

学科試験例題集 (2017. 3. 19更新)

(1) 歴史及び原理に関する問題

- 文中の空らんに適する語句を漢字で答えなさい。
 - 講道館柔道の創始者は□□□□□である。
 - 柔道の根本原理を要約して□□□□、□□□□という。
- 次の文をよく読んで空らんに適する語を漢字で答えなさい。

講道館柔道の創始者は(1) □□□□□先生である。先生は柔道とは「心身の力を最も有効に使用する道である。そして、これによって己を完成し、世を補益することが究極の目的である。」と柔道の基本原理を説かれた。これを要約して(2) □□□□・□□□□という。
- 講道館柔道の歴史について、次の文中の(1)～(10)に適する語句を入れなさい。

(1) 師範が創始した(2) 柔道は、投技を中心に稽古を行っていた(3) 流と、抑込技・(4)・当身技を中心に稽古を行っていた(5) 流の柔術をもとに集大成されたものである。また師範は、従来の「形」を中心にした稽古の方法から発展させて、(6)を中心にした稽古の方法を採用し大きな成果を上げることとなった。(2) 柔道は、(7)年5月東京下谷の北稲荷町の(8)寺においてそのうぶ声をあげた。

師範の創始した柔道の基本原理をまとめて(9)・(10)という。
- 次の文章は柔道の創始者が柔道修養の目的について述べたものである。よく読んで()内に適する語句を入れなさい。

「柔道は(1)()の力を最も(2)()に使用する道である。その修養は、(3)()防御の練習によって身体精神を(4)()修養し、斯道神髄を体得することである。そうしてこれによって己を完成し、世を補益することが柔道(5)()の究極の目的である。」と述べている。
- 次の文章の()に適する語を入れなさい。

講道館柔道という呼び名は、明治(1)()年、柔道の開祖として仰がれる(2)()によって深く研究工夫された結果命名されたものである。攻撃(3)()の練習から入るが、精力(4)()自他(5)()をその修業目的としている。
- 次の文章をよく読んで、()内に適する語句を入れなさい。

江戸時代の柔術には、179 流もの流派があったと言われるが、このうち、嘉納治五郎は(1)() (2)()の2流を主に学び、これらを集大成して(3)()年、東京で(4)()を創始した。

7 嘉納治五郎師範の次の言葉は、修行の目的を簡潔にあらわしている。次の問いに答えなさい。

「柔道は イ心身の力を最も 1 に使用する 2 である。その修業は攻撃防御の練習によって身体、精神を 3 し、斯道の神髄を 4 することである。そうして、これによって ロ 5 を完成し、6 を補益することが柔道修業の究竟の目的である。」

(1) 文章空欄に適する語句を下記より選び記号で答えなさい。

イ 道 ロ 己 ハ 世 ニ 有効 ホ 体得 ヘ 鍛練修業

1	2	3	4	5	6

(2) 下線部イ,ロの内容をもつ言葉として、嘉納師範が提唱した言葉を答えなさい。

8 次の文章の()内に適する語句を入れなさい。

嘉納治五郎は、柔術諸流派のうち((1))流を福田八之助と、磯正智に学び、さらに((2))流を飯久保恒年に学んだ。のちにこの二流派を集大成して明治((3))年5月東京下谷の北稲荷町の((4))において、((5))を創始した。

9 次の文は、講道館制定の礼法に関する「趣旨」の一文である。空欄に適する語句を下記より選び、記号で答えなさい。 (4, 5段受験向き)

「礼は、人と交わるに当たり、まずその(1)を尊重し、これに(2)を表すことに発し、人と人との交流をととのえ、(3)の保つ道であり、礼法は、この精神をあらわす(4)である。(5)・自他共栄の道を学ぶ柔道人は、内に礼の精神を深め、外に礼法を正しく守ることが肝要である。」

- A 作法 B 精力善用 C 社会秩序 D 講道館柔道
E 人格 F 敬意 G 立礼

10 次の文は「柔道試合における礼法、1. 敬礼、(1)立礼」について述べられた文であるが、空欄に適語を下から選んで入れよ。

立礼は、まずその方に正対して(1)の姿勢をとり、次いで上体を自然に曲げ「約(2)度」、両手の指先が膝頭の上、握り拳約(3)くらいのところまで体に沿わせて滑り下ろし、(4)を表す。

