれば静止する必要はない。 |
|---|