

中学校授業のための、新しい空手道情報誌

# あゆみ

《2012年4月号》vol.5 April 2012  
Japan Karatedo Federation Official Magazine  
AYUMI

【実践トピックス】  
熊本マリスト学園中学校

【シリーズ 空手道とは？】  
蹴りを覚えよう

【シリーズ Crystal Vision...】  
外科専門医 加賀谷 暁子氏



中学3年間、全員が空手道を学習  
熊本マリスト学園の  
華麗なる実践！



発行  
公益財団法人全日本空手道連盟



【実践トピックス】

# 熊本マリスト学園の華麗なる実践！

熊本マリスト学園中学校（源島真一郎校長）では、全校生徒が3年間にわたって空手道を学習しています。空手道は45年以上も前から取り入れられたもので、全員が空手道衣を着て行なっています。体育祭で集団演武を披露したり、「武道発表会」を開催するなど、個と全体を育む学校行事として根づいています。

写真：武道発表会での団体形の試合

熊本県 私立  
熊本マリスト学園中学校  
1、2、3年生



**1. 学校の概要**  
熊本マリスト学園（源島真一郎理事長・校長）は、2011年に創立50周年を迎えたカトリック系の中高一貫校です。男子校として1961年に高校が創立され、1963年に中学校が開校、2000年より共学校となりました。現在は中学校が全6クラス、高校は全18クラスあり、中高とも空手道部の生徒が全国的に活躍しています。ここでは、体育館内にある空手道部練習場を使用し、クラスごとに男女共習で空手道の授業を実施しています。年間を通して行なわれ、1年生から3年生まで、全学年が学習しています。指導するのは、空手道経験者である保健体育科の西松策浩先生。1、2年生は礼法、基本動作と松濤館流の基本形を4つ、3年生はそれに加えて別の基本形を1つと、上級の形を1つ習得します。

※記事の中では平成23年度（取材時）の学年を記載しています

**2. 授業の流れ**  
2012年3月2日（金）、1年B組の授業を見学しました。男子13、女子18、計31名が全員空手道衣を着て（入学時に各自購入する）、正座で黙想し、座礼をしてから始まりました。全体で基本技術、移動稽古（足の動きも伴う突きや蹴り）、基本形を練習した後、チームに分かれて団体形を発表したので、実は翌日に学校行事の「武道発表大会」が控えていました。

**3. 毎年恒例「武道発表大会」**  
3月3日（土）9時から、年度末に恒例となった「第7回武道発表大会」が行なわれました。中学生全員が体育館に集まり、1年間学習してきた空手道を発表するもので、競技会形式を取っています。生徒会を中心に生徒が主体となって運営し、「クラス発表の部」と「団体形の部」の2部構成。保護者も数多く見学に訪れます。まず学級対抗の「クラス発表の部」では、制限時間内に授業で習ったことを発表し、審査員の先生が採点、優勝

トップコラム

— 中学校武道必修化を迎えて —

平成24年度が始まり、ついに中学校での武道必修化が現実のものとなりました。空手道が公の場所、それも教育課程の一貫である中学校で授業に採用されることには、たいへんな意義があると考えております。全日本空手道連盟としては、これを機会に、全国の中学生や学校関係者のみなさまに、伝統空手道の礼と節を規範としたすばらしい真髓の一端にふれていただき、文化としての空手道がますます普及発展していくことを願っております。2011年に創刊し、5冊目の発行となったこの「あゆみ」ですが、幸いなことに創刊以来、各学校より数多くの反響をいただいております。「あゆみ」を契機に本連盟発行「空手道指導の手引」や、外部指導者の派遣

公益財団法人 全日本空手道連盟  
専務理事 有竹隆佐

本連盟は空手道採用校への積極的な支援を行ない、同時に本年度も「あゆみ」の内容を充実させ、有益な情報発信をしていきたいと考えております。

本連盟は空手道採用校への積極的な支援を行ない、同時に本年度も「あゆみ」の内容を充実させ、有益な情報発信をしていきたいと考えております。

1200となっております。

文部科学省のまとめにより、公立中学校約1万校で、柔道が約6000、剣道は約3000、相撲は約400、空手道が約1200となっております。

多くの私立女子校からの反響が強く、武道場がない・共学校にも増して安全性を重視したいというニーズから、空手道に期待が寄せられている結果なのではないかと推察しています。

Staff

中学校授業のための新しい空手道情報誌

あゆみ vol.5  
2012年4月号

〈発行〉

公益財団法人 全日本空手道連盟  
〒135-0053  
東京都江東区辰巳 1-1-20  
日本空手道会館  
TEL : 03-5534-1951  
FAX : 03-5534-1952

〈編集スタッフ〉

喜島智香子  
島田博江  
三村由紀  
若井敦子

〈スタッフアドバイザー〉

(公財) 全日本空手道連盟事務局長  
日下修次

〈編集制作〉

株式会社チャンプ  
〒166-0003  
東京都杉並区高円寺南 4-19-3  
総和第二ビル 2階  
TEL : 03-3315-5051  
FAX : 03-3315-1831

Contents

トップコラム  
— 中学校武道必修化を迎えて — …… 002

実践トピックス  
熊本マリスト学園の華麗なる実践！ …… 003

空手道とは？  
蹴りを覚えよう …… 006

ニュース・フラッシュ  
平成23年度 学校空手道実技指導者講習会 …… 008

シリーズ空手道の歴史④  
日本から世界に！ …… 010

Crystal Vision…  
千葉メディカルセンター 医師 加賀谷 暁子氏 …… 011

データから考える「武道全般と空手道採用の現状」  
大阪府立桜塚高等学校 校長 小山 正辰先生 …… 012

Doctor's Eye  
「空手道は本当に危険なのか？」 …… 014

INFORMATION  
平成24年度 空手道授業実施中学校一覧 …… 015



「武道発表会」の第一部、クラス発表。演目や隊形は、生徒たちが考え練習してきた。本番では緊張感の中、目標に向かって全員が一体となった。



入賞者は表彰される。団体形の試合は、旗判定で勝敗が決定する。思わず笑みが…。こちらも審判員は学園の先生方。競技会も、礼に始まり礼に終わる。クラス発表を厳正に審査するのは、教頭先生をはじめ学園の先生たち。「武道発表会」の開会式で、選手宣誓。



熊本マリスト学園中学校の空手道授業。全員が空手道衣を着て、3年間学習している。

# 個から全体へ 「目標設定」で 引き出す、やる気

2012年3月2日(金) 6時間目 (50分) 1年B組 於: 体育館 (空手道部 練習場)	
14:20	・準備体操 ・正座、黙想、座礼
14:30	・その場突き ・前蹴り
14:35	・移動稽古 (突き、蹴り、連突き)
14:40	・形「平安初段」、「平安二段」
14:50	・団体形の練習、1チームずつ発表
15:10	・授業のまとめ ・正座、黙想、座礼

