



BADGETEST MANUAL
バッジテスト・マニュアル

SIJ・バッジテスト・マニュアル
－2023年度版－

CONTENTS

バッジテストとは	2
概要	3
実技テストコース	4
バッジテスト 1 級 採点表	5
バッジテスト 2 級 採点表	6
バッジテスト 3 級 採点表	7

バッジテストとは

■目的と意義

スポーツに限られたことではなく様々なジャンルに「検定＝バッジテスト」があります。「検定」はそれぞれのジャンルの団体とその団体が認定した専門家が判定を行っていて、いずれのカテゴリーにおいても専門の技術や知識レベルの高さが試験によって採点されるものであり、結果に応じて各ランクに分類されることも少なくありません。公の資格としての「検定＝バッジテスト」も多々ありますが、それぞれの専門ジャンルの中だけの限られた範囲内での「検定」も多く存在します。公であるかないかは社会、生活という現実的な面で意味が異なります。

公の資格としての「検定＝バッジテスト」の場合は、社会的な仕事に役立てる為のものがほとんどであり、それは国、自治体或いは公的な機関などが実施しているケースがほとんどです。その資格を有していないければその仕事に就くことができなかったり、仕事の内容が制約されたりすることに関係し、専門的な知識、技術、経験を必要とするものであるからこそ、その資格の保有は信頼の証となるものでもあります。一方の限定されたジャンル内での「検定＝バッジテスト」は、公的な資格のような利益に関わる事のないものがほとんどと言っていいでしょう。それまでに経験、勉強してきた専門的な技術力や知識がどの程度身についているのかを判別する手段として受験し結果を得る事を目的としています。趣味であったり自己啓発であったり、それぞれのジャンルによって「検定＝バッジテスト」の持つ意味合いは異なりますが、習得の結果を数字やランクとして表すことによって、自他共に共有できるようになるという面で共通性があります。

スポーツは経験し、トレーニングしなければ上達は望めませんが、歴史の浅いスポーツは多くの身体的トレーニングだけを積むことによって先駆者になることが可能であり、圧倒的な技術力やパワーを備えるために「試験」のための勉強は必要ないとも言えます。単純なスポーツであればあるほど、そこに理屈や知識が介在する必要性が薄れてしまいます。身体的な高い能力を持つことはとても大切な事です。安直な道はなく、惜しみない努力の結果がもたらすものと言っていいでしょう。しかし、それだけが目的となってしまってはいけません。筋力、瞬発力、判断力などの様々な多くの身体的な能力と知識面での要素が備わっていなければ上級者とは言えないでしょうし、身に付けた技術をどのように伝達していくのか、より良い技術とは何かを求めて行かなければスポーツは進化しません。そこで必要となるのが、“スポーツを多角的な方向から見て現状を把握し、より多くの人々に伝達していく”ことです。それが「検定＝バッジテスト」です。

■ SUP におけるバッジテストの意義

SUP というスポーツにとっての「検定＝バッジテスト」はいわゆる公的な資格とはなりませんが、単に“技術力を判定するため”だけでなく、その“技術力を基に SUP に関わる仕事をしていく人々の信頼を後押しする”為の面を持っています。まずは、技術力の判定に関して考えてみましょう。

SUP は個人単位で楽しめる自然相手のスポーツであることは確かですが、個人が個人としてのみそのスポーツに取り組んでいるシチュエーションは考えられず、多くの人の中にあって多くの人の関わり合いがあります。つまりは、周囲の人達との関わり合い、比較によって己のレベルを知ることになるのです。自分が現在どの程度の技術レベルを持っているのかを知ることはとても重要です。SUP は自然の中で行う、自然環境を相手にして行うスポーツですから、今持っている技術が、今日の前にある環境に適しているかどうかを知らないければ事故に繋がりかねません。とてもハードな状況下であっても、「大勢の人が出ているから自分も大丈夫」と判断してしまえばトラブルが起きる可能性は高まります。自然環境が、波であったり潮や川の流れであったり、自らの技術と経験では太刀打ちできないことは多々あります。「安全」のために個々の技術力を知っておくことはとても大切なことです。

