

令和7年度令和の日本型学校体育構築支援事業
空手道授業指導法研究会
第3回全国学校空手道コンクール



開 催 要 項

- 1 名 称 空手道授業指導法研究会「第3回全国学校空手道コンクール」
- 2 主 催 公益財団法人 全日本空手道連盟
- 3 目 的
 - 1) 空手道授業で学習した「団体形」を全国規模で発表する機会を提供する。
 - 2) 生徒が授業の成果を発表するという目標を掲げることで、主体的・対話的に学び思考力・判断力・表現力の向上を目指す。
 - 3) 空手道や体育が得意な生徒だけでなく、学級単位で参加する事によって、クラスが一丸となり協力しあい、生徒間の絆が深まる活動の一つとして取り組むことで、学校生活を楽しく豊かにする。
- 4 募集対象 空手道を授業で実施している中学校、特別支援学校（中学部）
- 5 部 門（2校種／2部門から選択）
 - 1) 中学校の部 ①競技部門 ②創作部門
 - 2) 特別支援学校の部 ①競技部門 ②創作部門
- 6 参加申込から全国大会（決勝）までの流れ
 - 1) 参加申込受付期間：令和7年9月2日（火）～令和7年12月10日（水）
エントリーフォームからエントリー情報をお送りください。
※参加するチームには申込受付後、動画送付方法を別途ご案内いたします。
 - 2) 予選演技映像の提出締切日：令和8年1月15日（木）
 - 3) 予選通過チーム発表：令和8年1月29日（木）大会ホームページにて発表
※通過チームへは別途詳細をご連絡いたします。
決勝は「会場審査」および「オンラインによるLIVE審査」から選択できます。

- 4) 全国大会（決勝）：令和8年2月20日（金）／開始式13：00（予定）
 場 所： 日本空手道会館
 住 所： 〒135-8538 東京都江東区辰巳1-1-20
 公益財団法人全日本空手道連盟
 電話番号： 03-5534-1951
 交 通： 東京メトロ有楽町線 辰巳駅下車（徒歩5分）

7 チーム編成

- 1) 学級単位又は体育の授業単位の3人以上40人以下でエントリーしてください。
 （人数に諸事情がある場合は、事務局にご連絡ください）
 ※体育の授業単位ごとのチーム編成とは、体育の授業をクラスごとではなく男女別に、複数のクラスで行っている場合などが該当します。
 例）体育の授業単位：1年A組女子20人+1年B組女子20人、合計40人は可。

- 2) 1学年の生徒数が少ない場合、複数学年でのチーム編成は認めます。
 例）複数学年合同チーム：生徒数が1年生10人、2年生9人、3年生12人、合計31人のチーム編成は可。

- 3) エントリーには学校長の許可が必要です。

【エントリーが認められない例】

- 1) 学級単位や体育の授業単位ではない合同チームでのエントリー
 2) 空手道部や道場等单位でのエントリー
 3) 同一生徒が複数のチームでエントリー

8 コンクール規定

【形の種類】

競技部門	1) 中学校武道授業用基本形1・2・3から選択 2) 沖縄県で実施されている普及型1・2から選択 3) 全日本空手道連盟基本形（ゲキサイ・平安・ピンアン）から選択
創作部門	1) 中学校武道授業用基本形1・2・3から選択 2) 沖縄県で実施されている普及型1・2から選択 3) 全日本空手道連盟基本形（ゲキサイ・平安・ピンアン）から選択 4) 上記1)～3) および授業で学んだ形を取り入れる

基本形1動画



基本形2動画



基本形3動画



9 演武に関する基本方針

- 1) 形の構成について
 形は、空手道の基本技術を正しく理解し、それを基盤として構成されたものであること。
 2) 健康・安全性への配慮
 演武における対面での攻防技術を表現する際は、十分な間合いを保ち、安全性を最優先にして実施すること。