クラスを決めます。入退場や発表内容、隊形などの「演出」は生徒たちが自ら考えます。号令をかけるのも生徒。互いに隊列を組んだり、歌いながら入場したり、生徒の力で創意工夫がこらされていました。

全クラスの発表が終わると、「団体形の部」が始まり、生徒3名または4名から成るチームが男女別に競技します。2チームが順番に団体形を発表し、審判員になった学園の先生方が「良い」と思った方に旗をあげ、勝敗が決まります(先生方もほぼ全員、空手道経験なし)。トーナメント形式で、男女それぞれ優勝チームが決まります。

チームは授業中に決めたもの。空手道経験者が同一のチームにならないように配慮されています。それぞれチーム名を考えるのですが、「いちごパフェ」「くまモン」など微笑ましいネーミングが…。

トーナメントは学年混合です。つまり、1年生と3年生のチームが対戦することもあります。競技で使う形は、授業で習った中から選択でき、上級生が下級生と対戦する場合は、下級生と同じレベルの基本形を使用します。

下級生が上級生に勝ったり、3対2という僅差で勝敗が決まると、試合が終わるごとに歓声があがり、白熱！

1回勝ち、2回勝ち、だんだんと優勝が近づくことに「次も勝ちたい」と意欲が燃えるでしょう、次の試合を待つ間に繰り返し練習したり、声をかけ合うなど、生徒の目は真剣さを増し

ていきました。

最後に、全生徒が注目する中で決勝戦と空手道部員による模範演武が行なわれ、閉会式では校長先生から優勝クラスと団体形の入賞チームにトロフィーや賞状が手渡されました。午前中だけの短い時間にも関わらず、体育祭のように盛り上がり、生徒同士が力を合わせて競い、教職員も一体となった行事でした。

## 4. 空手道授業のはじまり

熊本マリスト学園で初めて空手道を導入したのは、平成8年(16年まで)校長を務めた森淳先生でした。学園の草創期、体育科教員として勤務していた森先生が、学校の特徴、とくに男子校としての特色を出せないかと考え、自身が空手道経験者であることから取り入れたのです。

当時は体育館がなかったため校庭で裸足になって実施し、実技では森先生が独自に創作した簡単な形を指導していたと言います。

そして、成功を取めたのが体育祭での空手道の集団演武でした。何月何日の体育祭で発表する。と期限を定めた目標設定をし、生徒に意識づけをしたところ、授業中のやる気が高まり、体育祭ではマスメディアのように一糸乱れぬ、そして男子の力強さを表現した演武を披露するに至ったのです。まさにねらい通り、学校の特色を発揮でき、観戦に来た保護者にもたいへん喜ばれたそうです。

## 5. 武道授業の意義を問う実践

源島校長はこう言います。「本校には他武道のクラブもありますが、学校の伝統的な種目として空手道がありましたので、(必修化以降の)授業においても空手道を選択しました。

空手道衣を着なくても、場所を選ばずにできます。授業を見ていて、女子も男子も取り組みやすそうです。また、個別だけでなく全体の発表につながります。

学校としてはもちろん「安全性」を最重要視しています。それに加え、一つの行動を美しく、きちんと行なうことで、集中力を養える種目だと思っています。

「個別から全体」をキーワードに、ここに新しい空手道の魅力を見つけました。個人が技術を覚える「個」の側面から、3、4名で協力して成果を上げようとする「団体」、そしてクラス、学校単位で成果を創り上げる「全体」の作業へとつなげる熊本マリスト学園のスタイル——この過程で生徒が獲得でき

るものは、個人の身体面、技術面の成長に留まりません。

「必修化されたからといって、武道をただやるのでは意味がありません。目標があつて、意識づけをして、引つ張り続けるという流れを指導者が持たなくては、授業は面白いものになりません」(森淳先生)。

空手道は「団体形」などをツールに新学習指導要領が求める要素を満たし得ると、過去の「あゆみ」でも述べてきました。熊本マリスト学園中学校では、年間を通じて体系化された指導計画の中で、個と全体を育む機会を設け、武道授業を真に意義あるものにしていくと云えるのではないのでしょうか。

なぜ武道をやるのか？なぜ義務教育課程でやるのか？武道から何を学べるのか？空手道に限らず、武道授業の価値は何かという質問に答えを出すかのように、伝統を継承しながら、工夫を続ける熊本マリスト学園の実践は、華麗に光を放っています。

## 生徒の声は…

「空手道は授業で初めてやりました。それまでは『戦い』とか『怖い』というイメージがありました。思ったより楽しかったです。団体形でみんなのかけ声がそろったときが楽しく、形では平安二段が一番好きです」  
(1年B組 立石桃子さん)

「硬式テニスをやっています。空手道はやったことがありませんでした。最初はどんなものか分からず、うまく出来るか不安でしたが、力が出るのが嬉しいです。技では蹴りが好きです。蹴って自分の強さを試している感じが良いです」  
(1年B組 寺本慧人くん)



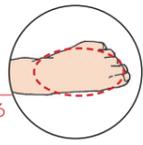
前列右から源島理事長・校長、全空連の山下事務局長、後列右から体育担当の西松先生、岩永利晴教頭。

## まわ げ ② 回し蹴り

回し蹴りは「背足」(はいそく。足の甲のこと)を使って蹴る技です。膝を体側に引き上げ、足が曲線的なコースを描いて、横から回り込むようにして蹴ります。ここで紹介するのは上段(頭部)を目標とする上段回し蹴りです。中段を目標にすると中段回し蹴りになります。

### Point

回し蹴りで使うところ「背足」



### 回し蹴り



構えに戻る。



蹴るときと同じコースを通して足を体側へ戻す(引く)。



膝を伸ばし、身体の横から回すように蹴る。腰とかかとも同時に回す。足先は伸ばし、背足を意識する。



後ろ脚の膝を曲げ、体側に引き上げる。



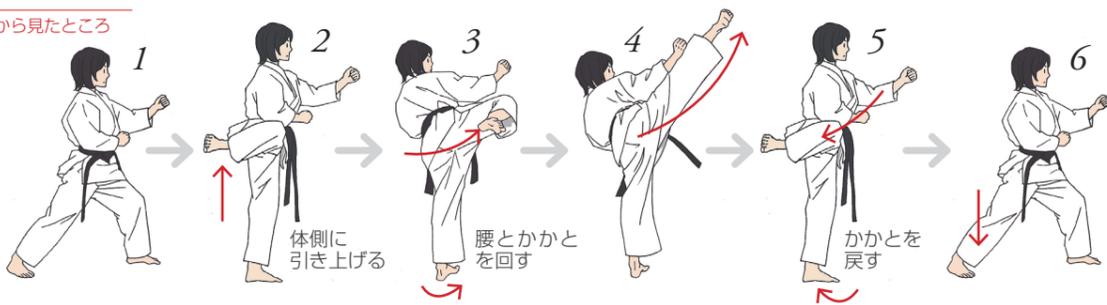
「前蹴り」と同じように構える。



### 回し蹴り

### Side

横から見たところ



体側に引き上げる

腰とかかかとを回す

かかとを戻す

構えに戻る

蹴る

### 構え

## まえ げ ① 前蹴り

足を使った基本的な攻撃技のひとつ「前蹴り」は、前にいる相手の中段(腹部)をねらい、足の裏の「上足底」(じょうそくてい)で蹴ります。初めて取り組むときは、足の指を反らして、上足底を床に軽く当ててみるなど、足のどの部分を使うか意識して行なうと良いでしょう。ここでは前屈立ちでの練習を紹介します。左右両方の足で練習してみましょう。

