

第5章 形（固の形）

【正誤式】（○か×で回答）

1. 固の形は投の形と同時期に、講道館創設当初の明治 17、8 年頃に制定されたものである。
2. 固の形は初めから 15 本で構成されていた。
3. 固の形は抑込技・絞技・関節技を各 5 本ずつ組み合わせて構成されている。
4. 固の形の抑込技には袈裟固が含まれている。
5. 固の形の抑込技である「肩固」は、受の片腕を抱え込みながら抑え込む技である。
6. 上四方固は、受の頭側から両腕で相手を制する抑込技である。
7. 横四方固は、横から相手の胸部を抑える代表的な抑込技である。
8. 崩上四方固は、通常の上四方固を変化させたもので、腕の組み方が異なる。
9. 固の形の絞技では「片十字絞」が採用されている。
10. 裸絞は、受の襟を使わずに頸部を絞める技法である。
11. 裸絞は、左右の襟を交互に送りながら絞める技である。
12. 片羽絞は、相手の片腕を利用しながら片側の襟で絞める技である。
13. 逆十字絞は、右腕の上から十字を作る。
14. 固の形の関節技には腕緘が含まれている。
15. 腕挫十字固は、受の腕を肘関節で極める代表的な関節技である。
16. 腕挫腕固は、受の腕を脇で固定しながら極める関節技である。
17. 腕挫膝固は、膝を使って受の肘関節を極める技である。
18. 固の形の関節技には足緘が含まれる。
19. 固の形では抑え込みの理合と応じ方を学ぶことができる。
20. 固の形では絞技の術理は含まれず、実施しない。
21. 固の形では関節技の応用も学ぶことができる。
22. 固の形の稽古は、正しい姿勢と体重移動の理解が必要である。
23. 固の形は乱取の技を体系的に理解するためのものである。
24. 固の形は乱取的動作よりも静的な動きが中心である。
25. 固の形の抑込技はすべて横から抑える技で構成されている。
26. 片羽絞の構造理解には片十字絞の学習が役立つ。
27. 足緘は、受の足首の関節を極める技である。
28. 横四方固では、受の腕をすべて封じることが目的である。
29. 袈裟固は肩と首周りを使って受を固定する技である。
30. 固の形は、正しい受け方も同時に学ぶ形である。

【正誤式:解答】

1 ○

2 × (最初は 10 本)

3 ○

4 ○

5 ○

6 ○

7 ○

8 ○

9 ○

10 ○

11 × (襟は使わない)

12 ○

13 × (左腕の上から)

14 ○

15 ○

16 ×

17 ○

18 ○

19 ○

20 × (絞技は含まれている)

21 ○

22 ○

23 ○

24 ×

25 × (上四方・崩上四方は頭側)

26 ×

27 × (足絨は膝関節を極める)

28 ×

29 ×

30 ○

【穴埋め式】

1. 固の形は明治()年頃に制定された。
A. 17・18 B. 10 C. 絞技
2. 固の形は当初()本で構成されていた。
A. 17・18 B. 10 C. 5
3. 固の形は抑込技・()・関節技で構成されている。
A. 絞技 B. 投技 C. 当身技
4. 抑込技は代表的な技が()本選ばれている。
A. 3 B. 5 C. 7
5. 抑込技の一つに()がある。
A. 袈裟固 B. 裸絞 C. 腕挫十字固
6. 肩固は受の()を抱え込んで抑える技である。
A. 腕 B. 脚 C. 頭
7. 上四方固は受の()側から抑える技である。
A. 右 B. 左 C. 頭
8. 横四方固は()方向から相手を抑える技である。
A. 横 B. 前 C. 後
9. 固の形は、()の形として制定された。
A. 立技 B. 乱取 C. 柔術
10. 絞技の一つに()十字絞がある。
A. 片 B. 両 C. 裸
11. 裸絞は相手の()を使わずに絞める。
A. 柔道衣 B. 帯 C. 手
12. 取の基本姿勢は、()であることが多い。
A. 立ち B. 片膝立ち C. 寝
13. 片羽絞は相手の()を利用して絞める技である。
A. 腕 B. 脇 C. 足
14. 逆十字絞は片十字絞と()の握り方が異なる。
A. 同じ B. 逆 C. 襟
15. 関節技の一つに()鍼がある。
A. 首 B. 足 C. 肩
16. 腕挫十字固は受の()関節を極める技である。
A. 肘 B. 膝 C. 手首
17. 腕挫腕固は受の手首を()で固定して極める技である。
A. 両手 B. 首と肩 C. 襟

18. 腕挫膝固は()を使って肘を極める。
A. 腕 B. 膝 C. 脚
19. 腕絨は受の()をおおよそ直角にする。
A. 右腕 B. 左腕 C. 右足
20. 固の形では正しい()込み方を学ぶことができる。
A. 抑え B. 絞 C. 投
21. 固の形では適切な()め方も習得できる。
A. 関節 B. 絞 C. 抑え
22. 固の形では関節の()方を理解できる。
A. 極め B. 抑え C. 絞
23. 固の形は()の形とともに制定された。
A. 投 B. 柔 C. 極
24. 固の形では乱取の基礎となる()を体得できる。
A. 技 B. 組手 C. 順番
25. 上四方固は()四方固とも関連がある。
A. 横 B. 崩 C. 袈裟
26. 肩固は相手の()を制して抑える。
A. 腕 B. 脚 C. 胴
27. 絞技の代表例に()絞がある。
A. 裏十字 B. 両足 C. 裸
28. 関節技の代表に腕挫()固がある。
A. 頭 B. 指 C. 膝
29. 抑込技の代表に()固がある。
A. 今朝 B. 袈裟 C. 抑え
30. 固の形によって抑込技・絞技・関節技の()を身につける。
A. 理合 B. 形 C. 動き

【穴埋め式:解答】

1. A
2. B
3. A
4. B
5. A
6. A
7. C
8. A
9. B
10. A
11. A
12. B
13. A
14. C
15. B
16. A
17. A
18. B
19. B
20. A
21. B
22. A
23. A
24. A
25. A
26. A
27. C
28. C
29. B
30. A