3) 用具に関する留意事項

武具、手具（フラッグ等）の使用は不可とする。

【演武時間・演武方法】

	競技部門	創作部門
演武時間	1分30秒以内 開始の礼～終了の礼までを計測 時間の超過は減点となる	3分以内 開始の礼～終了の礼までを計測 時間の超過は減点となる
演武方法	号令はかけてもよい 開始と終了の礼、形名の呼称は、代表者が 発声する	号令はかけてもよい 音楽や太鼓等を使用してよい 開始と終了の礼、形名の呼称は、代表者が 発声する

【演武形式／評価・採点基準】

区 分	審査・採点	競技部門	創作部門
予 選	ビデオ審査	演武映像を採点方式で審査し、各部門から3チームが決勝に選出	
決 勝	会場審査 または オンラインに よるLIVE審査	採点方式で順位をつけ、 1・2・3位を表彰	採点方式で最優秀演武賞、優秀演武賞、奨励賞 を授与
予選・ 決勝 とも	採点基準	空手競技規定「形競技」 に定める『力強さ・スピー ード・バランス・タイミ ング・呼吸法・極め・一 致性』などを評価	授業の中で皆が話し合い、創意工夫がなされて いるかなどを採点 『元気よくできた・楽しそう・チームワークが よかった・創造性があった・感動できた』など を評価 ※一貫性・同時性は必ずしも求めない ※気合（声出し）の回数の制限はなし

【審査】

主催者側で行い、採点方式、コンクール独自の採点基準で評価する。

【服装】

体育授業時の服装とする（全部門共通）。

※靴の着用は可とする。

【表彰】

- | | |
|-------------|-----------------------|
| 1) 中学校の部 | 競技部門：1位、2位、3位 |
| 2) 中学校の部 | 創作部門：最優秀演武賞、優秀演武賞、奨励賞 |
| 3) 特別支援学校の部 | 競技部門：1位、2位、3位 |
| 4) 特別支援学校の部 | 創作部門：最優秀演武賞、優秀演武賞、奨励賞 |

10 YouTube配信

録画配信／決勝（予選で選出されたチームのみ）※配信日については後日通知する。

11 申込み

【参加料】無料

【参加者特典】参加者全員に、「記念品」をお渡しいたします。

※チーム名を決めてお申込みください。（例：〇〇学校△年▽組、◇◇学校□チーム）

※申込受付後、受付完了の確認メールを自動送信します。

※参加決定チームは、全日本空手道連盟ホームページに掲載します（参加決定チームには、詳細をご連絡します）。

※申込みにあたっては、P Cメールアドレスの入力が必要となります。携帯電話のメールアドレスでは申込時の確認メールが届かない場合がありますので、登録不可とさせていただきます。

【申込方法】

以下のwebフォームまたはQRコードから申込

申込期間：令和7年9月2日（火）～12月10日（水）

URL: <https://x.gd/041A1>



【予選（ビデオ審査）募集期間】

令和7年9月8日～令和8年1月15日

※参加するチームには動画送付方法は別途ご案内いたします。

【申込みにあたっての注意事項】

※スケジュールは変更になることがあります。

※ご記入いただく個人情報は、主催者である公益財団法人全日本空手道連盟が取得・管理し、本イベント運営と今後の本連盟主催事業のご案内のために利用します。申込時には、あらかじめチーム内の参加者全員から了解を得た上でお申し込みください。

※本イベントをより多くの方に知っていただき、今後の空手道普及活動を推進するため参加者の映像、写真を主催者が広報目的で使用または各種メディアの取材活動のために利用します。本イベントの様子を写真、動画、その他の方法で記録し、それぞれの媒体で使います。予めご了承ください。

※決勝会場（日本空手道会館）には駐車場のご用意がありません。ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

