

バトンワーリング
技能ライセンス
受講生用テキスト

【6 級】

講習内容
検定要領

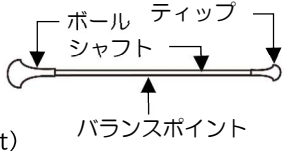
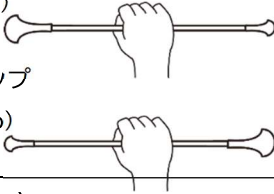
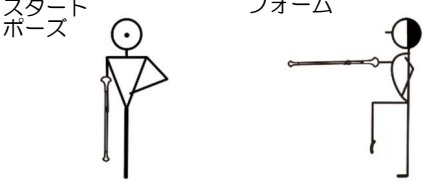


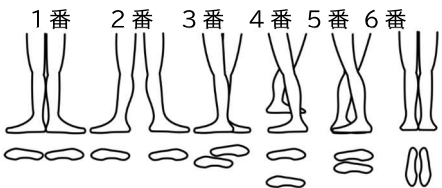
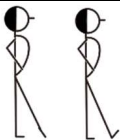
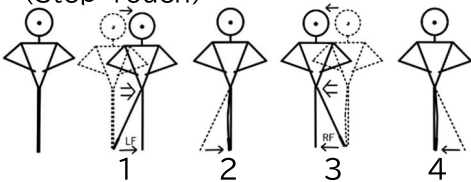
一般社団法人 **日本バトン協会**

2026 年 10 月改訂版

【講習内容 BT - 6】

指導時間 (45 分×3単位)

単位	講座名	講 習 内 容	チェックポイント	メモ	習った	出来た
1	バトンの基礎知識	①バトンの名称 ・ボール(Ball) ・ティップ(Tip) ・シャフト(Shaft) ・バランス ポイント(Balance Point) 				
		②バトンの持ち方 ・レギュラー グリップ (Regular Grip) ・リバース グリップ (Reverse Grip) 	親指と人差指の付け根で持つ			
		<リズムとパターン> ・リズム (Rhythm) ・パターン (Pattern) (バーディカル・フラット・オブリーク) (Vertical ・ Flat ・ Oblique)	拍数、バトン操法の決められた拍数 音の強弱や長短 バトンの回転が作り出す面 (縦・横・斜め)			
	基本動作 I	①アット イーズ ・休め (At Ease) 	・姿勢 ・グリップ ・フォーム			
		②アテンション ・気をつけ (Attention) 	・姿勢 ・グリップ ・フォーム			
		③サリュート ・敬礼 (Salute) 	・姿勢 ・グリップ ・フォーム			
		④ベーシック ストラット ・基本ストラット (Basic Strut) スタート ポーズ フォーム  (MT8～FM8～MT8) ※MT:マーク タイム (Mark Time) 足踏み ※FM:フォワード マーチ (Forward March) 前進	・姿勢 ・グリップ ・フォーム ・リズム			

単位	講座名	講 習 内 容	チェックポイント	メモ	習った	出来た
1	フットワーク I	①バレエの脚のポジション(1番～6番) (Ballet Position) 	・姿勢 ・フォーム			
		②ポイント(トォー・ヒール) Point (Toe・Heel) 	・姿勢 ・フォーム			
		③ステップ タッチ (Step Touch) 	・姿勢 ・フォーム ・リズム			
2	基本操法 I	① リスト トワール (RH・LH) (Wrist Twirl)	・1拍1回 ・垂直			
		② RHフラット リスト トワール (RH Flat Wrist Twirl)	・1拍1回 ・水平			
		③ LHリバース フラット リスト トワール (LH Reverse Flat Wrist Twirl)	・1拍1回 ・水平			
		④ フィギュア エイト (RH・LH) (Figure Eight)	・2拍1回 ・垂直			
		⑤ リバース エイト (RH・LH) (Reverse Eight)	・2拍1回 ・垂直			
		⑥ ロール オーバー サム (Roll Over Thumb)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行			
		⑦ フロント トゥー ハンド A (Front Two Hand A)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行 ・パスのタイミング			
		⑧ フロント トゥー ハンド B (Front Two Hand B)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行 ・パスのタイミング			
		⑨ アーム ロール (Arm Roll)	・2拍1回 ・垂直 ・正面に平行 ・導入・受け取り方			
3	検定要領	①検定方法手順による復習 ②クリニック				

