

# IJF 形競技大会 評価基準規程（仮訳）

※講道館教本と照らし合わせ、一部意訳が含まれています。

国際柔道連盟形委員会

2022年1月

## 一般観点

形の各技の評価は、演技の原理と状況理合いと演技内容を考えなくてはならない。  
すなわち、評価(礼法を含む)は総合的であること。

主任審査員の合図で、取と受は試合場に沿って安全地帯を進む。そして、中央に向かって移動する(評価はされない)。

演技終了後、試合場正面で礼をし、取と受は審査員に背を向け試合場を出て、入場した場所から退場する(評価はされない)。

はじめの礼法は、8mもしくは10mの線から始める。はじめの礼法は下記が含まれる。

礼法：試合場に礼をし、左足、右足と動かし、審査員に礼をする。そして、左/右足をお互いに向けて出し、最初の技を行う。

終わりの礼法は、取と受が最後の技を終えたところからはじまり、6mの線の後ろに足を踏み出したところを含み、互いに礼、審査員に礼をし、(右足から)8mもしくは10mの安全地帯まで下がる。

各技、取が技を解いた時点がその技の終わりとし、その後生じた誤りは、次の技の間違いとみなす。

固の形は、取が距姿を取った時点を技の終わりとみなす。

各技、正しく施され、下記の基準で全体的に評価される。

- ・作り
- ・崩し/コントロール
- ・掛け
- ・技の効果
- ・気迫、迫真性
- ・流れ

投の形では、右組の技と左組の技を総合的に評価すること。(評価は1回のみ)

全体の流れの項目は各技に含まれている。

極の形、講道館護身術で用いる武器(短刀、大刀、杖、拳銃)は木製であること。金属部品は認められない。  
極の形の大刀はプラスチック製の鐔が必要である。

講道館護身術の杖の長さは約3フィートもしくは92cmとするが、もし商業規格の長さが100cmの場合それも認められる。直径は約20~25mmとする。

柔道精神に反する行動は、いつ行われたかによって、重大なミスとして罰則が与えられる。

—試合場に入場し、礼を行う8mもしくは10メートルの線に到達するまで(はじめの礼法)

—形演技中(その技)

—8mもしくは10mの礼を終えて、試合場から退場するまで(終わりの礼法)

ただしく行われなかった場合や間違えた場合は、下記リストに記載されている間違いの種類によって、減点される。

## 間違いの定義

### 技を忘れる/重大な間違い

この場合、その技の点数は 0 点となり、最終的な合計点も半減される。もし技を忘れる間違いが 2 つ以上ある場合や、大きな間違いをした場合、その技の点数も 0 点になるが、最終的な合計点が再度半減されることはない。

### 状況

- 取が受の攻撃に対して、適切な技を施さない
- 初めの位置取りが逆になる（はじめの礼法）
- 演技に関係ないものを落とす(すべての物体)
- 技の順番を間違える:各技、順序が変更された場合、技を忘れたとみなされる
- 受が動きを間違え、取が動かず、受が最初からやり直す
- 受は正しく動いたが、取が動かず、受が最初からやり直す
- 取/受が明らかに技を忘れる：例えば5秒間動かないなど
- 取/受が一步踏み出し、また戻り、ためらい、最初からやり直す
- 取と受、もしくはどちらかが話したり、指示をしたりする
- 受が動かず、取が受を掴み、技を施す
- 右もしくは左の、どちらか一方のみ技を施す(投の形)

### 大きな間違い

演技の原理が正しくない場合(5点ひかれ、大きな間違いは1回まで)

### 状況

- 取もしくは受が技を施しはじめ、完全に施し終える前に、技を変更する(ためらい)
- 取もしくは受は正しく完全に技を施すが、もう一方が技もしくは攻撃の原理を正しく行わない
- 攻撃中に怪我をして、相手に合図をする
- 原理正しく行われぬ、もしくは誤っている
- 一方に2度、もしくは位置取りが逆で技を施す(投の形)
- 各技、取と受のはじめの位置取りが逆
- 各技、帯がほどける、武器を落とす(極の形・護身術)

### 中程度の間違い

技が1つもしくはそれ以上の要素で正しく行われなかった場合(3点引かれ、中程度の間違いは1回まで)

### 状況

- 間違った方の足で、前に進む、もしくは下がる
- 攻撃中怪我はないが、相手と合図をする
- はじめの位置取り(位置についたとき、技をかけるとき)
- 取と受の間合い(適切な間合いであること)
- 礼法の要素の誤り
- 技の効果と迫真度
- 物や包帯を落とす
- 柔道衣、帯、ゼッケン、Tシャツ(女子):はじめと終わりの礼法中

### 小さな間違い

技が不完全に施された場合(1点引かれ、小さいな間違いは2回まで)

