

4 章

空手道のすすめ

公益財団法人全日本空手道連盟では、空手道を通して「礼」と「節」の精神を涵養^{かんよう}することを目指しています。「礼」とは、人を敬い人に感謝し、社会秩序を保つ理念であり、「節」とは、善悪の判断ができ、自己を律する節度であり、この精神を規範として心身の調和のとれた人間形成に至る大事な側面をしっかりと支え、教育実践に寄与するものであります。

—空手道教育の目的—

- 1) 礼法を身に付けるとともに相手を尊重する態度を養う。
- 2) 空手道独特の立ち方、呼吸法、稽古法による健康・体力の増進を図る。
- 3) 護身技術を身に付け、自己の危機管理能力を高める。
- 4) 団体形や集団演武では協調して行う経験を通して達成感や仲間同士の信頼関係を育てる。
- 5) 健康・安全を確保しつつ、生涯にわたって空手道を楽しむ態度を育てる。

—スポーツマンシップは武道から—

スポーツマンシップは、1. 公正 (Fair) 2. 尊敬 (Respect) 3. 最善 (Best) です。空手道は、技術を学ぶ前に「礼法」を学び、礼の仕方とその心を身に付けることから始まります。このことは、指導してくれる先生や共に学ぶ仲間への尊敬と感謝の気持ちを形に表すものです。空手道の技能を評価する上で「礼の仕方」は評価の対象になっているほど礼の心とその所作を重視しております。また空手道の形や約束組手の試合において生徒が審判員や運営係として参加する体験を通して、フェアプレイの大切さを身に付けることができます。

—授業への効果的活用—

空手道の授業では、傷害の発生が皆無であること、健康安全が確保でき、狭い場所で多人数の授業が実施できるという特性があります。また、授業の成果を発表する校内武道大会・運動会や文化祭での集団演武においても、取り扱いやすい内容であることに自信を持っております。特に運動会の集団演武においては、演技者全員が「攻撃」「受け」といった役割を平等に担い、演じることにより空手道への理解を深め、生涯武道への動機づけとなるものです。

全日本空手道連盟では、中学校武道必修化の中で空手道の特性に誇りと自信をもって全国の多くの中学生が空手道に触れる機会を増やしていきたいと思っております。

武道授業を担当する体育科教員や授業協力者（外部指導者）におかれましては、本指導書・DVD を活用され、空手道指導について一層の理解を深められるとともに、健康安全への配慮を怠ることなく、創意工夫を活かして充実した空手道教育にあたられることを期待いたします。