

授業科目名	柔道		授業形態	実技		授業科目区分		専門科目 (関連実技科目)		
担当教員名	濱田 初幸・小山田 和行					補助担当者名				
単位数	1 単位		履修年次	1年次		受け入れ人数		40名程度		
授業の概要	柔道の特性を理解し、基本的動作、投技、固技、投の形等の基本技能を習得し、乱取りや試合が安全に行うことができる技能を身につけると共に、実践的で基礎的指導法を学習することができる。 初段レベル（黒帯）を到達目標とし、講道館柔道初段取得が可能である。									
授業の到達目標 及び成績評価の 方 法	授業の到達目標			成績評価の方法				定期 試験	その他	割合 %
				授業期間						
	授業	テスト	レポート	発表						
	■認知的領域	柔道の歴史、創始者等、柔術から柔道への推移など基本的な知識及び教養を身につけることができる。	○		○		○		20	
	■情意的領域	伝統的な行動の仕方、正しい礼儀・作法を身につけることができ、社会の一員として適切に振舞う態度を身に付けることができる。	○		○		○	○ (出席状況)	10	
■技能的領域	基本的動作、投技、固技、投の形等の基本技能を習得し、乱取りや試合が安全に行えるようになり、初段レベル（黒帯）を到達目標とし、講道館柔道初段を取得することが可能である。確かな実技指導力を身に付けることができる。	○		○		○		70		
成績評価の基準	基本的技術の理解・実践、また学習意欲等を鑑み、総合的に評価する。									
テキスト、教材 参 考 書	高校生の柔道（史資料出版協会）									
履修条件・ 関連科目			備考(教員メッセージ含む)		柔道衣は自前とするが、オリエンテーション時に詳細説明する。 授業計画においては到達度、また講師招聘等による変更もあり得る。 学期末時に補講授業を行うこともある。 初段受験には昇段審査料・合格料等、合計28,600円が必要（不合格者には返納）。					
オフィス・アワー	月曜日10:00～13:00 504研究室									
授業計画										
回	担当教員名	授業内容				授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)				
1	濱田 初幸 小山田 和行	オリエンテーション（心構え、武道場でのマナー、礼法） 講道館柔道の歴史（ビデオ、テキストを教材に） 摺足・継足 受身：後受身（寝姿勢→長座姿勢） 抑込技：袈裟固 柔道衣採寸				アンケート				
2	〃	柔道衣の着装・基本姿勢（自然体・自護体）礼法：立礼・座礼 受身：後受身（長座→中腰→立位姿勢基本編） 横受身（寝姿勢→中腰姿勢） 投技：出足払（単独練習→片膝姿勢） 柔道衣のたたみ方								
3	〃	受身：立位姿勢からの横受身 投技：出足払（立位姿勢→移動しながら）膝車：（片膝姿勢→立位姿勢） 抑込技：横四方固・肩固・上四方固・縦四方固 抑込の定義・逃れ方 抑込技の簡易乱取								
4	〃	受身：後受身（立位姿勢からの後受身応用編・実践編） 投技：膝車（移動しながら） 大外刈（片膝姿勢→立位姿勢） かかり練習（打込み）寝技の簡易乱取				課題レポート①：講道館柔道の歴史について				
5	〃	投技：大外刈（単独練習→かかり練習→移動しながら） 連絡技（膝車→大外刈・大外刈→膝車） トライアングルセオリーシートの説明 既習技のみを用いての立技簡易乱取								
6	〃	投技：大内刈（かかり練習→単独練習→移動しながら）※トライアングルセオリーシートを用いて 連絡技：膝車→大内刈・大内刈→大外刈 受身：前回り受身（膝付き姿勢から）※初転身シートを用いて								
7	〃	受身：前回り受身（膝付き姿勢→中腰姿勢→立位姿勢）段階的指導法※初転身を用いて 投技：体落（かかり練習→単独練習→移動しながら） 連絡技：膝車→体落・大内刈→体落 体捌き（前回り捌き・後回り捌き）※左右 既習技のみを用いての立技簡易乱取								
8	〃	受身：前回り受身（移動しながら） 投技：体落（横移動しながら） 背負投（かかり練習→移動しながら）※トライアングルセオリーシートを用いて 既習技のみを用いての立技簡易乱取								
9	〃	受身：前回り受身（復習をかねて） 連絡技：大内刈→背負投・膝車→背負投 既習技のみを用いての立技簡易乱取				教科書を用いて講道館柔道『投の形』について予習				

10	〃	受身：全体を通しての復習 投技：既習技の復習	課題レポート②：講道館柔道『投の形』について イラストを用いて要点をまとめる
11	〃	講道館柔道『投の形』についてビデオ鑑賞 投の形：礼法 手技（浮落）	投の形の予習・復習 昇段審査受験確認アンケート
12	〃	講道館柔道『投の形』：手技（浮落・背負投・肩車） 肩車の受身のとり方 ※安全面に配慮して	投の形の予習・復習
13	〃	講道館柔道『投の形』：腰技（浮腰・払腰・釣込腰）	投の形の予習・復習
14	〃	講道館柔道『投の形』：足技（送足払・支釣込足・内股）	投の形の予習・復習
15	〃	総括 受身・投技・投の形全体を通しての復習	投の形の予習・復習
16	〃	講道館初段昇段審査（希望学生のみ）、学期末試験（昇段試験を受けない者は実技試験実施）	