そうした技術の基に知識を求められるのが指導者です。単に技術があればいいというものではありません。技術力を分析して伝達していくことが指導者には求められます。更に、技術を分析するだけでなく、広い意味での SUP の世界を知っておかなければ伝承者にはなれません。SUP の楽しさを伝えていくためには、ただ上手いだけではだめなのです。それを如何に伝えていくのかがとても重要になるのです。勿論、知識だけが先行していても指導者とは言えません。必要十分な技術力がベースになければならないことは言うまでもないでしょう。基礎的な技術は勿論のこと、様々なシチュエーションに対応できる能力が指導者には求められます。必ずしも競技で勝利を得られるコンペティターの持つトップレベルの技術が必要とはなりません。指導する、伝達するために必要な技術を持っていることが指導者に必要な技術と言えるでしょう。「検定＝バッジテスト」はこれから SUP の進歩に一役担うためのシステムです。安全と発展のために必要なシステムですから、スポーツ自体の進化に伴って変化していくべき部分もあると考えられます。決して普遍的なものではありませんが、時代に応じた目的と意義を理解しておくことはとても大切です。

概要

1) 概要

①級区分とレベルイメージ

1～4級の4段階になっています。

級	技術レベル	レベルイメージ
1	上級者	波高1m、風速10m/sまでのコンディション下で高いレベルでのSUP操作が出来る。
2	中級者	比較的穏やかなコンディション下でSUPを高いレベルで操作出来る。
3	初級者	比較的穏やかなコンディション下でSUPを意志通りに操作出来る。
4	初心者	基本の操作が出来る。

②採点項目

主にフォーム・パドルワーク・スピードコントロール・ターンコントロールの4項目を級別にレベル判定します。

③試験方法

1～3級は標準コースの周回をジャッジが採点します。4級は認定、公認スクールでレッスンを受講した方に発行します。

④受検資格

a) 2、3、4級のバッジテスト受検に資格制限はありません。

b) 1級受検には、特別な場合を除き、2級または3級の取得が必要となります。

⑤受検資格及び費用

級	試験料（税込）	認定料（税込）
1級	3,300円	2,200円
2級	3,300円	2,200円
3級	3,300円	1,100円
4級	受講料に含む	0円

【認定内容及び配付物】

- SIJ認定カード発行(1、2、3、4級)
- SIJのHPに認定者一覧を掲載(4級を除く)

⑥ジャッジ

各級のジャッジはSIJ認定の検定員が行います。

⑦バッジテストの開催

バッジテストの開催は次の2つの方法で行われます。

- 認定及び公認スクールがバッジテストを開催します。
- SIJ資格認定委員会が開催します。

2) 級別の採点項目と留意点

1級

採点項目	留意点
① スタンディングでスタート	スマーズさとディレクション
② テップバック無しのパドルワークによる90°ターン	正確なパドルワークによる1艇身以内のターン
③ パラレルスタンスでのパドリング	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
④ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの180°ターン	正確なパドルワークによる1艇身以内のターン
⑤ パラレルスタンスでのパドリング	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
⑥ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの180°ターン	正確なパドルワークによる1艇身以内のターン
⑦ レギュラーもしくはグーフィスタンスでのパドリング	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
⑧ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの360°ターン	正確なパドルワークによる1艇身以内のターン
⑨ パラレルスタンスでのダッシュ	スピードとリズムに乗ったパドリング

2級

採点項目	留意点
① ニーパドル→スタンディングパドル	スマーズさとディレクション
② ステップバック無しのパドルワークによる90°ターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
③ パラレルスタンスでのパドリング	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
④ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの180°ターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
⑤ パラレルスタンスでのパドリング	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
⑥ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの180°ターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
⑦ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの90°ターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
⑧ パラレルスタンスでのダッシュ	スピードとリズムに乗ったパドリング
⑨ 減速～安全なピーチング(停止すること)	スマーズさとタイミング

3級

採点項目	留意点
① プローンパドル(腹這い、立ち膝)→ニー～スタンディングへ	スマーズさとディレクション
② ステップバック無しのパドルワークによるターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
③ パラレルスタンスでのパドリング(巡航スピードで)	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
④ ステップバック無しのパドルワークによるターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
⑤ パラレルスタンスでのパドリング(巡航スピードで)	ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている
⑥ ステップバック無しのパドルワークによるターン	正確なパドルワークによる2艇身以内のターン
⑦ 減速～安全なピーチング	パドルワークによる減速と安全な降り方

