

2026

태권도 품새 경기규칙

제정 : 2006. 01. 10.
개정 : 2009. 01. 14.
개정 : 2010. 01. 19.
개정 : 2011. 01. 13.
개정 : 2012. 01. 30.
개정 : 2013. 01. 11.
개정 : 2014. 01. 28.
개정 : 2015. 01. 16.
개정 : 2016. 01. 18.
개정 : 2017. 01. 09.
개정 : 2017. 12. 14.
개정 : 2018. 12. 14.
개정 : 2019. 01. 18.
개정 : 2020. 01. 14.
개정 : 2021. 02. 25.
개정 : 2022. 01. 14.
개정 : 2022. 04. 15.
개정 : 2023. 12. 13.
개정 : 2024. 12. 18.
개정 : 2025. 11. 28.



제1조 (목적)

이 규칙은 대한민국태권도협회(이하 '본 회'라 함)와 산하 지부 및 연맹이 주최·주관하는 모든 대회(본 회 승인대회 포함)의 경기를 통일된 규칙 아래 운영하는데 그 목적이 있다.

◀해설▶ 태권도 품새경기를 공정하고 통일성 있게 운영하기 위하여 경기 운영의 모든 사항이 본 규칙에 따라 결정, 진행된다는 뜻이다. 규칙에 어긋나는 방식과 채점으로 진행되는 품새 경기는 대한민국태권도협회의 승인된 태권도 경기로 인정될 수 없다.

제2조 (적용 범위)

이 규칙은 본 회와 각급 산하 지부와 연맹이 주최하거나 주관하는 모든 대회(본 회 승인대회 포함)에 적용된다. 단, 별도 목적에 따라 본회의 승인을 받아 일부 변경하여 시행할 수 있다.

제3조 (경기장)

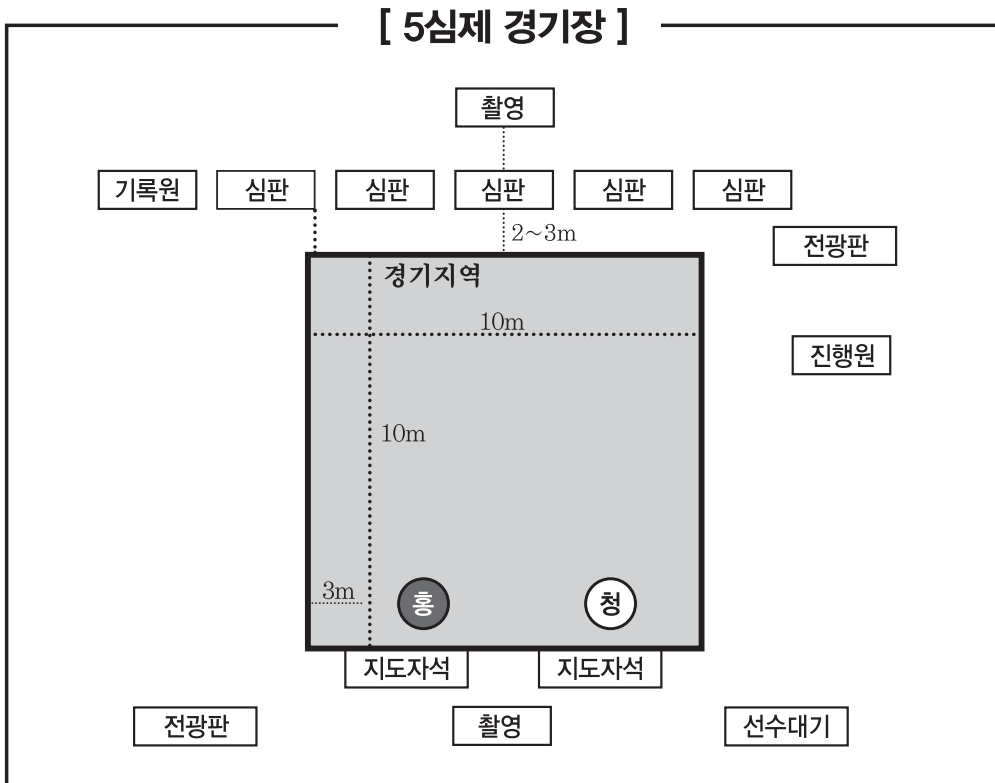
1. 경기지역은 경기장 내 설치하며 10m×10m (자유품새 단체전의 경우 12m×12m)넓이의 수평 정방향으로 탄력성이 있는 매트 또는 마룻바닥이어야 한다.
2. 경기장은 필요에 따라 높이를 올린 경기대로 할 수 있다. 단, 종목의 특성과 단체전의 규모에 따라 경기장의 면적을 조정할 수도 있다. 경기지역 내의 배치는 다음과 같이 설치해야 하며 경기지역 안으로는 관계자 외 출입할 수 없다.
3. 경기지역의 구분
 - 3.1 10m×10m (자유품새 단체의 경우 12m x 12m) 넓이의 경기장을 경기지역이라고 한다.
 - 3.2 마루 경기장 일 경우 경기지역의 구분은 5cm 넓이의 백색 선을 그어 구분한다

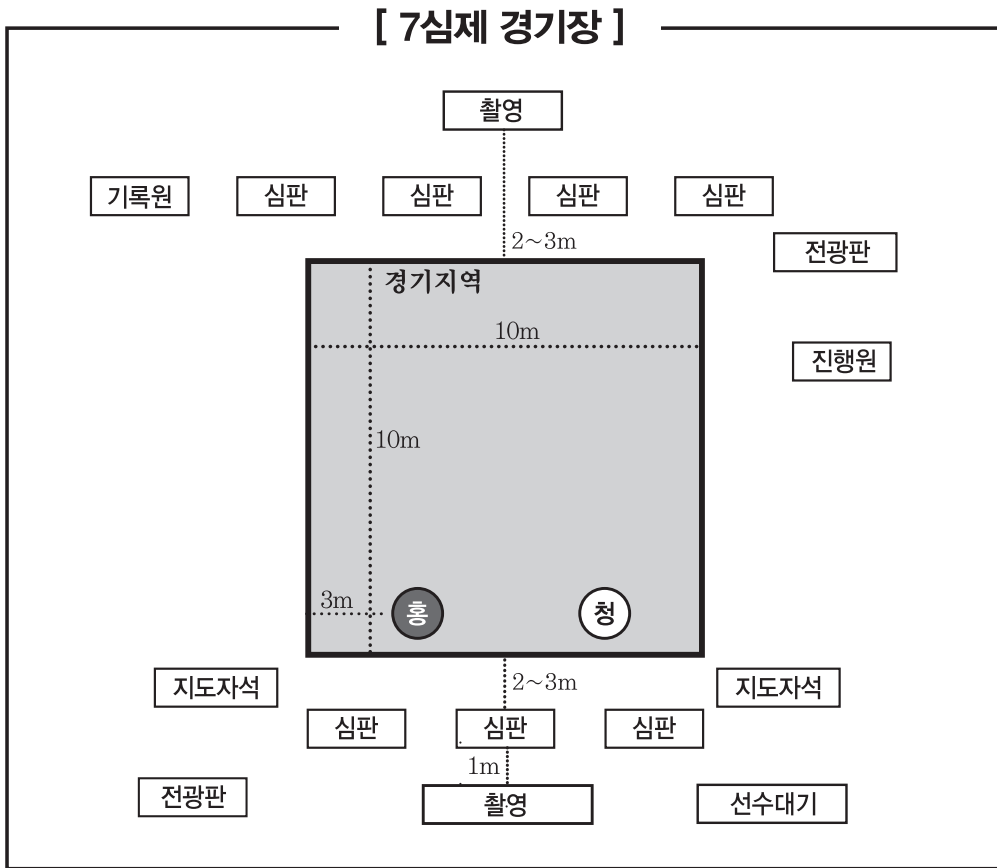
■ 주의-----

- ① 매트 : 매트의 탄력성의 강도와 재질, 색상 등 적합성은 대한민국태권도협회의 승인된 공인 매트를 사용해야 한다.



- ② 색상 : 색상은 반사가 심하지 않고 경기장 내 선수와 관중에게 시각적 피로를 주지 않는 종류로서 경기자의 도복을 비롯해 경기지역 내 제한 색상의 배색이 고려되어야 한다.
- ③ 검사대 : 검사대에서는 참가선수가 착용한 도복이 대한민국의태권도협회가 승인한 공인도복인지 몸에 잘 맞는지 또는 불필요한 물건을 소지 또는 착용한 것을 점검하며 부적합 시에는 출전이 제한될 수 있다.
- ※ 모든 대회 주최기관은 참가선수단의 안전 보호를 위해 의료진과 응급 차량을 대회 전 기간 운영하여야 한다.
- ④ 의무석 : 본 규칙이 적용되는 대회는 참가 선수단의 안전 보호를 위해 의료진과 경기장 밖에는 응급차량을 운영하여야 한다





제4조 (선수 및 지도자)

1. 선수

1.1. 자격

- 가. 국기원 품·단증 소지자로서 당해 연도 선수등록을 필한 자
- 나. 경기 참가에 문제가 되는 심신의 결격이 없는 자(단, 결격 사유가 있는 자가 경기에 참가 시 해당 지도자 및 선수는 경기운영본부에 회부될 수 있으며, 사고 발생 시 해당 지도자 와 선수의 책임으로 한다.)
- 다. 개인전, 복식전, 단체전에 출전하는 팀의 구성은 소속 선수, 지도자가 동일한 소속으로 구성하여야 한다.
- 라. 본 협회 상임심판으로 활동한 자가 선수 또는 지도자로 활동하기 위해서는, 그리고 선수 또는 지도자가 상임심판으로 활동하기 위해서



는 해당 연도 다음 연도부터 1년이 경과하여야 한다.

1.2. 복장

가. 경기에 임하는 선수는 본 회가 공인한 도복(흰 도복, 경기용 도복)을 갖추어 바르게 착용하여야 하며 이를 위반할 시 실격처리 될 수도 있다. (여성선수의 경우 도복 상의 안에 흰색 셔츠만 착용 허용)

나. 구분

- 1) 개인전 : 중학교 2학년까지는 품도복과 품띠를 착용하여야 하며, 중학교 3학년부터는 나이에 관계없이 단도복과 단띠를 착용해야 한다.
- 2) 단체전, 복식전 : 중등부는 학년(나이)에 관계없이 품도복 또는 단도복으로 통일한다.
- 3) 모든 선수는 도복과 띠에 소속을 표식할 수 있다
 - ※ 등판(가로 40cm, 세로 30cm 이내)과 가슴(소속 마크 지름 10cm 이내 1개와 태극마크 허용) 부위 및 한쪽 팔 부분만 허용한다.

▶ 지침-----

- ① 도복 상의 끝선은 팔목, 하의 끝선은 발목을 기준으로 한다.
- ② 도복 착용 시 띠의 길이는 매듭에서부터 25cm(±5cm)로 한다.
- ③ 단도복 착용자는 단띠, 품도복 착용자는 품띠를 매야 한다.
- ④ 등판 글씨 및 마크는 등록된 학교 및 도장 소속으로만 허용하며, 이는 대진표상의 소속과 같아야 한다.

1.3. 의무

가. 본 협회가 주최, 주관 또는 승인 대회 시 한국도핑방지위원회(KADA)가 금지하는 약물을 사용 또는 복용하여서는 안 된다.

나. 본 협회는 필요에 따라 약물복용 여부를 검사할 수 있으며 검사에 불응 하거나 금지하는 약물을 복용한 사실이 판명되면 본 회 스포츠 공정위원회에 회부되며 동시에 입상자는 등위가 박탈되고 차 하위자가 등위를 승계한다.(토너먼트 3위자가 박탈시 해당선수에 패한 선수가 승계한다.)

다. 경기 중 선수는 경기에 불필요하거나 방해가 될 수 있는 장신구 또

는 부착물이나 휴대품을 착용하거나 지닐 수 없으며 분장은 허용치 않는다. 피부색 테이핑만 허용되며 붕대나 보호대 및 깁스는 허용되지 않는다.

라. 본 협회는 도복의 장식에 대한 규제 사항을 결정할 수 있으며 선수는 이를 반드시 따라야 한다.

마. 부상을 입은 상태로 경기에 출전해서는 안 된다.

2. 임원(감독·지도자)

2.1. 자격

가. 본회 대회에 참가하는 지도자는 본회 등록을 필하여야 한다.나. 당해 연도 경기규칙강습회 교육을 수료한 자

나. 문화체육관광부 발행 체육지도자 자격증 또는 교육부 발행 정교사 자격증 소지자 (단, 국기원 사범자격증 소지자는 2026년도 까지 유예함)

다. 당해 연도 경기규칙강습회 교육을 수료한 자

라. 심신의 결격 사유가 없는 자로서 당해 연도 임원(감독·지도자)등록을 필한 자

마. 팀당 감독 1인, 지도자(코치) 2인만 등록 가능

2.2. 복장

가. 경기에 임하는 임원(감독·지도자)은 본 회가 발급한 임원증을 패용하여야 한다.

나. 임원(감독·지도자)의 복장은 경기장 내에서 주의를 끄는 복장이거나 심판원의 복장과 동일해서는 안된다. (예-반바지, 슬리퍼, 민소매, 모자 등 금지)

2.3. 의무

가. 임원(감독·지도자)은 경기규칙을 잘 알고 지켜야 한다.

나. 임원(감독·지도자)은 선수를 보호하고 경기진행에 협조하여야 하고, 경기중 과도한 몸짓이나 언어를 사용할 수 없다.

다. 임원은 소속팀 외 선수의 경기에 지도자로서 임할 수 없다.(단, 특별한 사유 발생 시 경기운영본부에서 조정할 수 있다.)

라. 심판의 허락 없이 경기지역 내에 출입할 수 없다.

마. 자유폼새 경기시 지도자는 반드시 참석하여야 한다. 단, 정당한 사



유 발생 시, 자격을 갖춘 지도자에서 위임할 수 있다(위임장 제출).

제5조 (종 목)

이 규칙이 인정하는 품새 경기의 종목은 다음과 같다.

1. 공인 품새

- 1.1. 개인전 : 남자부, 여자부
- 1.2. 복식전 : 남녀 혼성 (2명)
- 1.3. 단체전 : 남자부, 여자부 (각 3명)

2. 자유 품새

- 2.1. 개인전 : 남자부, 여자부
- 2.2. 복식전 : 남 · 녀 혼성(2명)
- 2.3. 단체전 : 남 · 녀 각 2명 이상을 포함한 5명으로 구성한다.(후보 선수 1명을 포함한 총 6명으로 구성할 수 있다) ※ 입상자는 결선 출전선수에 한한다.

3. 복합품새

- 3.1. 개인전 : 남자부, 여자부
- 3.2. 복식전 : 남녀 혼성(2명)
- 3.3. 단체전 : 남자부(3명), 여자부(3명), 혼성부

※ 혼성부(단체전)는 남, 여 각 2명 이상을 포함한 5명으로 구성한다.(후보 선수 1명을 포함한 총 6명으로 구성할 수 있다) ※ 입상자는 결선 출전선수에 한한다.

※ 복합품새 종목 : 참가선수는 첫 번째 종목으로 공인품새, 두 번째 종목으로 자유품새를 수행한다.

제6조 (부별 구분)

1. 품새경기는 개인전, 단체전, 복식전으로 구분하고 각각 다음과 같은 부별로 시행될 수 있다.

