

2026 年度 授業計画(シラバス)

学 科	柔道整復スポーツ学科		科 目 区 分	専門基礎分野	授業の方法	実習
科 目 名	柔道 I		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位)
対 象 学 年	1年生		学期及び曜時限	後期	教室名	第2校舎柔道場
担 当 教 員	岩村 一成	実務経験とその関連資格	平成16年より接骨院勤務。平成19年に柔道整復師専科教員免許取得。 平成24年より大阪ハイテクノロジー専門学校で勤務。 柔道整復師・柔道整復師専科教員・講道館柔道五段・認定実技審査員(整復・柔道)			
《授業科目における学習内容》 柔道の基本である礼法(立礼・座礼・座り方・立ち方)、姿勢(自然体・自護体・組み方)、歩き方、崩し、体捌き、受身(後受身・横受身・前受身・前回受身)を復習しつつ、それを踏まえて「投げの形」に対する理合を身もって体得し、国家試験(柔道実技試験)合格を目標とする。柔道初段を目標にし、投技・寝技を実施していく。試合審判規定や投の形を修得していく。認定実技審査の形項目を実施する						
《成績評価の方法と基準》 定期試験：100 %						
《使用教材(教科書)及び参考図書》 認定実技審査実施要綱						
《授業外における学習方法》 わからないことがあれば、放課後に実施しているゼミなどを活用してください 講道館が発行している「柔道の形」を確認し自主学習を心がけてください。また、柔道の試合などを観戦するのも有用です。						
《履修に当たっての留意点》 わからないことがあれば、ゼミなどを活用してください。 ケガや身体のことでの痛みや制限などがありましたら事前に相談してください。						
授業の方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容	
第1回	実習形式	授業を通じての到達目標	柔道の歴史、ルールについて理解する	PC、プロジェクター		講道館柔道のルール
		各コマにおける授業予定	授業の進行内容の説明			
第2回	実習形式	授業を通じての到達目標	礼法、受身を習得する①	柔道衣		柔道の礼法
		各コマにおける授業予定	礼法、受身-1			
第3回	実習形式	授業を通じての到達目標	礼法、受身を習得する②	柔道衣		柔道の礼法
		各コマにおける授業予定	礼法、受身-2			
第4回	実習形式	授業を通じての到達目標	受身の基礎、回転運動を習得する	柔道衣		柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	受身の基礎、回転運動			
第5回	実習形式	授業を通じての到達目標	後受身を習得する	柔道衣		柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	後受身			

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	実習形式	授業を通じての到達目標	後受身、横受身を習得する①	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	後受身、横受身		
第7回	実習形式	授業を通じての到達目標	後受身、横受身を習得する②	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	後受身、横受身		
第8回	実習形式	授業を通じての到達目標	横受身、前受身を習得する	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	横受身、前受身		
第9回	実習形式	授業を通じての到達目標	前回受身を習得する①	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	前回受身		
第10回	実習形式	授業を通じての到達目標	前回受身を習得する②	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	前回受身-1		
第11回	実習形式	授業を通じての到達目標	前回受身を習得する③	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	前回受身-2		
第12回	実習形式	授業を通じての到達目標	受身応用、様々な受身を習得する	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	受身応用、様々な受身		
第13回	実習形式	授業を通じての到達目標	第1～12回までの復習	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	小試験		
第14回	実習形式	授業を通じての到達目標	投技の基礎を習得する	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	投技の基礎		
第15回	実習形式	授業を通じての到達目標	第1～14回までの全ての知識・技能を復習する	柔道衣	柔道補講にて受身の練習 体の使い方・技の練習
		各コマにおける授業予定	受け身や体の使い方を身につける		