### 補正值

各技に、+0.5点もしくは-0.5点の評価を与えることができる。

## 投の形

評価の観点		間違いの種類
取が始めの位置取りを決める		中
<p>規定の間合い。受が右/左の基本的な組み方で組み、右/左足を踏み出す。取は組み、後退しながら、受を引き出し、前方に崩そうとする。（浮落、肩車、払腰、釣込腰、支釣込足、横掛）</p> <p>規定の間合い：受が右/左の基本的な組み方で組み、右/左足を踏み出す。取は組み、取と受は右/左自然体になり、取は受を後方に崩し、受は歩み足で前に踏み出す。（巴投）</p>		中
継ぎ足（浮落、肩車、払腰、釣込腰、支釣込足、横掛）		小／中
取と受が3歩の間合い（約1.8m）で中央に位置し、受が取の天倒に打ちかかる（背負投、浮腰、裏投、横車）		小／中 <small>（もし受の天倒に打ちかかる動作が横からであれば、中とする）</small>
取と受が規定の間合いで中央に位置する。受は右／左の基本的な組み方を する。取は組み、受を制しながら受を横に崩す。取と受が側方に移動する。 （送足払）。		小／中
取と受が、規定の間合いで中央に位置する。足を前方に踏み出して立ち、 受は右／左自然体に組む。受と取の基本的な組み方（内股）。		小／中 <small>（足を後退させて組んだ場合は、中）</small>
取と受が規定の間合いで、受の横、中央から約1mに位置する。 足を前方に踏み出して立ち、受は右/左自然体に組む。受と取の基本的な 組み方。（巴投）		小／中 <small>（足を後退させて組んだ場合は、中</small>
取と受が1歩の間合い、右／左自護体、組み方（隅返、浮技）		小／中
技を施す方向と受身（巴投及び隅返の場合、受は右／左足を踏み出して受 身をし、受身の後立ち上がる。横車と浮技の場合、受身の後立ち上がる。 裏投の場合は立ち上がらず、横掛の場合は、体と足を伸ばした状態で受身 をする。）		小／中
技	評価の観点	間違いの種類
浮落	受が組む。取は継ぎ足で後退するとき、両腕をあげない。3歩目のとき、取が下に引いて投げる。	小
	受は投げられたときに自ら飛んではいけない。	中
	取は前方を向いて投げ終える。	中
	取の膝の位置（僅かに内向き）	小

背負投	<p>受は2歩前進して攻撃する。(左-右/右-左)</p> <p>取は受を前方に崩し、右/左肩にかついで投げる。</p> <p>受の防御：両足を揃えて踵を上げる。(左/右掌は取の左/右腰)</p>	<p>中</p> <p>中</p> <p>中</p>
肩車	<p>取は2歩目に組み方を袖に変える。3歩目は大きく。</p> <p>受は自分の上半身を起こし防御する。</p> <p>取は受の下穿きを掴まず、(外側の足を移動させることで)、受を担ぎ上げる体勢に移る。</p>	<p>小/中</p> <p>中</p> <p>小</p>
浮腰	<p>受は2歩前進して攻撃する。(左-右/右-左)</p> <p>取は受の攻撃に合わせて踏み出し、受を斜め方向に投げる</p>	<p>中</p> <p>小/中</p>
払腰	<p>取は2歩目に組み方を襟から受の左/右腋を通して左/右肩甲骨に変える。</p> <p>取は、3歩目で作り/崩しの体勢をとる。</p> <p>受の防御：両足はほぼ揃えてかかとを上げる。</p> <p>取は脚を伸ばして払う。</p>	<p>中</p> <p>中</p> <p>中</p> <p>小/中</p>
釣込腰	<p>取は3歩目で、右/左足を受の右/左足の前に移動して、受を前方に引き出す。</p> <p>受の防御：両足を揃えて踵は上げずに上半身を反らす。</p> <p>取は左/右足を素早く引きながら回転し前方へ崩し、受の踵を上げ、腰を十分低くして受前股にあてる。</p>	<p>小</p> <p>中</p> <p>小/中</p>
送足払	<p>取は2歩目と3歩目のリズムと歩幅を変えなければならない。(素早く大きく)</p> <p>→取はリズムを変え、崩す。</p> <p>取は水平方向に払って、受の体を持ち上げることなく、受が動いている方向に投げる。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p>
支釣込足	<p>取は2歩目の後、斜め後方に下がる。</p> <p>取は受が3歩目を踏み出した時に回転しながら右/左足で投げる。(取は前方に踏み出してはならない。)</p>	<p>中</p> <p>中</p>
内股	<p>取は大きな弧を描くように受を回す(取の腕は水平に引く)。</p> <p>3回目の回転動作中に、取は受の左内股のあたりに脚を払い上げる。</p>	<p>中</p> <p>中</p>

<p>巴投</p>	<p>取は受を後方に崩そうとして、歩み足で前進する。</p> <p>受は3歩目で抵抗して押し返し、足を前に踏み出す(両脚を揃える)</p> <p>受が押し返したら、取は組み方を変え、受の足の内側に左/右足を前に踏み出し、重心を下げ、前方に持ち上げて受を崩す。</p> <p>取は右/左足を受の腹部に当て、同時に受は足を揃える(受の両踵を上げる)。取は受けを頭越しに投げる。</p>	<p>小</p> <p>小</p> <p>中</p> <p>小</p>
<p>裏投</p>	<p>取は2歩前進して攻撃する。(左-右/右-左)</p> <p>取は2歩目の途中で受けが打ちかかってくるのを避け、体勢を十分低くして、左-右/右-左足で踏み出す。(同時に両足で飛び跳ねてはならない)</p> <p>取の左/右腕を受の腰に回し、両掌を受の下腹部に当て受を引き込む。</p> <p>取は受を左/右肩越しに投げ、両肩が畳についた状態で終える。</p>	<p>中</p> <p>中</p> <p>中</p>
<p>隅返</p>	<p>取は自護体から後退する際に、右/左腕で受を浮かしながら崩す。</p> <p>受: バランスを保つため、右/左を防御の姿勢(自護体)で右/左足を平行に進める。</p> <p>取は(左/右足は受の両足の間) 受を投げる前に、受をさらに前方に崩す。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>中</p>
<p>横掛</p>	<p>取は3歩目(半歩)で、受を側方に投げようとして右/左前隅に傾斜させて崩す。</p> <p>取は右/左足をゆっくり後退させ、ただちにもう一方の足を自らの体を横様に捨てて、左/右足で受の足首を押し。</p>	<p>中</p> <p>中</p>
<p>横車</p>	<p>受は2歩前進して攻撃する。(左-右/右-左足)</p> <p>取は裏投を試みる。</p> <p>受は、前方に体を曲げて防御する。</p> <p>取は受の両脚の間に自らの右/左足を深くさし入れて、受を斜め方向に崩す。</p> <p>取は左/右体側を下に体を捨てて受を斜めに投げる。</p>	<p>中</p> <p>中</p> <p>中</p> <p>中</p> <p>中</p>