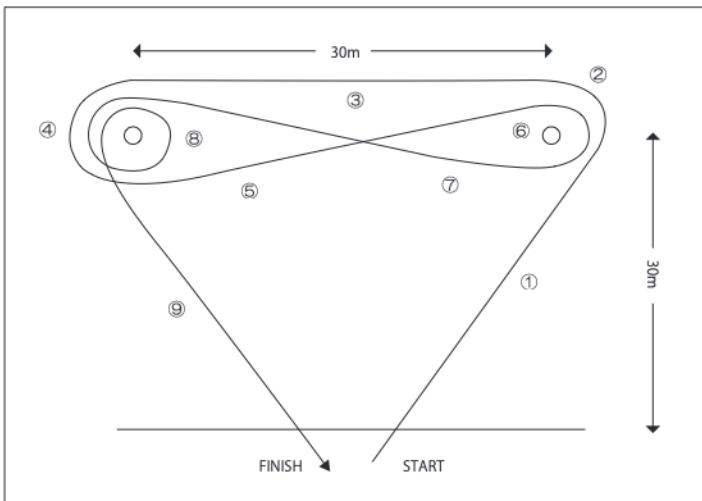
実技テストコース

■ 1 級の実技項目

実技テストコース

採点項目
① スタンディングでスタート
② テップバック無しのパドルワークによる 90° ターン
③ パラレルスタンスでのパドリング
④ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 180° ターン
⑤ パラレルスタンスでのパドリング
⑥ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 180° ターン
⑦ レギュラーもしくはグーフィスタンスでのパドリング
⑧ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 360° ターン
⑨ パラレルスタンスでのダッシュ

1 級コース A



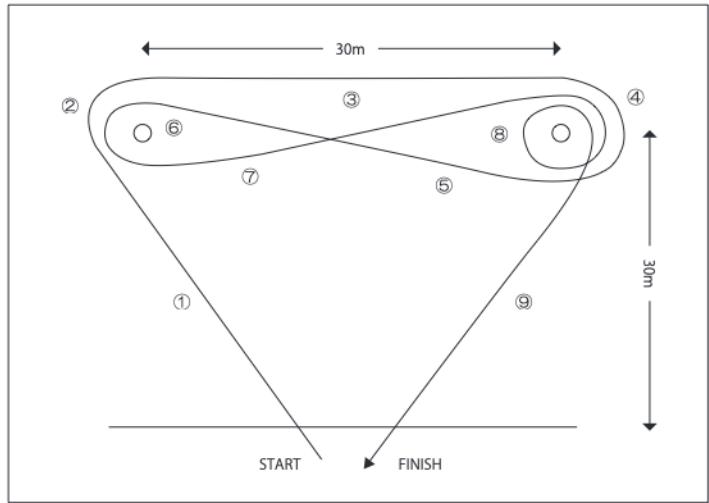
【2 回の走行で採点】

スタンス(レギュラー or グーフィー)の有利不利をなくすこと、バランス良くパドリングできることを確認するために、A と B の両コースによって採点します。

【おおよそのタイム設定】

インストラクターもしくは検定員によるデモ走行時のタイムを目安に、おおよそのタイムリミットを設定します。著しい遅れは減点対象となります。

1 級コース B



■ 2 級の実技項目

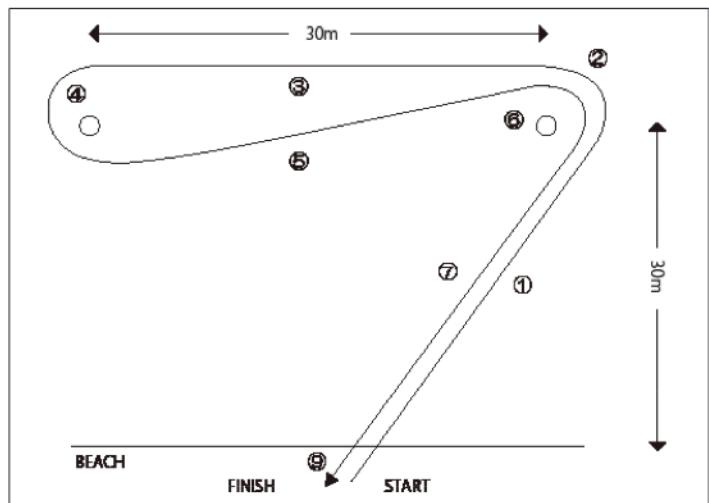
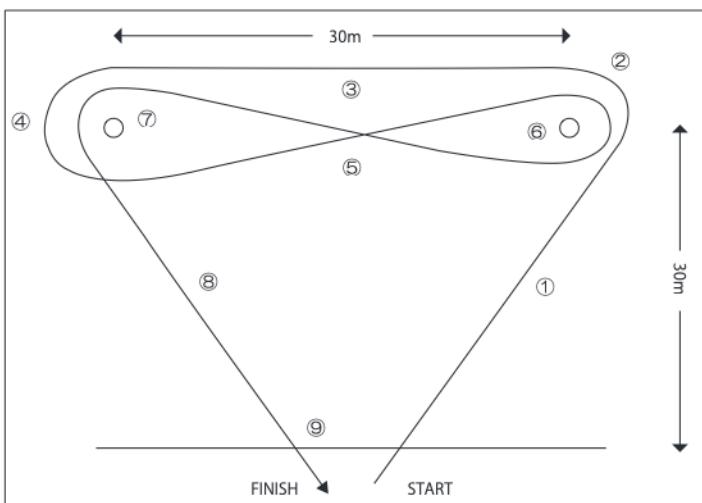
実技テストコース ※スタンスに応じて逆周りも可