この動作の後、おもむろに(5)を起こし、元の姿勢にかえる。この立礼を始めてから終わるまでの時間は、平常呼吸において大体一呼吸(約(6)秒)である。

直立「気をつけ」の姿勢は、両踵を付け、足先を約(7)度開き、(8)を軽く伸ばして直立し、頭を正しく保ち、口を閉じ、眼は正面の眼の高さを(9)し、両腕を自然に垂れ、指は軽く揃えて伸ばし(10)につける。

- 体側 / 膝 / 直立 / 敬意 / 30 / 直視 / 60 / 4
一握り / 上体

- 1 1 次の文は、「柔道試合における礼法、1. 敬礼、(2)坐礼」から抜粋した文であるが、空欄に適語を下から選んで入れよ。

正坐のしかた

正坐するには、直立の姿勢から、まず(1)足を約一足長半引いて、体を大体垂直に保ったまま、(1)膝を(1)足先があった位置におろす[(2)ておく]。次いで(3)足を同様に引いて(2)たまま(3)膝をおろす[この場合、両膝の間隔は大体握り拳(4)握りとする]。次いで、(5)膝の(6)を伸ばし、両足の(7)と(7)とを重ねて(8)をおろし、体をまっすぐに保って坐る。この場合、(5)手は(5)大腿の(9)に引きつけて指先をやや(10)に向けておく。

内側 / 臀部 / 爪先 / 二 / 爪立て / 付け根 / 親指
両 / 右 / 左

- 1 2 次の文は、「柔道試合における礼法、1. 敬礼、(2)坐礼」から抜粋した文であるが、空欄に適語を下から選んで入れよ。

坐礼

坐礼は、まずその方に向かって(1)し、次いで(2)肘を開くことなく(2)手を(2)膝のまえ握り拳(3)のところにその(4)と(4)とが約(5)センチの間隔で自然に向き合うようにおき、(6)が両手の上約(7)センチの距離に至る程度に上体を静かに曲げて(8)を表す。この動作ののち、静かに上体を起こし、元の(9)に復する。上体を前に曲げるとき、(10)があがらないように留意する。

臀部 / 敬意 / 前額 / 人差し指 / 両 / 姿勢 / 30
6 / 二握り / 正坐

- 1 3 次の文は、柔道の本義を述べた柔道創始者の遺訓である。読んで次の問いに答えなさい。

「柔道は、<1>心身の力を最も有効に使用する(1)である。<2>その修業は、(2)・防御の練習によって、身体・(3)を鍛練修業し斯道の神髓を体得することである。そうしてこれらによって<3>(4)を完成し、世を補益することが柔道修業の究竟の目的である。」

- ① 文中の空欄(1)～(4)に適する語句を入れなさい。
- ② 講道館柔道創始者名を答えなさい。
- ③ 下線部<1>と<3>に関連して、講道館柔道創始者が提唱した語を2つ答えなさい。
- ④ 下線部<2>に関連して、講道館柔道創始者が示した3つの柔道修業の目的を答えなさい。

- 1 4 次の文を読んで後の問いに答えなさい。

(1)師範は、<1>柔術のいくつかの流派の長所をあつめて工夫研究し、さらに<2>理論と実践を合理的に組み立て、<3>稽古の順序・方法などを定めた。その結果、<4>従来の柔術のもつ危険性が取り除かれ、一般に広く普及することとなった。

ただし、柔術で使われた必殺的な技は「(2)の形」・「(3)術」として「形」で修業できるようになっている。今日世界でおこなわれている柔道は、(4)年に創始され正式には(5)という。

- ① 文中の空欄(1)～(5)に適する語句を答えなさい。
- ② 下線部<1>に関連して、特に大きな影響を与えた流派名を2つ答えなさい。
- ③ 下線部<2>に関連して、柔道の基本原理をあらわす語を2つ答えなさい。
- ④ 下線部<3>に関連して、柔術は「形」による稽古が中心であったが、柔道として集大成以後稽

古の中心はどのような方法に移ったか答えなさい。

- 1 5 次の文中の空欄(1)～(10)に適する語句を入れなさい。

明治維新後、文明開化の潮流の中で、人々の間に武術を野蛮視する傾向にあった。こうした中で、(1)師範は柔術の価値に目を向け、熱心に(2)流・(3)流の柔術の稽古にはげんだうえ、従来の護身(武術)としての目的は残しながら、さらに(4)・(5)の目的をかなえる一つの道として集大成した。これを柔術といわず(6)と称する。よって柔術時代のような必殺的な技は影をひそめたが、それらは「(7)の形」・「(8)術」のように「形」として残し、(6)の試合は(9)技又は、(10)技によって勝負を決するような安全面に配慮されている。