### Point

前蹴りで使うところ「上足底」



### 前蹴り



元の姿勢に戻り、次の攻防に備える(リラックス)。



膝を曲げ、蹴った足をもう一方の脚の膝の位置まで戻す(引く)。



上足底が目標に当たるように、膝を伸ばしていく(蹴る)。

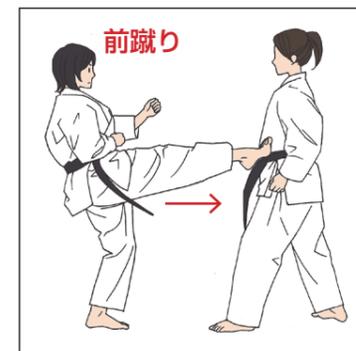


後ろ脚を膝から引き上げる。



前屈立ちで立つ(左足が前)。両手は拳にして、上段と中段に構える。または、両拳を体側に降ろしたり、両手を腰に当てた構えで練習してもよい。

### 構え



### 前蹴り

### Side

横から見たところ



太ももが床と水平以上になるまで引き上げよう。

※はじめは号令をかけ、1~5の動きを一つずつ区切ってゆっくりと練習しましょう。慣れてきたら、「いち」の号令で1~2、「に」の号令で3~4、「さん」の号令で5をすばやく行ないます。さらに次は「いち」の号令ですばやく1~5の動きを区切らず行なってみましょう。

## 第4回 蹴りをも覚えよう

# 空手道とは



「蹴り」とは足を使った攻撃技のこと。ここでは「前蹴り」と「回し蹴り」を紹介します。練習では上半身の力を抜き、片足立ちになったときのバランスに気をつけましょう。

### 素朴なギモン

## Q 空手をやると、ケガをしてしまうの？

A 「空手道=戦い、ケガをする」というイメージを持っている人がとても多いようです。しかし、「基本」と「形」は相手と接触せずに行ないますので、ケガをさせたり、させられるものではありません。組手にも、「約束組手」という決められた動きをする練習方法があります。そして、授業で安全に空手道を行なうため、ケガが起こらないことを最優先に考えた授業用の指導方法・学習内容が作られています。「空手に先手(せんて)なし」という言葉が表すように、空手道は人を傷付けるために習うのではなく、いざという時に自分の身を守るためにあるのです。

※このシリーズは、(財)全日本空手道連盟「空手道指導の手引」を参考にしています。

# ニュース・フラッシュ

## 「平成23年度 学校空手道実技指導者講習会」

空手道を採用した7校が参加！

期間中、受講者は空手道の礼法、基本技術、基本形、団体形、さらに生徒を対象に指導する際のポイントを学びました。いずれも全日本空手道連盟「空手道指導の手引」にそった指導内容でした。

団体形の最後には「競技会」(発表)を実施し、基本形を覚えてグループ発表まで展開するという1年間の授業計画を2泊3日に凝縮して学びました。

さて、この講習会には、武道必修化にあたり4月から武道授業に空手道を採用した学校の先生が7名(7校)参加していました。そのうち6校が中学校(一貫校含む)、1校が高校で、4名がまったく空手道経験のない先生でした。

7校では、なぜ空手道を導入したのか。平成24年度はどのような授業を予定し、指導にあたる先生方は何を必要としているのか。代表して4名の先生にコメントをいただきましたので、紹介しましょう。

●福岡女学院中学校・高等学校(福岡)  
 ・全校生徒約900名(中学生約450名)  
 ・空手道授業は年6時間程度の予定  
 ・空手道指導者：高島一路さん(前校長)  
 「私は平成23年度まで本校の校長を務めており、4月から空手道指導者として

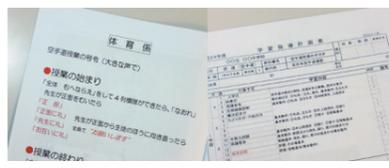
関わっています。  
 23年度まではダンスを実施していましたが、武道必修化にあたり、私自身が経験者であることから、空手道を採用しました。中学1、2年生を対象に、形のみに絞り、体育館でジャージで実施します。  
 この講習会で「団体形の競技会」がとても参考になりました。生徒のモチベーションをあげるためにも競技性があるといいですし、ぜひ取り入れたいです」

●東星学園中学校・高等学校(東京)  
 ・全校生徒約260名(中学生約160名)  
 ・空手道授業は年5〜8時間を予定  
 ・保健体育科教諭：井上由佳子さん  
 「本校では柔道を実施する予定でしたが、『あゆみ』をきっかけに『手引』を取り寄せ、空手道の導入を検討しました。安全や環境面など総合的に考えた結果、空手道を実施することにしました。

私はトライアスロンが専門で、空手道は初心者。講習会をとおして、空手道は他のスポーツと違い、シンプルな動作の中にさまざまな要素が含まれていることを体感でき、中高生も取り組みやすいと実感しました。生徒に合った授業展開と工夫をしていきたいと思っています」

●群馬県太田市立西中学校(群馬)  
 ・全校生徒約450名  
 ・空手道授業は1、2年生で年8時間程度、3年生で年6時間程度を予定  
 ・保健体育科教諭：長尾清さん

「本校には空手道同好会があり、全国大会出場者を輩出しています。学校の特色が出せるのが空手道だと考えまし



平成23年度 学校空手道実技指導者講習会  
 日時/2012年2月15日(水)~17日(金)  
 会場/松本市庄内体育館(長野県松本市)  
 主催/文部科学省  
 全日本空手道連盟

- 《講習会の流れ》
- 1日目 2月15日(水)
    - 受付、開講式
    - 講義「空手道の特性」…①
    - 実技「空手道の基本動作(移動基本動作)の指導法」…②
  - 2日目 2月16日(木)
    - 実技「空手道の基本動作(移動基本動作)の指導法」…②
    - 実技「中学校武道指導実践法」…③
  - 3日目 2月17日(金)
    - 講義、実技「形の指導法」…④
    - 解説「学校における武道指導の在り方」…⑤
    - 質疑応答、閉講式
- 講師
- ①全日本空手道連盟副会長 栗原茂夫
  - ②全日本空手道連盟専務理事 有竹隆佐
  - 全日本空手道連盟評議員 伊藤仁
  - ③北海道北広島市立東部中学校校長 河野匡宏
  - 富山県上市市町立上市中学校教頭 岩城公二
  - ④全日本空手道連盟1級資格審査員 原口高司
  - ⑤文部科学省スポーツ・青少年局体育参事官 付教科調査官 石川泰成