1-1. 세계연맹 공인 품새 기준표 (국가대표 선발전, 통합 경기 시 참고)

| 부 별 | 자 격 |
|------|---------|
| 유소년부 | 12세~14세 |
| 청소년부 | 15세~17세 |
| -30세 | 18세~30세 |
| -40세 | 31세~40세 |
| -50세 | 41세~50세 |
| -60세 | 51세~60세 |
| -65세 | 61세~65세 |
| +65세 | 66세 이상 |

1-2. 세계연맹(자유 품새)기준표

| 부별 \ 자격 | 17세 이하 | 17세 초과 |
|---------------|------------------------|--------|
| 개인전(남자부, 여자부) | 12세~17세 | 18세 이상 |
| 복식전(남, 여 혼성) | 12세~17세 | 18세 이상 |
| 단체전(혼성) | 남·여 2명 이상을 포함한 5명으로 구성 | |



1-3. 공인 품새 각 부별 구분표(국내 적용)

| 부 별 | | 개인(남자, 여자) | 단체(남자, 여자) | 복식(남녀 혼성) |
|-------|------|-----------------|-------------------|-------------------|
| 초등부 | 저학년부 | 초등 1~2학년 재학생 | 초등저학년부 (1~3학년) | 초등저학년부 (1~3학년) |
| | 중학년부 | 초등 3~4학년 재학생 | | |
| | 고학년부 | 초등 5~6학년 재학생 | | |
| 중등부 | 1학년부 | 중학교 1학년 재학생 | 중등부 | 중등부 |
| | 2학년부 | 중학교 2학년 재학생 | | |
| | 3학년부 | 중학교 3학년 재학생 | | |
| 고등부 | 1학년부 | 고등학교 1학년 재학생 | 고등부 | 고등부 |
| | 2학년부 | 고등학교 2학년 재학생 | | |
| | 3학년부 | 고등학교 3학년 재학생 | | |
| 대학 1부 | | 대학교 1, 2학년 재학생 | 대학부 | 대학부 |
| 대학 2부 | | 대학교 3, 4학년 재학생 | | |
| 금강 1부 | | 만18세 이상~만25세 까지 | 성인부 | 성인부 |
| 금강 2부 | | 만26세 이상~만30세 까지 | | |
| 태백 1부 | | 만31세 이상~만35세 까지 | 장년 1부 | 장년 1부 |
| 태백 2부 | | 만36세 이상~만40세 까지 | | |
| 지태 1부 | | 만41세 이상~만45세 까지 | | |
| 지태 2부 | | 만46세 이상~만50세 까지 | | |
| 천권부 | | 만51세 이상~만60세 까지 | 장년 2부 | 장년 2부 |
| 한수부 | | 만61세 이상 | | |

※ 대학 1, 2부는 각각 학년부로 분리할 수 있다.

※ 장년부의 경우 미성립시 해당 부별(1,2부) 통합할 수 있다.

1-4. 자유 품새 각 부별 구분표(국내 적용)

| 부 별 | | 개인 (남자, 여자) | 단체 (남자, 여자) | 복식 (남, 녀혼성) |
|---------|------|----------------|--------------------|--------------------|
| 초등부 | 고학년부 | 초등4~6학년 재학생 | 초등 고학년부 (4~6학년) | 초등 고학년부 (4~6학년) |
| 중등부 | | 중학교 재학생 | 중등부 | 중등부 |
| 고등부 | | 고등학교 재학생 | 고등부 | 고등부 |
| 일반(대학부) | | 대학생 이상 일반부 | 일반(대학)부 | 일반(대학)부 |

※ 고등부의 경우 (1,2학년부 통합, 3학년) 분리할 수 있다.

1-5. 복합품새 기준

| 부 별 | 자 격 |
|---------------|--------|
| 개인전(남자부, 여자부) | 18세 이상 |
| 개인전(남자부, 여자부) | 18세 이상 |
| 단체전(남자부) | 18세 이상 |
| 단체전(여자부) | 18세 이상 |
| 단체전(혼성) | 18세 이상 |

▶ 경기성립 요건.....

본 회가 공인하는 모든 대회는 4개 팀(명) 이상이 참가하여 대전하여야 하며, 4개 팀(명) 이상 참가하지 않은 부의 경기결과는 공식 결과로 인정되지 않는다.

※ 실격, 미출전 등의 사유로 4개 팀(명)이상 대전하지 않은 경우는 공식 결과로 인정되지 않음.

※ 개인전 참가시 단체전, 복식전 출전 가능, 단, 경기당일 개인전 미성립 시 단체전, 복식전 출전 가능

※ 고등부에 한하여 단체전, 복식전 미성립 시 개인전으로 변경할 수 있다.

※ 무단 경기 포기 시 당해년도는 출전 금지한다. 단, 의사 소견서 또는 타당한 증빙서류와 포기각서 제출 시 예외로 한다.



제7조 (경기 방식)

1. 경기의 방식은 다음과 같이 구분한다.
 - 1.1. 일리미네이션 토너먼트 방식
 - 1.2. 라운드 로빈(리그전) 방식
 - 1.3. 컷오프(단계별 점수제) 방식
 - 1.4. 혼합방식: 컷오프 방식 + 토너먼트 방식
2. 경기 방식 및 경기 운영에 대한 구체적인 사항은 대회요강을 통해서 사전에 정해져야 하며 대표자 회의 시 변경될 수 있다.

▶ 지침-----

- ① 일리미네이션 토너먼트 방식
 상대 선수의 결정은 전자 또는 수동추첨에 의한 방법으로 대진을 결정하고 대진표에 따라 경기하며 대회 패자는 탈락하고 최종 순위까지 계속 승자끼리만 승부를 가리는 경기 방식이다.
- ② 컷 오프 방식은 예선, 본선, 결선으로 이루어진다.
 - 가. 예선 : 참가선수 중 상위 점수 50%를 선발한다.
 - 나. 본선 : 예선에서 선발된 선수 중 8명을 선발한다.
 - 다. 결선 : 본선에서 선발된 8명의 선수로 수행한다.
 - 라. 본선의 대진표는 랜덤으로 추첨하여 결정한다.
- ③ 혼합 방식은 예선과 본선은 컷오프 방식으로 선발하고, 결선은 토너먼트 방식으로 경기한다.
 - 가. 예선 : 참가선수 중 컷오프 방식으로 상위 점수 50%를 선발한다.
 - 나. 본선 : 예선에서 선발된 선수 중 상위 점수로 8명(팀)을 선발한다.
 - 다. 결선 : 본선에서 선발된 8명(팀) 선수를 본선 성적순에 따라 시드 배정한 후 토너먼트 방식으로 최종 등위를 결정한다.
 - ※ 조별로 나누어 결선 진출자 8명(팀) 선발 시 시드 배정 없이 랜덤으로 추첨하여 토너먼트 대진표 결정한다.
- ④ 리그전은 여러 선수가 일정한 기간에 같은 시합 수로 서로 대전하여 그 성적에 따라 순위를 결정하는 방식이다.

*** 주의-----**

참가 인원 에 따라 조 편성을 한다. 단, 조별 최대 인원은 11명을 초과할 수 없다.

- ※ 컷오프 결선 : 11명 이하의 선수가 참가했을 경우 본선 경기 없이 바로 결선 경기로 최종 등위를 결정한다.
- ※ 컷오프 본선 : 12명 이상 21명 이하의 선수가 참가했을 경우 예선 경기 없이 바로 본선 경기로 상위 점수로 8명(팀)을 선발한다. (상황에 따라 조를 나누어 진행할 수 있다)
- ※ 컷오프 예선 : 22명 이상의 선수가 참가했을 경우 예선부터 진행하며 조를 나누어 조별로 각각 다른 지정 품새 2개를 시연하며 상위 점수로 50%를 선발한다. 조별로 선발된 인원은 랜덤으로 추첨하여 본선에 진출한다.
- ※ 대표 선발전 방식은 대회 요강에 따라 별도로 정한다.
- ※ 자유품새 경기방식은 대회 요강에 따라 예선과 본선은 주최 측에서 제공하는 동일 음원으로 진행 할 수 있다.

제8조 (공인품새의 지정)

1. 지정품새는 2개의 품새를 수행함을 원칙으로 하고 대회요강에 따라 조정될 수 있다.
2. 지정품새 추첨방식은 경기방식에 따라 경기 당일 경기운영본부에서 추첨 후 발표하는 방식과 매 경기마다 현장에서 심판에 의해 전자 추첨하는 방식으로 나눈다.(지정 8개 품새 중 앞쪽 4개 품새 중 1개 뒤쪽 4개 품새 중 1개씩 추첨이 되도록 하고 지정품새 7개 품새는 앞쪽 4개, 뒤쪽 3개 중 추첨한다.)
3. 공인품새 경기는 부별로 다음의 표에서 정한 품새 가운데 지정 또는 추첨하여 정할 수 있다.



4. 부별 지정품새

4.1. 개인전

| 부 별 | | 지정 품 새 |
|---------------------|-----|-----------------------------------|
| 초등부 | 저학년 | 태극 3·4·5·6·7·8장, 고려 |
| | 중학년 | 태극 4·5·6·7·8장, 고려, 금강 |
| | 고학년 | 태극 5·6·7·8장, 고려, 금강, 태백 |
| 중등부 | | 태극 5·6·7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원 |
| 고등부 | | 태극 6·7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진 |
| 대학부 / 금강 1, 2부 | | 태극 7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태 |
| 태백 1, 2부 / 지태 1, 2부 | | 태극 8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태, 천권 |
| 천권부 / 한수부 | | 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태, 천권, 한수 |

4.2. 단체전, 복식전

| 부 별 | | 지정 품 새 |
|-------|-----|------------------------------------|
| 초등부 | 저학년 | 태극 3·4·5·6·7·8장, 고려 |
| | 고학년 | 태극 4·5·6·7·8장, 고려, 금강 |
| 중등부 | | 태극 5·6·7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원 |
| 고등부 | | 태극 6·7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진 |
| 대학부 | | 태극 7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태 |
| 성인부 | | 태극 7·8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태 |
| 장년 1부 | | 태극 8장, 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태, 천권, |
| 장년 2부 | | 고려, 금강, 태백, 평원, 십진, 지태, 천권, 한수 |

제9조 (자유품새)

1. 자유품새는 태권도의 기술을 바탕으로 안무와 음악과 함께 어우러진 품새를 말한다
2. 자유품새 구성
 - 2.1. 연무선 : 참가 선수가 자유로이 구성
 - 2.2. 음악 및 안무 : 참가 선수가 자유로이 구성
 - 2.3. 태권도기술이라 볼 수 없는 기술은 감점대상이며 태권도 기술의 정의는 참가 선수가 사전 품새 계획서 제출시 품새위원회가 태권도 기술로 인정하는 기술

제10조 (경기 시간)

종목별 경기 시간은 다음과 같다.

| 종 목 | 제한시간 |
|------|----------------------|
| 공인품새 | 90초 이내(1개 품새시 해당) |
| 경기품새 | 120초 이내 |
| 자유품새 | 음원 기준 90초 이상 100초 이내 |

- ※ 품새 수행 중간 휴식 시간은 30초~60초 이내로 한다. (대회 종류에 따라 휴식 시간은 조정될 수 있다.)
- ※ 자유품새 경기 시간은 음원의 시작 시점부터 종료 시점까지를 측정한다.
- ※ 자유 품새에서 사용하는 음원은 저작권을 준수하여야 한다.

제11조 (대진표 추첨)

1. 추첨은 본 회 「통합경영정보시스템(IMS, Integrated Management System)」을 통해 대회접수 기간 내에 참가비를 결제 완료한 선수를 대회 요강에 의하여 실시하며 추첨방식은 수동 또는 전자추첨으로 한다. 단, 경기의 효율을 위해 대회 요강에 따라 시드를 배정할 수 있다.
2. 추첨 일시 및 장소는 대회 요강에 사전 공지하며, 희망하는 지도자는 참관할 수 있다.



3. 대표자 회의에서 결정된 사항은 홈페이지에 게시하며 불참한 지도자(감독, 코치)는 결정된 사안에 무조건 따른다.

제12조 (경기 진행)

1. 출전선수는 경기 당일 경기 예정시간 30분 전부터 경기장(대기실)에서 경기 진행요원의 통제에 따른다.
2. 선수의 호출 : 선수 대기실로 경기 30분 전부터 3회 호출 한다. 경기장 내 검사대에서 본인 순서에도 부재 시 출전 포기로 간주하고, 이를 장내에 공지 한다.
3. 신체 및 복장 점검 : 호출 된 선수는 검사대에서 검사원에게 신체 및 복장을 검사 받아야 하며, 상대방 또는 관중들에게 혐오를 주는 용모나 위해를 끼칠 수 있는 물건을 지녀서는 안 된다.
4. 선수 입장 : 검사를 마친 선수는 1명의 소속지도자와 함께 지정된 대기석에 입장한다. 단, 공인품새에 한하여 예외를 둘 수 있다.
5. 경기 진행의 절차
 - 5.1. 선수는 진행원(음향기기음)의 “출전” “차렷” “경례” “준비 및 시작” 구령 후에 품새를 시연하며, “시작” 구령으로부터 “바로” 까지 시간을 측정한다.(품새 점수채점은 준비부터 바로까지 채점하는 것을 원칙으로 한다.)
 - 5.2. 선수는 품새가 끝나면 지정된 위치에서 진행원(음향기기음)의 “바로” “쉬어” “차렷” “경례” 에 따라 입례한 후, 바로 서서 판정을 기다린다.
 - 5.3. 전광판의 표출에 의해 승자가 선언되고 선수는 퇴장한다.

제13조 (감점 및 실격)

1. 감점사항
 - 1.1. 종목별로 지정된 제한 경기 시간을 미달 또는 초과할 경우는 최종 점수에서 0.3점을 감점한다.(자유품새 음원에 문제가 있을시 확인할 수 있다)

- 1.2. 정확도 요구 항목에서 국기원 교본 규정에 없는 동작을 했거나 틀린 동작을 수행했을 경우 0.3점을 감점한다.
- 1.3. 정확도 요구 항목에서 발자세, 손동작 등 국기원 교본 동작 규정에서 경미하게 벗어난 경우 0.1점을 감점한다.
- 1.4. 품새 시연 중 처음부터 다시 시작할 경우 0.6점 감점 후 시작한다.(1by1, 컷오프 경기에서 적용)
- 1.5. 자유품새 경기 중 경기장 경계선을 두 발이 넘을 경우 최종 점수에서 0.3점을 감점한다.

2. 실격사항

- 2.1. 개인전 출전선수가 선수 등록된 부와 다른 부로 출전 시는 실격한다.(대학부로 선수등록 하고 성인부로 출전하는 경우, 휴학한 대학생의 경우 대회 출전불가, 대학 재학생이 성인부로 선수 등록하는 경우 등)
- 2.2. 단체전의 경우 소속 선수의 불참으로 인해 단체 구성이 미달될 때는 실격 조치한다.
- 2.3. 참가선수 중 부정선수 발견 시 게임 몰수 및 실격한다.(해당 팀 지도자 및 선수는 경기운영본부의 회의결과에 따라 조치한다.)
- 2.4. 고의로 기권을 하거나 승부 조작에 해당하는 행위를 한 경우는 선수 및 지도자를 경기운영본부에서 현장 조치한 후 스포츠공정위원회의 징계 관련 절차를 따른다.
- 2.5. 자유품새 음원을 대표자회의 전일까지 지정된 메일로 제출하지 않을 경우 실격 처리한다.
- 2.6. 허용된 범위 외에 출전 접수 하게 된 경우 실격 처리한다.
(예 : 고등부가 공인품새에서 두 개의 부문 이상 접수할 경우)

3. 중복출전

- 3.1. 공인품새와 자유품새는 부문 간 중복출전이 가능하다. 다만, 다음 각 목의 기준을 충족하여야 한다.
 - 가. 세부부문(개인전, 단체전, 복식전) 중복출전 기준
 - 1) 세부부문 중복출전을 위해서는 각 부문에서 개인전 출전이 필수이다.



2) 개인전에 출전한 경우에 한하여 단체전 또는 복식전 중 1종목만 선택 출전할 수 있다.

3) 고등부는 개인전·단체전·복식전 중 1종목만 출전할 수 있다.

나. 부문 간(공인품새 ↔ 자유품새) 교차 중복출전 기준

1) 공인품새와 자유품새의 중복출전은 허용하되, 각 부문에서 개인전에 출전한 경우에만 해당 부문의 단체전 또는 복식전 출전이 가능하다.

2) 개인전에 출전하지 아니한 부문에서 단체전 또는 복식전만 단독 출전하는 것은 불가하다. (예: 공인품새 개인전만 출전하고 자유품새 단체전만 출전하는 경우 불가)

다. 복식전, 단체전 참가시 학교 또는 등록 도장명으로 참가할 수 있으나 최대 2팀으로 제한한다.

3.2. 경기 후 부상 또는 기타의 사유로 경기 진행이 어려울 경우 다음 경기전에 출전포기 각서를 제출하여야 한다.

제14조 (동점의 처리)

1. 공인품새는 최종 점수가 동점일 경우 1) 표현력, 2) 정확도, 3) 상하포함 총점수 순으로 한다. 자유품새는 최종 점수가 동점일 경우 1) 기술력, 2) 연출력, 3) 상하포함 총점수 순으로 한다.
2. 재 경기 시 지정품새 뒤쪽의 1개 품새를 추첨하여 수행하되 이전에 실시한 품새는 재경기의 점수에 영향을 주지 않는다.
3. 재경기 시에도 동점이 될 경우에는 제14조 1항과 동일하다.
4. 재경기 시에도 모두 동점일 경우 품새를 한번 더 추첨하여 재경기를 실시한다.
5. 컷오프 방식 예선전의 경우 동점자의 수에 따라 재경기 또는 동점자 전원을 다음 경기에 진출시킬 수 있다.(예선전에서 동점자가 3명 이하일 경우 모두 다음 경기에 진출하고 동점자가 4명 이상 일때는 재경기를 실시한다.)

