

第 6 章 乱取・試合（審判規程は国際柔道試合審判規程 2025-2028）

【正誤式】（○か×で回答）

1. 乱取は、互いに自由な攻防を通じて技術を向上させるための稽古方法である。
2. 乱取では、勝敗を決めることが最も重要な目的である。
3. 試合では安全を確保するため、禁止技が定められている。
4. 乱取は試合よりも規制が少なく、自由度が高い。
5. 試合では、相手の道衣を正しくつかむことが義務付けられている。
6. 乱取においては、相手を怪我させないように十分に配慮する必要がある。
7. 一本は、相手を完全に制した状態を示す最高の評価である。
8. 抑え込みは 10 秒で一本が宣告される。
9. 試合では消極的な姿勢が続くと指導の対象となる。
10. 指導を 3 回受けると反則負けとなる。
11. 乱取では勝敗よりも技の研究と体力向上を目的とする。
12. 両者が同時に技を掛け合った場合、優勢な方の技が評価される。
13. 「待て」は、攻防が一時中断される指示である。
14. 投げ技による一本は、相手の背中が強く畳に付いた場合に認められる。
15. 試合では、開始線に立ち、礼をしてから自然本体に構えて始める。
16. 審判は必要に応じて時間を止める権限を持つ。
17. 選手は試合前に爪を切るなど身だしなみの確認が義務である。

【正誤式：解答】

1. ○
2. ×
3. ○
4. ○
5. ○
6. ○
7. ○
8. ×（20 秒で一本）
9. ○
10. ○
11. ○
12. ○
13. ○
14. ○
15. ○
16. ○
17. ○

【穴埋め式】

1. 試合では、選手の安全を確保するため、()が定められている。
A. 技名 B. 禁止技 C. 技量検査
2. 抑え込みの一本は()で成立する。
A. 20 秒 B. 10 秒 C. 5 秒
3. 極端な防御姿勢は()の対象となる。
A. 指導 B. 技あり C. 反則負け
4. 柔道精神に反する行為は()となる。
A. 指導 B. 反則負け C. 退場
5. 防御の為に足取りは禁止されているため、行くと()となる。
A. 口頭注意 B. 指導 C. 反則負け
6. 「待て」は攻防を()する合図である。
A. 継続 B. 中断 C. 終了
7. 審判は必要に応じて試合時間を()ことができる。
A. 早める B. 止める C. 長くする
8. 試合場は通常、正方形で、場内一辺が()確保される。
A. 5m B. 7m C. 8m 以上
9. 審判の「それまで」は試合の()を意味する。
A. 中断 B. 再開 C. 終了
10. 反則行為が著しい場合、主審は()を宣告できる。
A. 一本 B. 反則負け C. 退場

【穴埋め式:解答】

- 1 B
- 2 C
- 3 A
- 4 B
- 5 C
- 6 B
- 7 B
- 8 C
- 9 C
- 10 B