## 安全、道具がいらぬ、盛り上がる「ぜひ、授業でやってみよう」



基本形を覚えた後、団体形を練習する受講者。個人学習からグループ練習、そして競技会へ発展させる。



団体形の競技会では生徒がローテーションで発表と審判を行なう。生徒の動きについて説明。



約束組手の講習。両手で突くことで身体の流れを防ぎ、正しい距離感を覚えさせる指導方法。



3日目には文科省による解説が行なわれた。中学生にも好評の、団体形の競技会。



3日目には文科省による解説が行なわれた。

【表】空手道採用校の概要(講習会参加者中)

学校名(五十音順)	所在地	公私立	共別学	共別習	経験
1 太田市立西中学校	群馬県	公立	共学	共習	なし
2 片山学園中学校・高校	富山県	私立	共学	共習	あり
3 幸福の科学学園高校	栃木県	私立	共学	共習	少し
4 東星学園中学校・高校	東京都	私立	共学	共習	なし
5 どんぐり向方学園	長野県	私立	共学	共習	なし
6 浜松開誠館中学校・高校	静岡県	私立	共学	共習	なし
7 福岡女学院中学校・高校	福岡県	私立	女子	女子	あり

※「共・別習」は空手道授業に関して「経験」は担当教員の空手道経験の有無



学校法人どんぐり向方学園 菅雄太さん(長野) 太田市立西中学校 長尾清さん(群馬) 東星学園中学校・高校 井上由佳子さん(東京) 福岡女学院中学校・高校 高島一路さん(福岡)

た。また安全面や、男性教員が女子生徒を教えることを考えても、空手道が良いだろうと判断しました。  
 私は専門がバスケットボールです。空手道授業では外部指導者とのチーム・ティーチングになりますが、外部指導者と自分との役割分担を模索中です。「手引」のような視覚的教材や、生徒自身が書き込むワークシートがあったら役立ちそうです」

●学校法人どんぐり向方学園(長野)  
 ・全校生徒14名(中学生10名)  
 ・空手道授業は年12時間を予定  
 ・保健体育科教諭：菅雄太さん  
 「本校は自然に囲まれた全寮制の学校で、小学生から高校生が一緒に学んでいます。当初は剣道を検討していたが、防具が揃わず困っていたところに『あゆみ』が届き、表紙の『体操着でできる、体育館でできる』という言葉を見て、空手道がいいなと思いました。

講習会で稽古してみて、『安全だな』と実感。また、本校には軽度発達障害や不登校の子もおりますが、形は生徒の良い点を見つけてほめやすく、自信を持たせるきっかけづくりに効果的なのかもしれません。私自身、これを機会に空手道場に通ってみたいと思っています」

全日本空手道連盟では、資料提供や外部指導者の派遣など、空手道採用を希望する学校に全面的に協力していく体制をとっています。「あゆみ」でも、空手道実施校の授業や、先生や生徒の声を取材していきたいと思っています。

2月15日〜17日、長野県松本市にて、中学校、高校の保健体育科教員や、運動部活動指導者(外部指導者含む)らを対象に、中学校武道必修化をふまえた講習会が行なわれました。全国から58名が参加し、うち2割程度が空手道未経験者でした。

## 「緊張を乗り越える集中」

千葉メディカルセンター  
医師 加賀谷 暁子氏



このコーナーでは、子供の頃や学生時代に空手を習い始めて、社会で活躍している方を紹介いたします。今回は医師となつて11年目、2児の母でもある外科医・加賀谷暁子さんにご登場いただきます。

●大学で空手道部に  
私が空手道を始めたのは、千葉大学医学部1年生の時です。在学中に何か身に付けたくて、空手道部を見学。武道は道具を使わず自分の身体だけで行なうことから、稽古を通じて「自信」がつくのではないかと思います。医学部空手道部は他学部で構成するクラブとは別に活動しており、当時の部員は全体で15人ほどいたと思います。なかには、付属の看護学校や、学外の医療系学校の学生もいて、週2〜3

回、3時間程度の練習をしていました。

●医師を志したきっかけ  
小さい頃、よく病院にかかることがあったのですが、患者の訴えを聞かない医師がいて、子供心に納得がいかず...ならば自分が医師になろうと思ったのが、そもそものきっかけでした。

●集中と反復シミュレーション  
空手の試合や組手では、それまでどんなに努力していても、自分の精神状態ひとつで身体が固まってしまうことを自覚しました。

●今も空手道が生活の一部  
空手は、なにげなく始めて、のめり込んでいたわけではなく、あくまで学生生活の一部でした。けれど、今でも身体は自然に動き、身体を使いたいときや、思い詰まった時に家で基本の動きをするなど、生活の一部になっています。身体を動かすことで「無」になれるんです。

そのような中、昨年から夫が仕事を辞め、育児をしてくれています。私がこうして仕事に専念できるのは夫のおかげです。

●今も空手道が生活の一部  
空手は、なにげなく始めて、のめり込んでいたわけではなく、あくまで学生生活の一部でした。けれど、今でも身体は自然に動き、身体を使いたいときや、思い詰まった時に家で基本の動きをするなど、生活の一部になっています。身体を動かすことで「無」になれるんです。

完全な休日は月2、3日という多忙の中、外科医という仕事に高いエネルギーを注ぎ続ける加賀谷さん。手術に臨む精神はどこか武道の稽古に通じるものを感じました。日常生活に空手道が自然と活きているのが印象的でした。

—Profile  
1974年 5月20日 大阪府生まれ  
1994年 千葉大学医学部 入学  
2001年 千葉大学医学部付属病院 食道胃腸外科  
2002年 厚生連 熊谷総合病院 外科  
2003年 千葉県がんセンター 消化器外科  
2004年 厚生連 幸手総合病院 外科  
2005年 千葉大学医学部付属病院 食道胃腸外科  
第一子出産  
2008年 第二子出産  
2011年~ 千葉メディカルセンター外科部長  
日本外科学会専門医

—Personal Karate History  
1994~2000年 千葉大学医学部空手道部

## シリーズ④ 空手道の歴史 (1965年~1981年)

### 日本から世界に!

**第1回全日本選手権大会  
第1回世界大会が開催される**

1964年に全日本空手道連盟(全空連)が結成され、1968年、全空連の第2代会長に笹川良一氏が就任しました。そして、その翌年の1969年10月10日に、記念すべき第1回全日本空手道選手権大会が日本武道館で開催され、また、1970年には世界空手道連合(World Union of Karate Organizations, WUKO)が結成。第1回世界空手道選手権大会(33カ国参加)が開催されるなど、沖縄で発祥した空手が日本全土に広まり、そして世界へと広まってきました。

その後、WUKOは1993年に改称され、現在は世界空手連盟(World Karate Federation, WKF)となりました。

**世界における空手道**

世界空手道連合(WUKO)は1970年の東京での大会を機に、2年に一度選手権大会を開催しています。

第2回はフランス、第3回はアメリカ、そして第4回の1977年は再び日本で開催され、第5回の1980年にはスペインで開催されるなど、現在は世界のあらゆる国で国際大会が開催されています。

