

【担当教員名】 佐々木 睦夫	対象学年	2	対象学科	ｽｽ
	開講時期	前期	必修・選択	選択
	単位数	1	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：G I O>】

柔道は、1882年、嘉納治五郎によって日本古来の柔術を学び、各流派の長所を集め創意をこらし、工夫を加えて創始された講道館柔道は、攻撃・防御の練習によって身体や精神を鍛錬修養し、柔道の本質「精力善用・自他共栄」を体得することであり、それにより自己を完成し、社会に役立つ人間を形成することにあるとした。学校における柔道は、1931年正課必須となるまでに発展したが終戦とともに禁止された。1950年に復活し、1958年には選択必修となり1989年、格技柔道から武道柔道に改訂された。現在、国際的スポーツとして全世界に普及、オリンピック公式種目として男女とも採用され、名実とともに世界の柔道として発展している。

【<学習目標>又は<行動目標：S B O>】

- ①礼法を身につけ、規則を守り、互いに相手を尊重し公正な態度で学習する。
- ②柔道場や用具の安全と清潔を確かめ、健康、安全に留意して学習する。
- ③基本動作及び対人的技能を身につけ、互いに協力して自主的、計画的に学習する。
- ④相手の攻防に応じた練習や試合と審判が出来るよう学習し、初心者には初段を、有段者はさらに昇段を目指す。

回数	授業計画又は学習の主題	S B O	
		番号	学習方法・学習課題又は備考・担当教員
1	柔道とは ①VTR ②基本動作・礼法 ③準備運動		
2	同上		
3	受身・約束練習 後方・側方・前回り 投技(手技・足技・腰技) 固技(抑技・絞技)		
4	同上		
5	同上		
6	同上		
7	同上		
8	同上		
9	同上 投の形 VTR 投の形		
10	同上		
11	同上		
12	試合・審判規定 試合 VTR 試合審判規定 審判法 禁止事項		
13	同上		
14	形の試験		

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格・その他>
教科書 (必ず購入する書籍)	高校生の柔道	全国高等学校体育連盟柔道専門部	史資料出版協会	2004年3月 680円
参考書				
その他の資料				
【評価方法】 出席 授業態度 実技試験 レポート	【履修上の留意点】			

健康スポーツ学科 専門