- 1 6 次の文中の空欄(1)～(10)に適する語句を入れなさい。

(1)師範は、日本古来の柔術である(2)流から投技を、(3)流からは当身技・抑込技・(4)技を学び、これを母体にして創意工夫をこらし、人間完成の道として新たに(5)を創始した。それは、従来の柔術諸流の中にあつた長所・短所を比較し、科学的な基礎の上に立って修心・体育・(6)の3目的を達成しうる新しい方法を確立したものである。あわせて(7)・(8)の2つの柔道原理として説き、ここに(9)年東京・下谷稲荷町の(10)寺の書院を道場として柔道が始まった。

- 1 7 次の文章は、嘉納師範が弟子に講述したものの一部である。よく読んで下記の問いに答えなさい。

「当初から(a)自分は、柔道を練体法、勝負法、修心法に別けて説いていた。(1)法は言い換えれば体育としての柔道であり、(2)法は武術としての柔道である。(3)法は知徳の修養並びに柔道の原理を実生活に応用する研究と実行である。

それゆえに、(b)自分の説くところの(4)は、それによって、身体をば理想的に発達せしめ、(5)の法にもすぐれしめ、また知徳を進め、柔道の精神を(c)自分の行いに実現せしめ得ることを期していたのである。」

(1) 上記の1～5の()内に適切な語句を入れなさい。

(2) 上記の(a)～(c)の「自分」は、各々誰のことを指しているか答えなさい。

- 1 8 柔道の本質と歴史について次の文を読み後の問いに答えなさい。

明治維新後、文明開化の潮流の中で人々の間に武術を野蛮視する傾向があつた。こうした中で [①] は武術特に柔術の価値に着目して熱心に手ほどきを受け [②] [③] の大きな影響を受けながら柔術を集大成した。そして従来の護身的要素を温存した上で、さらに [④] [⑤] の一手段として応用する一つの道とするに至った。したがってこれを柔術といわず [⑥] と称する。よって柔術時代の必殺的技術は影をひそめたきらいはあるもののそれは当て身技として区別し [⑦] [⑧] などの「形」として残し、 [⑨] [⑩] によって勝負を決するよう安全面及び結果が客観視されやすいよう配慮され今日に至っている。しかしながらスポーツ化が、ゆきつくところまでゆきついた昨今、他の格闘技との本質的な違いが認められなくなり、しかも [⑪] 的要素のうすれていく傾向が認められ [⑫] についての論議が必要な段階にきている。

(1) ①に当てはまる人物名を答えなさい。

- ⑥に当てはまる語句を答えなさい。
- (2) ②・③に当てはまる柔術流派を下記より選び記号で答えなさい。
 イ 不遷流 ロ 起倒流 ハ 竹内流 ニ 関口流
 ホ 良移心当流 ヘ 戸塚楊心流 ト 天神真楊流
- (3) ④・⑤に当てはまる語句で修業の目的とされたのは護身(勝負)のほかになにか、下記より記号で答えなさい。
 イ 体育 ロ 知育 ハ 修心 ニ 攻撃
- (4) ⑦・⑧に当てはまる形を下記より選び記号で答えなさい。
 イ 古式の形 ロ 五の形 ハ 柔の形 ニ 精力善用国民体育の形
 ホ 講道館護身術 ヘ 固の形 ト 投の形 チ 極の形
- (5) ⑨・⑩に当てはまる語句を答えなさい。(例 「当身術」)
- (6) ⑪に当てはまる言葉を下記より選び記号で答えなさい。
 イ 体育 ロ スポーツ ハ 護身
- (7) ⑫に当てはまる語句を下記より選び記号で答えなさい。
 イ スポーツの本質 ロ 柔道の本質 ハ 体育

19 次の文は天神真楊流の伝書の一部である。文中の空欄に適する語句を下記より選び記号で入れなさい。(4・5段受験向き)

「稽古中に(1)を強く入れることを嫌うのは、(1)そのものを嫌うのではない。業が(2)であって(1)入れば(3)こわばって自由を欠き、(4)を覚えにくいからである。業に(5)して自然に出てくる力は少しも嫌う必要はない。」