※感染症の蔓延・拡大などにより会場で決勝が実施できない場合は、新たに動画を提出いただき決勝審査を行います。

●お問い合わせ先

公益財団法人全日本空手道連盟 担当：指導普及課 田邊／メール：r-tanabe@jkf.jp

TEL：03-5534-1951

（祝日を除く月～金 10：00～12：00 13：00～16：00）

※事務局閉鎖中はメールにてお問合せください。

🏆 昨年度開催した「第2回全国学校空手道コンクール」は、以下URLまたはQRコードからご覧になれます。

URL: <https://youtu.be/AqQF9Gynivs>



**令和7年度スポーツ庁委託 令和の日本型学校体育構築支援事業
学校空手道実技指導者講習会 開催要項**

1 目 的

中学校の保健体育授業において我が国の伝統文化である武道の指導を充実するために、空手道授業を担当する授業協力者等に対し、空手道の指導者としての資質向上を図るための講義及び実技指導を行い、学校における武道指導の充実に資する。

2 主 催

公益財団法人全日本空手道連盟

3 期日・会場

【東京会場】

期日：令和7年12月20日（土）～12月21日（日）

会場：「日本空手道会館」〒135-3538 東京都江東区辰巳1-1-20

※東京メトロ有楽町線 辰巳駅

【山口会場】

期日：令和8年1月24日（土）～1月25日（日）

会場：「山口県鴻城高等学校」〒山口県山口市小郡下郷258-1

4 参加資格・条件

- ・空手道授業を担当する授業協力者等（大学生や今後担当する予定の者も含む）

5 定 員

各会場50名（予定）※申込先着順、定員及び締切りになり次第受付終了

6 内 容

(1) 解説

学校体育における武道指導の在り方について

スポーツ庁 政策課 教科調査官 綱島 毅

(2) 単元計画に基づいた空手道授業の指導実践

1. 「武道の特性・成り立ち・伝統的な考え方、礼法、立ち方」

公益財団法人全日本空手道連盟 学校武道推進委員会 委員長 小山 正辰

2. 「突き・受け、前屈立ちでの移動」

高知市立旭中学校 主幹教諭 野中 史子

3. 「簡易な約束組手（受け・突き）」

公益財団法人全日本空手道連盟 学校武道推進委員会 委員 中村 武志

4. 「基本形一のグループ発表会と評価について」

麗澤大学 名誉教授 豊嶋 建広

麗澤大学 准教授 井下 佳織

5. 「創作組手のグループ発表と評価について」

全国中学校空手道連盟 会長 石川 周亨
 学校法人松韻学園福島高等学校 校長 松原 光

6. 「特別支援学校における指導法」

東京都立墨田特別支援学校 主任教諭 佐藤 賢一
 富山県立しらとり支援学校 教諭 太田 熊野

(3) 講義

「学校武道推進事業の取り組み」

公益財団法人全日本空手道連盟 学校武道推進委員会 相談役 日下 修次

7 日 程

【東京会場】

【東京会場】

	9:30	10:00	10:30	11:30	12:30	13:30	15:00	16:30
【第1日】 12月20日 (土)	受 付	開 講 式	解説 「学校体育における 武道指導の在り 方について」 (綱島 毅)	「武道の特性・成り 立ち・伝統的な考 え方、礼法、立ち方」 (小山正辰)	昼 食	「突き・受け、 前屈立ちでの移動」 (野中史子)	「簡易な約束組手 (受け・突き)」 (中村武志)	
	9:30	10:30	11:30	12:30	14:30	16:30		
【第2日】 12月21日 (日)	「基本形一のグループ発表会と 評価について」 (豊嶋建広・井下佳織)			昼 食	「創作組手のグループ発表 と評価について」 (松原 光)	「特別支援学校における 指導法について」 (佐藤賢一)	閉 講 式	