浮技	取は1歩目で、受を崩す（自護体）。	小/中
	受はバランスを保つために、後ろ足を前方に踏み出す（自護体）。	小/中
	取は受のバランスを斜め前方に崩し、体を横様に捨てて受を斜め方向に投げる。	中

## 固の形

評価の観点	間違いの種類
受が始めの位置取りを決める	中
動き：最初は受が一步前進する。；最後は取が2歩下がり、その後受が一步下がる。	中
間合い・位置： <b>抑込技</b> 袈裟固の前に、受は踞姿から畳の上に仰臥した姿勢になる。取は立ち上がり、受の横に移動する。受に対し遠間（2歩半の距離；約1.2m）で踞姿に構えたのち、近間（半歩の距離；約30cm）へ。施技の後、取は近間に退いて踞姿に構え、 <b>肩固</b> を行うために再び受に近づく。施技の後、近間に退き、踞姿に構え、遠間に退いて踞姿に構える。	小/中 (歩数が正しく、間合いが間違っている場合、取が各技のあと、近間に退かない場合、取もしくは受が移動中に膝を浮かせてしまった場合は「中」と判定する。)
<b>上四方固</b> の前に、取は立ち上がって受の頭の方に移動し、遠間（2歩半の距離；約1.2m）で踞姿に構えたのち、近間で踞姿。施技の後、取は近間で踞姿に構え、再び遠間に退いて踞姿に構える。	
<b>横四方固</b> の前に、取は立ち上がって再び受の横に移動し、遠間で踞姿に構え、近間へ。施技の後、取は踞姿、再び遠間に退いて踞姿に構える。	
<b>崩上四方固</b> の前に、取は立ち上がって再び受の頭の方に移動し、遠間で踞姿に構えたのち、近間で踞姿に構え、横に僅かに前に進んだのち、受の肩の方向へ踏み出して位置取る。施技の後、取は僅かに退いて受の頭の方に移動し、さらに僅かに退いて近間で踞姿に構え、第1セットの終わりとして再び遠間に退き、踞姿に構える。両者とも踞姿に構え、柔道衣を整える。	
<b>絞技</b> 片十字絞の前に、受は仰臥し、取は立ち上がって受の横に移動し、踞姿に構え、遠間から近間に移動し、踞姿に構える。取は受に跨り、絞技を施したあと、近間で踞姿に構えたのち、遠間に退いて踞姿に構える。受は起き上がり、取はその背後にまわり、遠間で構える。	
<b>裸絞</b> を行う前に、取は遠間から近間に移動して踞姿に構える。施技の後、	

<p>取は再び近間に退いて踞姿に構え、受に僅かに近づいて、<b>送襟絞</b>を行う。取は背後から行う絞技としては最後になる<b>片羽絞</b>のために受の背後に近づく前に、再び近間に退いて踞姿に構える。取は近間に退いて踞姿に構えたのち、遠間で踞姿に構える。</p> <p><b>逆十字絞</b>の前に、受は仰臥し、取は立ち上がって受の横に移動し、遠間で踞姿に構えたのち、近間で踞姿に構える。取は受に近づいて再び跨り、絞技を施す。その後取は近間に退いて踞姿に構え、第2セットの終わりとして、遠間に退いて踞姿に構える。その後取は立ち上がり、もとの位置に戻り踞姿に構える。両者とも柔道衣を整える。</p> <p><b>関節技</b>  <b>腕緘</b>の前に、受は仰臥し、取は立ち上がって受の横に移動し、遠間で踞姿ののち、近間に移動して踞姿に構え、施技を行う。取は再び受に近づいて<b>腕挫十字固</b>を行う前に、近間に退いて踞姿に構える。取はその後、近間で踞姿に構えたのち、受に再び近づいて<b>腕挫腕固</b>を行う。取は近間に退いて踞姿に構えたのち、遠間に退いて踞姿に構える。  <b>腕挫膝固</b>を行う前に、取と受は遠間で踞姿に構え、取は近間まで2歩前進して、踞姿に構える。両者とも右で組むためにやや前方に間合いを詰める。施技の後、取と受は踞姿に構え、立ち上がる。</p> <p><b>足緘</b>を行う前に、取と受は組み合う間合いで立ち、右自然体に組む。取は巴投を試みるが、受は防御のために足を踏み出し、取を引き上げようとする。取は脚を極める。最後に、取は2歩下がり遠間で踞姿に構え、受もまた1歩下がり踞姿に構える。両者とも柔道衣を整え、立ち上がり、形の演技を終えるため、1歩下がり礼をする。</p>	
取は技を行う前に、半歩近づく。	小
技を施す前に、踞姿を構えている取が受けの体に間違った位置取りをする	小／中
取が近間からわずかに(半歩)進むとき、もしくは近間に退くときに踞姿(位取)の構えを崩した場合	小／中