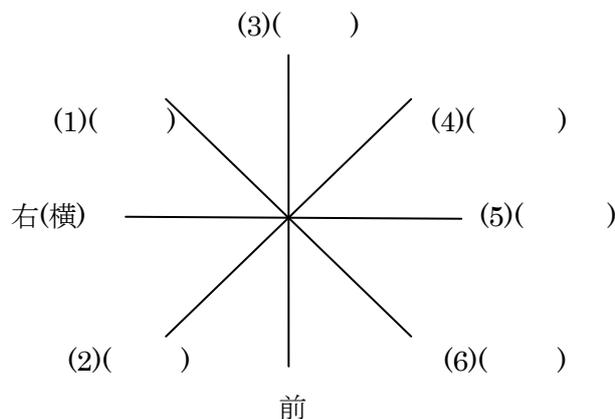
- A 四肢身体 B 熟練 C 力 D 未熟 E 流儀 F 稽古

20 次の文章の()内に適する語句を入れなさい。

- 明治(①)年(②)によって創始された柔道の基本原理は、要約して(③)、(④)という。
- 柔道の技術は投技、(⑤)と各々性質の異なる技術部門をもって構成され、相手の(⑥)を利用して、(⑦)を不安定にし、「(⑧)よく(⑨)を(⑩)する」原理を力学的に十分応用して行われる。

(2) 技術及び分類に関する問題

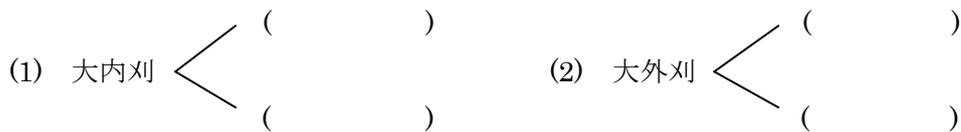
21 次の図は「八方の崩し」である。()内に適する語句を入れて図を完成させなさい。



2.2 投技は、手技、腰技、足技、真捨身技、横捨身技の5種に分類される。次の各技は、何技に含まれるか()内に分類名を答えなさい。

- (1) 小内刈() (2) 巴投() (3) 体落()
 (4) 釣込腰() (5) 内股()

2.3 次に示す投技からの連続技はどのようなものがあるか。適する技名をそれぞれ2つずつ答えなさい。



2.4 受身の種類を4つ答えなさい。

- (1) () (2) () (3) () (4) ()

2.5 抑込技の名称を5つ答えなさい。

- (1) () (2) () (3) ()
 (4) () (5) ()

2.6 「投の形」について、足技までの技名を定められた順に答えなさい。

技の分類	技 名		
手技	(1)	(2)	(3)
腰技	(4)	(5)	(6)
足技	(7)	(8)	(9)

2.7 四段は「固の形」、五段は「極の形」について、定められた順に技名を答えなさい。

(4・5段受験向き)

固の形 (四段受験者のみ)

抑込技	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
絞 技	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)
関節技	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)

極の形 (五段受験者のみ)

居取	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
	(7)	(8)				

立合	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)
	(15)	(16)	(17)	(18)	(19)	(20)

28 投技及び固技の名称をそれぞれ()内に記入しなさい。

- | | | | | | |
|----|---|-----|---|---|---|
| 投技 | { | 手技 | ① | ② | ③ |
| | | 腰技 | ④ | ⑤ | ⑥ |
| | | 足技 | ⑦ | ⑧ | ⑨ |
| 固技 | { | 抑込技 | ⑩ | ⑪ | ⑫ |
| | | 絞技 | ⑬ | ⑭ | ⑮ |
| | | 関節技 | ⑯ | ⑰ | ⑱ |

29 次の基本姿勢を答えなさい。

- | | | | | | |
|-----|---|--------|-----|---|--------|
| 自然体 | { | 自然本体 | 自護体 | { | (3)() |
| | | (1)() | | | (4)() |
| | | (2)() | | | (5)() |

30 次の文は投の形について述べたものである。()内に適する語句を答えなさい。

互いに組んで前後左右に移動するとき、継ぎ足の(1)()で進む。投げる者を(2)()
 といい、投げられる者を(3)()という。投の形を行うとき、最初に立つ両者の距離は
 (4)()であり、(5)()が正面に向かって左側に位置する。

