

# バトントワリング 技能ライセンス

受講生用テキスト

【4級】

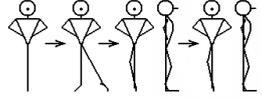
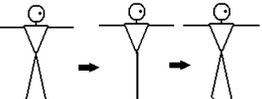
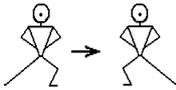
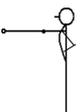
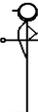
講習内容  
検定要領



一般社団法人 日本バトン協会

# 【講習内容 BT-4】

指導時間 6時間 (45分×6単位)

単位	講座名	講習内容	ポイント	メモ	習った	できた
1	フットワークⅢ	①バランス ステップ (Balance Step) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>姿勢</li> <li>フォーム</li> <li>リズム</li> </ul>			
		②トゥー ステップ (Toe Step) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>姿勢</li> <li>フォーム</li> <li>リズム</li> <li>膝のロック</li> </ul>			
		③サンバ ステップ (Samba Step) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>姿勢</li> <li>フォーム</li> <li>リズム</li> <li>ターンアウト</li> </ul>			
		④スリー ステップ ターン (Three Step Turn) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>姿勢</li> <li>フォーム</li> <li>リズム</li> <li>ターンアウト</li> <li>一直線上</li> </ul>			
2	基本操法Ⅲ	①カートウィール A (Cartwheel A) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>8拍1回 (左右4拍ずつ)</li> <li>垂直</li> <li>側面に平行</li> </ul>			
		カートウィール B (Cartwheel B)	<ul style="list-style-type: none"> <li>8拍1回 (左右4拍ずつ)</li> <li>垂直</li> <li>側面に平行</li> </ul>			
		②リバース カートウィール A (Reverse Cartwheel A) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>8拍1回 (左右4拍ずつ)</li> <li>垂直</li> <li>側面に平行</li> </ul>			
		リバース カートウィール B (Reverse Cartwheel B)	<ul style="list-style-type: none"> <li>8拍1回 (左右4拍ずつ)</li> <li>垂直</li> <li>側面に平行</li> </ul>			
		③RHフラット リバース エイト (RH Flat Reverse eight)	<ul style="list-style-type: none"> <li>2拍1回</li> <li>水平</li> <li>床に平行</li> </ul>			
		④LHフラット エイト (LH Flat eight)	<ul style="list-style-type: none"> <li>2拍1回</li> <li>水平</li> <li>床に平行</li> </ul>			
		⑤エイト&4フィンガー (RH・LH)	<ul style="list-style-type: none"> <li>6拍1回</li> <li>垂直</li> <li>側面に平行</li> <li>掌の向き</li> </ul>			

【講習内容 BT-4】

単位	講座名	講習内容	チェックポイント	メモ	習った	できた
3	基本操法Ⅳ	①RHフラット 4フィンガー (RH Flat 4 Finger)	・5拍1回 ・水平 ・掌の向き			
		②LHリバースフラット 4フィンガー (LH Reverse Flat 4 Finger)	・5拍1回 ・水平 ・掌の向き			
		③ネックラップ (Neck Wrap)	・2拍1回 ・水平 ・手の交差			
		④バックキャッチ (Back Catch)	・3拍1回 ・水平 ・フットワークとのタイミング			
		⑤エンドスウィングターンアンダー (End Swing Turn Under)	・4拍1回 ・垂直 ・フットワークとのタイミング			
4	基本操法Ⅴ	①ハンドロール (Hand Roll)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行			
		②リバースハンドロール (Reverse Hand Roll)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行			
		③LHエルボーリストダブルロール (LH Elbow Wrist Double Roll)	・3拍1回 ・垂直 ・正面に平行 ・連続時のタイミング ・受け取り方			
		④トゥーアームロール (Two Arm Roll)	・3拍1回 ・垂直 ・正面に平行 ・連続時のタイミング ・導入・受け取り方			
		⑤サムフリップ (RH・LH) (Thumb Flip)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行 ・手首のスナップ			
5	コンビネーションⅠ	①RHフラットリスト (左足フロントポイント) (1・2・3) ～スライド～ネックラップ (左足フロントポイント) (4) (5・6) ～バックパス (左足前3番) (7・8)	・姿勢 ・グリップ  ・フォーム ・リズム			
		②RHハンドロール (左足フロントポイント) (1・2) ～RHリバースハンドロール (右足4番レンジ) (3・4) ～アウトサイドループ (左足フロントポイント) (5・6) ～LHエルボーリストダブルロール (左足フロントポイント) (7・8) ～RHクラブ	・パターン ・スムーズネス  ・フットワークとのタイミング			
6	検定要領	①検定方法手順による復習 ②クリニック				