技	評価の観点	間違いの種類
抑込技	<p>各技の行い方：  <b>袈裟固</b>：右腕のとり方、左肩下の左脇下のコントロール等。</p> <p><b>肩固</b>：受の右耳の方向へ受の右肘を押す等。</p> <p><b>上四方固</b>：通常の受への接近方法、両膝をついてからの受への接近方法、両手等。</p> <p><b>横四方固</b>：受の腕の置き換え、受の腋下に膝を当てる、帯の取り方(左手から右手)、右膝での制御等。</p> <p><b>崩上四方固</b>：通常の接近方法。加えて右斜め前方に1歩踏み出す、腕の握り、受の右腕は取の右大腿の</p>	小／中



	上に置く等。	
	各技では、受は必ず3種類の逃げ方を試みねばならず、取はそれらの逃げ方に対応し且つ理にかなった方法を示す。	中
絞技	<p>各技の施技方法：</p> <p><b>片十字絞</b>：両膝は受の両腋の下近くに位置。</p> <p><b>裸絞</b>：両腕は同時に、等。</p> <p><b>送襟絞</b>：左手－右手－左手の順、等。</p> <p><b>片羽絞</b>：両手、左掌と左腕、取は受の右に回り、右足を背中と体側に動かしながら絞める。</p> <p><b>逆十字絞</b>：両膝は受の両腋の下近くに位置、両手、等。</p>	小／中
	<p>各技について、受は一種類の逃れ方を試み、取は絞めを継続する。</p> <p><b>片十字絞</b>：受は両手で取の両肘を押し逃れようとする。取は頭を前方に畳の方へ近づけながら、絞めを継続する。</p> <p><b>裸絞</b>：受は両腕で取の上腕部を引き下げて逃れようとする。取は後方に退いて受を制しながら絞めを継続する。</p> <p><b>送襟絞</b>：受は両腕で取の上腕部を引き下げて逃れようとする。取は後方に退いて右膝で受を制しながら、絞めを継続する。</p> <p><b>片羽絞</b>：受は右手で自分の左手首を握って引き下げて逃れようとする。取は右脚を横後方に退き、絞めを継続する。</p> <p><b>逆十字絞</b>：受は左手で押し、右手で引き下げて逃れようとする。取は絞めを継続しながら横転して体側をつけ、両足を交差する。</p>	中
関節技	<p>各技の施技方法：</p> <p><b>腕緘</b>：取は受の右腕を移動させる。受は左手で取の右襟を掴もうと攻撃する。</p> <p><b>腕挫十字固</b>：取が近接すると、受は右手で取の左襟を掴もうと攻撃する。取はその腕を胸部に固定し、受の右手首をまず右手でつかみ、左手をその下にす。右足を受の腋の下に入れ、受の頭上から左足を回す。取は受の腕を大腿で捕らえ、膝を閉めて仰向けになり、腰を挙げる。</p> <p><b>腕挫腕固</b>：取が近接すると（受の右腕を移動させた</p>	小／中

	<p>後)、受は左手で取の右襟を掴もうと攻撃する。取は、受の左手首を、自身の首の右側と右肩を使い固定し、腕固を施す。 右手、左手と肘に当て、右膝で受の体を制する。</p> <p><b>腕挫膝固</b>：取は左掌を受の右肘に当て、左脇に受の手首を挟み、右足を受の内股付け根のあたりを押しながらに当てながら右体側をつけて横たわり、左足を内側に向けながら受の右腋におき、足先で受を制する。取は左膝の内側で自分の左手を圧迫して肘を極める。</p> <p><b>足絨</b>：取は巴投を試みる。受は右足を踏み出して取の体を引き上げながら防御する。取は左脚を受の右膝の上から回して圧迫し、左脚で膝を極める。</p>	
関節技	<p>各技について、受は一種類の逃れ方を試み、取は肘または膝への極めを継続する。</p> <p><b>腕絨</b>：受は腰と左肩を上げて逃れようとする。取は関節を極め続ける。</p> <p><b>腕挫十字固</b>：受は腰を上げて左に回りながら腕を引いて逃れようとする。取は関節を極め続ける。</p> <p><b>腕挫腕固</b>：受は腕を下方に引いて逃れようとする。取は関節を極め続ける。</p> <p><b>腕挫膝固</b>：受は腕を前に押ししながら逃れようとする。取は関節を極め続ける。</p> <p><b>足絨</b>：受は体を左に捻りながら逃れようとする。取は膝関節を極め続ける。</p>	中

## 極の形

評価の観点	間違いの種類
取が始めの位置取りをし、受けを待つ(特に居取の姿勢に早く動き、座って待つ) 受けが正しい間合いをとる	中
正しい武器の置き方、納め方	中
攻撃の間合い	小/中

居取：両手取を除き、攻撃の最中は両足を爪立てる	中
取が肘を極める際の移動方法：右足・左足・右足／左足・右足・左足	中
武器の一般的な使い方(各技)。	中
各技における武器の使い方	小／中
各技における体の向き	中
肘を極める際に、取は真正面を向く。	小
気合い	小(不必要な場合)／ 中(忘れた場合)
「参った」の合図(2度打つ)	小

