

空手道競技の見方

◆組手競技とは…ルールに従って相対する選手が実際に技の攻防を行い、得点を競うものです。

- I コート 8m×8m (内側1mに警告エリア、各辺2mの安全域)
- II 競技時間 (正味)
成人男子 : 3分/個人戦決勝戦及び3位決定戦は、4分
成人女子 : 2分/個人戦決勝戦及び3位決定戦は、3分
カデット&ジュニア : 2分
- III 審判構成 主審1名、副審3名、監査1名
- IV 勝敗 ①8ポイント差が生じた場合。
②時間終了の際に得点の多い競技者。
③相手に反則、失格、棄権が課せられること。
※同点、または得点がなかった場合、引き分けとなり、個人戦では再試合となる。それまでの得点及び反則は帳消しとなり、あらたに1分間の競技を行い、勝者を決定する。得点がなかった場合は、主審と副審の最終的な判定により、勝者が決定される。
- 【得点】 1 本 (3ポイント) …上段蹴り/投げられた、または倒れた相手への得点技
技あり (2ポイント) …中段蹴り
有効 (1ポイント) …中段、または上段突き/打ち
- V 攻撃の部位 頭部、顔面、頸部、腹部、胸部、背部、わき腹
- VI ペナルティー 組手競技は、安全第一の目的から相手の身体に触れる前に「とめる」ことを大前提としています。しかし、双方の動きが速いため、突きや蹴りが誤って当たる場合があります。また、その他の禁止行為を行うことで、次のペナルティーが課せられます。カテゴリー1とカテゴリー2の交叉累計はありません。
- カテゴリー1
 - 1 攻撃部位への過度の接触技、喉への接触技。
 - 2 腕、脚部、股間部、関節、または足の甲への攻撃。
 - 3 開手による顔面への攻撃。
 - 4 危険な、または禁止されている投げ技。
 - カテゴリー2
 - 1 負傷を装うこと、または誇張すること。
 - 2 場外の繰り返し。(場外)
 - 3 自ら負傷を受けやすいような行動を取ること、または自己防衛できなかった場合。(無防備)
 - 4 相手に得点を取られないように格闘を避けること。
 - 5 投げまたはその他の技をかけようとせず、組み合い、レスリング、押し合い、つかみ合い、または胸を付き合わせたりすること。
 - 6 相手の安全を損なう技、または危険でコントロールされていない技。
 - 7 頭部、膝、肘での攻撃を使用した場合。
 - 8 主審の命令に従わないこと。相手選手に話しかけること、または相手を刺激すること。審判団への不作法な態度、または道徳に反する行為。
- 忠告……相手へのポイント 【無し】
- 警告……相手へのポイント 【有効=1ポイント】
- 反則注意…相手へのポイント 【技あり=2ポイント】
- 反則……相手へのポイント 【それまでに得点したポイントにかかわらず、勝者は8ポイント、敗者は0ポイント】
- 失格……相手へのポイント 【反則に同じ】

◆形競技とは…流派で継承されている形を演武し、その練度、正確さ、緩急、その他の諸要素を総合的に競うものです。

- I 形の種類/指定形、得意形
- II 審判員/5名
- III 勝敗/審判員の旗表示により、過半数の票を獲得したものが勝者となる。
- IV 形の選定/指定形リスト、または承認されている得意形リストから選択する。各競技で異なる形を演武しなければならない。一度演武された形を再度演武してはならない。

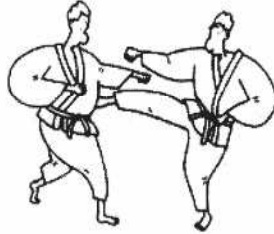
■組手競技の図解

【得点】

- 有効(1ポイント)
中段・上段突き、打ち



- 技有り(2ポイント)
中段蹴り

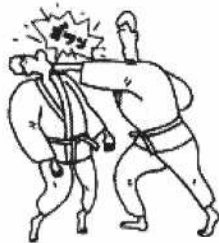


- 一本(3ポイント)
上段蹴り、又は倒しての有効技



【ペナルティ行為】

(カテゴリー1の違反の一部) 当たった度合いによってペナルティの大きさが変わる



(カテゴリー2の違反の一部)

- 場外



- 無防備
防御の意志がない場合

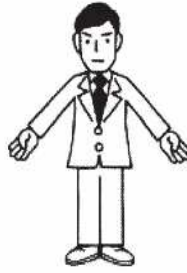


■組手競技の主審の表示と宣告

■勝ち



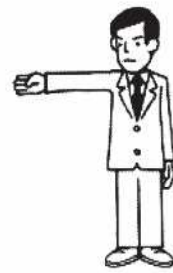
■引き分け



■一本



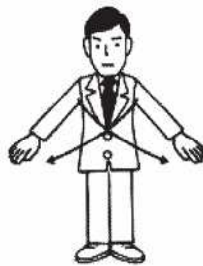
■技有り



■有効



■とりません



■忠告
(カテゴリー-1)



■忠告
(カテゴリー-2)



■警告



■反則注意



■反則



■失格



■主審の補助動作

●場外



●過度の接触



●無防備



●相打ち



●得点为先である(赤)



●ブロックされた技



●的を外れた技



●負傷の偽り又は誇張



●逃避行為



●押す



●つかむ



●コントロール
されていない技



●頭突き



●膝当て



●肘打ち



●不必要な発声

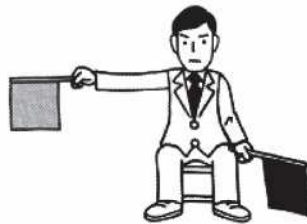


★副審の旗の合図

★有効(1ポイント)



★技有り(2ポイント)



★一本(3ポイント)



★カテゴリー1の反則



★カテゴリー2の反則



★場外



★取りません



★相打ち