【山口会場】

	9:30	10:00	10:30	11:10	12:30	13:30	15:00	16:30
【第1日】 1月24日 (土)	受 付	開 講 式	講義 「学校武道推進事 の取り組み」 (日下修次)	「武道の特性・成り 立ち・伝統的な考え 方、礼法、立ち方」 (小山正辰)	昼 食	「突き・受け、 前屈立ちでの移動」 (野中史子)	「簡易な約束組手 (受け・突き)」 (中村武志)	
	9:30	10:30	11:30	12:30	14:30	16:30		
【第2日】 1月25日 (日)	「基本形一のグループ発表会と 評価について」 (豊嶋建広・井下佳織)			昼 食	「創作組手のグループ発表 と評価について」 (石川周亨)	「特別支援学校における 指導法について」 (太田熊野)	閉 講 式	

8 参加費 無料

9 受講申込

下記URLからログインし、参加申込フォームに必要事項を入力して申込ください。

[参加申込フォーム] <https://x.gd/9e9yf>

※こちらのQRコードからもアクセスできます



申込期日：令和7年12月12日（金）16：00まで

10 所持品

空手道衣またはトレーニングウェア、タオル（実技用）、筆記具、健康保険証

11 研修計画

全課程を修了した者には主催者より修了証を授与する。

12 その他

(1) 参加者には指導者用テキストを配布します。

(2) 発熱等体調不良の場合やご家族や職場を含む身近な方に体調不良の方がいる場合は、状況に応じて参加についてご検討ください。

13 問い合わせ先

公益財団法人全日本空手道連盟 指導普及課 田邊

〒135-8538 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（土・日・祝日を除く）

E-MAIL：r-tanabe@jkkf.jp

以上

「公認段位」の認定について

本講習会の修了者で以下①～③の条件を満たし公認段位認定の希望者には、中学校武道の特別措置として、公益財団法人全日本空手道連盟「公認段位認定証（初段）」を交付いたします。

【対象】

- ① 小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の教職員であること。
- ② 本講習会を全日程参加していること。
- ③ 本連盟の会員であること。