技	評価の観点	間違いの種類
武器の正しい置き方、納め方	<p>短刀を内側に、大刀を外側に、それぞれ刃を上にして切先を斜め下に向け、右側に持つ。</p> <p>形の始めと終わりの礼の時、受は武器が自分の右側にくるように畳の上に置く(まず大刀、次に短刀の順)。畳の合わせ目と平行に、刃を内側にする(短刀の柄と大刀の鐔が一直線になるように)。受はそれから武器を取り上げて(まず短刀、次に大刀の順)立ち上がり、振り返って約1.8m進み、正座したのち武器を体の前で垂直に立てたのち、畳の上にねかせて置く。短刀を手前にし、大刀及び短刀とも刃を内側にして、両方の柄を正面に向ける。</p> <p>形が終了したら、取は武器を取り上げ(まず短刀、次に大刀の順)、右側に持つ。</p>	小/中
居取 両手取	<p>間合い：はじめ約90cmの距離で、取と受けが前方に膝詰の距離に膝を滑らせる(握り拳2つ)。</p> <p>受：両足の爪先を立てずに、取の両手首を握る。(気合い)</p> <p>取：両足を爪立て、両膝を揃えて、受の水月を蹴り(気合い)、右膝を畳に下ろしたのち、左膝を上げ、受の左手首を握りながら、左に向き、受の左手を斜めに引き出しながら、右腋の下に抱え込む。引き出しながら腋固で、受の肘に圧力を加える。</p> <p>受は両膝をついたまま、取の脚を2度打ち、参りの合図をする。</p>	小／中
突掛	<p>間合い：膝詰。</p> <p>受：両足を爪立て、甲を下にした右拳で取の水月を突こうとする(気合い)。</p>	小／中

	<p>取：両足を素早く爪立て、左膝を畳につけ、右膝を立てて体を右方向に90度開き、左手で受の突きをかわして受を前方に崩し、甲を下にした右拳で受の鳥兔に当身を当てる（気合い）。</p> <p>取：受の右手首を握って右腰に引きつけ、その手首を太腿に固定する。受の首に手をまわし、左手で受の右襟を握る。斜め前方に2歩前進し、腹固と絞めを同時に施し、受の首をコントロールする。 受は両膝をついたまま、畳を2度打ち、参りの合図をする。</p>	
摺上	<p>間合い：膝詰</p> <p>受：両足を爪立て、掌を広げた右手で取の前額部を摺り上げようとする（気合い）。</p> <p>取：両足を素早く爪立て、右手で防御しながら、受の手首を掴み、左手は甲を下にして受の腋の下にあて、受の水月を蹴る（気合い）。取は受の腕をねじりながら体を横に90度回転させ、受を顔を畳の上につ伏せに引き落とす。取は受の腕（掌を下に向け）を前方に押し出し、膝立ちで2歩前進し（左／右）、左膝を受の肘の背面にのせ、手を引き上げて肘を極める。</p> <p>受：畳を2度打ち、参りの合図をする。</p>	小／中
横打	<p>間合い：膝詰</p> <p>受：両足を爪立てて、右拳で取の左霞を打とうとする（気合い）。</p> <p>取：両足を素早く爪立て、受の右腕の下をかいくぐって当身を避けながら右腕を上げ、右足を1歩前に踏み込んで、肩固のように受を制する。</p> <p>取：左手を受の腰に当てて後方に押し込み、左足を1歩踏み出しながら、受の背中を畳に押し付ける。受の右肘を顔に押し付け（右膝は畳につけ、左膝は立てる）、肘（掌は広げる）で受の水月を打つ（気合い）。</p> <p>受：技を終えた後、立ち上がる前に、遠間（約1.2m）で取に向かって正座し、取の右側を通過して移動し、取の1歩後方に正座する。</p>	小／中
後取	<p>受の間合い：はじめ受は取の1歩後ろに位置し、その後自取との距離が20センチになるように膝を前にすすめる。</p> <p>受：両足を爪立て、右足を踏み出しながら、取の両上腕に両腕をまわす（気合い）。</p> <p>取：受の制御を解くために、両腕を体側から外側に広げ、</p>	小／中

	<p>右手で受の左袖を握り、左手でさらに上部を握る。その際、爪先立ちになり、右脚を後方にずらして、受の両脚の間に入れ、巻込のようにして、左方向に横転する。</p> <p>取：受を制しながら、左拳で股間の急所に当てる。</p> <p>受：両膝立ちになり、取の後方1歩の距離に戻って正座する。それから立ち上がり、取の右側を通過して移動し、取と向かい合い遠間（約1.2メートル）で正座する。</p>	
突込	<p>受は短刀を手に取り（右手が上、左手が下）、刃を上にして懐中に納めたのち戻り、取の正面に座る。</p> <p>間合い：はじめは約90cmの間合いで、その後約45cmまで膝を滑らせて間合いを詰める。</p> <p>受：爪先立ちになって短刀を抜き、左足を踏み出して、取の腹部を突こうとする（気合い）。</p> <p>取：両足を素早く爪立て、左膝を畳につけ、右膝を立てて体を右方向に90度開き、左手で受の突きをかわして受を前方に崩し、甲を下にした右拳で受の鳥兔に当身を当てる（気合い）。受の右手首を握って右腰に引きつけ、その手首を太腿に固定する。受の首に手をまわし、左手で受の右襟を握る。斜め前方に2歩前進し、腹固と絞めを同時に施し、受の首をコントロールする。</p> <p>受は両膝をついたまま、畳を2度打ち、参りの合図をする。受は元の位置に戻って正座し、短刀を懐中に戻す。</p>	小／中
切込	<p>間合い：約45cm</p> <p>受：懐中から短刀を取り出し、小刀の代用として左腰の帯に移す。先立ちになり、右足を踏み出しながら小刀を抜いて、取の頭頂部に切り込もうとする（気合い）。</p> <p>取：両足を爪立て、両手で受の手首を掴み、攻撃を避ける。左膝は畳に付け軸にして、右膝は立てて、受を斜め前に崩す。受の腕を腋の下に捕らえて腋固を施す。</p> <p>受：両膝をついたまま、取の脚を2度打ち、参りの合図をする。</p> <p>受は取に向かって遠間約1.2mの間合いで正座する。</p> <p>受は帯から小刀を抜き取り、短刀として懐中に戻す。</p>	小／中
横突	<p>受は立ち上がって、取の右横に歩み寄り、隣に座る。間合いは横が約20cm。</p> <p>受：短刀を抜き、爪先立ちになり、方向を変えながら、左足を1歩踏み出し、刃を上向きにして、取の体側を突こう</p>	

