

基本動作審査票(複数人用)

一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会

都道府県名		支部名	年	月	日
審査員名	印		会場		
会員番号			受験者名		
審査資格・役職名			会員番号		
審査補助員名			受験段位	段	段
会員番号			審査時に得た情報 (身体的不都合など)		
審査資格・役職名					
基本動作	No	チェック項目	配点	レ	減点
1 礼をする	1	足のかかとを、揃える	1		
	2	上体を真っ直ぐ伸ばし、30度位倒す	1		
	3	ひじを曲げず、筒を垂直に、大きく動かさない	1		
2 構える	4	両足は肩幅程度で、ほぼ平行に、45度位に立つ	2		
	5	筒を水平に、指先が床を指すように	2		
3 筒を上げる	6	目線は、正面の一点に	1		
	7	息を吸いながら、手指を開かず、両腕を伸ばす	2		
	8	3秒位で、両腕を耳の位置まで	2		
4 息を吐く	9	手先が弧を描くよう、手指を開かず、両腕を伸ばす	2		
	10	9秒位かけて、筒をおろしながら、息を吐ききる	2		
	11	下までおりたら、すぐに、顔を的へ	2		
	12	呼吸音をたてない	2		
5 息を吸う	13	息を吸いつつ、筒をしゃくらず、息を止めくわえる	2		
	14	手のひらは、平らにして、筒を乗せる	2		
	15	左手の肘は、120度位の遊びを	1		
	16	片目でなく、両目で的を見る	1		
6 吹く	17	1・2・3のタイミングで、短く一気に吹く	2		
7 息を調える	18	残心 残身を(目線を的に残して)	1		
	19	筒は目の高さに、前へならえの後、目線(顔)を戻す	2		
	20	6秒位かけて、筒をおろしながら、息を吐く	2		
8 礼をする	21	足のかかとを、揃える	1		
	22	上体を真っ直ぐ伸ばし、30度位倒す	1		
	23	ひじを曲げず、筒を垂直に、大きく動かさない	1		
	24	礼が、おざなりになっていないか	2		
9 全体	25	動作が滑らかで、手先や立ち姿が美しいか	2		
配点計			40		
減点計					
基本動作得点計 = (配点計 - 減点計)					