【審査内容】

実技指導者講習会で受講した形を演武

※初段位審査会は、閉講式後に実施いたします。

【会員登録】

※令和7年度全日本空手道連盟会員登録を、講習会当日までに本連盟ホームページまたは以下QRコードより各自会員登録手続きをしてください。

（会員登録料3,000円/有効期限：令和7年4月1日～令和8年3月31日）

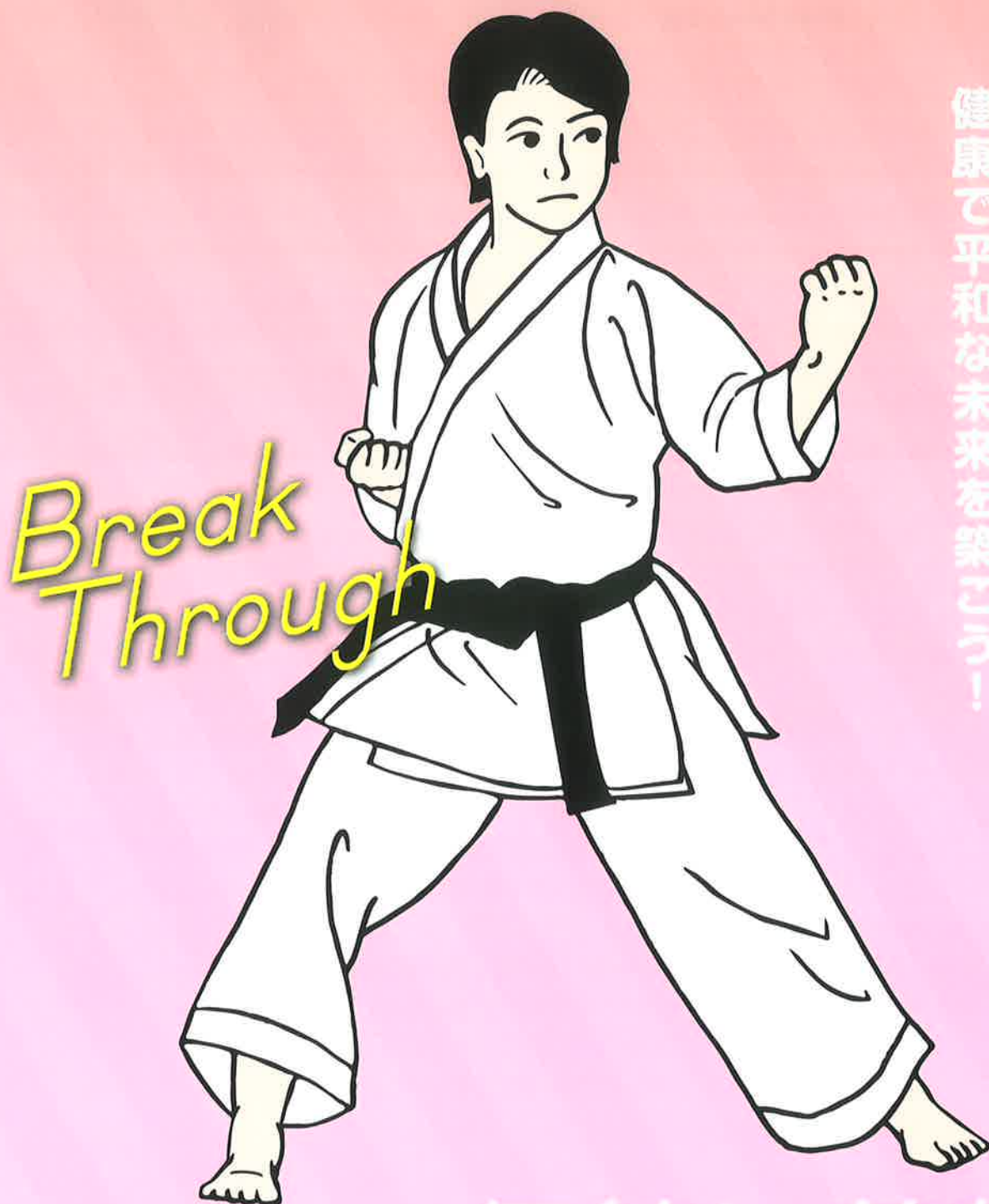
新規登録QRコード



【申込方法】

- ・申請書、公認初段位認定料12,000円を当日受付にてお支払いください。

学校武道に最適！「空手道」 KARATEDO



子どもたちよ、羽ばたけ！
空手道を学んで、
健康で平和な未来を築こう！

伝統に革新を



発行 公益財団法人 全日本空手道連盟

ナイスカラテライフ別冊(2025年3月発行)

スポーツくじ



本誌はスポーツ振興くじ助成金を受けて制作したものです。



(公財)全日本空手道連盟
学校武道推進委員会 小山 正辰 委員長

嘉納治五郎は昭和5年（95年前！）の『精力善用国民体育』でこのよう
なことを言っています。

「理想的の体育

- ・筋肉としても、内臓としても、身体を円満均等に発達せしめて、なるべく危険の伴わないこと
- ・運動はいちいち意味を有し、したがって熟練がこれに伴い、かつその熟練が人生に用をなすものであること
- ・単独でも団体にても出来、老若男女の区別なく実行し得らるること
- ・広い場所を有せず、なるべく簡単なる設備で行い得られ、服装のごときも平素のままで行い得らるること
- ・時間を定めて行うも、随時零碎の時間を利用して行うも、人々の境遇上および便宜上自由になし得ること」

（小山・和田・嘉手刈『空手道 その歴史と技法』200p）

武の成り立ちであったり、空手道の意義、目的であったり、お話しする機会が多くなりました。その時にこの文章を引かせていただいています。武道・スポーツの世界の先覚者嘉納が説いた「理想の体育」にかなっているのは、「空手道」とであると、確信しております。3項目め「老若男女の別なく」という個所には、更に「障がいのあるなしに関わらず」とも付け加えることが出来ます。