31 次の文は姿勢について述べたものである。文中の空欄(1)~(3)に適する語句を入れなさい。また、(4)
 ~ (7)では適する語句を選びなさい。

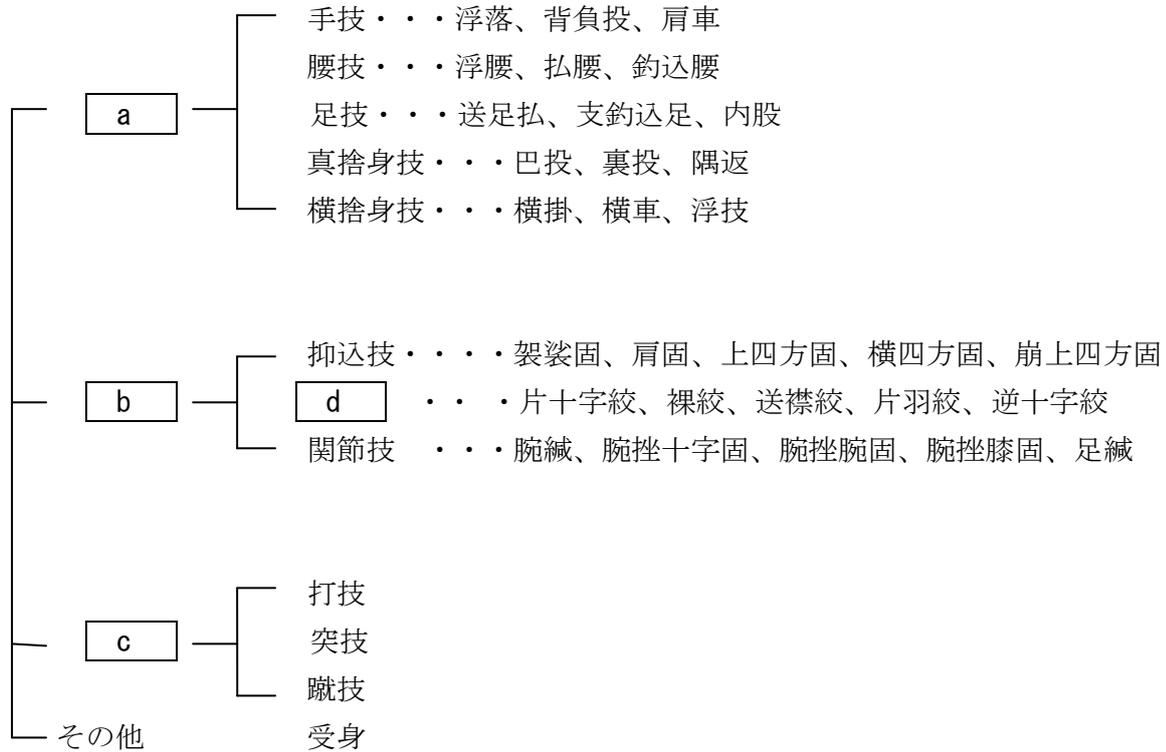
○柔道の姿勢には自然体と(1)とがあり、自然体には自然本体(2)・(3)がある。

- 自然本体は両足を(4) { A. 一步半 } 開き、重心を(5) { A. 両足に等分 }
 { B. 一足長 } { B. 右足か左足のどちらか }

にかける。

- 膝は(6) { A. 軽く伸ばし } 眼は相手の(7) { A. 足 }
 { B. 少しまげ } { B. 顔 } を見る。
 { C. 体 }

3 2 下の表は柔道の技術を系統的に分類しようとしたものである。(1)～(2)の問いに答えなさい。



(1) ① a～cに適するものを下記の記号より選び、②その中で試合で勝負を決する技は何技と何技か記号で答えなさい。

イ 当身技 ロ 固技 ハ 投技

(2) dに適する語句をいれなさい。

3 3 次の文は柔道における姿勢の重要性を説いたものである。文中の空欄に適する語句を下記より選び記号で答えなさい。

「姿勢は(1)の根元である。正しい姿勢はその中に(2)で(3)な体の動きを含んでいる。柔道では自分の動き一つで相手を倒すのであるから体の源である姿勢を正すことに努めなければならない。(4)はもちろん(5)を養うにも姿勢は大きな関係を持つものである。こういうわけで柔道では姿勢を非常に重く見て、(6)をもって姿勢の(7)としている。」