제15조 (경기 결과의 판정)

심판은 항목별로 채점한 점수의 최고, 최저 점수를 제외한 평균 점수의 합으

로하며 소수점 3자리까지 반영한다.

- 1.1. 판정승 : 경기 결과의 점수 차로 인해 판정이 난 경우
- 1.2. 기권승 : 경기 도중 부상 또는 기타의 사유로 더 이상 경기 진행이 어려운 경우
- 1.3. 실격승 : 상대 선수가 출전치 않았거나 자격을 상실하였을 경우

제16조 (경기 중단 사항)

1. 경기 중 경기가 불가항력의 이유로 중단되는 상황이 발생하였을 때는 처음부터 다시 시작하는 것을 원칙으로 한다.(예 : 정전, 전산의 오류, 진행자의 실수, 자유폼새 시 음악중단 등이 해당하며 선수가 전광판에 지정된 폼새를 잘못 인식하고 다른 폼새를 시연하는 경우는 해당하지 않는다.)
2. 선수가 부상 또는 신체적, 정신적 요인에 의하여 제한 경기 시간(1회 60초를 원칙으로 하며, 의료진의 소견에 따라 시간 연장 가능) 안에 경기를 속개하지 못할 때는 실격처리 한다.

제17조 (심판원)

1. 구성 : 위원장, 부위원장, 상임심판원
 - 1.1. 폼새 경기는 5심제 또는 7심제로 구성할 수 있다.
 - ※ 5심제 : 5명의 심판원을 경기장 상황에 따라 변경 배치할 수 있다.
 - ※ 7심제 : 7명의 심판원을 경기장 상황에 따라 변경 배치할 수 있다.
 - 1.2. 대회 성격에 따라 보조심판을 둘 수 있다.
2. 복장 : 심판은 협회가 정한 복장을 착용하여야 하며 경기에 방해가 되는 물건은 휴대할 수 없다.
3. 심판의 중대한 오심이 있거나 심판의 불공정한 판정 발생 시 혹은 납득하기 어려운 실수 연발 시 심판위원장은 현장에서 심판 교체를 의장에게 건의하고 경기운영본부에서 최종 결정 할 수 있다.
4. 심판원 위촉은 대진표 작성 후에 한다.(※ 상황에 따라 변동될 수 있다.)
5. 태권도 관련 학과에 팀이 있는 대학에서 폼새 관련 과목을 강의중인 자나 도장에서 선수를 육성하는 지도자는 당해 연도 상임심판으로 선임 될 수 없다.



6. 가족 또는 직계존비속이 선수·지도자를 할 경우 심판 배정에서 제척될 수 있다.

제18조 (본 규칙에 명시되지 않은 사태)

1. 경기에 관한 모든 사태는 해당 경기운영본부에서 합의하여 처리한다.
2. 경기운영본부는 경기기록, 보관을 위해 코트마다 비디오카메라를 설치한다.

제19조 (소청 및 상벌)

1. 소청위원회는 다음과 같이 구성한다.
 - 1.1. 구성 : 본 회 상근임원, 경기운영본부로 구성한다.
 - 1.2. 역할 : 대회가 원활하게 진행되도록 하며, 현장 징계위원회 및 일반서면소청 시 소청위원회의 역할을 한다.
 - 1.3. 절차 : 본 회 상근임원은 대회 개최일 전에 소청위원장과 위원을 지명하여야 한다.
2. 책임 : 경기분과위원장은 소청심의를 통해 판정의 결과를 발표한다. 정정(반복)과 관계자에 대한 징계처분을 임원장에게 요구할 수 있다. 대회기간 중에 소청위원회는 현장 경기운영본부를 겸한다.
3. 소청심의 구분
 - 3.1. 소청은 일반 서면 소청으로 한다.
 - 3.2. 판정에 이의가 있을 때는 경기 종료 후 3분 이내에 경기분과위원회에 소청 의사를 표하고 소청서 발부 후 소청신청서와 소청신청료(현금) 20만 원을 10분 이내에 제출하여야 한다. (소청신청료는 어떠한 경우에도 반환되지 않는다.)
 - 3.3. 소청의 대상은 정확도의 동작, 자세, 순서, 기합 등 -0.3점에 한한다. 자유품새도 동일하게 -0.3점 사항만 소청할 수 있다.(소청서 작성 시 2개 항목까지만 명시 가능)
 - 3.4. 소청위원회는 사유 내용을 검토한 후 필요에 따라 관련된 심판을 소환, 청문할 수 있으며, 판정 기록지와 경기내용의 영상(주관 기관 촬영본)을 검토 후 토의가 끝나면 소청위원의 무기명 투표에 의해 다수결로 가부를 결정한다.

3.5. 결과의 처리

- ※ 심의 후, 경기분과위원장은 소청심의결과를 발표한다.
- ※ 심의결과 소청인의 이의가 가결되면 판정번복에 대한 해당 심판원의 조치사항은 경기운영본부에서 결정한다.
- ※ 대회진행을 방해할 목적 또는 다음 경기에 영향을 미치기 위한 방법으로 소청을 제기했을 시 소청자에 대하여 경기운영본부에서 적절한 징계 사항을 결정한다.

3.6. 소청위원회 의결은 최종적이며 누구도 이의를 제기할 수 없다.

대회 중 경기장 질서 문란행위에 대한 징계기준(제30조제3항 관련)

1. 일반기준

- 가. 징계의 정도에 있어 규정에서 별도로 정한 경우를 제외하고는 이 별표 기준에 따른다.
- 나. 위반행위를 불문하고 2회 위반자에 대해서는 해당 징계기준의 2배 이상 가중 처분하며, 3회 위반한 자에 대해서는 제명한다.

2. 개별기준

| 징계 대상 | 위반행위 | 징계기준 |
|---------------------|------------------------------|-------------|
| 1. 심판 및 임원 (주최자) | 가. 심판배정 상 불공정 행위 | 자격정지 1년 이상 |
| | 나. 경기진행 미숙 | 자격정지 1년 이하 |
| | 다. 경기장에서의 문란행위(음주, 소란 등) | 자격정지 1년 이상 |
| 2. 지도자, 선수관리 담당자 | 가. 심판판정 불복(경기지연), 폭언 | 자격정지 1년 이상 |
| | 나. 심판 및 선수 등에 대한 폭행 | 자격정지 5년 이상 |
| | 다. 부정선수 출전 지시 | 자격정지 3년 이상 |
| | 라. 선수지도 감독 소홀에 의한 물의를 야기한 경우 | 자격정지 1년 이상 |
| | 마. 물의를 야기를 방조한 자 | 자격정지 6개월 이하 |



| 징계 대상 | 위반행위 | 징계기준 |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|
| 2. 지도자, 선수 관리 담당자 | 바. 경기장 집단폭행 사태 가담행위 | |
| | ○ 주동자 | 출전정지 1년 이상 |
| | ○ 가담자 | 출전정지 6개월 이하 |
| | 사. 시설 및 기물 파괴 | 출전정지 6개월 이상 (손해배상 병과) |
| | 아. 경기장에서의 문란행위(음주, 소란 등) | 자격정지 1년이상 |
| 3. 선수 | 가. 심판 판정 불복(경기지연), 폭언 | 출전정지 6개월 이상 |
| | 나. 심판 등에 대한 폭행 | 출전정지 2년 이상 |
| | 다. 부정선수 출전 | 출전정지 1년 이상 |
| | 라. 선수상호간 폭행 | |
| | ○ 주동자 | 출전정지 1년 이상 |
| | ○ 가담자 | 출전정지 6개월 이하 |
| | 마. 시설 및 기물 파괴 | 출전정지 6개월 이상 (손해배상 병과) |
| | 바. 경기장에서의 문란행위(음주, 소란 등) | 자격정지 1년이상 |
| 4. 기타 임원 (참가자) | 가. 심판 판정 불복(경기지연), 폭언 | 자격정지 1년 이상 |
| | 나. 심판 및 선수 등에 대한 폭행 | 자격정지 5년 이상 |
| | 다. 물의 야기를 방조한 사람 | 자격정지 6개월 이하 |
| | 라. 경기장 집단폭행 사태 가담행위 | |
| | ○ 주동자 | 무기한 자격정지 |
| | ○ 가담자 | 자격정지 5년 이상 |
| | 마. 시설 및 기물파괴 | 자격정지 1년 이상 (손해배상 병과) |
| | 바. 경기장에서의 문란행위(음주, 소란 등) | 출전정지 6개월 이하 |
| 5. 단체(팀) | 가. 심판불복 경기방해 | 출전정지 6개월 이하 |
| | 나. 경기장 폭행 난동 | 출전정지 3년 이상 |

소 청 서

| | |
|----------|--|
| 경기 종료시간 | |
| 소청서 발부시간 | |
| 소청서 접수시간 | |

대 회 명 :

참가부문 :

참 가 부 : 선수명 : (칭 / 흥) (소속 :)

경기번호 : (코트)

상대선수 : (소속 :)

소청내용 :

20 년 월 일

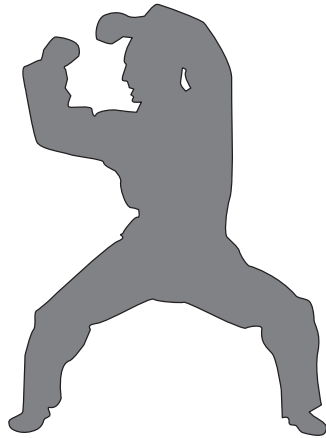
소 청 인 소속 :

직책 : 감독 / 코치

성명 : (서명)

소청위원회 귀중

품새경기 채점 기술지침



품새경기 채점 기술지침

공인품새 경기 채점 기술지침

- ① 품새경기 채점 지침은 심판위원회의 의결을 거쳐 개정된다.
- ② 공인품새 경기의 채점기준은 다음과 같은 내용으로 분류한다.
 - 1. 정확도
 - 가. 기본 동작
 - 나. 각 품새별 세부 동작
 - 다. 균형
 - 2. 표현력
 - 가. 속도와 힘,
 - 나. 조화 (강유, 완급, 리듬)
 - 다. 기의 표현(몸동작 흐름의 표현, 품위, 기합의 표현)
- ③ 채점은 10점 또는 100점 만점제로 한다.
- ④ 각 기준 항목별 점수의 배분은 다음 표와 같다

〈 평가항목 분류 및 배점표(10점제 기준) 〉

| 배점 | 채점항목 | 세부 기준 항목 | 배점 |
|-----|------|----------------|-----|
| 4.0 | 정확도 | 기본동작 | 4.0 |
| | | 각 품새별 세부 동작 | |
| | | 균형 | |
| 6.0 | 표현력 | 속도와 힘 | 2.0 |
| | | 조화(강유, 완급, 리듬) | 2.0 |
| | | 기의 표현 | 2.0 |

⑤ 항목별 채점 기준

태권도 품새 경기의 채점기준은 정확도와 표현력이 있다. 정확도는 기본 동작, 각 품새별 세부 동작, 균형 이렇게 3가지로 분류하고 표현력은 속도와 힘, 그리고 조화(강유, 완급, 리듬), 기의 표현 이렇게 3가지로 분류한다.



1. 정확도(正確度)

품새 경기에서 정확도의 채점은 국기원이 규정한 태권도 기본동작과 각 품새 동작의 수행기준에 맞는 동작 시행의 여부를 평가한다.

가. 국기원이 규정한 태권도 기본동작과 각 품새 동작의 수행기준에 맞는 동작 시행의 여부를 평가한다.

나. 균형(均衡) : 품새 경기 채점에서는 개별 동작 수행 과정과 동작과 동작 간의 연결과정에서 나타나는 중심이동의 안정성, 자세의 균형을 평가한다. 또한, 기술 동작을 통하여 목표점에 힘을 발출하는 과정에서 중심을 잃지 않으면서 체중을 실어 동작을 수행하는 능력도 평가한다.

2. 표현력(表現力)

품새 경기에서 표현력은 각 품새가 갖는 고유의 의미와 기법의 특징과 동작의 연결 및 공격과 방어의 특성을 표현하는 능력을 평가한다.

가. 속도와 힘 : 품새에서 속도와 힘은 하체의 견고함과 중심축을 활용한 탄력적인 몸놀림에 의해 표현되어야 한다. 동작은 부드럽게 시작하여 강하게 마무리하고 멈춤 없이 이어져야 한다.

나. 조화(강유, 완급, 리듬) : 품새에서 조화란 기술의 특징이 강유완급과 리듬에 의해 자연스럽게 표현되는 것을 의미한다.

- 강유 : 유는 예비동작에서 중심축과 몸이 함께 움직여 힘과 기운을 응축하는 몸의 순응 상태를 말하며, 강은 동작과 호흡, 의식 등이 일치되어 기운과 기세가 발현됨을 의미한다.

- 완급 : 완급은 동작과 동작 간의 연결과 품새 전반의 흐름을 조절하는 것을 의미한다.

- 리듬 : 리듬이란 강유와 완급의 흐름을 뜻하는 것으로 각 품새의 특성에 따라 동작의 빠름과 느림이 원활하게 진행되는 것을 의미한다.

다. 기의 표현 : 동작의 크기, 집중, 기백, 절도, 자신감 등 기의 숙달에서 나타나는 품격과 위엄 있는 동작의 표현 정도를 의미한다. 선수의 체형과 특성에 맞게 품새 동작 전체에 걸쳐 나타나는 시선, 기합, 태도,

복장, 당당함 등이 평가항목이다.

※ 눈 감음, 지나친 인위적인 소리

⑥ 항목별 채점 방법

1. 정확도

기본동작이나 각 품새별 세부동작 및 균형에 작은 실수가 있을 때마다 0.1 감점사항을 적용한다.

1) 0.1 감점 (작은 실수)

가) 동작의 시작이나 중간과정이 잘못 되었을 경우

나) 이중동작을 하였을 경우

(1) 축이 되는 발이 몸의 중심이동 없이 먼저 움직이는 것

(2) 서기 동작과 손 동작이 일치되지 않을 경우

(3) 앞의 발이 먼저 움직이고 발차기 하는 경우

다) 사용 부위의 표현이 적절하지 않았을 경우

(1) 주먹이나 손날의 손목이 굽혀지거나 젖혀졌을 때(특수동작 예외)

(2) 손을 펴서 하는 손동작의 경우 손가락이 벌어지는 것

(3) 차기 시 앞축이나 발날 표현이 부족할 때

(4) 거든 손의 위치나 모양이 틀린 경우

라) 목표점을 벗어났을 경우

마) 적절한 서기의 표현이 되지 않았을 경우

바) 과도한 예비동작을 하였을 경우

사) 동작을 수행하면서 그 과정이나 수행 직후에 중심을 잃었을 경우

아) 앞차기 시, 머리를 과도하게 뒤로 젖히는 경우

※ 턱이 90도 이상 들릴 경우

2) 0.3점 감점 (큰 실수)

기본동작이나 각 품새별 세부 동작 및 균형에 큰 실수가 있을 때마다 0.3 감점 사항을 적용한다.

가) 품새의 규정에 없는 동작을 하였거나 규정 동작을 하지 않았을 경우

※ 연속지르기시 순서가 바뀌었을 경우, 규정동작이나 서기를 반복해서



했을 경우, 앞굽이나 뒷굽이시 품새선을 넘어가 꼬아서는 형태가 되는 경우

※ 45도 이상 돌려 진행 방향을 보지 않는 경우

- 나) 시선이 잘못되었을 경우(진행 방향을 보지 않는 경우)
- 다) 경기 중 동작을 3초 이상 일시 정지하였을 경우
- 라) 일시 정지 후 처음부터 다시 하는 경우(0.6점 감점) 1 by 1, 컷오프 경기 시 적용
- 마) 경기 중 두 발이 경기지역을 벗어났을 경우
- 바) 기합을 넣지 않았거나 다른 동작에서 기합을 넣었을 경우
- 사) 큰 실수로 인정되었을 경우(예 : 두 발이 모두 품새선에서 벗어나거나 한발이 두발 길이 이상 벗어나는 경우, 두 발을 모두 뛰어 던지는 경우, 두 발 모두 옮겨 던지는 경우, 차기시, 차기 후 디딤발을 뛰어 던지는 경우 등)
- 아) 복합동작의 경우 과정을 충족시키지 않았을 경우(빠트린 동작 수 × -0.3점을 감점)
- 자) 발바닥 이외 신체가 바닥에 닿을 경우
- 차) 학다리서기 시 지지하고 있는 발 이외에 신체 일부가 바닥에 닿을 때마다 0.3점 감점
(예) 디딤발이 한발이상 옮겨지지 않은 경우 0.1점 감점, 디딤발이 한발이상 옮겨 던졌을 때 0.3점, 균형을 잡았다가 다시 흔들리면 0.1 추가 감점, 디딤발을 뛰어 던졌을 경우 0.3점 감점, 올린발이 두발이상 벌어지거나, 상체가 과도하게 흔들렸을 경우 0.3점, 올린발이 바닥에 닿았을 경우)

2. 표현력

표현력 채점은 3개 항목에 대하여 6.0 만점에서 채점한다.