採点項目
① ニーパドル→スタンディングパドル
② ステップバック無しのパドルワークによる 90° ターン
③ パラレルスタンスでのパドリング
④ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 180° ターン
⑤ パラレルスタンスでのパドリング
⑥ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 180° ターン
⑦ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 90° ターン
⑧ パラレルスタンスでのダッシュ
⑨ 減速～安全なビーチング

■ 3 級の実技項目

実技テストコース

採点項目
① プローンパドル→ニーパドル～スタンディングへ
② ステップバック無しのパドルワークによるターン
③ パラレルスタンスでのパドリング（巡航スピードで）
④ ステップバック無しのパドルワークによるターン
⑤ パラレルスタンスでのパドリング（巡航スピードで）
⑥ ステップバック無しのパドルワークによるターン
⑦ 減速～安全なビーチング



◆これらのコースレイアウトを標準コースとします

- ・スタートからブイまで、マーク間を 30m 程度に設定します
- ・ゲレンデ形状、コンディション、或いは検定員の裁量によるコースの変

更は可能ですが、要素、項目の加減は行わないようにして下さい

- ・同時に複数人を走らせる場合、一人一人を充分にチェックできる人数に留めて下さい

バッジテスト 1 級 採点表

■ 1 級採点表

開催日：

コンディション：

検定員：

採点項目／氏名						
① スタンディングでスタート						
② ステップバック無しのパドルワークによる 90° ターン						
③ パラレルスタンスでのパドリング						
④ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 180° ターン						
⑤ パラレルスタンスでのパドリング						
⑥ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 180° ターン						
⑦ レギュラーもしくはグーフィスタンスでのパドリング						
⑧ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの 360° ターン						
⑨ パラレルスタンスでのダッシュ						
⑩ トータルインプレッション（スピードも考慮）						
	合計					

評価／採点目安

5	完全に出来ている	2	課題通りでなくミスを伴う
4	ほぼ出来ている	1	全く出来ていない
3	出来ているが努力が必要		

■合格の目安

1 級合格点：80 点以上 / 100 点

※ 1 点、2 点の項目がある場合は失格となる

留意点	留意項目	着眼点
① スムーズさとディレクション	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
② 正確なパドルワークによる 1 艇身以内のターン ※マークブイに当てないこと	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
③ ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている ※スピードに乗った効果的な走り	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置 ・スピードは適正か
④ 正確なパドルワークによる 1 艇身以内のターン※ マークブイに当てないこと	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・シャフトの角度
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
⑤ ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている ※スピードに乗った効果的な走り	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・左右にノーズを振りすぎていないか
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・シャフトの角度
⑥ 正確なパドルワークによる 1 艇身以内のターン※ マークブイに当てないこと	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
⑦ ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている ※スピードに乗った効果的な走り	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・左右にノーズを振りすぎていないか
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・シャフトの角度
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
⑧ 正確なパドルワークによる 1 艇身以内のターン※ マークブイに当てないこと	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・シャフトの角度
⑨ スピードとリズムに乗ったパドリング	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・スピードを上げてもバランスを乱していないか
	スピード	<ul style="list-style-type: none"> ・十分に加速できているか