イ 本体 ロ 自在 ハ 技の上達 ニ 敏捷 ホ ころろ
 ヘ 自然体 ト 根元 チ 動作

3 4 投の形に関し次の問いに答えなさい。(4・5段受験向き)

(1) 投の形で「渦巻」で「天倒」を打つ技の名称を2つあげなさい。

() ()

(2) 「渦巻」とは身体の中のどの部位をさすか。 ()

(3) 「天倒」とは身体の中のどの部位をさすか。 ()

35 柔道の形の種類を5つ書きなさい。(4・5段受験向き)

() () () () ()

36 「大腰」と「浮腰」の相違を簡単に述べなさい。(4・5段受験向き)

37 次の文は柔道の技術について述べたものである。文中の空欄に適する語句を入れなさい。

柔道の技は(1)・(2)・(3)の3つに大別されるが、試合は(1)又は(2)で勝負を決し、(3)を使用することは許されない。

(1)には(4)・(5)・(6)及び捨身技があり、(2)には抑込技・(7)・(8)がある。

38 次の表は柔道の技の体系を示したものである。例にならって表を完成させなさい。

(4・5段受験向き)

	投 技	固 技	当 身 技
分 類	(手 技)	(抑 込 技)	(打 技)
	((1))	((5))	((7))
	((2))	((6))	((8))
	((3))		
	((4))		
技 名	(背 負 投)	((13))	(手 刀 当)
	((9))	((14))	(肘 当)
	((10))	((15))	(膝 当)
	((11))		
	((12))		

39 男子は「投の形」について、足技までの技名を定められた順に答えよ。女子は「柔の形」の第1教と第2教を順に答えよ。

<男子受験者>

技の分類	技 名		
手技	(1)	背負投	(2)
腰技	(3)	払腰	釣込腰
足技	(4)	支釣込足	(5)

<女子受験者>

技の分類	技 名		
柔の形 (第1教)	(1)	(2)	(3)
	(4) 肩 廻	(5) 腮 押	
柔の形 (第2教)	(1) 切 下	(2)	(3) 斜 打
	(4) 片 手 取	(5)	

解答

- 1 (1)嘉納治五郎 (2)精力善用、自他共栄
- 2 (1)嘉納治五郎 (2)精力善用 自他共栄
- 3 (1)嘉納(治五郎) (2)講道館 (3)起倒 (4)関節技 (5)天神真楊 (6)乱取り(又は乱捕り)
(7)明治 15(又は 1882) (8)永昌 (9)(10)精力善用・自他共栄(順不同)
- 4 (1)心身 (2)有効 (3)攻撃 (4)鍛練 (5)修行(又は修業)
- 5 (1)15 (2)嘉納治五郎 (3)防御(又は防禦) (4)善用 (5)共栄
- 6 (1)、(2)起倒流、天神真楊(順不同) (3)明治 15 又は 1882 (4)講道館柔道
- 7 (1) 1. ニ 2. イ 3. ヘ 4. ホ 5. ロ 6. ハ (2)精力善用・自他共栄
- 8 (1)天神真楊 (2)起倒 (3)15 (4)永昌寺 (5)講道館柔道
- 9 (1) E (2) F (3) C (4) A (5) B
- 1 0 (1) 直立 (2)30 (3) 一握り (4) 敬意 (5) 上体 (6) 4 (7) 60 (8) 膝 (9) 直視
(10)体側
- 1 1 (1) 左 (2) 爪立て (3) 右 (4) 二 (5) 両 (6) 爪先 (7) 親指 (8) 臀部
(9) 付け根 (10) 内側
- 1 2 (1) 正坐 (2) 両 (3) 二握り (4) 人差し指 (5) 6 (6) 前額 (7) 30 (8) 敬意
(9) 姿勢 (10)臀部
- 1 3 ①(1) 道 (2)攻撃 (3) 精神 (4) 己
②嘉納治五郎 ③精力善用・自他共栄 ④護身(又は勝負)・体育・修心
- 1 4 ①(1)嘉納(治五郎) (2)極 (3)(講道館)護身 (4)明治 15(又は 1882) (5)講道館柔道
②起倒流・天神真楊流 ③精力善用、自他共栄 ④乱取り(又は乱捕り)
- 1 5 (1)嘉納(治五郎) (2)(3)起倒、天神真楊(順不同) (4)(5)体育、修心(順不同) (6)(講道館)柔道
(7)極 (8)(講道館)護身 (9)投 (10)固
- 1 6 (1)嘉納(治五郎) (2)起倒 (3)天神真楊 (4)絞(又は関節) (5)(講道館)柔道 (6)護身(又は勝負)
(7)(8) 精力善用、自他共栄(順不同) (9)明治 15(又は 1882) (10)永昌
- 1 7 (1)1.練体 2.勝負 3.修心 4.柔道 5.勝負 (2)(a)嘉納治五郎 (b)嘉納治五郎
(c)修行者
- 1 8 (1)嘉納治五郎 (講道館)柔道 (2)ロ・ト (3)イ・ハ (4)ホ・チ (5)投技・固技
(6)ハ (7)ロ
- 1 9 (1)C (2)D (3)A (4)E (5)B
- 2 0 ①15 ②嘉納治五郎 ③④ 精力善用、自他共栄(順不同) ⑤固技 ⑥力 ⑦体 ⑧柔
⑨剛 ⑩制
- 2 1 (1)右後隅 (2)右前隅 (3)後 (4)左後隅 (5)左又は左横 (6)左前隅
- 2 2 (1)足技 (2)真捨身技 (3)手技 (4)腰技 (5)足技
- 2 3 (1)小内刈・内股など (2)払腰・小外刈など
- 2 4 前方回転受身又は前まわり受身・横受身・後受身・前(方)受身
- 2 5 袈裟固・横四方固・上四方固・縦四方固・肩固など
- 2 6 (1)浮落 (2)背負投 (3)肩車 (4)浮腰 (5)払腰 (6)釣込腰 (7)送足払 (8)支釣込足 (9)内股