- 1) 팔 동작의 공격과 방어에서 팔꿈치가 아래를 향하게 하여 어깨가 들리지 않게 하며 가슴을 편하게 만드는 표현.
- 2) 중심축을 활용한 탄력적인 몸놀림에 의한 속도의 표현.
- 3) 중심축과 팔, 다리가 유기적인 움직임으로 공격과 방어가 이뤄진 표현.

- 4) 중심축의 회전과 동작의 크기가 있어야 바람직한 표현.
- 5) 던기와 돌기를 할 때 중심의 이동이 중심축으로 자연스럽게 이동이 되어 허리를 사용한 무리 없는 던기와 돌기가 된 표현.
- 6) 동작 및 동작과 동작의 연결은 강유, 완급에 의해 연결되어야 하며 각 품새의 특성에 맞는 연결이 되어야 하고 동작은 끊임이 없이 연결된 표현.
- 7) 공격동작은 시작점에서부터 빠르게 표현되어야 하며, 방어동작은 가속을 이용하여 서기동작과 손동작이 일치되게 표현되어야 한다.(특수동작 예외)
- 8) 각 품새가 갖는 기술 고유의 의미와 기법에 맞는 표현을 해야 한다.

〈 표현력 채점 배점 〉

| 항 목 | 배 점 | 배 점 |
|----------------|-----|-----|
| 속도와 힘 | 2.0 | 6.0 |
| 조화(강유, 완급, 리듬) | 2.0 | |
| 기의 표현 | 2.0 | |



자유품새 경기 채점 기술지침

자유품새란 태권도 기술을 바탕으로 안무와 음악과 함께 어우러진 품새를 말한다.

① 자유품새 구성

1. 연무선 : 참가선수가 자유로이 구성(기술발차기 순서는 배점표에 표기된 순서대로 해야 한다)
2. 음악 및 안무 : 참가선수가 자유로이 구성(음악은 음성을 포함하지 않는다)
3. 태권도 기술이라 볼 수 없는 기술은 감점 대상이며 모든 발차기는 허리 이상 차는 것을 원칙으로 한다. 단, 무릎을 접었다가 펴야 한다.(범서기, 학다리서기, 뒷굽이 동작은 순서에 관계 없이 의무적으로 연무선 속에 모두 넣어야 한다.)

② 자유품새 채점 기준

1. 기술력(6.0)
 - 가. 발차기 난이도
 - 나. 동작의 정확도
 - 다. 품새 완성도
2. 연출력(4.0)
 - 가. 창의성
 - 나. 조화
 - 다. 기의 표현
 - 라. 음악 및 안무

③ 자유품새 배점표

| 채점 항목 | 세부 기준 항목 | | 점수 |
|-------------|-------------------|--------------------|------|
| 기술력 (6.0) | 발차기 난이도 (5.0) | ① 뛰어 옆차기(뒀높이) | 1.0 |
| | | ② 뛰어 찬 발차기 수(발차기수) | 1.0 |
| | | ③ 회전 발차기(회전각) | 1.0 |
| | | ④ 연속발차기 | 1.0 |
| | | ⑤ 아크로바틱 발차기 | 1.0 |
| | 동작의 정확도 및 품새의 완성도 | | 1.0 |
| 연출력 (4.0) | 창의성 | | 4.0 |
| | 조화 | | |
| | 기의 표현 | | |
| | 음악 및 안무 | | |
| 최대점수 (10.0) | | | 10.0 |

④ 자유품새 채점 방법

1. 기술력

가. 발차기 난이도 : 배당 된 점수 종합 최소 0점부터 최대 5.0점까지 점수를 부여한다.

※ 발차기 난이도 중 순서를 바꿔 차는 경우 그 항목에서 0.3점을 감점한다.

1) 뛰어 옆차기 : 제자리 뛰기 및 도움 달기 뛰기의 높이와 옆차기의 완성도에 따라 점수를 부여 한다. 뛰어 옆차기는 모든 선수가 수행해야 한다.(도움달기 발차기 시, 도움발이 차는 다리에 붙어야 한다. 상체를 세우고 발차기 방향으로 시선을 봐야한다.)

2) 뛰어 찬 발차기 수 : 한번 체공 시 찬 발차기횟수를 말하며 발차기 횟수와 정확도에 따라 점수를 부여한다.(허리 이상 차는 것을 원칙으로 한다.)

※ 앞차기외 돌려차기, 뛰어 옆차기, 가위차기 모두 가능

※ 도약 → 발차기 → 착지는 1M 너비 안에서 수행해야 한다.



3) 회전발차기(회전각) : 뛰어 찬 발차기의 회전각을 말하며 회전각과 (예, 360도 이상, 540도, 720도, 900도, 1080도 이상 등)발차기의 정확도에 따라 점수를 부여한다.

※ 도약 → 발차기 → 착지는 1M 너비 안에서 수행해야 한다.

4) 연속 발차기는 겨루기 형태로 스텝과 발차기의 난이도와 정확도에 따라 점수를 부여한다. 이때 스텝 수는 3~5회 이며, 제자리에서 3회를 필수로 하고 이후 전진, 후진 발바뀌를 허용한다. (연속 발차기 횟수는 7회에서 10회로 한다. 허리 이상 차는 것을 원칙으로 하며 뒤차기는 진행 방향으로 차야한다.)

5) 아크로바틱 발차기 : 체조 경기 등에서 사용되는 모든 아크로바틱 동작을 말하며 난이도에 따라 점수를 부여한다. (아크로바틱 동작은 발차기가 포함된 형태. 단, 무릎을 80도 이상 명확히 접어서 80% 이상 펴서 차는 동작만 인정한다.)

2. 동작의 정확도 및 품새의 완성도 : 태권도 기본 동작과 지정기술동작의 정확도를 말하며 최소 0점부터 1.0까지 점수를 부여한다. 자유품새 전반 동작의 실용성과 공방간의 연결성의 완성도를 이루는지를 평가한다.

※ 불완전한 기술 수행은 감점 대상이다

3. 연출력 : 창작한 품새의 전반을 보고 최소 0점부터 최대 4.0점까지 점수를 부여한다.

가. 창의성 : 수행 품새 전반의 동작과 독창성 및 품새 구성에 대한 점수를 부여한다.

※ 태권도 기술을 수행하면서 독창적인 연결 동작을 표현

나. 조화 : 수행 품새 전반과 그 외 요소(음악, 안무 등)와의 조화에 따라 점수를 부여한다. 단체전 및 복식은 팀 구성원간의 조화(예, 일치성)도 평가한다.

※ 과도한 아크로바틱 구성 자제, 3회 이내 권고

다. 기의 표현 : 공인 품새 기의 표현 채점방법 항목을 참고하며 이에 따라 점수를 부여한다.

※ 착지 시, 무릎이나 손을 바닥에 대고 하는 동작과 고개 숙임, 단순

히 이동하거나 불필요한 멈춤은 감점 대상
라. 음악 및 안무 : 수행 품새의 전반을 보고 음악과 안무가 얼마나 잘
어우러졌는지를 보고 이에 따라 점수를 부여한다.

4. 경기중 벌점사항

- 가. 경기 시간(90~100초)을 미달 또는 초과 시 최종 점수에서 기록원은
0.3점을 감한다.
- 나. 경기지역 경계선을 두 발이 넘을 경우 최종 점수에서 기록원은 0.3점
을 감한다.
※ 경기지역 경계선에 한 발이 밖으로 나가있고 한 발(안에 있는)이 들릴
경우
- 다. 경기중 범서기, 뒷굽이, 학다리서기를 시연하지 않았을 경우 각 서기
당 심판 개인 총점에서 0.3점 감점한다. (1초 정도 정확하고 명확하
게 표현되어야함)
- 라. 경기중 발바닥 이외의 신체가 바닥에 닿은 경우 심판 개인 총점에서
0.3점을 감점한다.
※ 부상 및 음악 문제로 경기가 중단 시, 상황 발생 직전까지 점수를
채점하여 표출한다.

5. 자유품새 남녀 혼성 5인조 단체전

- ※ 회전 발차기 1장 이상, 연속 발차기 3장 이상, 아크로바틱 발차기 1장
이상, 최소 5장 격파는 필수이며 추가하여 격파가능, 격파 가능 수량
은 5장에서 9장이다.
- ※ 격파 기술 공통 사항 (모든 격파물은 깨지면 인정한다.)
- 기술력 점수는 0.5~0.7점 구간에서 점수를 부여한다. (단, 연속
발차기는 0.3~0.5점 구간에서 점수를 부여한다
 - 격파점수는 격파 성공 시 기술력 점수에 추가로 1장당 0.1점 더해
주며 실패 시 1장당 0.1점 감점한다.
- 가. 뛰어 옆차기 (격파 없음)
- 1) 모든 선수가 동시에 수행하며 평균점수를 부여한다.
 - 2) 도움발의 모양은 발날, 발등 모두 허용한다.



- 3) 도움발이 몸통 앞으로 올라가거나, 내려가서 벌어지면 감점 사항이다. 또한 시선이 발 날을 향하지 않거나 상체를 앞으로 숙이거나 어깨를 움크리며 엉덩이가 뒤로 빠지면 감점사항이다.

나. 뛰어찬 발차기수 (격파 없음)

격파 수행은 심판에게 잘 보이도록 해야 하며 도약, 발차기, 착지는 1미터 너비 내에서 한다.

- 1) 앞차기 4회나 섞어차기 4회는 동일한 수로 채점한다.
- 2) 지면을 딛고 찬 차기나 허리 아래를 찬 차기는 인정하지 않는다.
- 3) 모든 선수가 순차적 또는 동시 기술 수행 시 잘하는 선수의 점수 부여한다. 단, 모든 선수가 수행하는 팀과 한 선수만 시연하는 팀은 차등 점수를 부여한다.

다. 회전 발차기 격파

격파 수행은 심판에게 잘 보이도록 해야 하며 도약, 발차기, 착지는 1미터 너비 내에서 한다.

- 1) 회전각이 큰 차기에 높은 점수를 부여하며 1,080도 차기의 작은 실수는 900도 차기의 정확한 기술과 동일한 점수를 부여하는 방식으로 채점한다.
- 2) 회전만 하고 차기를 명확히 안 하면 0점 처리한다.
- 3) 격파는 필수 1장 이상, 무릎 높이 이상의 격파만 인정한다.
- 4) 보조자가 격파물을 의도적으로(과도하게) 움직이거나 깨주면 격파 실패로 간주한다.

라. 연속 발차기 격파

- 1) 스텝과 공방이 포함된 연속발차기
- 2) 발차기 7~10회 필요, 제자리 뛰기 필수 3회 후 전진, 후진 허용, 나래차기- 1회로 인정
- 3) 격파는 3장 필수 (7장까지 격파 가능하며 두 명이 수행 할 경우 잘하는 선수의 격파 평가)

마. 아크로바틱 발차기 격파: 격파는 필수 1장 이상

기본동작 및 품새별 채점 기술 지침

◆ 기본동작(서기) 채점기준 ◆

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|------|--|---|
| 서기 | 서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 정면과 측면에 대한 중심선이 균형을 이루어야 하고 각 서기의 특성에 맞게 체중이 정확히 실려 있는 형태를 말한다. · 옮겨 딛을 때 중심이동이 정확히 되고 중심 이동과 동시에 기술의 정확도가 높아야 한다. · 경추를 세우고 턱을 약간 당기며 대추혈과 꼬리뼈를 가상의 직선이 되도록 맞춘다 · 쇄골을 수평으로 하고 허리를 긴장 시키지 않는다. · 가슴을 앞으로 내밀지 않으며 전신을 긴장 시키지 않는다. | <ul style="list-style-type: none"> · 손과 발이 동시에 이루어 지지 않을 경우 · 이동시 갈지(之)자 형태의 보법이 나타날 때 · 서기 기준에 벗어났을 경우 |
| | 준비 | <ul style="list-style-type: none"> · 모아서기에서 왼발을 한 발길이로 넓혀 선다.(나란히서기) · 손바닥을 위로 향하게 하여 단전에서 시작하고 두 손을 몸을 스쳐 명치 앞까지 끌어올려 명치 앞에서 손가락을 말아 쥐면서 주먹을 틀어 서서히 아래로 향한다. · 아랫배(단전)앞에 두 주먹을 멈춘다. · 주먹과 주먹 사이는 한주먹 그리고 몸통과 주먹 사이는 세운주먹 간격으로 띄운다. | <ul style="list-style-type: none"> · 한 발 길이가 보다 좁거나 넓을 경우 · 두 손을 명치보다 높게 끌어 올릴 경우 · 주먹과 주먹 사이는 한주먹 그리고 몸통과 주먹 사이가 세운주먹 간격이 아닐 경우 |
| | 서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발을 모아서기로 선다. · 오른손 위에 왼손을 엑스(X)자 형태로 겹쳐 손은 손날이나 편손끝과 같이 손가락을 펴서 단전에서 시작하여 명치 앞까지 끌어올려 서서히 아랫배(단전)앞에 멈춘다. · 오른손바닥과 몸통 사이는 세운 주먹 간격으로 띄운다. · 겹친 두 손은 각각 힘을 준다. | <ul style="list-style-type: none"> · 과도하게 몸통에서 떨어져서 올릴 경우 · 명치선 이상 올라가거나 몸통에서 떨어지는 경우 |



기본동작(서기) 채점기준

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|-------|---|--|--|
| 서기 | 보주먹 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발은 모아서기로 선다. · 두 손을 단전 앞에서 모아 가슴 앞으로 올려 인중선 앞에 멈춘다. · 오른손은 주먹을 쥐고 왼손은 엄지손가락을 제외한 네 손가락을 붙여, 둥글게 손가락을 말아 오른 주먹을 감싼다. | <ul style="list-style-type: none"> · 팔꿈치가 120° 이상 퍼질 경우 · 양 팔꿈치가 들려있을 경우 · 밀어 놓고 들어 올릴 경우 |
| | 준비서기 통밀기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발 나란히서기로 선다. · 두 손을 손날과 같이하여 단전 앞에서부터 모아 가며 손바닥이 위를 향하게 하면서 가슴 앞까지 끌어올렸다가 두 손을 손바닥이 마주 보게 하면서 손날을 세워 서서히 앞으로 민다. · 두 손을 앞으로 밀 때 손의 모양은 얼굴을 마주 잡은 것처럼 한다. · 손끝이 위를 향하도록 팔꿈치는 120° 가량 퍼면서 앞으로 내민다. · 두 손끝의 높이는 인중에 위치한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두 손끝의 높이가 인중 높이보다 많이 올라가거나 이하로 내려갈 경우 · 두 손바닥이 정면을 향할 경우 · 손가락을 완전히 퍼서 하는 경우 |
| | 주춤서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 발과 발의 간격은 두발 길이 정도로 선다. · 발의 안쪽(발날등)이 서로 나란히 되게 한다. · 몸통은 반듯하게 하고 두 무릎을 굽히는데, 서서 아래를 내려다 봤을 때 무릎과 발끝이 일치되도록 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎이나 발끝이 열리거나 닫힐 경우 · 엉덩이가 뒤로 빠질 경우 · 상체가 앞으로 쏠릴 경우 |
| | 앞서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 걸어가다 멈췄을 때의 한걸음 길이로 선다. · 두 무릎은 퍼며 체중을 두 다리에 균일하게 실어야 한다. · 몸을 반듯하게 세우고 정면을 향한 몸통은 30° 정도 자연스럽게 틀어준다. · 뒷발의 내각은 30° 정도 | <ul style="list-style-type: none"> · 보폭이 너무 넓거나 너무 좁을 경우 · 몸의 중심축이 무너졌을 경우 · 뒷발의 내각이 30° 이상 벌어질 경우 |
| 딛기 방법 | <ul style="list-style-type: none"> · 특수 딛기 이외의 딛기는 바닥에 앞 축이 먼저 닿는 것으로 한다. · 이동 시 무릎이 벌어져 움직이면 안되며 무릎은 이동 방향을 향하고 발은 지면을 스치듯 직선 형태로 나아가야 한다. · 방향 전환 시 앞축으로 회전하며 높낮이의 변화가 있거나, 몸의 중심이동 없이 발만 먼저 움직이는 것은 바람직하지 않으며, 몸의 중심선이 균형을 이룬 상태에서 몸의 중심축이 발과 함께 이동해야 한다. | | |