	<p>とする（気合い）。</p> <p>取：両足を素早く爪立て、左膝を畳につけ、右膝を立てて体を右方向に180度開き、左手で受の突きをかわして受を前方に崩し、甲を下にした右拳で受の鳥兎に当身を当てる（気合い）。受の右手首を握って右腰に引きつけ、その手首を大腿に固定する。受の首に手をまわし、左手で受の右襟を握る。斜め前方に2歩前進し、腹固と絞めを同時に施し、受の首をコントロールする。</p> <p>受：両膝をついたまま、畳を2度打ち、参りの合図をする。双方隣同士に正座した位置に戻る。</p> <p>その後、受は短刀を懐中に戻し、立ち上がり、取に向かって遠間約1.2mの間合いで正座する。</p> <p>受は正座をし、短刀を畳の上の定位置に置く。</p>	
立合 両手取	<p>受の間合い：1歩（約40cm）</p> <p>受：右足を前に進めながら（半歩）、取の手首を掴む（気合い）。</p> <p>取：両腕を外に広げながら後方に引き、受を前方に崩し、受の股間の急所に当てた（気合い）あと、すぐに足をおろす。</p> <p>取：受の左腕を斜めに引き出し、立ち姿勢で腋固を施す。</p> <p>受は取の脚を2度打ち、参りの合図をする。</p> <p>取と受ははじめの位置に戻り、受は取と遠間約1.2mの間合いで向かい合う。</p>	小／中
袖取	<p>受は取の右側から（取は僅かに後ろに下がる）背後にまわり、取の左後方に立つ。まず左手、次に右手の順番で取の左袖を掴み、右足 - 左足 - 右足の順で強制的に取を前進させる。</p> <p>3歩目の時に、取は右側に踏み出し、受を右方向に崩す。取は左足で受の右膝を蹴り（気合い）、左に180度回転し、受の右袖（肘の内側）と左襟を握り、受を大外刈で投げる。</p>	小／中
突掛	<p>取と受は3歩の間合い（約1.8m）で立って向かい合う。</p> <p>受：左足を1歩踏み出して左構えになり、右足を踏み出しながら、甲を下にした右拳で、取の鳥兎を打とうとする（気合い）。</p>	小／中

	<p>取：左足を軸にして、90度右に回転し体さばきの形でこれを避け、受の右前腕を腰近くで上から掴み、前下方に引いて受を崩す。受が立ち直ったら、取は右足、左足の順で受の背後に移動し、右腕を受の喉に当て、後方に引く。</p> <p>裸絞のときのように受の左肩の上で両手を合わせ、左足から退いて絞める。</p> <p>受：取の右上腕を引き下げて防御し、右足で畳を2度打ち参りの合図をする。</p>	
突上	<p>取と受は約1歩の間合いで相対する。</p> <p>受：右足を踏み出しながら、取の顎を下から突き上げようとする（気合い）。</p> <p>取：これを避けるために体を後方に反りながら、両手で受の手首を掴み、斜め上方に引き上げたのち、前方斜め方向に引き出す。</p> <p>取：受の腕を腋の下に捕らえて、立ち姿勢で腋固を施す。</p> <p>受：体を曲げすぎない。取の脚を2度打ち、参りの合図をする。</p>	小／中
摺上	<p>取と受は立って約1歩の間合いで相対する。</p> <p>受：右足を踏み出しながら、掌を広げた右手で取の前額部を摺り上げようとする（気合い）。</p> <p>取：体を後方に反らしながら、左前腕を受の肘に当てて攻撃を避けると同時に、甲を下にした右拳で受の水月を打つ（気合い）。すぐに左浮腰で受を投げる。</p>	小／中
横打	<p>取と受は立って約1歩の間合いで相対する。</p> <p>受：右足を踏み出しながら、右拳で取の左霞を打とうとする（気合い）。</p> <p>取：左足を踏み出しながら、拳の下をかいくぐると同時に、右手で受の左襟を握る。同時に受をわずかに後方に押すために、右手を受の左手に当てる。取は受の左襟を右手で握り、右足、左足の順番で受の背後に回りこむ。左手を受の首にまわし、受の右襟を握る。取は前額部を受の後頭部に押し当て、左足を後方に下げながら、腰を落として、送襟絞を施す。</p> <p>受：取の左上腕を引き下げて防御し、右足で畳を2度打ち、</p>	小／中