皆様とともに空手道の「多様性」「多面性」を存分に発揮して、小さなお子様から老境に入られた方まで「年代相応」「環境相応」の空手道の楽しみ方を実感していただき、教養として活用いただければ学校武道（空手道）も「生涯武道（空手道）」の一助となります。若い心も成長の道へいざないます。

今、授業で人気！



KARATEDO 空手道

日本に古くから伝わる「武道」。心身を育む教育的効果

空手道は、**沖縄発祥の「武道」**です。素手で相手に対応する護身の術として生まれました。その後日本国内に普及するなかで日本古来の武道の精神も取り込み、武道として発展しました。空手道は、自身を守り、心を磨き、平和を愛する精神を基本にしています。

空手の動きは全身を動かすことから、スポーツとして発展、**世界中に普及**しています。東京 2020 オリンピックでは、空手競技が初めて実施されました。

空手道の精神に「**礼に始まり礼に終わる**」という言葉があります。基本動作では礼の仕方「礼法」を身につけることから始まります。また練習や試合の時も、必ず最後には礼をして終わります。

礼は、正しい形で丁寧に行うことが求められます。礼を重んじることで、自分の心を整えるとともに、まわりの人を大切にする気持ちを確かめます。**礼を通して心を磨く**ことが、人間形成に役立ちます。



人気の理由は？
次のページを
チェック！





安全で、心身の成長に役立つ



授業で取り組みやすく 心と身体を育む

空手道授業が、生徒の成長に大きな効果

◎ 礼法が身につき、集中力がつく

「礼に始まり礼に終わる」という武道の精神を基本の動作として身につけます。
心理的な興奮が収まっていない時でも、丁寧な礼を行い、自分を制御するとともに、相手を尊重する態度を示します。

◎ 気力の充実と爽快感

空手道の練習では、気合いの声を出します。
「エイ!」と大きな気合の声を出すことで、気力の充実につながります。また爽快感もあります。



◎ 身体のバランスが良くなる

空手道には、左右を均等に使用する動きが多いという、他のスポーツにはない特徴があります。
それにより、身体全体をバランスよく発達させ、調整力（敏捷性、平衡性、巧緻性）や柔軟性の向上につながります。
さらに、全身運動であるため、筋力や瞬発力、全身持久力を向上させます。



空手道には、授業で取り組みやすい利点がいっぱい！

○ ケガが少なく「安全」

空手道の授業や練習では、技を直接相手に当てないことが原則です。
相手との接触が無いため、ケガをすることが少なく、健康と安全に配慮した指導ができます。

○ 男女共習

仲間とともに学ぶ経験は生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、原則として男女共習で学習することが求められています。空手道は、男女が一緒に安全に楽しく学習することができます。

○ 道具が要らず、経済的負担なし

特別な道具をそろえる必要がなく、体育着で行なうことができます。
費用の負担も少なく、準備も要らず、狭い場所でもすぐに始めることができます。

○ フィジカルディスタンスの確保

生徒同士が接触することがないため、感染症に対しても安心して取り組むことができます。
隣の人との間隔を確保して学ぶことができ、学校側から考えても積極的に取り入れたい授業となるでしょう。

○ 運動会などで成果発表ができる

授業で練習した空手道の動きを、「集団演武」として運動会や文化祭などで発表することができます。
礼儀正しく、きびきびと、そして生徒たち一人ひとりがキラリとした空手道の集団演武は、保護者や観客に大きな感動を与えます。



授業の成果なので、特別な練習時間は必要ありません。
5時間の授業で運動会の発表を行なった学校もあります。
「来年もやりたい!」など、絶賛の声が上がっています。

凛々しい! 美しいの声!

運動会、文化祭で 成果発表ができる!



