

第4章 技（四段）

【正誤式】（○か×で回答）

1. 投技は、立技と寝技に大別される。
2. 投技には、手技・腰技・足技が含まれる。
3. 小外掛は、相手を前方に崩して掛ける技である。
4. 足車は、相手の膝のあたりに足を掛けて投げる技である。
5. 腰車は、相手を崩さずに腰に乗せて回転させる技である。
6. 大車は、相手のもも上部に脚を当てて投げる技である。
7. 移腰は、相手の技を外して相手の腰に移し乗せて投げる技である。
8. 固技は抑込技・絞技・関節技の三つに分類される。
9. 抑込技では、相手を仰向けにして抑えることが基本である。
10. 抑込技の成立条件には「相手に脚で挟まれないこと」が含まれる。
11. 絞技は、首を絞めるだけでなく血管を圧迫する技も含まれる。
12. 両手絞は、拇指を外に向けて相手の横襟を握って絞める技である。
13. 裸絞は、相手の後方から腕を回して絞める技である。
14. 片手絞は、仰向けにした相手の横襟を片手で絞める技である。
15. 関節技は、相手の関節を不自然な方向に曲げて制する技である。
16. 腕挫脚固は、相手の腕に自分の脚を使って極める技である。
17. 技の連絡・変化では、連続性よりも力強さが重要とされる。
18. 連続技は、同じ技を休みなく続けて掛ける技法である。
19. 連絡技では、右から左へ移行する場合なども存在する。
20. 投技から固技への移行は、投技に相当の効果があつた場合に多い。
21. 抑込技から絞技への移行は、固技の連絡の一つである。
22. 相手の技の変化に応じて掛ける技を変化技という。
23. 出端を取るとは、相手の動き始めの瞬間を捉えることである。
24. 技の裏を取る変化とは、相手の技と反対方向に技を掛けることである。
25. 投技から固技への変化は、相手が自ら倒れた時にも起こる。
26. 稽古において、固技から投技への変化は、相手が立ち上がろうとした時に行うこともある。
27. 当身技は乱取や試合でも積極的に使用される技である。
28. 足当には、膝頭当や踵当などの種類がある。
29. 活法は、柔道における蘇生・回復のための技術である。
30. 誘活では、受の胸部に両手を密着させ後方斜め上に圧迫する。

【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「()」に分類される。
A 捨身技 B 固技 C 当身技
2. 立技は手技・腰技・()に分類される。
A 足技 B 真捨身技 C 関節技
3. 小外掛は相手を()に崩して掛ける技である。
A 前方 B 後方 C 右側
4. 足車は相手を前方に崩し、右脚を相手の()にあてて投げる。
A 膝 B 腰 C 胸
5. 腰車は相手を前方に崩し、()で相手の頸を抱えて投げる。
A 左腕 B 右腕 C 両腕
6. 大車は相手の下腹部から()に脚を当てて投げる技である。
A 両もも上部 B 胸部 C ふくらはぎ
7. 移腰は相手の投技に応じて腰を抱え上げて()に移し乗せ投げる。
A 前腰 B 斜め腰 C 後ろ腰
8. 固技は抑込技・絞技・()に分類される。
A 当身技 B 関節技 C 足技
9. 抑込技は相手を主に()の状態にして抑え込む技である。
A 仰向け B うつ伏せ C 横向き
10. 抑込技における「束縛を受けず」とは相手の脚で()されていない状態を指す。
A 乗られて B 挟まれたり絡まれたり C 押さえられて
11. 絞技は手・腕・脚、または()を利用して絞める技である。
A 帯 B 襟 C 袴
12. 両手絞は拇指を内にして相手の()を握る。
A 帯 B 袖 C 横襟
13. 裸絞は相手の()から絞める技である。
A 前 B 後ろ C 側面
14. 片手絞は仰向けの相手の左側から右手の()を内にして横襟を握る。
A 小指 B 拇指 C 中指
15. 関節技は相手の関節をねじったり()して制する技である。
A 引っ張る B 逆方向に伸ばしたり曲げたり C 押し潰す
16. 腕挫脚固はうつ伏せの相手の右側から右足を相手の()に引っ掛ける。
A 腕 B 首 C 脚
17. 技の連絡変化では、()や変化の幅を持つことが重要である。
A 力技 B 連絡 C 勢い

18. 技の連続技とは、()技を休みなく続けて掛けることである。
A 同じ B 違う C 変化する
19. 投技から投技への連絡技では()から左へ連絡する場合がある。
A 右 B 頭 C 襟
20. 投技から固技への連絡は投技に()があつた場合に多い。
A 失敗 B 相当の効果 C 停止
21. 固技の連絡技では抑込技から()技への移行もある。
A 足 B 絞 C 捨身
22. 相手の技に応じて変化する技を()技という。
A 受動 B 変化 C 抵抗
23. 変化技は相手の投技の()に乗じて技を施す場合がある。
A 出端 B 左右 C 中央
24. 相手の技を受けてその()を取る変化技も存在する。
A 中央 B 裏 C 方向
25. 投技から固技への変化技では、相手が()場合に移行することが多い。
A 立ち止まった B 自ら倒れた C かわす
26. 固技から投技への変化技は、立った姿勢で掛けた相手の絞技や関節技が()場合に行う。
A 完全に決まった B 不十分な C 成功した
27. 当身技は形で練習し、()・手刀当・足当に分類される。
A 腕当 B 頭当 C 首当
28. 足当には膝頭当・蹠頭当・()当が含まれる。
A 腰 B 踵 C 肘
29. 活法は柔道独自の()法である。
A 攻撃 B 競技 C 蘇生
30. 誘活では、両手を受の胸部に密着させ()方向へ圧迫する。
A 後方斜め上 B 下方向 C 真横

【穴埋め式:解答】

1 A

2 A

3 B

4 A

5 B

6 A

7 C

8 B

9 A

10 B

11 B

12 C

13 B

14 B

15 B

16 A

17 B

18 A

19 A

20 B

21 B

22 B

23 A

24 B

25 B

26 B

27 A

28 B

29 C

30 A