	参りの合図をする。	
蹴上	<p>間合い： 1 歩</p> <p>受：左足を小さく1歩踏み出しながら、取の股間の急所を蹴り上げようとする（気合い）。</p> <p>取：右足で下がり、体捌きで右に90度体の向きを変えて後ろに下がりながら、左手で受の足首を捕らえ、右手で受の足を左に引き、腰を左に捻りながら、受の股間の急所を蹴り上げる（気合い）。</p> <p>取と受は遠間(約 1.2m)の間合いで相対する。</p>	小／中
後取	<p>受：取の右側を通過して、取の真後ろに約 90 cmの間合いで立つ。その間に取は後方に退く。</p> <p>取：左、右、左の順で前に3歩進む。受も取のあとに続くが、3歩目で歩みを変え、右足を踏み出しながら、取の上腕付近を抱える。</p> <p>取：素早く両肘を外側に開き、両手で受の右袖上部を握り、背負投で受を投げる。</p> <p>取：右膝を畳に付け、左膝を立て、受の鳥兎に手刀を当てる（気合い）。</p> <p>取は元の位置に戻る。受との間合いは遠間約 1.2m。</p>	小／中
突込	<p>受は短刀を手に取り（右手が上、左手が下）、刃を上にして懐中に納め、元の位置に戻る。</p> <p>間合い：約 90 cm</p> <p>受：短刀を抜き、左足を踏み出して、取の水月を突こうとする（気合い）。</p> <p>取：体捌きで素早く体を右方向に90度開き、左手で受の突きをかわして受を前方に崩し、甲を下にした右拳で受の鳥兎当身を当てる（気合い）。受の手首を握って右腰に引きつける。</p> <p>手首を大腿に固定しながら、受の首に手をまわし、左手で受の右襟を握る。受を斜め前方2歩前進し、腹固と絞めを同時に施し、受の首をコントロールする。</p> <p>受：体を曲げすぎない</p> <p>受：取の脚を2度打ち、参りの合図をしたあと、短刀を懐中に戻す。</p>	小／中
切込	受（90 cmの距離）：懐中から短刀を取り出し、小刀の代用	小／中



	<p>として左腰にさす。</p> <p>受：右足を踏み出しながら、気合とともに、取の頭部に切り込む(気合い)。</p> <p>取：両手で受の手首を掴み、これを避ける。受の腕を脇下に捕らえて、腋固を施しながら、斜め後方に下がる。</p> <p>受：体を曲げすぎない。</p> <p>受：取の足を2度打ち、参りの合図をしたのち、遠間約1.2mの間合いに戻る。</p> <p>小刀を帯に戻して差し、それから懐中に短刀として戻す。</p>	
<p>抜掛</p>	<p>受は短刀を畳に戻し、大刀を手取る(右手が上、左手が下)。刃を上にして左腰に差してから、元の位置に戻る。</p> <p>取と受は遠間で相対する。</p> <p>受：右足を踏み出して、大刀を抜こうとする。</p> <p>取：右足を受の右足の近くに踏み出し、右手で受の右手首を制して、大刀を抜かせないようにする。</p> <p>取：右足から素早く前進し、それから、左足を受の後方に進める。左手を受の首にまわし、左手で受の右襟を握る。斜め後方に下がりながら受を崩し、片羽絞を施す。</p> <p>受は右足で畳を2度打ち、参りの合図をする。</p>	<p>小／中</p>
<p>切下</p>	<p>間合い：開始位置の受に対し、取は約2.7mの間合い。</p> <p>受：右足を踏み出しながら、大刀をゆっくりと抜き、切先を取の両眼に向ける(正眼の構え)。</p> <p>受：継ぎ足で1歩踏み出す。</p> <p>取：右足から1歩後退する。</p> <p>受：左足を前方に踏み出し、大刀を頭上に持ち上げ、上段に構える。右足を踏み出しながら、取の頭頂部に切り下ろそうとする(気合い)。</p> <p>切り下す前に大刀は立てておく。</p> <p>取：左足で前進しながら体捌きで素早く体を右方向に90度体を開き、受の切りつけをかわし、受の右手首を右手で握って右腰にひきつけ、その手首を大腿に固定する。受の首に手をまわし、左手で受の右襟を握る。斜め前方に右足、左足、右足と前進し、左手で受の首をコントロールするために受の右襟を深く握り、腕挫腕固を施す。</p> <p>受：体を曲げすぎない。</p> <p>取の足を2度打ち、参りの合図をする。</p> <p>取は自然体、受は大刀を下向き、右側、刃は内側にしたま</p>	<p>小／中</p>

	<p>ま、攻撃開始位置に戻って、相対する。</p> <p>受は大刀を正眼に構えたあと、鞘に納める（自然体）。 受が大刀を畳の上に戻し、終わりの動作の準備をしている間に、取は元の位置に退く。</p>	
--	--	--

## 柔の形

評価の観点	間違いの種類
間合い： 突出：約 1.8m 肩押：取の左足と受の右足が至近距離で線上に並ぶ 両手取：約半歩 肩廻：約半歩 腮押：約 3 歩 切下：約 2 歩 両肩押：腕の長さの（受の両掌が取の両肩に触れる距離） 斜打：約 1 歩 片手取：取と受は横に並ぶ 片手拳：約 2.7m 帯取：約 1 歩 胸押：約半歩（やや狭め） 突上：約 1 歩 打下：約 2 歩 両眼突：約 1 歩（やや広め）	中
	)
参り（空いている方の手で 1 度打つ、または片足を下げる）	小／中（受が参りをしなかった場合）

技	評価の観点	間違いの種類
突出	受は継ぎ足で、腕は徐々に断続的に上げ(帯、喉)、3 歩目で取の鳥兎を突く。	小/中
	受:3歩目で鳥兎を突く。 取は受の右手首を拇指を下に、左手首は拇指を上にして握る。	小/中
	取と受の逃れ方(回転する際の両脚の閉じ方及び開き方、拇指を上にした握り方)	小/中