※RH (右手) LH (左手)

# 【検定要領 BT-4】

## 1. 各種のフットワークは次の順に行う

※スターティングポジションは、フリーハンドは腰に置きフットワークは6番ポジションで行う。

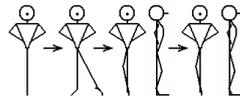
1. バランス ステップ8拍    2. トゥー ステップ8拍    3. サンバ ステップ8拍

スタート  
(イト08拍)



6番ポジション

①バランス ステップ



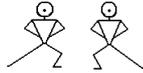
(1~8) LF 2拍・RF 2拍×2回

②トゥー ステップ



(1~8) 左足からルルベでステップする

③サンバ ステップ



(1~8) 左足から踏み込んでステップする

## 2. 各種の基本操法は次の順に行う

※スターティングポジションは、フリーハンドは腰に置きフットワークは6番ポジションで行う。

※各操法の持ちかえは8拍で行い、次の操法を行う。

スタート  
(イト08拍)



①LHフラット エイト

〈8拍〉



②LHリバース フラット 4フィンガー 〈8拍×2回〉

〔1・2・3・4・5〕 LHリバース フラット 4フィンガー 〔6・7・8〕 静止



③RHエイト&4フィンガー

〈8拍×2回〉

〔1・2・3・4・5・6〕 エイト&4フィンガー 〔7・8〕 静止



④カートウィール B

〈8拍×2回〉



⑤トゥー アーム ロール

〈8拍×2回〉

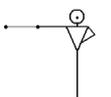
〔1・2・3〕 トゥー アーム ロール〜 〔4〕 右手にパス〜 〔5・6・7・8〕 静止



⑥RHサム フリップ

〈4拍×2回〉

〔1・2〕 サム フリップ〜 〔3・4〕 静止〜 〔5・6〕 サム フリップ〜 〔7・8〕 静止

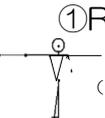


⑦エンド スウィング ターン アンダー 〈8拍×2回〉

〔7・8〕 予動で6番ルルベ〜 〔1・2・3・4〕 エンド スウィング ターン アンダー  
〔5・6〕 後ろ向きになる〜 〔7・8〕 6番ルルベ

## 3. 各種のコンビネーションは下記の要領により行う

I スタート  
(イト08拍)



①RHフラット リスト トゥール〜スライド〜 ネック ラップ〜 バック パス

カウント  
フットワーク (LFP)

(1~3)  
(LFP)

(4拍目でスライド)



(5・6)  
(LFP)



(7・8)  
(LF 3番)

II スタート  
(イト08拍)



②RHハット ロール〜RHリバース ハット ロール〜アウト サイド ループ〜LHエルボ - リスト ダブル ロール

カウント  
フットワーク (LFP)

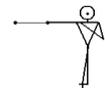
(1・2)  
(LFP)



(3・4)  
(R 4番ランジ)



(7・8)  
(LFP)



(7・8)  
(LFP)

〜RHクラップ

(1)  
(LFP)

※やり直しは、原則2回までとする。