バッジテスト2級 採点表

■ 2級採点表

開催日：

コンディション：

検定員：

採点項目／氏名						
① ニーパドル→スタンディングパドル						
② ステップバック無しのパドルワークによる90° ターン						
③ パラレルスタンスでのパドリング						
④ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの180° ターン						
⑤ パラレルスタンスでのパドリング						
⑥ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの180° ターン						
⑦ ステップバックしたサイドウェイスタンスでの90° ターン						
⑧ パラレルスタンスでのダッシュ						
⑨ 減速～安全なピーチング（停止すること）						
⑩ トータルインプレッション（スピードも考慮）						
合計						

評価／採点目安

5 完全に出来ている	2 課題通りでなくミスを伴う
4 ほぼ出来ている	1 全く出来ていない
3 出来ているが努力が必要	

■合格の目安

2級合格点：40点以上／50点

※1点、2点の項目がある場合は失格となる

留意点	留意項目	着眼点
① スムーズさとディレクション	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
② 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
③ ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
④ 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
⑤ ブレード全体が深く正確に水を捉えている 上半身と下半身が連動して動かせている	バランス	<ul style="list-style-type: none"> ・フラついていないか
⑥ 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・直進安定性／目標に向かっているか
⑦ 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・フラついていないか
⑧ スピードとリズムに乗ったパドリング	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
⑨ スムーズさとタイミング	バランス	<ul style="list-style-type: none"> ・フラついていないか
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・左右にノーズを振りすぎていないか
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・フラついていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	バランス	<ul style="list-style-type: none"> ・フラついていないか
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・左右にノーズを振りすぎていないか
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・フラついていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	バランス	<ul style="list-style-type: none"> ・フラついていないか
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・左右にノーズを振りすぎていないか
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・フラついていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	バランス	<ul style="list-style-type: none"> ・フラついていないか
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・左右にノーズを振りすぎていないか
	スタンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ポジションは安定しているか ・フラついていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・大回りしすぎていないか
	パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置
	バランス	<ul style="list-style-type: none"> ・フラついていないか
	ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・スピードを上げてもバランスを乱していないか
	スピード	<ul style="list-style-type: none"> ・十分に加速できているか
	スピード	<ul style="list-style-type: none"> ・適正に減速し停止できているか
	タイミング	<ul style="list-style-type: none"> ・降りるタイミングと場所、動作のスムーズさ

バッジテスト3級 採点表

■ 3級採点表

開催日：

コンディション：

検定員：

採点項目／氏名						
① プローンパドル→ニーパドル～スタンディングへ						
② ステップバック無しのパドルワークによるターン						
③ パラレルスタンスでのパドリング（巡航スピードで）						
④ ステップバック無しのパドルワークによるターン						
⑤ パラレルスタンスでのパドリング（巡航スピードで）						
⑥ ステップバック無しのパドルワークによるターン						
⑦ 減速～安全なピーチング						
⑧ トータルインプレッション（スピードも考慮）						
	合計					

評価／採点目安

5 完全に出来ている	2 課題通りでなくミスを伴う
4 ほぼ出来ている	1 全く出来ていない
3 出来ているが努力が必要	

■合格の目安

3級合格点：35点以上／40点

※1点、2点の項目がある場合は失格となる

留意点	留意項目	着眼点
① スムーズさとディレクション	立ち上がり方 立ち位置 パドルワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・スムーズに立ち上がっているか ・すぐにパドリングできる状態になっているか ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合・水をキャッチしている位置
② 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	パドルワーク ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置 ・大回りしすぎていないか
③ ブレード全体が深く正確に水を捉えている上半身と下半身が運動して動かせている	パドルワーク バランス ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置 ・スピードは適正か ・フラついていないか ・直進安定性／目標に向かっているか
④ 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	パドルワーク ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置 ・大回りしすぎていないか
⑤ ブレード全体が深く正確に水を捉えている上半身と下半身が運動して動かせている	パドルワーク バランス ボードコントロール	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置 ・スピードは適正か ・フラついていないか ・直進安定性／目標に向かっているか
⑥ 正確なパドルワークによる2艇身以内のターン	パドルワーク ターン弧の大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ・シャフトの角度 ・ブレードの水への入り具合 ・水をキャッチしている位置 ・大回りしすぎていないか
⑦ パドルワークによる減速と安全な降り方	パドルワーク 降り方	<ul style="list-style-type: none"> ・的確に減速できているか ・ボードの方向をコントロールできているか ・ボードから降りる場所の判断とその後の運び方



SiJ

一般社団法人 日本 SUP 指導者協会
Stand Up Paddleboard Instructors Association Of Japan
2024