また、WUKOは、1976年に国際スポーツ連盟機構(GAISF)の承認を得て、1981年、第1回GAISFワールドゲームズに空手道が参加し、世界中で空手の大会が開催されるようになっていきました。

**国体の正式種目に!**

1972年、全空連は日本体育協会に加盟承認され、1978年に長野国体から公開競技(全日本選手権大会)として参加しました。翌年の1979年宮崎国体、1980年の栃木国体は、空手道競技としてデモンストレーションに参加し、そして、1981年、ついに滋賀国体で念願の正式種目となりました。

さて、長野国体では一風変わった空手道競技が行われたという記録が残っています。1969年から始まった全日本選手権大会は、第1回から第5回までは、組手は男子の個人戦(無差別級)と団体戦の2種目しかありませんでしたが、長野国体の公開競技として行われた第6回全日本選手権大会のみ、「身長制」で競技が行われたようです。階級は、S級、M級、L級、無差別級の4階級です。その後、翌年の1979年の国体から、現在の体重別となり、その後、男子組手、男女形試合に追加して、女子の組手競技も行われるようになりました。

参考文献:  
「空手道教範」財団法人全日本空手道連盟発行 1966年  
「空手道歴史年表」外間哲弘著 2001年  
「空手道で働く・心技体」財団法人全日本空手道連盟発行 2008年  
「女性のための空手道季刊誌かぐや」第11号「財団法人全日本空手道連盟発行 2010年

年代	おもな出来事
1800年	シリーズ① ・1429年 琉球王国の誕生 〈一度目の禁武政策〉 ・1609年 島津藩が琉球を征服 〈二度目の禁武政策〉 ・「唐手」から「空手」へ
1800年代 1900年	シリーズ② 〈四大流派の開祖 出生 ※〉 ・1868年 富名腰義珍 出生 (後に船越と改姓、松濤館流) ・1888年 宮城長順 出生 (剛柔流) ・1889年 摩文仁賢和 出生 (糸東流) ・1892年 大塚博紀 出生 (和道流)
1901年 1964年	シリーズ③ ・1916~17年 富名腰義珍が空手を本土初公開 ・1922年 文部省第1回体育博覧会にて富名腰義珍が演武 ・1939年 関東空手道学生連盟結成 ・1950年 日本学生空手道連盟結成 ・1964年 全日本空手道連盟結成
1965年 1981年	シリーズ④ ・1969年 全空連、財団法人認可全日本大会開催 ・1970年 世界空手道連合結成(WUKO) ・1981年 東京で世界大会 ・空手道が国体正式種目に
1982年 2000年	シリーズ⑤ ・1985年 WUKOがIOC公認団体に ・1993年 WUKOがWKFに名称変更 ・1994年 アジア競技大会に空手道が正式競技として参加
2001年 現在	シリーズ⑥ ・2001年 全日本少年少女大会開催 ・日本スポーツマスターズ開催 ・2008年 東京で世界大会開催 ・2009年 日本空手道会館落成

今回のテーマ

※四大流派...全日本空手道連盟が定めた空手道の4つのおもな流派。松濤館流、剛柔流、糸東流、和道流。

# データから考える 「武道全般と空手道採用の現状」

中学校武道必修化が完全実施された今、空手道の採用状況はどのようになっているのでしょうか。あゆみ創刊号から「手引のてびき」を執筆して下さった小山正辰先生に解説していただきました。

\*\*\*

3月3日に開催された「日本武道学会空手道専門分科会 平成23年度ワークショップ」(麗澤大学東京研究センター)において、「中学校武道必修化への取組み」2011年度の活動状況と今後の方向性」というタイトルでお話をさせて頂いた。

○2011年度の活動状況  
○空手道採用の現状  
○今後の方向性について  
と3つの柱立てで約1時間話と質疑応答で理解を深めていただいた。



タイトルは「武道およびダンスの必修化に向けた公立中学校の指導体制について」となっており、「公立中学校」というところが後述する日本武道館資料と異なる。

都道府県公立中学校各20校を(全国で940校)を対象とした抽出調査で、調査期間は、平成23年12月から平成24年1月。まさに直前調査となっている。

これによると、武道9団体(柔道・剣道・相撲・なぎなた・弓道・空手道・合気道・少林寺拳法・銃剣道)の採用状況は、

- ①柔道 64.1%
- ②剣道 37.6%
- ③相撲 3.4%
- ④空手道 2.3%
- ⑤弓道 1.0%

となっている。他のなぎなた、合気道、少林寺拳法、銃剣道は1%に満たない。

我が空手道は、相撲に続く第4位であり、文科省が推薦する3武道に続く存在であることは間違いない。

ただ、やはり、といつては何だか、沖繩の18校(90%)が数字を稼いでおり、沖繩以外では、北海道・山形・新潟・奈良で各1校となっている。

熊本県の声北町は抽出されていない

【表1】『月刊武道 2012年4月特別増大号』191頁から一部引用抜粋

項目	実施校数	割合 (%)
柔道採用	6639	64.11
剣道採用	3151	31.06
相撲採用	416	4.46
空手道採用	120	2.06
武道場設置校数	5144	55.88
保体科教員のみで指導	6755	
外部指導者導入	543	
年間予定実施時間数	平均9.9時間	

て調査時期が異なる、実施率の算出方法が異なる、栃木県のデータがないなど完全な調査とはなっていないが、より詳細な調査として注目すべきものである。

まずは、柔道を見てみる。

『月刊武道4月特別号』の数値を詳細に見てみると、採用率が90%を超えるのが、札幌市、秋田県、千葉市、横浜市、新潟市、名古屋市、神戸市、となっている。全体で64%なので、都市部における柔道の採用は突出している。

それらの各都市の武道場設置率(量が用意されていると考えられる)は、札幌市(69%)、秋田県(41%)、千葉市(95%)、横浜市(73%)、新潟市(92%)、名古屋市(95%)、神戸市(46%)、となっている。名古屋市をのぞいて環境が整っているための柔道選択ではない、といつていい読み取れる。すなわち、

## ■文科省調査から

まずは、文科省が3月15日付けで報道発表したデータをもとに皆さんにご報告をさせて頂いた。

タイトルは「武道およびダンスの必修化に向けた公立中学校の指導体制について」となっており、「公立中学校」というところが後述する日本武道館資料と異なる。

都道府県公立中学校各20校を(全国で940校)を対象とした抽出調査で、調査期間は、平成23年12月から平成24年1月。まさに直前調査となっている。

これによると、武道9団体(柔道・剣道・相撲・なぎなた・弓道・空手道・合気道・少林寺拳法・銃剣道)の採用状況は、

- ①柔道 64.1%
- ②剣道 37.6%
- ③相撲 3.4%
- ④空手道 2.3%
- ⑤弓道 1.0%

となっている。他のなぎなた、合気道、少林寺拳法、銃剣道は1%に満たない。

我が空手道は、相撲に続く第4位であり、文科省が推薦する3武道に続く存在であることは間違いない。

ただ、やはり、といつては何だか、沖繩の18校(90%)が数字を稼いでおり、沖繩以外では、北海道・山形・新潟・奈良で各1校となっている。

熊本県の声北町は抽出されていない

熊本県の声北町は抽出されていない

文科省調査にある「すでに実施している種目」としての選択と考えられる。

では、なぜ、都市部で柔道採用が多いのか。私の体育教員としての実感から類推すれば、専門外の教員にとって、剣道の防具・竹刀の準備や管理は大変だが、柔道なら生徒に道着を準備させればよいので取り組みやすい(少なくとも高校ではそうである)。