기본동작(서기) 채점기준

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|----------------|--|--|
| 서기 | 앞굽이 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발의 길이는 한걸음 반 정도로 한다. · 몸을 반듯하게 서서 땅을 내려다봤을 때 앞에 있는 무릎과 발끝이 일치되도록 무릎과 몸을 낮춘다. · 뒷발의 내각은 30° 정도 뒷다리의 무릎을 펴고 체중의 2/3를 앞에 둔다. · 몸을 반듯하게 세우고 몸통은 30° 정도로 틀어준다. | <ul style="list-style-type: none"> · 보폭이 넓어 허리와 골 반부가 서기와 균형을 이루지 못할 경우 · 뒤에 있는 발의 뒤축이 들려지거나 무릎이 굽어질 경우 · 뒷발의 각이 30° 이상 벌어질 경우 · 몸의 중심축이 무너졌을 경우 · 뒤축이 먼저 닿거나 쿵쿵 소리를 낼 경우 |
| | 뒷굽이 (오른뒷굽이) | <ul style="list-style-type: none"> · 오른발을 90° 벌려 선 상태에서 왼발 한걸음 길이로 내디디며 몸을 반듯하게 세우고 두 무릎을 굽혀 몸을 낮춘다. · 몸을 낮출 때 무릎은 오른발 끝 지면과 60~70° 되게 굽히고 왼발 무릎은 정면(왼발 끝 방향)으로 지면에서 100~110° 가량 약간 구부린다. 두 무릎은 90° 가 되게 한다. 주춤서기 때와 같이 무릎을 안으로 조이면 안 된다. | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎이 열릴 경우 · 몸의 중심축이 무너졌을 경우 · 앞발 뒤꿈치가 들릴 경우 · 엉덩이가 뒤로 빠지면서 범서기 같은 형태가 될 경우 · 오른 어깨의 각(45°)이 뒤로 너무 돌아갔을 경우 |
| | 범서기 (왼 범서기) | <ul style="list-style-type: none"> · 모아서기에서 오른발을 30° 정도의 각으로 넓혀 서며 왼발을 오른발 끝에서 한발 길이로 내딛는다. · 체중을 뒷발에 싣고 뒷발을 내려다 봤을 때 무릎과 발끝이 일직선이 되게 한다. · 앞에 있는 왼발의 발목을 펴고 앞축만 가볍게 딛고 무릎을 약간 안으로 튼다. · 아랫배에 힘을 주며 체중을 뒷발에 90~100% 싣는다. | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎이 지나치게 열릴 경우 · 보폭이 너무 짧거나 길 경우 · 상체가 뒤로 젖혀지거나 엉덩이가 뒤로 빠질 경우 |
| | 오른(왼)서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 나란히서기와 모두 같으나 다만 한발은 제자리, 반대 발은 틀어 앞축을 90° 로 돌려 딛는다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발의 각이 90° 가 되지 않았을 경우 · 두 발의 간격이 한 발 정도 벌어지지 않았을 경우 |



기본동작(서기) 채점기준

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|-------|---|--|
| 서기 | 학다리서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 중심 발은 주춤서기 높이로 한다. · 붙이는 발은 발날등을 중심 발 무릎 안쪽에 자연스럽게 힘을 빼고 붙인다. · 든 발에 무릎이 앞을 향하도록 조여야한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 서기에서 무릎이 펴지는 경우 · 든 발의 내측을 지지축 무릎 내측에 붙이지 않는 경우 · 무릎이 벌어지는 경우 · 무릎위에 걸치는 경우 |
| | 앞꼬아서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 좌우로 이동 시 사용되는 서기 동작 · 지지되는 발의 발등을 넘어 새끼발가락 옆에 (세운주먹 하나 정도) 앞축을 딛는다. · 앞발은 정면에서 45° 각을 이루며, 뒷발의 정강이가 앞발의 장판지에 붙인다. | <ul style="list-style-type: none"> · 옮기는 발이 지지발 앞으로 교차하지 않을 경우 |
| | 뒤꼬아서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞뒤로 이동 시 사용되는 서기 동작 · 지지가 되는 발의 뒤꿈치의 대각선상에 앞축을 딛는다. · 앞발은 정면에서 45° 각을 이루며, 뒷발의 정강이가 앞발의 장판지에 붙인다. | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎이 굽혀지지 않거나 무릎과 오금이 닿는 경우 · 지지가 되는 발의 뒤꿈치와 딛는 발 앞축 사이의 간격이 주먹 하나 간격보다 넓을 경우 |
| | 모아서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발날등을 모아 맞대고 두 무릎을 곧게 편 서기동작 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발이 벌어지는 경우 |

| | |
|-------|--|
| 딛기 방법 | <ul style="list-style-type: none"> · 특수 딛기 이외의 딛기는 바닥에 앞 축이 먼저 닿는 것으로 한다. · 이동 시 무릎이 벌어져 움직이면 안 되며 무릎은 이동 방향을 향하고 발은 지면을 스치듯 직선 형태로 나아가야 한다. · 방향 전환 시 앞축으로 회전하며 높낮이의 변화가 있거나, 몸의 중심이동 없이 발만 먼저 움직이는 것은 바람직하지 않으며, 몸의 중심선이 균형을 이룬 상태에서 몸의 중심축이 발과 함께 이동해야 한다. |
|-------|--|

◆ 기본동작(막기) 채점기준 ◆

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|---------------------------|--|--|
| 막기 | 아래막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 주먹은 앞발의 대퇴부에서 세운 주먹 두 개 정도 또는 한 뺨 정도 간격이다. · 반대 팔목은 젖힌 주먹으로 장골능에 위치시킨다. (요령) 막는 주먹은 어깨높이 정도 올리고 막는 주먹 바닥 부분이 반대편 얼굴을 향하게 한다. 반대 손은 엷은 주먹 상태로 자연스럽게 명치선에 오게 한다. 막는 팔의 팔꿈치가 들리지 않아야 하며 몸에 붙이지 않는 선에서 행한다. · 막기를 할 때 몸통을 사용하지 않고 팔만 이용하여 막으면 안 되며, 어깨와 팔꿈치가 들려서 힘이 들어간 동작이 되면 안 된다. · 모든 막기에 동작은 각 품새에서 요구하는 방어의 특성을 살려야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 몸통을 함께 사용하지 않고, 몸통을 과장되게 틀어서 막는 경우 · 막는 팔이 대퇴선상에 오지 않거나 벗어나는 경우 · 막는 팔의 팔꿈치가 들리거나 밖으로 나가는 경우 · 막는 팔이 지르기 형태로 가는 경우 · 허리에 위치하는 반대 손 손목의 위치가 장골능 위 허리선 위치하지 않고 뒤로 들어가거나 앞으로 나오는 경우 |
| | (몸통) 바깥막기 (안팔목막기, 바깥팔목막기) | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 팔의 주먹등이 몸으로 향하게 하고 주먹 끝이 어깨선과 일치하게 한다. · 반대팔목은 젖힌 주먹으로 장골능에 위치시킨다. (요령) 막는 팔의 주먹은 젖힌 주먹으로 반대 팔의 팔꿈치보다 약간 아래(주먹하나 정도)에 두고 반대 팔은 막는 팔 안에서 주먹등 부분이 위쪽을 향하게 하여 막는 팔의 어깨에서 약간 떨어진 상태로 시작한다. · 기본 동작 시 막는 팔의 시작점 높이는 몸통 부위 안에서 이루어져야 한다.(품새 특성에 따라 시작점은 다를 수 있다.) · 몸통바깥막기의 중간과정은 주먹이나 손끝이 위를 향해 인증선 높이 정도로 약간의 곡선을 이루듯 지나가야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 팔의 팔꿈치가 대퇴선상에 위치하지 않을 경우 · 막는 팔꿈치가 들릴 경우 · 막는 팔이 안에서 나갈 경우 · 막는 팔의 시작점 높이가 몸통부위가 아닌 장골능에서 시작할 경우 |



기본동작(막기) 채점기준

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|------------|---|--|
| 막기 | 몸통막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 모든 몸통 안막기는 팔목이 몸의 중심선에 와야 한다. · 팔의 내각은 90~120° 로 한다. · 막는 주먹의 높이는 어깨높이 정도로 한다. · 반대 팔목은 젖힌 주먹으로 장골능에 위치한다. · 몸통과 함께 팔꿈치가 진행해야 하며 팔꿈치가 몸통에서 멀리 떨어져선 안 된다. | <ul style="list-style-type: none"> · 팔꿈치가 들리는 경우 · 주먹이 중심선까지 들어오지 않을 경우 |
| | 얼굴막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 팔의 팔목이 얼굴 중앙선에 위치하며, 주먹 하나 정도가 이마에서 떨어지게 한다. · 반대 팔목은 옆구리(장골능)에 위치한다. (요령) 막는 팔은 젖힌 주먹으로 반대팔 팔꿈치보다 약간 바깥쪽에서 아래로 하고, 반대 팔은 주먹등이 위를 향하게 하여 반대편 어깨 높이에서 시작한다. · 주먹이 팔목을 틀며 팔꿈치 보다 먼저 올라가야 하며 바깥팔목으로 인중앞을 올려 막는다. | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 팔목의 중심선이 얼굴의 중심선을 바깥으로 벗어나거나 이마 뒤로 넘어갈 경우 · 팔꿈치가 먼저 올라가거나 막는 손이 얼굴이나 몸통에서 주먹하나 간격보다 멀어지는 경우 · 막는 팔이 반대편 장골능까지 들어가는 경우 · 얼굴막기한 밑팔목이 위를 향한 경우 |
| | 손날거들어 바깥막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 손 끝의 높이는 어깨 정도로 한다. · 손목이 구부러지지 말아야 한다. · 거들은 손은 팔목이 명치 앞에 오게 하며, 손날과 몸통사이의 약간 (손바닥 하나 사이) 띄워 준다. (요령) 막는 손의 손바닥을 위로 향하게 하고, 반대 손은 손바닥 부분이 뒤로 향한 상태에서 시작한다. · 모든 손동작의 회전은 손동작의 목표점에 다르며 회전동작이 이루어져야 한다. | <p>[시작시]</p> <ul style="list-style-type: none"> · 거들은 손의 팔목이 명치 앞에 위치하지 않을 경우 · 몸통 바깥 막기의 과정과 동일한 과정을 거치지 않는 경우 · 회전이 먼저 이루어져 동작을 시행하거나 마지막 순간에 모든 회전이 이루어질 경우 · 막는 손날 손바닥이 측면을 향한 경우 · 막는 손이 장골능선 밑으로 내려가서 막는 경우 · 손목이 꺾이는 경우 |

기본동작(막기) 채점기준

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|--------------|---|--|
| 막기 | 바깥팔목 헤쳐막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 팔을 가슴 앞에서 엇걸어 교차 한다. · 두 바깥팔목이 몸 바깥선을 벗어나지 않도록 하고 두 팔꿈치는 아래로 향한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두 주먹이 어깨선 위로 올라가는 경우 · 두 바깥팔목이 몸통 바깥선을 벗어나는 경우 |
| | 아래 헤쳐막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 팔목을 가슴 앞에서 엇걸어 교차하고 어깨선 높이에서 시작한다. · 바깥팔목으로 단전 앞에서 바깥쪽으로 헤치며 두 팔목이 허벅지 앞부분에 위치하고 한 뼘 간격이 되도록 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 주먹이 허벅지 옆에 위치하는 경우 · 주먹과 허벅지 간격이 한 뼘 정도를 벗어나는 경우 · 막는 팔이 반대편 장골능까지 들어가는 경우 · 주먹등이 대각선 형태를 벗어나는 경우 |
| | 안팔목 헤쳐막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 팔을 가슴 앞에서 교차한다. · 안팔목을 바깥쪽으로 틀면서 막는다. · 두 안팔목이 몸 바깥선을 벗어나지 않도록 하고 두 주먹 끝이 어깨선을 넘지 않도록 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두 주먹을 앞으로 하여 등주먹으로 치는 경우 · 두 안팔목이 몸통 바깥선을 벗어나는 경우 |
| | 아래손날 헤쳐막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 손날을 가슴 앞에서 교차한다. · 아래 헤쳐막기와 같은 방법으로 막기를 한다. · 두 손날로 단전 앞에서 바깥쪽으로 헤치며 두 손날이 허벅지 앞부분에 위치하고 한 뼘 간격이 되도록 한다. · 손날등은 대각선 형태이다 | <ul style="list-style-type: none"> · 헤쳐 막을 때 팔꿈치가 먼저 벌어지는 경우 · 손등이 앞이나 옆을 향하는 경우 |
| | 손날등 헤쳐막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 손날등을 가슴 앞에서 교차한다. · 안팔목 헤쳐막기와 같은 방법으로 막기를 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 손날등 막기가 안 될 경우 |



◆ 기본동작(지르기 · 치기 · 찌르기) 채점기준 ◆

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|------------------|--------------|---|--|
| 지르기 치기 찌르기 | 지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 서기의 다리를 앞, 뒤로 넓혀 딛고서 (앞굽이, 뒷굽이 관계없이) 주먹으로 지르기를 하였을 때를 말한다. · 주먹은 장골능에서 시작하여 목표점에 도달할 때 회전 동작이 완성 되어져야 한다. (요령) 당기는 주먹은 지르는 주먹의 목표와 같은 선상에서 당긴다. · 팔꿈치가 몸의 바깥 부분을 스치며 나가고, 들어와야 한다. · 모든 공격은 각 품새에서 요구하는 공격의 특성을 살려야한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 회전이 먼저 이루어져 동작을 시행하거나 마지막 순간에 모든 회전이 이루어질 경우 · 팔꿈치가 떨어져 나가거나 들어오는 경우 · 목표점이 위로 밀어 올리는 경우 · 주먹을 미리 허리에서 틀어서 나가거나 미는 경우 · 지르는 팔의 어깨를 과도하게 앞으로 내미는 경우 · 주먹을 목표점에 멈출 시 주먹을 느슨하게 쥐거나 손목이 구부러져있을 경우 |
| | 치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 팔꿈치를 굽히거나 뻗은 상태로 손이나 주먹이 회전하며 목표를 가격한다. · 치는 팔은 당기는 팔의 안쪽에서 움직이는 것을 원칙으로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 치는 손이 찌르기 형태로 하는 경우 · 손날을 안으로 쳤을 때 팔굽을 완전히 펴거나 수평으로 치는 경우 · 교차하여 치는 팔이 당기는 팔의 바깥으로 나올 경우 |
| | 찌르기 (편손끝) | <ul style="list-style-type: none"> · 반대 손의 손등 위로 편손끝 찌르는 팔꿈치가 위치한다. · 편손끝은 명치 높이로 곧게 찌른다. (요령) 손바닥으로 눌러 막는 동시에 허리에 있던 편손끝으로 찌른다. | <ul style="list-style-type: none"> · 팔꿈치가 손등이 아닌 손가락 위에 위치하는 경우 · 누르는 손이 찌르는 팔의 팔꿈치 밑에 위치하지 않은 경우 · 눌러막는 동시에 찌르기를 하지 않는 경우 |

◆ 기본동작(차기) 채점기준 ◆

| 구분 | 단위서기 | 과정 및 기준점 | 주요 감정사항 |
|----|------|--|---|
| 차기 | 앞차기 | <ul style="list-style-type: none"> · 각 품새에서 특별한 규정이 없을 때에 모든 차기 기술의 목표는 얼굴 높이 이상으로 한다. · 차는 발의 무릎을 앞으로 접어 올려 찬다. · 사용 부위가 목표를 향해 차야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 상체를 고정시켜 놓고 차는 경우 · 뒤축을 미리 틀어서 차는 경우 · 정확한 수행 과정 없이 높게 차는 경우 정확도 및 표현력에서도 감점으로 처리한다. |
| | 돌려차기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차기는 앞축, 돌려차기는 앞축 또는 발등으로 하고, 옆차기는 발날의 뒤축부분이 발 앞부분 보다 올라가야 한다. · 옆차기시 앞축을 축으로 발바닥이 회전할 수 있도록 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차기시 차는 목표가 전면이 아닌 경우(예: 위로 뺀어 올려 차는 경우) · 돌려차기 시 직선으로 찢러 차는 경우 |
| | 옆차기 | <ul style="list-style-type: none"> · 차기 시 양손은 가슴에 붙이지 않고 자연스럽게 모은다.(겨름새 형태) · 돌려차기시 목표를 수평 형태로 차야 한다. · 옆차기시 머리와 상체는 허리선 이상에 위치해야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차기 시 머리를 과도하게 뒤로 젖히는 경우 · 목표점(차는발)에 시선이 가지 않을 경우 · 옆차기 시 지지발의 뒤축이 차는 방향으로 돌지 않거나, 차기 시 엉덩이가 빠지는 경우 · 차기 시 양손을 가슴 아래에 붙이는 경우 · 차기시 뒤축을 들고 차는 경우 |