※RH:ライト ハンド (Right Hand) 右手

※LH:レフト ハンド (Left Hand) 左手

【検定要領 BT - 6】

1. 各種の基本動作は次の順に行う

※スターティングポジションは、左手を腰に置き、まっすぐ立つ。1拍目に次の動作に移す。

1. アット イーズ4拍 2. アテンション4拍 3. サリュート4拍 4. アテンション4拍
5. ベーシック ストラット24拍 (MT8~FM8~MT8)

スタート
(イントロ 8 拍)



①アット イーズ4拍



②アテンション4拍



③サリュート4拍



④アテンション4拍



⑤ベーシック ストラット 24拍 (MT8~FM8~MT8)

足踏み8拍、前進8拍、足踏み8拍(8拍目に右足を揃えて停止)

2. 各種のフットワークは、下記のコンビネーションにより行う

※スターティングポジションは、両手を腰に置きフットワークは6番ポジションで始める。

1. 右足ポイント~左足ポイント8拍

スタート
(イントロ 8 拍)



6番ポジション
8 拍

①ポイント<8拍>



1

右足



2



3



4



5

左足



6



7

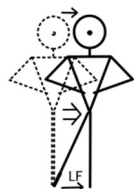


8

(1~8)RF3拍、4拍目は6番、LF3拍、4拍目は6番

2. ステップ タッチ8拍

②ステップ タッチ<8拍>



1



2



3



4

(1~4)の繰り返し

(5・6・7・8)

(1~8)LF2 拍・RF2 拍×2 回

※RF:ライト フット (Right Foot)右足

※LF:レフト フット (Left Foot)左足

3. 各種の基本操法は、下記のコンビネーションにより行う

※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番ポジションで開始。

I スタート
(イントロ 8 拍)
4 拍で持ちかえ

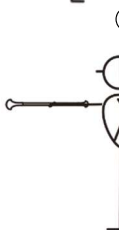


①RHリスト トワール<8拍>
※バトンを縦に前面肩の高さで、
右手から左手に持ちかえる。



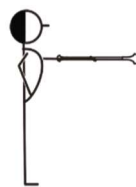
②LHリスト トワール<8拍>

II スタート
(イントロ 8 拍)
4 拍で持ちかえ

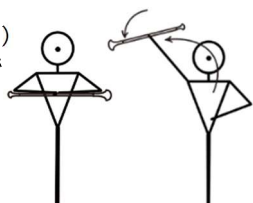


①RHフラット リスト トワール<8拍>
※バトンを前面肩の高さで、
右手から左手に持ちかえる。

②LHリバース フラット リスト トワール <8拍>

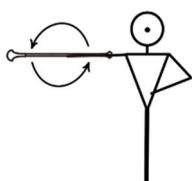


III スタート
(イントロ 8 拍)
右手は胸の前で
構える



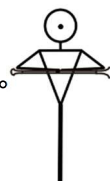
(1・2・3・4・5・6・7) (8)

①RHフィギュア エイト<8拍>



(1・2・3・4・5・6・7)

※右サイド外側から始め、
8拍目で前面に持っていく。



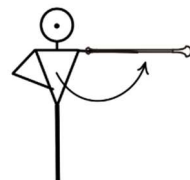
(8)

②フロント トゥー ハンドA<8拍>

※8拍目に左サイドに
持っていく。

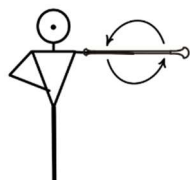


(1・2)(3・4)(5・6)(7)



(8)

③LHリバース エイト<8拍>



(1・2・3・4・5・6・7)

※左サイドで外側から始め、
8拍目で前面に
フロントトゥーハンド
A のパスで右手に戻す。



(8)

④フロント トゥー ハンドB<8拍>

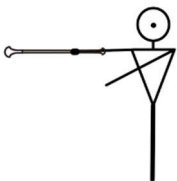


(1・2)(3・4)(5・6)(7・8)



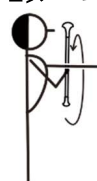
(1)

IV スタート
(イントロ 8 拍)



①アーム ロール<8拍×2回>

[1・2]アーム ロール~[3・4]静止~[5・6・7・8]右横に戻す。



※やり直しは、原則2回までとする。