また、大学の実技講座で学んだ経験を活かせば指導は可能であるし、実技研修もわが身と柔道着だけなので受けやすい、という感覚がある。

柔道種目の安全性が新聞等で短上に載っているが、内容を工夫・精選し、激しい攻防を行わねば大きな事故にはならないのではないかと、という見込みもあるであろう。

実施を前に、柔道界や文科省が心配するのは、100%事故が起らない授業を、ということである。専門家ではない体育指導者即ちの黒帯者)の指導への危惧が起きているのは、この部分なのである。

だが、指導者が専門家かそうでないか、という問題以上に、これまで武道授業を行ってこなかった中学校の課題は大きい。

武道場のない中学校では、指導時数の少なさをゆえの

- ①量のあげおろし・保管の難し
- ②柔道着の管理

に苦慮されている。大阪府のある

いりらしく、熊本県は「0」という実施率となっている。

その他の状況調査項目で、なぜ、その武道種目を選択したのか、という問いには、

- ①すでにこの運動種目を実施しているため 81.1%
- ②この運動種目を指導できる教員を確保できるため 24.5%
- ③この地域で伝統的に愛好されるため 8.5%

指導充実のための取組みはどのように行ってきたか、という問いには、

- ①指導する教員を研修に参加させた 78.8%
- ②地域の人材に指導を依頼した 12.6%
- ③指導する教員に研究指定校やモデル校の取組み例を調査させた 11.4%
- 指導する教員から武道の授業を行うことのような取組みを望む声があるかという問いに
- ①さらなる研修の充実 53.6%
- ②わかりやすい指導書の配布 50.4%
- ③地域のスポーツ指導者の活用 26.0%

これらは、学校現場が回答した結果である。

市町村教育委員会は、今後の取組みとして

- ①指導する教員に対する研修の機会を確保する 52.4%
- ②地域の人材に指導の支援を依頼する 37.0%

中学校の例をあげると、①に関しては、集約的なカリキュラム編成で、できる限り連続して柔道を実施していく(1~3年まで男女とも11月末から12月にかけて集中的に授業を組む)が、体育館を使用するため、毎日の部活動のために終了後は80畳分の畳を雑巾で拭いたうえ片付けねばならない。

②に関しては、柔道着は、なければ授業は行えない。組合い、抑え合いを行うに柔道着は必須だからである。年間10時間ほどの授業のために柔道着を購入させる、というのは保護者負担の点から考えづらい。ならば、学校で用意し、授業ごとに貸し出し、終了後洗濯機で洗い、干し、を期間中体育の先生が繰り返し返すことになる(この学校では約80着。清潔な道着を保つことと思えばそうしなければならぬ)。女生徒に、前の時間に着せた道着を着せるのはやはり気を使つ(この手間が大変なため、生徒に購入させる学校もある、とのこと)。

このような点があってもやはり、柔道を採用するのは、体育教師が指導できる種目として、剣道よりも垣根が低く、市町村教委にとつては、異動(転勤)があっても、学校としての対応に苦慮することが少ない、という点も理由の一つである。

一方剣道採用の率の高い(50%を超える)地域は、さいたま市

中学校の例をあげると、①に関しては、集約的なカリキュラム編成で、できる限り連続して柔道を実施していく(1~3年まで男女とも11月末から12月にかけて集中的に授業を組む)が、体育館を使用するため、毎日の部活動のために終了後は80畳分の畳を雑巾で拭いたうえ片付けねばならない。

②に関しては、柔道着は、なければ授業は行えない。組合い、抑え合いを行うに柔道着は必須だからである。年間10時間ほどの授業のために柔道着を購入させる、というのは保護者負担の点から考えづらい。ならば、学校で用意し、授業ごとに貸し出し、終了後洗濯機で洗い、干し、を期間中体育の先生が繰り返し返すことになる(この学校では約80着。清潔な道着を保つことと思えばそうしなければならぬ)。女生徒に、前の時間に着せた道着を着せるのはやはり気を使つ(この手間が大変なため、生徒に購入させる学校もある、とのこと)。

このような点があってもやはり、柔道を採用するのは、体育教師が指導できる種目として、剣道よりも垣根が低く、市町村教委にとつては、異動(転勤)があっても、学校としての対応に苦慮することが少ない、という点も理由の一つである。

一方剣道採用の率の高い(50%を超える)地域は、さいたま市

③特に予定はない 21.8%

都道府県教育委員会は、今後の取組みとして

- ①指導する教員に対する研修の機会を確保する 100%
- ②地域の人材に指導の支援を依頼する 78.7%
- ③その他 29.8%
- ④特に予定はない 0.0%

この調査結果を総合して考察してみると、公立中学校における選択種目の理由は、8割がすでにその種目を実施しているため、という。経験が学校にあるのである。

指導できる教員を確保できる(柔道、剣道が主)のは、24.5%であり、市町村教委の、「今後の取組みとして特に予定はない」としている21.8%と概ね符合している。

すなわち4分の1の学校には「武道指導者がいて、まかせておいて大丈夫」という「安心感」があり、この4分の1の学校は「武道必修化」に対してあまり不安を感じていないのではないかと。

上記のように8割の中学校では、これまでの経験から、継続してその種目を採用しているようだが、その半数以上の学校では、「不安を感じて、実施に向かかって研修を深めていかねば」と考えているし、都道府県教委は「そのための支援をやらねば」と100%が考えている。市町村教委の指導者研

この調査結果を総合して考察してみると、公立中学校における選択種目の理由は、8割がすでにその種目を実施しているため、という。経験が学校にあるのである。

指導できる教員を確保できる(柔道、剣道が主)のは、24.5%であり、市町村教委の、「今後の取組みとして特に予定はない」としている21.8%と概ね符合している。

すなわち4分の1の学校には「武道指導者がいて、まかせておいて大丈夫」という「安心感」があり、この4分の1の学校は「武道必修化」に対してあまり不安を感じていないのではないかと。

上記のように8割の中学校では、これまでの経験から、継続してその種目を採用しているようだが、その半数以上の学校では、「不安を感じて、実施に向かかって研修を深めていかねば」と考えているし、都道府県教委は「そのための支援をやらねば」と100%が考えている。市町村教委の指導者研

