

少林功夫段位品制介绍

少林功夫作为中国首批国家级非物质文化遗产，是中华优秀传统文化，受到海内外广大人民群众群众的喜爱。据统计，全世界少林功夫习练者高达数千万。为传承和弘扬少林功夫，提高少林功夫的技术和理论水平，中国嵩山少林寺僧团作为国家级非遗少林功夫的传承人，主持审定、颁布了少林功夫段位品制，并唯一授权成立“少林功夫段位品制委员会”作为少林功夫段位品制的统一管理机构，面向全球开放地进行组织和实施工作。

2019年，少林寺联合河南大学，推出《少林功夫段位品制系列教程》，《少林功夫段位品制》作为评价习练者少林功夫水平的标准，旨在建立标准化、规范化的少林功夫段位品制技术体系，推动少林功夫的国内外传播，实现弘扬中国传统文化，服务世界人民健康的目标。千百年来，少林功夫终于有了评定标准，更获得禅武圣地少林寺的支持，少林寺支持开发的少林 APP 正在计划上线中，少林功夫段位品制学员信息获得少林寺认可并可进行网上查询。少林功夫习练者也将拥有武术水平“身份证”。这一举措，激起全世界少林功夫习练者的关注。

少林功夫段位品制分段位、品阶和荣誉品阶。段位、品阶皆分九级，晋段与晋品都有严格的理论和技术考评标准。段位由低至高依次为一段、二段、三段、四段、五段、六段、七段、八段、九段；品阶由低至高依次为一品、二品、三品、四品、五品、六品、七品、八品、九品；其中一品至三品为初品阶、四品至六品为中品阶、七品至九品为高品阶，初品阶称为拳士，中品阶称为拳师，七品、八品、九品分别称为名师、大师、宗师。每一品又分为一阶、二阶、三阶，共包括九品二十七阶。荣誉品阶由低至高依次为荣誉七品、荣誉八品、荣誉九品。少林功夫段位品制适用对象是从事和参与少林功夫学练活动，自愿申请晋段、晋品者；其中荣誉品阶只授予对少林功夫推广与普及做出一定贡献或重大贡献者。

由中国嵩山少林寺审定，少林功夫段位品制委员会组编的《少林功夫段位品制系列教程》是晋段与晋品的理论和技术考评标准。

（一）段位考评标准

1. 一段至三段：年龄在 7 周岁以上，可申请晋升一段至三段。

考评标准：①熟知少林功夫礼仪，能做到礼始礼终；②基本掌握《少林功夫段位品制系列教程》中的一段至三段的少林功夫基础理论、基本功、少林功法和少林拳术；③少林拳术和少林功法考评成绩均达 6.0 分以上，理论考评成绩达 60 分以上。

2. 四段至六段：年龄在 10 周岁以上，可申请晋升四段至六段。

考评标准：①熟知少林功夫礼仪，能做到礼始礼终；②基本掌握《少林功夫段位品制系列教程》中的四段至六段的少林功夫基础理论、基本功、少林功法和少林拳术；③少林拳术和少林功法考评成绩均达 6.0 分以上，理论考评成绩达 60 分以上。

3. 七段至九段：年龄在 13 周岁以上，可申请晋升七段至九段。

考评标准：①熟知少林功夫礼仪，能做到礼始礼终；②基本掌握《少林功夫段位品制系列教程》中的七段至九段的少林功夫基础理论、基本功、少林功法、少林拳术和棍术套路；③少林拳术和棍术套路及少林功法考评成绩均达 6.0 分以上，理论考评成绩达 60 分以上。

（二）品阶考评标准

1. 一品：凡考取九段资格达 1 年以上、年满 16 周岁者均可申请参考。

考评标准：①崇尚武德，恪守少林功夫礼仪；②熟练掌握《少林功夫段位品制系列教程》中少林功夫一品的少林功夫理论、少林功法、少林拳术和器械套路，具备相应的少林格斗能力；③拳术和器械套路、功法及格斗考评成绩均达 6.5 分以上，理论考评成绩达 70 分以上。

