

第4章 技（二段）

【正誤式】(○か×で回答)

1. 一本背負投は、相手を前方に崩したときに有効な技である。
2. 背負投と一本背負投は同じ技であり、区別されない。
3. 背負投では、受の腕を強く抱え込むほど技がかかりやすい。
4. 小内刈は、相手の重心が後方にあるときに効果的にかかる。
5. 小外刈は「刈る」動作を用いる技である。
6. 大外刈は相手を後方へ倒す代表的な技である。
7. 足払系の技は、相手の体が軽く動いている瞬間を狙うことが重要である。
8. 浮腰は腰を密着させずに行うのが基本である。
9. 体落は相手を前方に引き出してから足を引くようにして行う。
10. 払腰は、相手を前方に崩し、腰に乗せ、脚で払い上げて投げる技である。
11. 内股は、相手の内側から脚を深く入れて吊り上げるようにして投げる。
12. 釣込腰は相手を前方に崩し、釣り込んで後ろ腰に乗せて投げる技
13. 袖釣込腰では、釣手の高さがとても重要である。
14. 大腰は右腕を相手の左腋下に差し入れて腰を抱き寄せ、後ろ腰に乗せて投げる技である。
15. 一本背負投は、相手への入り方が技の成否に大きく関わる。
16. 寝技における抑込技は、相手の肩甲骨のどちらかが浮いていても成立する。
17. 腕挫十字固は、相手の腕を自分の両ももで固定して極める技である。
18. 腕緘は、相手の腕を抱え込みながら肩関節に作用させる技である。
19. 肩固は、相手の肩を自分の頭と腕で押さえ込む技である。
20. 縦四方固は、相手の頭側に向いた姿勢で抑える技である。
21. 裸絞は柔道衣を利用することなく頸部を圧して絞める技である。
22. 腕挫腕固は仰向けの相手の右側から、頸と右肩で相手の右手首を挟み、両手で肘関節を伸ばし圧して制する技
23. 片羽絞は、相手の片腕を巻き込みながら絞る技である。
24. 送り襟絞は、左右の襟を用いて絞める技である。
25. 十字絞は、手首を交差させるようにして絞める。
26. 絞技とは、手・腕・脚で、または襟を利用し、相手の頸などを絞めて制する技をいう。
27. 当身技は、柔道の乱取と試合では使用しない。
28. 活法は、気絶や一時的な不調を回復させる技術として伝えられている。
29. 蘇生法は、柔道の活法の中で重要な位置を占める。
30. 活法は現代においてはあまり有効とされていない方法である。

【正誤式:解答】

1. ○

2. ×

3. ×

4. ○

5. ○

6. ○

7. ○

8. ×

9. ×

10. ○

11. ×

12. ○

13. ○

14. ○

15. ○

16. ○

17. ○

18. ×

19. ×

20. ○

21. ○

22. ×

23. ○

24. ○

25. ○

26. ○

27. ○

28. ○

29. ○

30. ×

【穴埋め式】

1. 投技は大きく「立技」と「()技」に分類される。
A 真捨身 B 捨身 C 逆身
2. 立技は、手技・腰技・()技に分類される。
A 足 B 膝 C 肘
3. 肩車は相手を()に崩して投げる技である。
A 前方 B 後方 C 左方
4. 肩車では、右手で相手の()を内側から抱える。
A 右肩 B 右もも C 右腰
5. 浮落は相手を前方に崩し、右()隅に引き落として投げる。
A 前 B 後 C 外
6. 釣込腰は相手を前方に崩し、()腰に乗せて投げる。
A 前 B 後ろ C 横
7. 釣腰は右手で相手の()帯を取って釣り寄せる技である。
A 前 B 後ろ C 横
8. 大外刈は相手を()に崩して投げる。
A 前方 B 左方 C 後方
9. 大外刈では、右脚で相手の右脚を()から刈る。
A 外側 B 内側 C 前側
10. 小内刈は右足で相手の右足を()から刈る技である。
A 外側 B 内側 C 前側
11. 小外刈は左足で相手の右足を()から刈る技である。
A 外側 B 内側 C 上側
12. 大内刈は右脚で相手の()脚を内側から刈る。
A 左 B 右 C 前
13. 内股は相手を()に崩し投げる技である。
A 後方 B 前方 C 右側
14. 内股では右脚後ろももで相手の()を払う。
A 外もも B 内もも C 太もも中央
15. 抑込技は相手を主に()向けにして抑える技である。
A うつ伏せ B 横向き C 仰向け
16. 抑込技では「束縛を受けず」は相手の脚で()れていない状態を指す。
A 蹴ら B 挟ま C 押さえら
17. 崩上四方固は相手の頭の()方向から抑える技である。
A 左前 B 右斜め C 後方

18. 肩固は、右頸部と両腕で相手の右腕と()を抱え込み、圧して抑え込む技である。
A. 肩 B. 胸部 C. 頸部
19. 絞技は手・脚・襟で相手の()を絞める技である。
A 胸 B 頸 C 腹
20. 並十字絞では両手の()を内にして横襟を握る。
A 四指 B 拇指 C 手刀
21. 逆十字絞では両手の()を内にして横襟を握る。
A 四指 B 拇指 C 手刀
22. 片十字絞では左手は()を内にして左横襟を握る。
A 四指 B 拇指 C 手刀
23. 片十字絞では右手は()を内にして右横襟を握る。
A 四指 B 拇指 C 手刀
24. 腕挫腕固は相手の()手首を頸と右肩で挟む技である。
A 左 B 右 C 両
25. 活法は絞技で「()」状態に至った者に施す蘇生法である。
A 気絶 B 痛み C 仮死
26. 誘活は受の胸部に両手を密着させ()方向に圧迫する。
A 前下 B 後方斜め上 C 真上
27. 襟活では取は受の体幹を()ように保持する。
A 押しつぶす B 抱え込む C 引き寄せず離す
28. 総活は受を仰向けかうつ伏せにして()乗りになる。
A 片脚で B 馬 C 腰
29. 総活では両手を受の胸腔部に当て()を促す。
A 吸気 B 呼気 C 循環
30. 睾丸活では受を抱き上げて()動作を行う。
A 投げる B 落とす C 押す

【穴埋め式:解答】

1.B

2.A

3.A

4.B

5.A

6.B

7.B

8.C

9.A

10.B

11.A

12.A

13.B

14.B

15.C

16.B

17.B

18.C

19.B

20.B

21.A

22.A

23.B

24.A

25.C

26.B

27.B

28.B

29.B

30.B