태극 3장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|------------------------|---|---|---|
| 앞차고(몸통) 두번지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차기 후 지르기를 연속으로 한다. · 앞차기는 탄력적으로 이루어져야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차고 (몸통)두 번 지르고 뒤 돌아 앞차고 (몸통)두 번 지르기까지 | |
| 손날안치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 손날의 높이는 목 높이로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 옮겨 던고 손날 안치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 목 치는 손이 밀거나 찌르는 경우 |
| 한 손날 바깥막고 지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 손끝의 높이는 어깨 높이로 한다. · 막고 지르기는 연속으로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 한 손날 바깥 막고 지르고 뒤 돌아 한 손날 바깥 막고 지르기 · 몸의 중심을 이동하면서 앞발을 이동할 때 뒷발의 무릎을 펴면서 추진력을 이용하여 지르기가 이루어져야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · (몸통)지르기 시 손날 막은 팔이 퍼지는 경우 · 뒷굽이에서 앞굽이로 전환시 앞발이 제자리에 있거나 옆으로 벌어지는 경우 · 앞발을 먼저 들고 중심이동을 나중에 하는 경우 · 앞발이 아닌 뒷발을 이동하는 경우 |
| 앞차고 내려막고 (몸통)지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차고 내려막고 (몸통)지르기는 연속으로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차고 내려막고 (몸통)지르고 앞차고 내려막고 (몸통)지르기까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 차기 시 양손을 가슴 아래에 붙이는 경우 |

태극 4장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-----------------------|---|---|--|
| 눌러막고 편손끝 세워 찌르기 | · 손날 거들어 바깥 막고 편손끝 세워 찌르기를 동시에 한다. 단, 편손끝 세워 찌르기는 장골능에서 시작한다. | | · 눌러 막는 동시에 찌르기를 하지 않는 경우 |
| 제비품 안치기 | · 한 손날 올려 막기와 손날안치기는 동시에 이루어져야 한다. · 손날안치기의 높이는 목 높이로 한다. | | · 목 치는 손이 밀거나 찌르는 경우 - 팔굽을 완전히 편 경우 |
| 이어옆차기 | · 옆차기 하고 한걸음 내딛음과 동시에 옆차기 찬다. · 차기 시 양손은 가슴에 붙이지 않고 자연스럽게 모은다.(겨름새) | · 옆차고 손날 몸통막기까지 | · 첫 옆차기 후 한걸음 내딛지 않는 경우 · 차기 시 양손을 가슴 아래에 붙이는 경우 |
| 앞차고 (몸통)안막기 | · 물러 딛을 때 미끄럼 밟을 하지 않는다. · 막는 동작의 손발이 동시에 이루어진다. · 뒷굽이 (몸통)안막기가 바르게 이루어져야 한다. | · 앞차기를 차고 (몸통)안 막고 뒤로 돌아서 앞차고(몸통)안 막기까지 | · 차기 시 양손을 가슴 아래에 붙이는 경우 |
| 등주먹 앞치기 | · 치는 팔은 당기는 팔의 안쪽에서 행한다. · 손목이 바르게 되어야 한다. | | · 치는 팔이 당기는 팔의 바깥에서 하는 경우 |
| 몸통 막고 지르기 | · 몸통막기 하고 지를 때 막았던 손의 힘을 빼고 자연스러운 손목 회전이 이루어진 후 장골능에 위치한다. | · 연결하는 동작에서 손목 회전이 자연스럽게 이루어져야 한다. | · 몸통막기 하고 지를 때 막았던 손의 힘을 빼지 않아 손목이 자연스러운 회전이 이루어지지 않거나 과도한 회전이 되는 경우 |
| 몸통 막고 두번 지르기 | | · 몸통막기 표현 후 두번지르기를 빠르게 한다. | · 몸통 막고 두 번 지르기를 연속적으로 하지 않을 경우 |



태극 5장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|------------------|---|--|--|
| 메주먹 내려치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 메주먹으로 내려치는 손은 주먹이 겨드랑이를 지나 당기는 손 안쪽에서 행한다. · 내려치는 주먹등이 반대쪽 얼굴 바깥 선을 지나 동글게 머리위에서 메주먹으로 내려친다. · 팔과 어깨가 수평이 되어야한다. · 서기는 오른 서기와 왼 서기다. | <ul style="list-style-type: none"> · 메주먹 내려치고 뒤돌아 메주먹 내려치기까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 당기는 손 바깥에서 내려치기를 하는 경우 · 나란히서기나 모아서기로 하는 경우 · 메주먹이 어깨선보다 높거나 낮을 경우 · 등주먹 바깥치기로 하는 경우 · 머리 위에서 내려치지 않을 경우 |
| 등주먹 앞치고 안막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 등주먹 앞치기 하고 안막기 할 때 막았던 손의 힘을 빼고 자연스러운 손목회전이 이루어진 후 장골능에 위치한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 빠르게 연결하는 동작에서 손목 회전을 자연스럽게 표현한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 등주먹 앞치기와 몸통막기가 빠르게 이루어 지지 않았을 경우 |
| 손날바깥막고 팔굽돌려치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 손날 바깥 막기 후 가슴 앞에서 오른 주먹을 왼손바닥에 가볍게 대고 팔꿈치는 턱높이로 돌려 친다. · 팔굽돌려치기는 손의 주먹이 몸통에 가까이 붙어 몸통의 회전을 이용하여 팔꿈치로 턱을 칠 수 있어야 한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 팔굽돌려치기 시 팔꿈치를 아래서 위로 올려치거나 어깨가 올라가는 경우 · 주먹을 먼저 올려 시작하는 경우 |
| 옆차고 팔굽표적치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 표적이 되는 손은 가슴 앞에서 교차하여 메주먹 바깥 치는 형태로 팔을 옆차기와 평행선상으로 펴준다. · 허리를 틀며 팔꿈치를 표적의 손바닥에 치며 표적은 명치 높이로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 옆차고 팔굽표적치기까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 등주먹을 돌려치거나 주먹을 지르는 경우 · 허리는 틀지 않고 표적만 당기는 경우 · 팔꿈치를 손으로 감싸 쥐는 경우 · 옆차기 시 한손이 장골능(허리) 아래로 내려가는 경우 |

태극 5장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|--------|---|--|---|
| 등주먹앞치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 발날로 내려 짓짚고 뒤꼬아서며 동시에 등주먹을 친다. · 짓짚는 발의 각도는 45° 로 유지하고, 짓짚는 소리가 나야하며, 차고난 뒤 한걸음 반만큼 앞으로 나아가 짓짚는다. | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차고 등주먹 앞치기 까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 뒤꼬아선 앞발의 발끝이 직선상에 있거나 두 발의 뒤축이 들려있는 경우 · 짓짚는 소리가 나지 않거나 발날의 각도가 45° 가 유지되지 않는 경우 · 뒤꼬아 서기 시 세운주먹 하나 간격이 유지되지 않거나 두 발이 동시에 착지하는 경우 |



태극 6장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-------------------------|--|----------------------------------|---|
| 앞차고 (몸통)바깥 막기 | · 앞차기 후 물러 디며 오른 뒷굽이 (몸통)바깥 막기를 연속으로 이어서 해야 한다. (바깥 막기 손과 뒷굽이 딛는 발이 동시에 한다.) | | · 찬 발의 착지와 막기 동작이 동시에 이루어지지 않을 경우 |
| 손날(얼굴) 비틀어 막기 | · 앞굽이 비틀어 막기는 팔을 교차하여 손날이 얼굴 높이가 되어야 하며 어깨선이 45° 정도 되어야 한다. | · 손날(얼굴) 비틀어 막고 돌려 차고 뒤돌아 내려막기까지 | · 비틀어 막기를 몸통이 충분히 틀어지지 않고 한손으로만 하는 경우 · 한 손날 막기가 몸통 바깥선을 넘어가는 경우 |
| (얼굴)돌려 차기 | · 얼굴돌려차기 후 한걸음 반 앞으로 내딛는다. · 돌려차기 후 내려딛는 발은 다음 진행 방향으로 딛는다. | | · 돌려차기를 한 후 내려딛는 발을 모으는 경우 · 회전 시 발이 꼬여서 가는 경우 · 사선으로 차는 경우 |
| (얼굴)바깥 막고 (몸통)지르기 | · (얼굴)바깥 막기는 몸끝선 정도로 맞추며 (몸통)지르기와 연결동작으로 이루어져야 한다. | | · (얼굴)바깥 막기가 몸끝선을 벗어나는 경우 |
| (아래)헤쳐 막기 | · (아래)헤쳐 막기 동작은 두 손을 교차해 5초 정도 한다. · (아래)헤쳐 막기 시 단전을 지나쳐 헤쳐 막는다. | | · 동작을 지나치게 늦게 하거나 빠르게 한 경우 · 헤쳐 막는 손이 단전에서 한주먹 이상 벗어나는 경우 |
| 바탕손안막고 (몸통)지르기 | · 바탕손 안막기와 (몸통)지르기는 연결동작으로 이루어져야 한다. · 바탕손 안막기의 팔의 각도는 90° ~120° 로 한다. · 손목은 젖혀서 바탕손으로 막고 명치 높이에 위치한다. | · 바탕손 막고 지르기 (반복)까지 | · 바탕손 안막기를 눌러 막기 동작으로 하는 경우 · 바탕손 안막기를 하는 손목이 펴지는 경우 · 바탕손 안막기를 하는 팔이 120° 이상으로 팔꿈치를 펴서 막는 경우 |

태극 7장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-------------------------|---|---|---|
| 앞차고 (몸통)안막기 | | | |
| 바탕손 거들어 안막고 등주먹(얼굴) 앞치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 바탕손 거들어 안막기는 명치 높 이이다. · 바탕손 거들어 안막기는 허리를 사용한다. · 등주먹치기는 인중 높이다. | <ul style="list-style-type: none"> · 거들어 안막기 등 주먹 앞치기 양쪽 과정 | <ul style="list-style-type: none"> · 등주먹 앞치기 시 거드는 팔 의 등주먹이 팔꿈치에서 떨어 지는 경우 · 등주먹 앞치기 시 허리를 사용 하지 않고 팔만을 사용하는 경우 |
| 보주먹 | <ul style="list-style-type: none"> · 왼발 끌어 모뎀발로 서며 보주먹 은 인중높이다.(5초 정도) · 보주먹은 오른 주먹을 왼손으로 감싼다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 모아서기가 먼저 이루어지지 않고 서기와 손동작이 동시에 이루어질 경우 |
| 가위막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 가위막기는 아래막기와 바깥 막 기의 방법을 적용하여 가슴에서 교차하여 막는다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 안 팔목 바깥 막기가 몸 끝선 을 벗어난 경우 · 가위막기를 등주먹 앞치기 처 럼 하는 경우 |
| 무릎치고 두주먹 젓혀 지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎치기는 몸통 헤쳐막기한 팔 을 뺀어 상대방의 머리(어깨)를 잡고 아래로 끌어내리는 듯하면 서 주먹을 친다. · 끌어내린 주먹은 정강이까지 내 린다. · 젓혀 지르기는 뒤꼬아 서기로 하 며 두 주먹의 등을 위로 하여 장 골능에서 시작하여 젓혀 지르기를 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎치기 후 두 주 먹 젓혀 지르고 엇 걸어 막기 후 반대 편 동작까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 무릎치기 시 머리(어깨)를 잡아 아래로 끌어 내릴 때 주먹 을 친 형태이거나, 손을 펴서 무릎 치기하는 경우,(두팔을 완전히 펴서 잡는 경우) · 젓혀 지르기의 지른 주먹이 늑골 위로 지나치게 올라가거나 내려가는 경우 · 젓혀 지르기한 팔의 팔꿈치가 펴지는 경우 · 뒤꼬아서기 시 발날등이 45° 가 되지 않을 경우 |



태극 7장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|----------------|--|----------------------------|--|
| 엇걸어막기 | · 앞에 있는 발이 왼발 일때 왼손이 아래 있어야 하며 팔목 부위를 엇걸어 막는다. | · 바탕손 막고 지르기(반복)까지 | · 엇걸어 막는 부위가 손목일 경우 · 엇걸어 막는 부위가 떨어져 있을 경우 · 엇걸 손 위치가 바뀐 경우 |
| 등주먹 바깥치기 | · 높이는 인중선으로 한다. | · 등주먹바깥치고 표적차기 후 팔굽 표적치기까지 | · 높이가 인중선에서 지나치게 벗어나는 경우 |
| 표적차기 팔굽표적치기 | · 표적차기는 발날등으로 찬다. · 표적차기는 얼굴 높이로 차야 한다. · 주춤서기 팔굽 표적치기는 명치 높이로 한다. | | · 표적차기 시 표적을 만든 손이 움직이는 경우 · 팔굽 표적치기 시 시선이 진행 방향을 보지 않는 경우 · 주춤서기 시 깃짚기 하듯 서는 경우 |

태극 8장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|---------------------------|--|---|---|
| 두발당성 앞차기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두발당성차기를 하고 한걸음 정도 앞으로 내려딛는다. · 첫 번째 발을 몸통 높이 이상 차고 이어서 다음 발은 얼굴 높이로 찬다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두발당성차고 몸통 막고 두 번 지르기 · 첫 번째 발이 지면에 닿기 전에 이어차야 한다. · 높이가 뛰어 차는 경우를 장려한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 거들어 막기에서 지르는 손을 허리에 닿기지 않고 바로 지르는 경우 · 첫 번째 발이 몸통 밑으로 차는 경우 |
| 외산틀막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞굽이는 일직선상에서 발끝이 측면 쪽으로 약간 틀어진 상태 (모앞굽이 자세) | <ul style="list-style-type: none"> · 외산틀 막고 당겨 (턱) 지르기 -> 앞 꼬아서기 하며 허리를 틀어 외산틀 막기 해야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두 발 모양이 모앞굽이 자세가 되지 않을 경우 · 바깥 막는 주먹의 높이가 머리위로 올라갈 경우 · 외산틀막기를 천천히 하는 경우 |
| 당겨(턱) 지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 힘을 주어 서서히 지른다. · 마지막에 급하게 지르지 않는다. (8초 정도) · 주먹등을 위로하여 가슴을 거쳐 간 후 젓히며 지른다. · 당긴 손은 어깨선에 위치한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 막기 후 옮겨 던기를 하지 않고 바로 지를 경우 · 당겨(턱) 지르기 시 허리에서 시작하는 경우 · 당겨(턱) 지르기를 빠르게 하거나 또는 마지막에 끊어 치는 경우 · 당긴 손의 메주먹이 어깨선에 위치하지 않는 경우 |
| (몸통)지르고 바탕손(몸통) 안막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차기 차고 두 걸음 물러 디디며 앞발을 끌어 범서기 바탕손(몸통) 안막기 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 손날몸통막기부터 바탕손 몸통막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞차기 후 범서기 바탕손(몸통) 안막기 시 발을 당겨 범서기를 하지 않는 경우 |
| | | <ul style="list-style-type: none"> · 손날 몸통 막고(범서기) 앞차고 (몸통)지르기 후 (몸통)바탕손 안막기 | |



태극 8장 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|--|----------------------------------|---|-------------------------|
| 앞차고 뛰어 앞차기 | · 앞차고 바닥에 발이 닿기 전 오른 발로 뛰어 앞 찬다. | · 앞차고 뛰어 앞차기 · 높이 뛰어 차는 경우를 장려한다. | · 발차기 시 얼굴 높이로 차지 않을 경우 |
| 한 손날 바깥 막고 팔굽 돌려치고 등주먹 앞치고 (몸통)지르기 | · 높이는 인중선으로 한다. | · 한 손날 바깥 막고 팔굽 돌려치고 등 주먹 앞치고 지르기(양쪽)까지 | |