2. 二品：凡获得一品达 1 年以上者均可参考。

考评标准：①崇尚武德，恪守少林功夫礼仪；②熟练掌握《少林功夫段位品制系列教程》中少林功夫二品的少林功夫理论、少林功法、少林拳术和器械套路，具备相应的少林格斗能力；

③拳术和器械套路、功法及格斗考评成绩均达 7.0 分以上，理论考评成绩达 70 分以上。

3. 三品：凡获得二品达 1 年以上者均可参考。

考评标准：①崇尚武德，恪遵少林功夫礼仪；②熟练掌握《少林功夫段品制系列教程》中少林功夫三品的少林功夫理论、少林功法、少林拳术和器械套路，具备相应的少林格斗能力；③拳术和器械套路、功法及格斗考评成绩均达 7.5 分以上，理论考评成绩达 70 分以上。

4. 四品：凡获得三品达 2 年以上者均可参考。

考评标准：①崇尚武德，恪遵少林功夫礼仪；②熟练掌握《少林功夫段品制系列教程》中少林功夫四品的少林功夫理论、少林功法、少林拳术和器械套路，具备相应的少林格斗能力；③拳术和器械套路、功法及格斗考评成绩均达 8.0 分以上，理论考评成绩达 75 分以上；④静思冥想 30 分钟以上。

5. 五品：凡获得四品达 2 年以上者均可参考。

考评标准：①崇尚武德，恪遵少林功夫礼仪；②熟练掌握《少林功夫段品制系列教程》中少林功夫五品的少林功夫理论、少林功法、少林拳术和器械套路，具备相应的少林格斗能力；③拳术和器械套路、功法及格斗考评成绩均达 8.5 分以上，理论考评成绩达 80 分以上；④静思冥想 40 分钟以上。

6. 六品：凡获得五品达 2 年以上者均可参考。

考评标准：①崇尚武德，恪遵少林功夫礼仪；②熟练掌握《少林功夫段品制系列教程》中少林功夫六品的少林功夫理论、少林功法、少林拳术和器械套路，具备相应的少林格斗能力；③拳术和器械套路、功法及格斗考评成绩均达 9.0 分以上，理论考评和论文成绩达 85 分以上；④静思冥想 50 分钟以上。

7. 七品：凡获得六品达 6 年以上、年满 48 周岁者均可参考。

考评标准：①系统掌握少林功夫的技术体系、理论体系及少林禅修，并取得一定的成就；②尚武崇德，在少林功夫推广、少林功夫研究成果（公开发表论著）等方面业绩突出；③理论考评和答辩两项成绩达 160 分以上；④静思冥想 60 分钟以上。

8. 八品：凡获得七品达 6 年以上、年满 54 周岁者均可参考。

考评标准：①系统掌握少林功夫的技术体系、理论体系及少林禅修，并取得一定的成就；②尚武崇德，在在少林功夫推广、少林功夫研究成果（公开发表论著）等方面能推陈出新；③理论考评和答辩两项成绩达 170 分以上；④静思冥想 70 分钟以上。

9. 九品：凡获得八品达 6 年以上、年满 60 周岁者均可参考。

考评标准：①精通少林功夫的技术体系、理论体系及少林禅修，并取得重大成就；②尚武崇德，在少林功夫推广、少林功夫研究成果（公开发表论著）等方面能独树一帜；③理论考评和答辩两项成绩达 180 分以上；④静思冥想 80 分钟以上。

凡 35 周岁以上的少林功法习练者，可越过段位考试直接晋品，考试内容为相应品阶的少林功夫理论、少林功法、少林禅修及答辩等内容，具体考评标准同上。

少林功夫段品制委员会对各考评机构报送的技术等级评定结果进行审批后，授予相应的少林功夫段品等级并颁发证书、徽章及腰带，同时将获得全球唯一的少林身份号码，并能够通过即将上线的少林 APP 进行线上身份认证和考级证书查询。