武道館データから、空手道採用校数を抜き出して検討してみよう(表2)。

沖繩県の「87校」はこの調査時点で、県下の55%の割合で、われわれがかかっている70%であれば、もう少し数字は上がる。

私の高校体育教員時代、武道授業は1年生の4月に開始した。学校生活の規律指導にも貢献し、学校生活全般の落ち着きに武道(空手道)授業が役立ったのである。

中学校でも、礼法や挨拶など入学当初にきちんと指導しておけば、学校生活全般の規範意識確立にも役立てると思うのだが、導入する学校の事情によって、時期が異なるのはやむを得ないか。

自治体によっては「公立中学校のみ」の数字を出しているところもあり(14県教委)、私立中学校での採用が多いと見込まれる空手

修機会確保は50%強で、都道府県教委との温度差に少し驚いている。

また、「さらなる研修の充実」を望む現場の声、「わかりやすい指導書の配布」を望む声と共に50%強ある、というのは、柔道・剣道の専門家ではない人が、やはり半分はいる、という証なのではないか。そこで、地域人材活用については、4分の1の学校では考えているが、実際に活用できる学校はその半分、となっている。地域人材の支援を希望する市町村教委は4割弱だが、都道府県教委では約8割が今後の取組みに「地域人材の活用」を挙げている。実施への不安感が読み取れる。

## ■日本武道館調査から

一方、日本武道館の調査は、「公立学校」とは指定していないため、文科省より広範で、詳しい調査となっている。全国都道府県教委、政令指定都市教委66教委に調査を行い、10356の学校の動向を明らかにした。文科省より早い、2012年1月15日現在の調査である。表1は、『月刊武道4月特別増大号』(191頁)から一部引用抜粋したものである。

調査対象の中学校数が文科省の抽出調査より多く、私学の数も力ウンとされ、空手道でいえば、文科省調査から抜け落ちた熊本県4校(芦北町分)もしっかり力ウンとされている。ただ、教委によつ

道は、全体に数字が上がる可能性はあると考えられる。本年2月の「学校空手道実技指導者講習会」に参加していた中学校は、東京都、静岡県、富山県、群馬県、福岡県、長野県で各1校である。公立は群馬の1中学校のみで、多くは私立共学校、女子校も1校ある。

武道館データと重複していなければ6校プラスであり、重複していても4校は増えていることになる。空手道の優位性をぜひ周知していただき、採用中学校数を増やしていきたい。

それはなにより、空手道への正しい理解を促進するはずである。

\*\*\*

まだまだ言及しきれなかった部分もありますが、ご紹介した各調査や数字を見て、読者のみなさんはどのように感じたでしょうか?今後調査がなされていくと思われませんが、社会での空手道の印象を反映する部分もあるかもしれません。武道授業をとりまく状況を、少しでもつかんでいただければと思います。

【表2】地域別 空手道採用校数

都道府県	学校数
北海道	6
山形県	1
新潟県	7
静岡県	1
和歌山県	1
岡山県	1
広島県	2
山口県	1
徳島県	1
福岡県	3
北九州市	1
熊本県	4
大分県	2
宮崎県	2
沖縄県	87
計	120

※「回答については可能な限り、24年度予想される具体的内容の記述を求めたが、最新で2年前の調査結果というところが多かった」と日本武道館は注記しており、4月以降の調査結果を待ってもよい。

# INFORMATION

全国126の中学校で

## 空手道が選ばれています

平成24年度 空手道授業実施中学校一覧 \*平成23年度実施校も含む

都道府県	中学校名	数
北海道	北広島市立広葉／北広島市立西の里／北広島市立陽香分校／北広島市立西部／北広島市立東部／北広島市立緑陽／北広島市立大曲／上川町立上川	8
宮城県	石巻市立渡波	1
群馬県	太田市立西	1
埼玉県	川口市立岸川	1
東京都	府中市立第六／私立普連土学園／私立東星学園／私立和洋九段女子／私立八雲学園	5
神奈川県	私立フェリス女学院／私立神奈川学園／私立清泉女学院／私立捜真女学院	4
長野県	どんぐり向方学園／阿南町立阿南第一	2
富山県	私立片山学園	1
静岡県	私立浜松開誠館	1
京都府	私立華頂女子	1
大阪府	私立浪速	1
岡山県	真庭市立蒜山	1
広島県	私立如水館	1
福岡県	私立福岡女学院	1
熊本県	芦北町立佐敷／芦北町立湯浦／芦北町立大野／芦北町立田浦／私立マリスト学園	5
大分県	高田市立高田	1
宮崎県	私立宮崎第一／私立日向学院	2
鹿児島県	鹿児島市立坂元／私立鹿児島第一	2
沖縄県	国頭村立国頭／大宜味村立大宜味／今帰仁村立今帰仁／本部町立本部／名護市立久志／名護市立東江／伊江村立伊江／伊平屋村立伊平屋／伊是名村立伊是名／浦添市立浦添／浦添市立仲西／浦添市立神森／浦添市立港川／浦添市立浦西／那覇市立安岡／那覇市立首里／那覇市立真和志／那覇市立石田／那覇市立那覇／那覇市立上山／那覇市立神原／那覇市立寄宮／那覇市立古蔵／那覇市立小禄中／那覇市立松島／那覇市立城北／那覇市立松城／那覇市立仲井真／那覇市立金城／那覇市立石嶺／久米島町立仲里／久米島町立久米島／久米島町立久米島西／南大東村立南大東／北大東村立北大東／豊見城市立伊良波／糸満市立三和／糸満市立潮平／八重瀬町立東風平／南城市立玉城／南城市立知念／南城市立佐敷／与那原町立与那原／南風原町立南風原／南風原町立南星／渡嘉敷村立渡嘉敷／粟国村立粟国／宮古島市立平良／宮古島市立鏡原／宮古島市立西辺／宮古島市立狩俣／宮古島市立城辺／宮古島市立下地／宮古島市立上野／宮古島市立佐良浜／石垣市立石垣／石垣市立石垣第二／石垣市立伊原間／竹富町立竹富／竹富町立大原／竹富町立船浦／竹富町立船浮／竹富町立鳩間／与那国町立与那国／恩納村立喜瀬武原／恩納村立安富祖／恩納村立恩納／恩納村立山田／恩納村立仲泊／うるま市立石川／うるま市立伊波／うるま市立与勝／うるま市立与勝第二／うるま市立あげな／うるま市立具志川／うるま市立高江洲／うるま市立具志川東／うるま市立平安座／読谷村立読谷／読谷村立古堅／沖縄市立宮里／沖縄市立安慶田／沖縄市立越来／沖縄市立山内／宜野湾市立普天間／宜野湾市立嘉数／西原町立西原	87
	沖縄県のデータは平成23年度に空手道授業を行った中学校（※）	
	計	126