고려 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-----------------|--|---|---|
| 거듭 옆차기 | · 첫발은 무릎높이, 둘째 발은 얼굴 높이가상으로 찬다. | · 거듭 옆차고 엮은 손날 바깥치고 몸통 지르고 안막기 (양쪽)동작까지 | · 첫발이 돌려차기 형태로 차는 경우 · 첫발이 무릎 아래를 차는 경우 · 옆차기 시 한손이 장골능(허리) 아래로 내려가는 경우 |
| 앞차고 칼재비 | · 시작점 : 장골능(허리) · 끝 점 : 목 높이 · 형 태 : 아귀손 · 앞차기 : 칼재비한 손을 당기며 앞 찬다. | · 앞차고 칼재비하고 무릎 꺾기까지 | · 칼재비를 바탕손 형태로 하는 경우 · 칼재비한 팔을 편 채로 차는 경우 |
| 아금손 무릎 꺾기 | · 시작점 : 명치 선 · 끝 점 : 아래 · 반대손 위치 : 팔꿈치 · 아래 손은 팔꿈치 아래 주먹 하나 간격으로 위치한다. · 무릎 꺾기한 손은 중앙에 위치한다. | | · 아금손이 제대로 되지 않고, 손목이 꺾인 경우 · 당기는 손이 꺾는 팔의 팔꿈치를 지나 너무 깊게 들어가는 경우 |
| 안 팔목 (몸통) 헤쳐 막기 | · 시작점 : 양팔이 가슴 높이에서 교차하여 헤쳐 막는다. · 끝 점 : 높이- 어깨 높이 너비- 어깨 간격 | · ‘안 팔목 (몸통) 헤쳐 막기’ 부터 ‘편 손끝 젖혀 찌르기’ 까지 | · 막기 시 양손을 앞으로 치는 듯이 하는 경우 |
| 표적지르기 | · 높이 : 명치높이에 맞춘다. · 팔을 곧게 편다. (주먹등이 위로 향한 상태) | | · 명치를 벗어난 행위 경우 · 세운주먹으로 지르는 경우 |
| 앞포아서기 옆차기 | · 표적 지르기한 손을 당김과 동시에 옆차기 한다. | | · 당기는 손이 작은 돌쩌귀 형태를 취하지 않을 경우 |
| 편 손끝(아래) 젖혀찌르기 | · 옆차기한 발이 바닥에 닿는 순간 젖혀 찌른다. · 찌른 손은 단전 높이로 한다. | | · 시작점에서 손등이 아래 방향으로 있을 경우 |



고려 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|----------------------|---|---|---|
| 바탕손 눌러 막고 팔굽치거들어 옆치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞서기로 바탕손 눌러 막기 후 연속해서 팔굽치거들어 옆치기를 한다. - 눌러 막기 : 명치 높이 - 팔굽치치기 : 명치 높이 | <ul style="list-style-type: none"> · 바탕손 눌러 막기 시 앞서기의 형태가 명확하여야 함. | <ul style="list-style-type: none"> · 눌러막는 바탕손이 명치에서 벗어나거나 앞서기 이외의 서기로 하는 경우 · 눌러 막기를 바탕손으로 쳐내는 경우 |
| 메주먹(아래) 표적치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 손이 머리 위에 있을 때 발을 모아서고 두 손이 어깨선에 왔을 때 왼 주먹을 말아 쥐기 시작하여 메주먹(아래) 표적치기를 한다.(8 초 정도) | <ul style="list-style-type: none"> · 메주먹(아래) 표적치기부터 칼재비까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 팔굽치가 완전히 퍼진 경우 · 메주먹치기 시, 멈추었다 치는 경우 |
| 손날 안치고 손날 내려막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 손을 반드시 교차해야 한다. (손날이 목높이, 중심선에 있어야 한다.) | | |

금강 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|---------------|---|---|---|
| 안 팔목(몸통) 헤쳐막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 시작점 : 양팔이 가슴 앞에서 교차하여 헤쳐 막는다. · 끝점 : 높이- 어깨 높이 너비- 어깨 간격 · 모든 헤쳐 막기는 움직이는 발의 손이 밖에서 교차하여 막는다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 막기 시 양손을 앞으로 치는 듯이 하는 경우 |
| 바탕손 (턱)치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 시작점 : 장골능 · 끝점 : 바탕손의 높이는 턱 높이 손끝은 45° 비튼다. | <ul style="list-style-type: none"> · 앞굽이 형태가 명확하여야 함. | <ul style="list-style-type: none"> · 바탕손 바닥이 위로 오는 경우 · 바탕손 턱치기가 지나치게 빠를 경우 |
| 손날 (몸통)안막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 막는 손과 딛는 발은 동시에 이루어진다. · 손날 (몸통) 안막기 시 막는 손이 몸 중심선에 있어야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 뒤로 물러 딛기 시 중심 이동과 지지하는 축의 회전이 동시에 이루어져야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 막기가 몸의 중심선 밖에서 멈출 경우 · 손날 (몸통) 안막기 시 손과 발이 일직선상에 있는 경우 · 손날 (몸통) 안막기 한 후 손날 안막기한 손을 풀지 않고(회전) 당기는 경우 |
| 금강막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 아래막기와 얼굴막기를 서서히 동시에 교차한다.(금강막기 시작점부터 8초 정도) | <ul style="list-style-type: none"> · 금강막고 큰 돌 찌귀 후 산틀막기(양쪽) · 금강막기와 시선이 동시에 끝나야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 금강막기가 몸의 측면 선을 벗어난 경우 · 당기는 발을 바닥에 끌면서 들어 올리는 경우 |
| 학다리서기 | <ul style="list-style-type: none"> · 중심 발은 주춤서기 높이로 한다. · 붙이는 발은 발날등을 무릎이 안쪽에 자연스럽게 힘을 빼고 붙인다. · 든 발에 무릎이 앞을 향하도록 조여야한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 서기에서 무릎이 펴지는 경우 · 든 발의 내측을 지지축 무릎 내측에 붙이지 않는 경우 · 무릎이 벌어지는 경우 · 무릎위에 걸치는 경우 · 뒷발을 먼저 돌리는 경우 · 발을 끌어서 들어 올리는 경우 |



금강 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|----------|---|--|--|
| 큰 돌쩌귀 | <ul style="list-style-type: none"> · 높이 - 명치와 가슴선 중간 · 위아래 주먹이 일직선상에 놓이게 한다. · 위 손은 가슴과 세운주먹 하나 정도 간격을 둔다. | <ul style="list-style-type: none"> · 금강막고 큰 돌쩌귀 후 산틀막기(양쪽) · 금강막기와 시선이 동시에 끝나야 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 큰 돌쩌귀한 위아래 주먹이 일직선상에서 지나치게 벗어날 경우 · 위 손이 가슴과 주먹 하나 간격보다 지나치게 벗어날 경우 |
| 돌아 큰 돌쩌귀 | <ul style="list-style-type: none"> · 주춤서기에서 중심의 높이를 변화시키지 않고 돌아야 한다.(한발 간격으로 돌아야 한다.) · 축 회전 시, 한발 간격으로 회전한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 작은 돌쩌귀로 도는 경우 · 축 회전 시, 제자리 회전 또는 한발 간격 이상으로 회전할 경우 |
| 산틀막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 양팔목이 인중 높이에 일치한다. · 허리를 이용해 발날로 짓짚어야 한다. · 발날등은 진행 방향으로 향한다 · 짓짚는 발은 지지발의 무릎이상 올린다. · 시선은 진행방향을 보아야 한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 두 주먹이 머리 위 또는 턱 아래로 가는 경우 · 등주먹 치기 행위로 표현될 경우 · 허리를 이용해 발날로 짓짚지 않는 경우 · 발날등이 진행 방향으로 향하고 있지 않는 경우 |

태백 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|------------------|---|---|--|
| 손날 (아래) 헤쳐 막기 | · 범서기와 손날 (아래) 헤쳐 막기 · 손의 위치표현 : 뒷발의 허벅지 앞선 | | · 손 등이 앞을 향하는 경우 · 손날이 앞뒤 허벅지를 벗어나는 경우 |
| 손목 제쳐 틀며 (몸통)지르기 | · 손목으로 제쳐 내어 상대방의 손목을 잡아당기며 (몸통)지르기를 이어서 한다. | · 손목 제쳐 틀며 (몸통)지르기 | · 팔꿈치가 축이 되지 않고 손목만 사용하는 경우 |
| 안 팔목 금강(몸통) 막기 | · 올려 막기와 안 팔목(몸통) 바깥 막기 동작이 동시에 이루어져야 한다. | · 안 팔목 금강(몸통) 막기' 부터 '옆차고 팔굽표적치기' 까지 | · 두주먹이 중심선을 거치지 않는 경우 |
| 당겨 (턱)지르기 | · 시작점 : 가슴높이 · 끝 점 : 턱높이 (당기는 손은 어깨 높이로 당긴다.) | | · 당기는 주먹이 어깨를 벗어나는 경우 · 당겨 지르기 할 때 당기는 손의 표현이 명확하지 않았을 경우 |
| (몸통)지르기 | · 시작점 : 장골능(허리) · 끝 점 : 명치선 | | · 지르기 주먹을 허리 쪽으로 당기지 않고 바로 지르는 경우 |
| 옆차기 팔굽치 표적치기 | · 옆차기와 메주먹치기 형태로 팔을 동시에 뻗어준다. · 표적치기는 허리를 틀어 치며 표적은 명치 높이로 한다. | | · 메주먹치기 형태를 지르기로 하는 경우 · 표적을 끌어 당겨 치는 경우 · 옆차기 시 한손이 장골능(허리) 아래로 내려가는 경우 |
| 잡힌 손목 밑으로 빼기 | · 손목을 밑으로 뺄 때 왼발을 옮긴다. (시선은 그대로) | · 잡힌 손목 밑으로 빼고 등주먹(얼굴) 바깥치기까지 · 중심 발은 주춤서기 높이로 한다. | · 옮겨 던지 않고 제자리에서 빼거나 발을 사선으로 앞굽이 형태를 취하는 경우 · 빼기 시 시선을 돌리는 경우 |
| 등주먹 (얼굴) 바깥치기 | · 등주먹 바깥치기는 양손을 교차해서 관자놀이를 친다.(보조선 안쪽 어깨선에서 시작해야 한다.) | · 연속 동작으로 수행해야 한다. | · 등주먹바깥치기 형태가 아닌 막기 형태를 할 경우 |



평원 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|------------------------------------|---|---|--|
| 팔꿈치올려치기 | · 주먹안쪽이 귀 옆에 위치한다. (팔꿈치는 턱높이) | | · 손등이 위로 향하거나 팔꿈치가 열리는 경우 |
| 뒤돌아 옆차기 손날 거들어 바깥막기 | · 앞차고 뒤돌아 옆차고 손날 거들어 바깥막기는 이어서 하여야 한다. | · 뒤돌아 옆차고 손날 거들어 바깥 막고 "손날 거들어 내려막기" 까지(양쪽) | · 뒤돌아 옆차기를 뒤차기로 차는 경우 |
| 손날 거들어 바깥 막기, 손날 거들어 내려막기 | · 서기높이는 그대로 유지하며 손날 거들어 내려막기를 신속히 한다.(손날 거들어 내려막기는 머리 위로 크게 돌려한다.) | | · 손날 거들어 바깥 막기를 완전히 동작을 취하지 않고 손날 거들어 내려막기를 하는 경우 · 손날 거들어 내려막기를 돌려막지 않고 직선으로 하는 경우 |
| 거들어(얼굴) 옆막기 | · 거들어 (얼굴)옆막기 동작은 외산틀 막기와 동일(팔목은 인중높이) · 거들어 주는 손은 가슴높이로 한다. | · 거들어 얼굴옆막기 부터 등주먹 앞치기까지 | · 얼굴 옆 막는 손이 인중을 지나지 않는 경우 |
| 명에치기 | · 옮겨 딛는 발에 중심을 둔다. · 두 무릎을 구부린다. · 양 팔꿈치는 가슴 선과 직선으로 친다. · 주먹은 가슴에 위치한다. | | · 앞발의 뒤축을 드는 경우 · 두 발이 지면에 닿는 경우 · 팔꿈치가 어깨선 이상으로 올라거나 뒤로 나가는 경우 · 교차손이 바뀌는 경우 |
| 헤쳐산틀막기 | · 막은 상태에서 두 팔목의 높이는 인중 높이에 위치한다. | · 시작점은 단전 앞 | · 등주먹치기 형태로 하는 경우 · 두주먹이 얼굴을 지나서 헤쳐막지 않는 경우 |
| 학다리서기 금강막기 | · 학다리서기 금강막기와 작은 돌찌귀를 빠르게 진행해야 한다. | | |

평원 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-------------|--|---|--|
| 당겨 (턱)앞치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 반대팔은 편 상태에서 어깨 높이로 한다. · 등주먹 앞 치는 손은 어깨 위에서 시작하여 등주먹치기는 인중 높이로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 거들어 얼굴 옆막기부터 거들어 등주먹 앞치기 양쪽 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 번째 등주먹치기를 어깨 위에서 시작하지 않고 겨드랑이에서 시작하는 경우 · 발을 두 번 다 구르는 경우 · 등주먹 앞치기를 안막기처럼 하는 행위 |
| 옆차고 팔꿈치표적치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 옆차기와 메주먹치기 형태로 팔을 동시에 뺏어준다. · 팔꿈치표적치기는 허리를 틀어 하여야 하며 표적은 명치 높이로 한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 옆차기 후 팔꿈치 표적치기 | <ul style="list-style-type: none"> · 발차고 놓을 때 균형이 무너질 경우 · 옆차기 시 한 손이 장골능(허리) 아래로 내려가는 경우 |



십진 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-------------------|--|---|---|
| 황소막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 시작점 : 단전에서 주먹등이 아래로 향하게 한다. · 끝점 : 두 주먹은 얼굴막기높이, 주먹 사이 간격은 주먹하나(시선은 정면) (5초정도) · 두 주먹을 양 옆으로 한 뼀정도 벌린다. | <ul style="list-style-type: none"> · ‘황소막기부터 옆지르기’ 까지 (양쪽) | <ul style="list-style-type: none"> · 막을 때 팔꿈치가 먼저 들리는 경우 · 막을 때 지나치게 올리는 경우 · 두 주먹이 한 뼀 이상 벗어나는 경우 |
| 손바닥 (몸통) 거들어 바깥막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 주먹을 양 옆으로 한 뼀 정도 벌린다. · 시작점 : 막는 손과 거드는 손은 몸통 높이 · 끝점 : 손바닥 (몸통) 거들어 바깥 막기와 동일, 거들어주는 손끝은 매주먹 끝(손목)에 위치한다. | <ul style="list-style-type: none"> · 손바닥 (몸통) 거들어 바깥 막기부터 오른 앞굽이 바위밀기 까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 두 주먹이 한뼀 이상 벗어나는 경우 · 거드는 손끝이 매주먹끝(손목)을 벗어난 경우 |
| 편 손끝 엮어 찌르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 서기는 제자리, 주먹은 서서히 편다. · 거든 손끝을 등팔목까지 올린 후 앞굽이로 전환하여 동시에 편손 끝을 찌른다.(손동작은 동시에 한다.) (5초정도) | | <ul style="list-style-type: none"> · 두 손의 회전이 일치하지 않는 경우 · 편 손끝 전환 시 동시에 이루어지지 않는 경우 |
| 헤쳐산들막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 막은 상태에서 두 팔목의 높이는 인중 높이에 위치한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 등주먹치기 형태로 하는 경우 · 두주먹이 얼굴을 지나서 헤쳐막지 않는 경우 |
| 옹겨 딛고 옆지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 옹겨 딛기는 앞꼬아서기 형태로 하며, 한손은 눌러 막기로 하며 진행방향으로 당겨 옆 지른다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 보조 손을 펴지 않고 주먹으로 하는 경우 · 앞꼬아서기가 너무 넓게 벌려지는 경우 |
| 바위밀기 | <ul style="list-style-type: none"> · 시작점 : 두 손은 반대편 장골능에 위에 위치하고 손바닥이 전면으로 향하게 한다. (손바닥 전면) · 끝점 : 허리를 틀며 두 손을 대각선 방향으로 바탕손을 이용하여 두 손목을 눈높이까지 밀어 올린다. 이때 자연스럽게 손목은 젖혀지고 팔꿈치는 약간 구부린다. (5초정도) | <ul style="list-style-type: none"> · 바위밀기부터 등주먹 거들어 앞치기까지 | <ul style="list-style-type: none"> · 팔을 밖에서 안으로 미는 경우 · 밑에서 위로 원을 그려서 올리는 경우 · 손목이 젖혀지지 않는 경우 · 팔이 몸통에서 떨어져 미는 경우 |

