

第5章 形（極の形）

【正誤式】（○か×で回答）

1. 極の形は、講道館で制定された柔道の形である。
2. 極の形は、関節技を中心として構成されている。
3. 極の形は、投の形や固の形よりも後に制定された形である。
4. 極の形は、抑え込み技が中心である。
5. 極の形で取は、受の攻撃に対して防御する。
6. 極の形の制定時期は、講道館創設初期である。
7. 極の形は、受の関節を制御することを主眼としている。
8. 極の形は、柔道の競技ルールに従った技のみで構成されている。
9. 極の形は、受が攻撃する際に立ち姿勢を基本とする。
10. 極の形は、主に護身や制圧技術の習得を目的としている。
11. 極の形の技は、取が力で抑えることが主眼である。
12. 極の形は、受の体を反らせることが多い。
13. 極の形は、関節技の他に投技も含まれる。
14. 極の形の取は、受の動きに合わせて適切に対応する。
15. 極の形では、受の自由な動きが制限されないことが重要である。
16. 極の形の習得は、実戦的な応用に役立つ。
17. 極の形は、受の関節を極めすぎないように行う。
18. 極の形の動作中、取は常に受を押さえ込む。
19. 極の形の技は、柔道の基本動作を応用したものである。
20. 極の形は、乱取の形としての位置づけを持つ。
21. 極の形は、受が攻撃することで取の制御力を学ぶ形である。
22. 極の形では、関節の制御が正確であることが重視される。
23. 極の形は、全ての受が仰向けで始まる。
24. 極の形は、柔道以外の武道にも影響を与えている。
25. 極の形の技は、すべて固技で構成される。
26. 極の形は、受と取の連携が重要である。
27. 極の形の習得は、柔道の高段者に限られる。

【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. ×

【穴埋め式】

1. 極の形は、()を中心とした技で構成されている。
A 投技 B 関節技 C 抑込技
2. 極の形は、()の形として制定された。
A 競技用 B 制圧・護身用 C 表演用
3. 極の形は、()段以上の昇段試験で用いられることが多い。
A 初 B 三 C 五
4. 極の形は、()時期に制定された。
A 講道館創設初期 B 固の形制定後 C 投の形制定前
5. 極の形の技は、受の()を制御することを目的としている。
A 関節 B 足 C 呼吸
6. 極の形で、取は()を崩さないよう注意する。
A 姿勢 B 呼吸 C 受
7. 極の形の習得は、()に応用できる。
A 実戦 B 演劇 C 芸術
8. 極の形で、取は受の攻撃に()対応する。
A 柔軟に B 力任せに C 無視して
9. 極の形の制定目的の一つは、()技術の習得である。
A 制圧 B 打撃 C 投技
10. 極の形は、()の制御を学ぶことが重要である。
A 関節 B 足 C 呼吸
11. 極の形の取は、受の攻撃を()する。
A 制御 B 増幅 C 無視
12. 極の形は、()の形としての位置づけを持つ。
A 表演 B 競技 C 真剣勝負
13. 極の形の技は、受の()を極めすぎないように行う。
A 関節 B 足 C 首
14. 極の形の習得は、()力の向上につながる。
A 制御 B 洞察 C 忍耐
15. 極の形で関節技を行う際、取は()を意識する。
A 制御 B 力任せ C ゆっくり
16. 極の形は、()の習得に役立つ。
A 実戦応用技術 B 表演技術 C 投技
17. 極の形の練習において重要なのは、受と取の()である。
A 攻防の理合い B 速さ C 力の大きさ

【穴埋め式:解答】

1. B
2. B
3. C
4. B
5. A
6. A
7. A
8. A
9. A
10. A
11. A
12. C
13. A
14. A
15. A
16. A
17. A