※沖縄県において平成23年度に武道の授業を行った中学校は154校中105校。空手道実施の87校はその82.8%を占める。

〈平成24年4月20日 全空連調べ〉



このコーナーでは、医学的な見地から空手道について考えていきたいと思います。

今回は空手道の「安全性」について、全国規模の競技大会で大会ドクターを務めている、篠崎医師にお聞きしました。



## Doctor's Eye

～今回のテーマ～

### 「空手道は本当に危険なのか？」

医師 篠崎 秀博

この4月から、中学校の体育授業で空手道を含む武道が必修となりましたが、現場で指導される先生方には戸惑いもあるのではないかと思います。

空手道は本当に危険なのか？

空手道も、一般の人にとっては、なんとなく危険というイメージがあるようです。

空手道での障害、外傷は他のスポーツに比べて多いのでしょうか？  
「あゆみ」第1号でも取り上げていましたが、平成21年度のスポーツ安全協会のスポーツ別傷害発生率データによると、空手道の傷害発生率は12%と、柔道の46%（ラグビーの47%とほぼ同等）と比べても格段に低いことが示されています（ちなみに最も傷害発生率が高いとされているのはアメリカンフットボールで14.2%）。  
私自身、全日本少年少女空手道選手権大会、全日本実業

団空手道選手権大会、全日本空手道選手権大会などで大会ドクターを務めておりますが、重篤な外傷は経験しませんでした。

例えば平成22、23年の全日本少年少女空手道選手権大会でみると、競技中のけがは、アイシングのみで処置が済む打撲など、軽度のものがほとんどでした（別掲の表参照）。  
また、救急車要請は3回行なっていますが、大会開始前、保護者が熱中症で倒れる。（平成22年）

大会中、応援に来ていた方が突然倒れる。（平成23年）  
大会終了後、子どもが倒れる。貧血か。（平成23年）  
と、いずれも大会期間中とはいえ競技には関係なく、どの方もすぐに快方に向かったようです。

大会関係者は事故防止にかなり神経を使っており、競技中の事故はむしろ少ないのが現実なのです。

「初心者でもけがをしやすいのか？」

中学校の授業においては、

大半の生徒が、また先生方も、空手道初心者であると思えます。多くのスポーツでは初心者は身体に無駄な力が入ってしまい、得てしてけがをしやすいものです。

例えば柔道の場合、競技の性質上、体重分の負荷がかかる動きが多く、受け身の取れない素人が競技中転倒すると、重篤な外傷を来すことがあります（捻挫が一番多いのですが、意外と転倒したはずみに鎖骨骨折や脳挫傷などが起こる時があります）。

しかし空手の場合、中学校の体育で教えるのはいわゆる伝統空手で、技をコントロールし、当たらないことが前提とされ、基本と形については相

手とのコンタクト（接触）はまったくありません。どのような武道でもスポーツでも外傷は起こりうるし、無茶な練習、間違ったフォームによる障害もまた然りです。

それでは、空手道ではどのような指導が望ましいのか。これについては、全日本空手道連盟が研究を重ね、安全な指導方法を体系化した『空手道指導の手引』にまとめてあります。「あゆみ」においても情報提供されていますので、ぜひ参考に読んでください。

### 【参考】全日本少年少女空手道選手権大会

過去2年間の傷害発生状況（救護報告書より）

第10回大会 平成22年8月7～8日		第11回大会 平成23年8月6～7日	
症状	件数	症状	件数
打撲	10	打撲	13
裂傷、切り傷	5	鼻出血	8
鼻出血	5	裂傷、切り傷	4
ねんざ	4	足裏のママ・皮むけ	3
腹痛	3	気分が悪い	2
挫創（うちみ）	3	ねんざ	2
擦過傷	2	擦過傷	1
気分が悪い	2	爪の根本より出血	1
頭痛	1	腰痛	1
足裏のママ・皮むけ	1	突き指	1
爪はく離	1	足裏の痛み	1
突き指	1	胸痛	1
その他	1（※1）	意識不明	1（※2）
合計	39	合計	39

※1は大会前に骨折していた選手がテーピングの使用許可を求めてドクターにかかったもの  
※2は本文中に上げた、観客の症例

礼儀 初心者にも 安全 男女共習 用具不要

# 空手道の授業がよく分かる一冊

中学校の授業における空手道の指導方法、単元計画、評価の在り方をまとめた資料が、この「空手道指導の手引」です。日本武道館と全日本空手道連盟により、平成22年8月に初版が発行されました。

写真やイラストを多く使い、礼法から、ゲームの要素を取り入れた指導、競技会の方法まで、空手道経験がない先生方にも分かりやすく解説しています。



中学校体育実技指導資料

## 空手道指導の手引

空手道における単元計画の在り方や  
効果的な指導及び評価の方法

財団法人 日本武道館  
財団法人 全日本空手道連盟



- 書籍 (A4版 84ページ) …無償提供
- DVD…1,000円
- ※書籍は無償提供できるものが無くなり次第有料となります。
- ※別途、DVDの送料・ご入金にかかる手数料はお客様負担となります。

中学校体育実技指導資料「空手道指導の手引」

## 目次

- I 空手道の特性とねらい
  - 1 武道・スポーツとしての空手道
  - 2 空手道の特性
- II 空手道の指導計画
  - 1 指導計画作成上の留意点
  - 2 空手道の特性に触れさせる指導の充実
  - 3 単元計画作成上の留意点
  - 4 各学年の単元計画
  - 5 評価基準と単元計画例
  - 6 学習場面における学びの姿
  - 7 学習技能一覧
  - 8 指導と評価の計画
- III 空手道の学習指導の展開
  - 1 第1学年及び第2学年(必修)学習指導案
  - 2 第3学年学習指導案
- IV 礼法・基本技術とその練習法
  - 1 礼法とその練習法
  - 2 基本技術とその練習法
  - 3 中学生指導のための基本形

資料(抜粋)

教育基本法/中学校学習指導要領/中学校学習指導要領解説/武道の理念・武道憲章

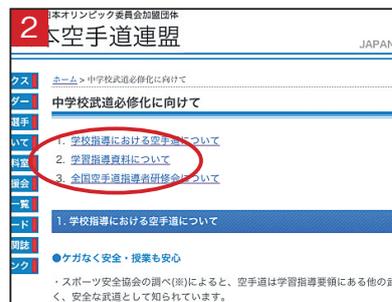
## 注文方法

全日本空手道連盟ホームページから (<http://www.karatedo.co.jp/jkf/>)

注文の申込書をダウンロードし、FAX・メール・郵送のいずれかの方法でお申し込みください。



トップページで「中学校武道必修化について」のバナーをクリック



「2. 学習指導資料について」をクリック



画面を下へスクロールし、ここをクリックすると、申込書を入力できます



お問い合わせ先 (公財)全日本空手道連盟  
〒135-0053 東京都江東区辰巳1-1-20 日本空手道会館  
電話 03(5534)1951 FAX 03(5534)1952

あゆみ第5号 平成24年4月25日発行 通巻5号 公益財団法人全日本空手道連盟 〒135-0053 東京都江東区辰巳1-1-20 日本空手道会館 事務局/03(5534)1951 編集室/03(3315)5051