십진 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|-------------------|--|---|--|
| 손날등 (몸통) 헤쳐 막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 손날등(몸통) 헤쳐 막기 에서 손끝은 어깨높이로 한다. · 헤쳐 막기는 움직이는 발의 손이 바깥으로 교차하여 행한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 손날등이 몸 끝선에서 벗어나는 경우 |
| 손날아래 헤쳐 막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 주먹은 2/3 말아 쥐었을 때 무릎을 펴며 서서히 일어선다. | | |
| 끌어올리기 | <ul style="list-style-type: none"> · (아래) 헤쳐 막기에서 앞굽이로 전환하는 동시에 명치 높이로 끌어 올린다. (주먹등은 전면을 향하고 아래 배를 지나서 몸통과 팔목 사이는 주먹 하나 간격) | | <ul style="list-style-type: none"> · 끌어올리는 주먹이 몸 뒤에서 시작하는 경우 · 아래에서 위로 끌어올려 막지 않는 경우 |
| 챗다리지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 앞굽이 : ① 두 팔꿈치는 펴고, 두 주먹은 같은 높이로 두 주먹 간격으로 한다. ② 뒷주먹의 위치는 반대손 팔목 정도에 위치한다. · 뒷굽이 : ① 두 주먹은 같은 높이로 두 주먹 간격으로 한다. ② 두 주먹의 위치는 뒷주먹은 반대손 팔뚝에 위치하며 뒤 팔꿈치는 약간 구부린다.(두 주먹의 높이는 명치선) | <ul style="list-style-type: none"> · 허리를 틀어 강하게 지른다. | <ul style="list-style-type: none"> · 두 주먹의 높이와 간격이 다를 경우 · 작은 돌쩌귀 형태에서 시작하지 않을 경우 |
| 앞차기 챗다리지르기 | <ul style="list-style-type: none"> · 잡아당겨 작은 돌쩌귀를 하는 동시에 앞차기를 한다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 손을 당긴 후 차는 경우 |
| 등주먹 거들어 앞차기 내려짓짚기 | <ul style="list-style-type: none"> · 등주먹 앞차기 : 인중 높이 · 거들어주는 손의 팔목은 명치 (주먹 등은 아래 방향) · 짓짚기와 옮겨 던기는 이어서 한다.(발날이 45° 향한다.) · 짓짚기는 한걸음 반 간격만큼으로 내딛어 짓짚는다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 거든 손 주먹등이 위로 향한 경우 · 앞차고 위로 뛰어서 짓짚는 경우 |
| 손날 엇걸어 내려막기 | <ul style="list-style-type: none"> · 엇걸어서 장골능에서 시작한다. · 팔목부위로 엇건다. | | <ul style="list-style-type: none"> · 양 허리에서 엇걸어 막기를 한 경우 · 엇건 손 위치가 바뀐 경우 |



지태 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|---|--|---------------------------|---|
| 올려 막고 (몸통)지르기 | · 올려 막기와 (몸통)지르기는 서서히(8초 정도) 힘주어 하며 두 손은 동시에 끝나야 한다. | | · 올려 막기 시 팔꿈치가 먼저 올라가는 경우 · 얼굴막기 후, 팔굽을 자연스럽게 내리지 않고 인위적으로 수직으로 세워 내리는 경우 |
| 내려막고 손날 올려 막기 | · 왼 앞굽이 내려막기 후 오른뒷굽이 한 손날 올려 막기로 전환할 때 이어서 빠르게 한다. | | · 서기가 정확하게 전환되지 않을 경우 |
| 앞차고 손날 거들어 내려막기 (몸통)바깥막기 올려 막기 | · (몸통)바깥 막기와 뒷부분 올려(얼굴) 막기는 서서히(8초 정도) 힘주어 하며 두 손의 시작과 끝은 같게 하고 두 손은 가슴 앞에서 교차해야 한다. | · 허리를 틀어 큰 동작으로 수행해야 한다. | |
| (몸통)안막고 (몸통)거들어 막기 | · (몸통)안막기 후 연속으로 (몸통) 거들어막기를 해야 하며 먼저 막은 손이 거들어 막는 손처럼 보이게 한다. | · 금강 앞지르기 부터 한손날 내려막기까지 | |
| 옆 내려막고 작은 돌쩌귀 옆차기 | · 표적치기의 위치는 인중이다. | · 황소막기' 부터 '아래 막고 지르기' 까지 | · 옆내려막기를 하는 팔이 바깥에서 시작될 경우 · 왼발로 구르면서 오른발로 짓기 하지 않는 경우 · 발을 동시에 바꾸지 않는 경우 |

천권 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|----------------------|---|-------------------------------|---|
| 날개펴기 | · 헤쳐 막는 동작을 원을 그리며 한다. | | · 헤쳐 내는 동작을 하지 않는 경우 |
| 솟음지르기 | · 밤주먹을 장골능(허리)에서 손등을 위로 하여 젓혀 치지른다. · 범서기로 딛는 순간 손동작도 이루어져야 한다. · 솟음지르기는 턱 높이어야 한다. | | · 솟음주먹이 젓혀 지르기가 되지 않는 경우 · 뒷굽이로 하거나 손과 발이 일치하지 않을 경우 · 범서기 딛는 순간 짓쫓는 경우 |
| 손날 비틀어 바깥 막고 (몸통)지르기 | · 앞굽이 자세에서 허리를 (몸통)손날 비틀어 바깥 막기로 한다. · 당겨 지를 때 서서히(8초정도) 힘주어 지른다. · 팔과 함께 팔꿈치가 크게 움직이거나 들리지 않아야 한다. | | · 뒷발 뒤꿈치가 들리거나 앞발 발끝이 틀어진 경우 · 비틀어막기시 앞굽이 뒷발을 앞으로 당겨서 하지 않는 경우 |
| | | · 안 팔목 거들어 바깥 막고 '지르기' (양쪽)까지 | |
| 자진발 | · 앞발을 반걸음 밀어 딛는 순간 뒷발을 끌어들이며 앞발을 내 딛는다. | · 안 팔목 바깥 막고 금강옆지르기까지 | · 뒷발을 먼저 움직여 행할 때 · 뒷축이 먼저 닿을 경우 |
| 뛰어 표적차고 금강옆지르기 | · 몸이 뛰어올라 360° 돌아 표적을 찬다. (표적을 차기 전에 발이 바닥에 닿으면 안 된다.) | | · 몸이 공중에 있을 때 표적을 차지 못한 경우 · 이중 동작으로 공중회전을 할 경우 |
| 태산밀기 | · 범서기로 서면서 바탕손으로 나간 발쪽 손이 아래로 뒷발쪽 손이 위로하여 가슴 앞에서 인중과 단전 쪽으로 서서히 (5초 정도) 밀어준다. | | · 뒷굽이로 서거나 미는 바탕손이 허리에서 시작하지 않거나 손의 위치가 바뀌어 행할 경우 · 양팔이 펴지지 않는 경우 |



한수 품새 채점기준

| 품 구분 | 기준점 | 표현력 | 주요 감정사항 |
|------------------------|--|-------------------------|---|
| 손날등 (몸통) 헤쳐 막기 | · 나가는 발쪽 손이 밖에서 교차한다. | | · 두 손의 위치가 바뀌는 경우 |
| 두 मे주먹 옆구리치기 | · 헤쳐 막은 두 팔을 어깨위로 올렸다가 메주먹을 마주보게 하여 옆구리를 친다. | | · 두 주먹 젓혀 지르기를 한 경우 · 옆구리치기 시 밑에서 올라오며 치는 경우 |
| 외산틀막고 (몸통)지르기 | · 앞굽이의 형태가 발이 일직선상에서 발끝이 모앞굽이 자세로 하여 외산틀막기를 한 후 이어서 장골능에서 (몸통)지르기를 한다. | · 외산틀 막고 (몸통)지르기 - (3회) | · 발을 옮겨 던지 않고 지르기를 하는 경우 · 두 발 모양이 모앞굽이 자세 되지 않을 경우 |
| 거들어 칼재비 | · 눌러 막는 동시에 아금손으로 칼재비를 한다. | | · 칼재비한 손을 바탕손처럼 하였을 경우 |
| 걸다리서기 두주먹 젓혀 지르기 | · 뛰어 나가며 걸다리로 서는 동시에 두 주먹 젓혀 지르기를 한다. | | · 두발이 동시에 뜨는 경우 · 모아서기 또는 꼬아서기 형태로 젓혀지르기를 할 경우 · 걸다리서기 시 뒤축이 과도하게 들릴 경우 |
| 안 팔목 표적 내려막기 | · 표적 손은 아랫배 앞에 위치하여 움직이지 않고 안 팔목으로 막는다. | | · 두 팔이 양옆으로 열렸다 막을 경우 |

천천히 수행하는 동작

모든 동작의 시작점부터 시간 적용

◆ 5초 정도

| 품새 | 서기 | 품구분 |
|-------|-----------|--|
| 태극 6장 | 나란히서기 | 아래 헤쳐 막기 |
| 태극 7장 | 모아서기 | 보주먹 |
| 고려 | 나란히서기 | 통밀기 |
| 금강 | 나란히서기 | 아래 헤쳐 막기 |
| 평원 | 나란히서기 | 손날 아래 헤쳐 막기 |
| 십진 | 뒷굽이 - 앞굽이 | (몸통) 안 팔목 손바닥 거들어 바깥 막고 편 손끝 엮어 찌르기 |
| | 앞굽이 | 바위밀기 |
| 천권 | 뒷굽이 | 손날 외산틀막기 |
| | 범서기 | 태산밀기 |

◆ 8초 정도

| 품새 | 서기 | 품구분 |
|-------|-------|---|
| 태극 8장 | 앞굽이 | 당겨 턱지르기 |
| 고려 | 모아서기 | 메주먹 아래 표적치기 |
| 금강 | 학다리서기 | 금강막기 |
| 십진 | 주춤서기 | 손날 아래 헤쳐막고 주먹 쥐고 이러서기까지 |
| 지태 | 앞굽이 | 얼굴막기 다음 몸통 바로지르기 |
| | 뒷굽이 | 몸통 바깥막기 |
| | 앞굽이 | 얼굴막기 |
| 천권 | 앞굽이 | 한손날 비틀어막기에서 발을 내딛어 손을 감아 잡아끌면서 몸통 바로지르기 |
| | 모아서기 | 날개펴기 |



채점표(토너먼트)

코 트 : A, B, C, D, E 경기번호 : 품 새 : ① ②
 심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 심 판 명 : _____ 심판번호 : _____

| 칭 | | | | | | 세부 기준 항목 | | | | | 흥 | | | | | |
|----------------------|-----------------------|-----|-----|-----|-----|---|-------------|-----|-----------------------|-----|-----|-----|-----|----------------------|---------------------|--|
| 항목 | 배 점 | | | | | 점수 | | 점수 | 배 점 | | | | | 항목 | | |
| 정 확 도 (4.0) | 감점표시 -0.3(V), -0.1(/) | | | | | | 기본동작 정확도 | | 감점표시 -0.3(V), -0.1(/) | | | | | 정 확 도 (4.0) | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | 폼새별 세부 정확도 균형 | |
| 표 현 력 (6.0) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | 속도와 힘 | | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | 표 현 력 (6.0) | | |
| | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | |
| | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | 조화 (강유, 완급, 리듬) | | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | | | |
| | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | | |
| | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | 기의 표현 (크기, 집중, 자신감, 기합, 태도, 복장 등) | | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | | | |
| | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | | |
| 총 점 | | | | | | | | | 총 점 | | | | | | | |

날짜 : 20 년 월 일

복식/단체전 - 채점표(토너먼트)

코 트 : A, B, C, D, E 경기번호 : 품 새 : ① ②
 심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 심 판 명 : _____ 심판번호 : _____

| 칭 | | | | | | 세부 기준 항목 | | | | | 흥 | | | | | |
|----------------------|-----------------------|-----|-----|-----|-----|---|-------------|-----|-----------------------|-----|-----|-----|-----|----------------------|---------------------|--|
| 항목 | 배 점 | | | | | 점수 | | 점수 | 배 점 | | | | | 항목 | | |
| 정 확 도 (4.0) | 감점표시 -0.3(V), -0.1(/) | | | | | | 기본동작 정확도 | | 감점표시 -0.3(V), -0.1(/) | | | | | 정 확 도 (4.0) | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | 폼새별 세부 정확도 균형 | |
| 표 현 력 (6.0) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | 속도와 힘 | | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | 표 현 력 (6.0) | | |
| | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | |
| | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | 조화 (강유, 완급, 리듬) | | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | | | |
| | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | | |
| | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | 기의 표현 (크기, 집중, 자신감, 기합, 태도, 복장 등) | | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | | | |
| | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | | | |
| 총 점 | | | | | | | | | 총 점 | | | | | | | |

날짜 : 20 년 월 일

채점표(컷오프)

코 트 : A, B, C, D, E

경기번호 : _____

심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 심판명 : _____

심판번호 : _____

| 항목 | 세부 기준 항목 | 배 점 | 1품새 | 2품새 | | | | |
|----------------------|--|-----------------------|-----|-----|-----|-----|--|--|
| 정 확 도 (4.0) | 기본동작 정확 품새별 세부 정확도 (4.0) 균형 | 감점표시 -0.3(V), -0.1(/) | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 표 현 도 (6.0) | 속도와 힘 (2.0) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | |
| | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | |
| | 조화 (2.0) (강유, 완급, 리듬) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | |
| | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | |
| | 기의 표현 (2.0) (크기, 집중, 자신감, 기합, 태도, 복장 등) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | |
| | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | |
| 총 점 | | | | | | | | |

날짜 : 20 년 월 일

복식/단체전 - 채점표(컷오프)

코 트 : A, B, C, D, E

경기번호 : _____

심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 심판명 : _____

심판번호 : _____

| 항목 | 세부 기준 항목 | 배 점 | 1품새 | 2품새 | | | | |
|----------------------|--|-----------------------|-----|-----|-----|-----|--|--|
| 정 확 도 (4.0) | 기본동작 정확 품새별 세부 정확도 (2.0) 균형 | 감점표시 -0.3(V), -0.1(/) | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 표 현 도 (6.0) | 속도와 힘 (4.0) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | |
| | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | |
| | 조화 (2.0) (강유, 완급, 리듬) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | |
| | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | |
| | 기의 표현 (2.0) (크기, 집중, 자신감, 기합, 태도, 복장 등) | 2.0 | 1.9 | 1.8 | 1.7 | 1.6 | | |
| | | 1.5 | 1.4 | 1.3 | 1.2 | 1.1 | | |
| 총 점 | | | | | | | | |

날짜 : 20 년 월 일



자유품새 – 채점표(컷오프)

코 트 : A, B, C, D, E 경기번호 : _____

심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 심 판 명 : _____ 심판번호 : _____

| 항목 | 세부 기준 항목 | 배 점 | | | | | | | | | | | | 점수 | |
|--------------|---------------------|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|--|
| 기술력 (6.0) | 발차기 난이도 (5.0) | 뛰어 옆차기(뽀높이) | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 뛰어 앞차기(발차기 수) | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 회전 발차기(회전각) | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 연속 발차기 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 아크로바틱 동작 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | 동작의 정확도 및 품새의 완성도 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | | |
| 연출력 (4.0) | | 창의성 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 조화 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 기의 표현 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 음악 및 구성 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 총 점 | | | | | | | | | | | | | |

날짜 : 20 년 월 일

자유품새 – 채점표(컷오프)

코 트 : A, B, C, D, E 경기번호 : _____

심판위치 : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 심 판 명 : _____ 심판번호 : _____

| 항목 | 세부 기준 항목 | 배 점 | | | | | | | | | | | | 점수 | |
|--------------|---------------------|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|--|
| 기술력 (6.0) | 발차기 난이도 (5.0) | 뛰어 옆차기(뽀높이) | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 뛰어 앞차기(발차기 수) | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 회전 발차기(회전각) | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 연속 발차기 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 아크로바틱 동작 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | 동작의 정확도 및 품새의 완성도 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | | |
| 연출력 (4.0) | | 창의성 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 조화 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 기의 표현 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 음악 및 구성 | 0.0 | 0.1 | 0.2 | 0.3 | 0.4 | 0.5 | 0.6 | 0.7 | 0.8 | 0.9 | 1.0 | | |
| | | 총 점 | | | | | | | | | | | | | |

날짜 : 20 년 월 일