



誰にでもできる武道 空手道

教科・分野 [保健体育・職業・生き方・道徳] 学年 [小1～中3]

講座時間 [45分～50分] 実施場所 [学校等]



内容

空手道は、1対1で、素手・素足による、突きと蹴りという打撃技のみを駆使する武道です。座学では、空手道がその誕生から現在までどのようにその姿を変えてきたか、空手道の歴史をたどりながら、誰にでもできる武道である空手道について、頭を使って学びます。

空手道の練習用具であるミットは、突きと蹴りを受け止めてその衝撃を吸収する道具です。ミットを使うことで、より安全に突きと蹴りの練習ができます。

実技では、ミットを使って実際に空手道の突きと蹴りを体験します。突きと蹴りをする側される側、両方を体験することで、誰にでもできる武道である空手道について、体感を通して学びます。

備考

- ・申込みは1か月前までをお願いします。申し込み後、打合せを行い、資料を作成します。
- ・①座学のみ、②座学+実技、③実技のみ等、講座時間や内容は要望に応じて対応可能。実技については、道具を使用する場合と使用しない場合の選択が可能です。
- ・講師が用意するもの：パソコン（タブレット）、ミット（最大30個）、資料等
- ・学校が用意するもの：プロジェクター・スクリーン、大型ディスプレイ等
- ・参加者が用意するもの：運動しやすい服装、水筒、タオル、マスク、筆記用具
- ・市内全域出張可能。クラブ・放課後児童会での対応も可能です。

団体紹介

特定非営利活動法人 呈峰會館（ていほうかいかん） ※詳しくは次のページをご覧ください。

呈峰會館では、健康と護身術としつけを目的とした空手道（組討道：くみうちどう）を指導しています。

「人間形成」を目指して、親子でできる空手道（組討道）として、年齢性別で分けず、3歳以上なら誰でも一緒に稽古が出来る実技指導と、級に合わせた学科指導をします。試合（競技）は目的としていません。

現在、「社会保険センター浜松」にて、毎週土曜日の18：20より開講しております。

対象年齢は、3歳以上の男女で、親子でなくても構いません。

所在地：[〒444-0203 愛知県岡崎市井内町字西浦 48-2] | Web：[<https://teihou.org/index.html>]]

メール：[E-mail : info@teihou.org] | 電話：[0564-54-3060] | FAX：[0564-54-3054]

お問い合わせは

浜松市教育委員会教育総務課まで 電話 053-457-2401

呈峰會館がめざすところ

呈峰會館 ～親子でも出来る組討道（空手）道場～

呈峰會館は、武道家（人間）の最終到達点「峰」を あらわしめす「呈」 場所「會館」 です。

呈峰會館は、人それぞれ登る道は違えども、その登る道をあらわしめしてくれる場所なのです。

1. 呈峰會館は、"健康"・"護身術"・"しつけ"を目的としており、競技者となる事は目的ではありません。
2. 基礎体力の向上、自己表現力の向上を図る事が出来ます。
3. 親子で、同じ時間に、同じ場所で、同じ稽古をする事で、親子あるいは大人と子供の心の距離をより近くする事が出来ます。

組討道 [登録商標登録 第 5272861 号]

1. 組討道は健康を目的に呈峰會館で生まれたものです。組討道の実技は護身術の指導を主としています。
2. 組討道は、突きと蹴りという打撃技を基本に、相手を押さえつける事や武器を使う複合的な武技を有する武道です。
3. 組討道の実技は戦う為のものでは無く、無法な襲撃からの生還を目標としています。

組討道 道訓

- 一、我々は武の**錬成**と文の**修業**をおこたらず、**徳目**をもって生涯の糧とすること
- 一、我々は武道精神をもって自己の**修養**につとめ、**朋友**と実行によって体をあらわすこと
- 一、我々は**修得**した文武により**修己治人**につとめ、一層の**修練**に励むこと

(意識)

- 一、組討道の**武勇**と、**文徳**にまず我一人頑張りましょう。
- 一、私が頑張ってきたものを仲間と一緒に行動で皆に伝えていきましょう。
- 一、その行動によって多くの人を感化し、社会に役立てて頂ける私になりましょう。

道訓： 学問・技芸などの道で、その理念や目標を文にあらわしたもの

錬成： 心と体を鍛えて作り上げること

修業： 学問や技芸を修め習うこと

徳目： 道徳的な価値 徳の目次

修養： 道を修め、徳を養うこと

朋友： 同門（師を同じくする人）を朋、同志（心に決めた目標を同じくする人）を友

修得： 学んで身につけること

修練： 武芸・技芸・学問など、学んだことを、ますますねりみがくこと

武勇： 武芸に優れていて勇気があること

文徳： 学問を修めることで身につけることができる優れた品性や人格

修己治人（しゅうごちじん）

修己治人とは、自己及び朋友と積み上げてきた、武勇と文徳によって人々を感化し、万人にその人徳を分け与えることです。

修己治人とは、武道家（人間）の最終到達点をあらわしめすことなのです。