

附件

中国武术段位制段级考评指导大纲

(试 行)

第一章 总则

第一条 为鼓励广大青少年儿童参与武术锻炼，促进健康成长，培育武术后备人才，弘扬优秀民族传统文化，根据《中国武术段位制（试行）》《中国武术段位制管理办法（试行）》的有关规定，制定《中国武术段位制段级考评指导大纲（试行）》。

第二条 凡能接受武德教育、正确掌握武术礼仪，进行武术套路或散打锻炼的幼小学龄儿童，每修满 36 学时（每学时不低于 45 分钟）或连续参加武术锻炼满半年，可参加一次段级晋升考评，经考核合格者可授予相应段级。

第三条 凡经中国武术协会及各级段位制办公室审批或授权的各级段位制考试点，均可按照相关规定开展武术段级培训和考评工作，并主动接受社会及相关单位指导、管理和监督。

第四条 武术段级考评的内容，以武德教育、武术礼仪，身体基本素质，武术套路基本功和基本技术为主，以及初步掌握武术基本知识和武术基本锻炼方法情况等。

第五条 经考评合格并授予相应段级的武术习练者名单，应及时上传至中国武术协会段位制网站，提供公开查询服务。

第二章 武德、武术礼仪考评

第六条 武德是习武者应共同遵守的最基本的道德行为规范，是习武之人文明礼貌的体现，应将武德、武术礼仪教育贯穿于日常武术锻炼过程始终。

第七条 在武术段级考评之前，应由考评长对全体考生开展武德和武术礼仪教育，集体诵读武德篇和武德守则，学习抱拳礼、考评进场、退场礼仪规范等。

第八条 参加段级考试者应身着武术服装，在武术技术专项考试上场前和考试结束下场时均应行武术抱拳礼，考评员对考生的服装、礼仪进行评分，具体标准参考如下：

考评内容	等级 (分值范围)	评价标准
抱拳礼	优秀 (10~8.6)	并步站立，头正颈直，身姿挺拔，精神饱满，左手四指并拢伸直成掌，拇指屈拢，右手握拳，以左手掌心掩贴于右手拳面，置于胸前屈臂成圆，富有张力，目视受礼者。
	良好 (8.5~7.6)	并步站立，头正颈直，身姿较挺拔，精神较饱满，左手四指并拢伸直成掌，拇指屈拢，右手握拳，以左手掌心掩贴于右手拳面，置于胸前屈臂成圆，张力较好，目视受礼者。
	合格 (7.5~6分)	基本成并步站立，身体姿势基本符合头正身直的要求，左手基本成掌形，但不太标准，右手握拳，左手能基本以掌心掩贴于右手拳面，双臂在体前基本成圆，但张力一般，能基本目视受礼者。
	不合格 (6分以下)	达不到以上中等技术标准。

第三章 身体基本素质考评

第九条 加强身体素质锻炼是促进青少年儿童健康成长的重要保障，是参加武术锻炼的重要内容，应将力量、速度、柔韧、灵敏等基本身

体素质锻炼贯穿于日常武术锻炼过程始终。

第十条 参加段级考评者应至少参加两项身体基本素质测试，并达到合格以上标准，具体测试内容可根据考试年龄段和参与锻炼武术项目的特点进行选择。各级测试项目参考如下：

考评内容		评价标准及等级
1-3 级	闭眼单脚站立	任选 2 项进行测试，评价标准及等级可参照《少儿体能测试项目及标准》或相关标准，并应达到合格及以上
	坐位体前屈	
	30 秒跳绳	
	或自选其他项目	
4-6 级	双脚连续跳	
	1 分钟仰卧起坐	
	1 分钟跳绳	
	或自选其他项目	
7-9 级	立定跳远	
	10 米折返跑	
	1 分钟跳绳	
	或自选其他项目	

第四章 武术基本技术考评

第十一条 武术套路段级基本技术考评，主要考核对武术套路基本动作的掌握情况和熟练程度，每级考评内容应选择相应数量的基本动作和动作组合进行考评，具体内容及标准参考如下：

技术考评内容		动作种类及数量		
对应段级		1-3 级	4-6 级	7-9 级
手型	拳、掌、勾、爪	2	3	4
步型	弓步、马步、仆步、虚步、歇步	2	3	5
手法	冲拳、劈拳、贯拳、砸拳、鞭拳；推掌、挑掌、穿掌、劈掌、亮掌；搂手、缠手	3	4	6
肘法	顶肘、盘肘	0	1	2

腿法	正踢腿、侧踢腿、里合腿、外摆腿、弹腿、蹬腿、侧踹腿	2	4	6
跳跃	腾空飞脚、腾空里合腿、腾空摆莲腿、腾空箭弹、旋子、旋风脚、大跃步	0	2	3
平衡	提膝平衡、望月平衡、燕式平衡、扣膝平衡	0	1	2
动作组合	步型+手型+手法+腿法	5-10	0	0
	步型+步法+手型+手法+腿法+跳跃	0	10-16	0
	步型+步法+手型+手法+腿法+跳跃+平衡	0	0	12-20

第十二条 武术散打段级基本技术考评，主要考核对武术散打基本动作的掌握情况和应用程度，每级考评内容应选择相应数量的基本动作和动作组合进行考评，具体内容及标准参考如下：

技术考评内容		动作种类及数量		
对应段级		1-3 级	4-6 级	7-9 级
拳法	直拳、摆拳、勾拳、鞭拳	2	3	4
腿法	鞭腿、侧踹、蹬腿、摆腿、扫腿、剪腿	2	3	5
肘法	顶肘、砸肘、扫肘	0	1	2
步法	进步、退步、上步、撤步、横步、斜步、滑步、垫步、换步、盖步	2	4	6
躲闪	侧闪、蹲闪、退闪	1	2	3
摔法	抱摔、别摔、拉摔、压摔、接腿摔	0	1	2
动作组合	基本步法+拳法组合	3-5	0	0
	基本步法+拳法+腿法+躲闪组合	0	5-8	0
	基本步法+拳法+腿法+躲闪+摔法组合	0	0	8-10

第五章 考评方法

第十三条：段级考评时设考评长 1 人，考评员 2—4 人，编排记录

长 1 人，检录长 1 人，根据考评人数情况，可设多个考评小组。采用 3 人评分时，3 名考评员的平均分为考生的最终得分；4 人及以上考评员评分时，去掉 1 个最高分和 1 个最低分，其余分数的平均分为考生的最终得分。

第十四条：考评时，考评员须根据相应段位考评内容的评分细则和考生的临场表现，独立对考生的技术完成情况进行评定。技术考评的各项内容均采用 10 分制打分，分数至多可到小数点后 1 位。最后得分取小数点后两位，第 3 位数不做 4 舍 5 入。各段级技术考试的满分为 10 分，考生的最终得分为该生各项考试内容的得分乘以该项考试内容所占的分值比例之和。

第十五条 考评结束后，应及时将参加段级考评者名单、成绩和结果上传至中国武术协会段位制网站，并于 10 个工作日内，将考评情况上报所属地段位制办公室备案。

第六章 其 他

第十六条 本办法自发布之日起试行，在此之前与办法内容不一致的相关文件均以此为准。

第十七条 解释权属中国武术协会段位制办公室。