導入・実施の
サポートも
充実しています



手軽な体験授業！ 授業サポートも充実

指導者のための講習会を行なっています！



学校の先生向け！
3日間の集中研修で
スキルアップ



空手の先生も
授業の方法を学び
授業サポート！

◆ 全国空手道指導者研修会

3日間で集中して学び、空手道授業指導法の習得、空手道の専門的な知識や技術の充実を図ります。公認段位の取得も可能です。

開催地：東京（日本空手道会館）
交通費：参加者分は主催者が負担
開催時期：8月16日～18日

◆ 学校空手道実技指導者講習会

空手道授業を担当する教員や授業協力者などを対象に、学校の武道指導の充実を図ることを目的として実施しています。

令和6年度より大学生も受講可能となりました。

開催地：東京、および全国各地
開催時期：12月、1月

空手道授業の全国発表の場があります



新設！ 「全国学校空手道コンクール」

中学校の空手道授業で学んだ「形」を全国規模で発表する場として令和5年度に始まりました。動画を投稿し、予選を通過したチームは、東京・日本空手道会館での決勝に参加できます。

授業成果の発表の場や、クラスの思い出づくりの機会として、たくさんの応募動画が寄せられました。

コンクールに向けて、生徒同士が話し合って演武を作ります。クラスが一丸となり協力することで、仲間同士の絆が深まります。

教材本や動画が充実！体験授業も



gakkobudo-jkf.jp

WEB サイト 学校訪問プロジェクト KarateDo!

- ・空手道授業の効果の紹介
- ・実践している学校の具体的事例
- ・教材資料「授業支援パッケージ」
- ・体験授業の受付・講師派遣
- ・体験授業の事例紹介
- ・授業協力者を学校に派遣するサポート



音楽に合わせて空手の基本の動きを楽しく取り組むことができるリズムカラテ「パブリカラテ」を作成。清水希容さん(東京2020オリンピックメダリスト)がモデル

Topic

特別支援学校や小学校でも、受け入れられています



特別支援学校における「空手道」授業

近年、特別支援学校・学級・養護学校での空手道授業実施が増加しています。現在、全国の特設支援学校で武道授業に空手道を実施している中学校は63校を超えます。空手道授業が安全で、運動量があり、内容も分かりやすいということが実施の理由です。そして空手道授業を通じ、生徒たちが楽しんでいることや、大きな声ではつらつとする様子が見られたという声が聞かれます。

【空手道授業への期待】

- ・学びの多様化学校での空手道授業導入(東京都足立区)
- ・中学校部活動の地域移行(東京都三鷹市)



小学校武道必修化への準備

空手道の授業としての魅力を活かし、来るべく「小学校武道必修化」においても、いち早く取り組んでいます。小学校では、日本の文化を学ぶ「総合的な学習」の時間で空手道授業の実施が可能です。

【自治体における空手道教育への期待】

東京都日野市では、令和4年度から5年間で市内全17校が空手道体験授業を実施。

目的に「空手道体験を通して、スポーツの意義や価値に触れることができる。空手道がわが国固有の文化であることを理解する。」などを挙げています。



安全で経済的負担なくできる！

運動会・文化祭で発表できる！



心と身体を育む「武道」 空手道の授業

手軽に体験授業！



空手道授業支援プログラム
学校訪問プロジェクト

KarateDo!

公益財団法人 全日本空手道連盟

～全国各地の有資格指導者や選手を派遣します～



WEB サイト・体験授業申し込みサイト
学校訪問プロジェクト
KarateDo!



- ・空手道授業の効果の紹介
- ・実践している学校の具体的事例
- ・教材資料「授業支援パッケージ」
- ・体験授業の受付・講師派遣
- ・体験授業の事例紹介
- ・授業協力者を学校に派遣するサポート

gakkobudo-jkf.jp/



資料のダウンロードや映像を視聴できます▶▶

公益財団法人 全日本空手道連盟

〒135-8538 東京都江東区辰巳 1-1-20 TEL: 03-5534-1951 FAX: 03-5534-1952