27 「固の形」

- (1)袈裟固 (2)肩固 (3)上四方固 (4)横四方固 (5)崩上四方固 (6)片十字絞 (7)裸絞
(8)送襟絞 (9)片羽絞 (10)逆十字絞 (11)腕緘 (12)腕挫十字固 (13)腕挫腕固 (14)腕挫膝固
(15)足緘

「極の形」

- (1)両手取 (2)突掛 (3)摺上 (4)横打 (5)後取 (6)突込 (7)切込 (8)横突 (9)両手取
(10)袖取 (11)突掛 (12)突上 (13)摺上 (14)横打 (15)蹴上 (16)後取 (17)突込
(18)切込 (19)抜掛 (20)切下

28 ①～③浮落・背負投・肩車など

④～⑥浮腰・払腰・釣込腰など

⑦～⑨送足払・支釣込足・内股など

⑩～⑫袈裟固・肩固・上四方固など

⑬～⑮片十字固・裸絞・送襟絞など

⑯～⑱腕緘・腕挫十字固・腕挫腕固など

29 (1)、(2)右自然体、左自然体(順不同)

(3)、(4)、(5)自護本体、右自護体、左自護体(順不同)

30 (1)すり足 (2)取 (3)受 (4)5.5m(又は3間) (5)取

31 (1)自護体 (2)、(3)右自然体・左自然体(順不同) (4)B (5)A (6)A (7)C

32 (1)①a ハ b ロ c イ ②ロとハ (2)絞技

33 (1)チ (2)ニ (3)ロ (4)ハ (5)ホ (6)へ (7)イ

34 (1)背負投・浮腰・裏投・横車のうちから2つ (2)指を握りしめたときの小指のつけ根の豊隆部
(3)頭部のほぼ中央部

35 (1)投の形 固の形 柔の形 極の形 五の形 古式の形など

36 大腰一腰にのせて前に投げる技、腰は深く入れて投げる。

浮腰一腰を横に振って前に投げる技、腰は浅く入れて投げる。

37 (1)投技 (2)固技 (3)当身技 (4)、(5)、(6)手技・腰技・足技(順不同)

(7)、(8)絞技・関節技(順不同)

38 (1)腰技 (2)足技 (3)真捨身技 (4)横捨身技 (5)絞技 (6)関節技 (7)突技 (8)蹴技

(9)払腰、釣込腰など (10)内股、送足払など (11)巴投、裏投など (12)横掛、横車など

(13)袈裟固 (14)片十字絞、裸絞など (15)腕緘、腕挫十字固など

39 (1)浮落 (2)肩車 (3)浮腰 (4)送足払 (5)内股

(1)突出 (2)肩押 (3)両手取 (4)両肩押 (5)片手拳