	制し方:受を後方へ崩す(受の右腕をのばす)。	小/中
肩押	受は、右手を挙げ、取の右肩甲骨を押す。	小/中
	取は前屈する。受は取が身をかがめたら前屈し、取の肩の後ろを右掌で押す。取は後方に下がり、受の右掌に右親指を当て、受の右四指を握る。	小/中
	受は、攻撃の前に左手の準備をする。	小/中
	受は、左足で前進し、左手の先で取の鳥兎を攻撃し、取は後退しながら、まず左手指、次に右手指を握り両手を伸ばしながら、反撃する。	小/中
	制し方:取は、受の両腕を伸ばして、受を後方へ崩す。	小/中
両手取	受:取の両手首をつかむ。	小/中
	取:受を前方へ崩し、技をかける(外巻込)。	小/中
	取が受を持ち上げる動作と受が体を持ち上げる動作。	小/中
肩廻	受:取の両肩を回す(右手を右肩の後ろに、左手を左肩前面に)。	小/中
	取:受を左手で前方に崩し、技をかける(一本背負投で制し、受を両肩に乗せる)。	小/中
	取が受を持ち上げる動作と受が体を持ち上げる動作。	小/中
腮押	取:3歩前へ進む(3歩目で右へ向く)。	小/中
	受は継ぎ足で、腕は徐々に断続的に上げ(帯、喉)、3歩目で取の鳥兎を突く。	小/中
	取の防御:取は左足、身体、顔を左に向け、取の右手の親指を受の右掌に付け受の右手を握り、右足で前方に進みながら180度回転する。	小/中
	受は、攻撃の前に手の準備をする。	小/中
	受は前進しながら取の鳥兎を左指先で突き、取は後退しながら反撃(受の手を握る)する。	小/中
	制し方:取は、受の両腕を曲げて制し、受を後方へ崩す。	小/中
切下	受:攻撃準備(右足で後ろに下がりながら右に回転すると同時に、右掌を前方に向ける)。	小/中
		小/中

	<p>受：右足を進めながら、手刀で攻撃する。</p> <p>取：右足、左足の順で後退し、受の右手首を握り、継ぎ足で2歩前に進んで、受を右後ろ隅に崩す。</p> <p>受：右手首をつかんでいる取の手を外すために、取の右肘を押し、取を180度大きく回転させる。</p> <p>取：左足を軸に回転し、受の左四指を左手(下から)の親指を受けの左掌に当て、つかむ。</p> <p>取：受を後方へ崩しながら、さらに受の背後に進む。</p> <p>制し方：取は、受の左腕を伸ばして、受を後方へ崩す。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p>
両肩押	<p>受：背後から取の両肩を押し下げて攻撃する(両掌で)。</p> <p>取の防御：体を沈め、左足を半歩退き、右足を半歩前方へ進め、回転して受の手首を握り、左足を半歩退き(受は半歩前進)、右足を半歩前方へ進める。</p> <p>取：回転したのち、ゆっくりと体を起こしながら前進し、受を引き出す。</p> <p>受は、左手で取の腰を押しして防御する。</p> <p>取と受は直立し、均衡が保たれる。</p> <p>取：左に向きをかえ、左上腕を受の胸にあて、受を後方へ崩す。</p> <p>制し方：取は、左上腕で受を押し、受の右腕を上方へ伸ばして、受を崩す。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p>
斜打	<p>受は手刀で取の鳥兔を斜めに打とうとする。</p> <p>取は攻撃を避け、受の手首を握り、左に回り、右手の五指で反撃する。(掌を下に向ける)</p> <p>受は取の手首を握り、受の左手を左手で押し、左足で前進する。</p> <p>受は、取の肘に手をあて、取を回転させる。</p> <p>取は回転し、裏投(上体を後ろへ反らす)で受を持ち上げる。受は足をそろえ、両腕を頭上に伸ばす。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p>
片手取	<p>受：取の右手首をつかむ。</p> <p>取：右足を斜め前方に踏み出しながら、腕を伸ばす(関節技)。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p>

	<p>受は右足を踏み出して防御し、取の右肘を右掌で押しまわし、取の左肩を引くために左手を離す。</p> <p>取は体を捻り、受を浮腰(から大腰)で持ち上げる。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p>
片手拳	<p>各々の右腕を上げた後、取と受は互いに接近する。</p> <p>取は衝突を避けるため横に右足を踏み出す。受の左肩と右肘を抑える。受は対応し、取は受の左肘を制する。受は再度対応する(取は直立し、受の対応を制御する。取と受の動作と対応はゆっくりと、そして接近して行う)。</p> <p>制し方：取は、受の右腕を伸ばして、受を後方へ崩す。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p>
帯取	<p>受：左足で踏み出し(左手を上にも腕を交差させる、掌は下に向ける)、取の帯をつかもうとする。</p> <p>取：右手で受の左手首をつかんで(手の甲を下に向け)左側に引き、ついで左手で受の左肘をつかんで上方へ押す。次に受の右肩を右手で引き、受の体を右に回す。</p> <p>受：回転し、取の右肘の横を引き出し、取の左肩を引き、取の肘を上へ押す。</p> <p>取：再度回転し、浮腰で受を腰付近へ近づけ、大腰の形にする。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p>
胸押	<p>受は、右掌で取の左胸を押す。取は左手を矢筈(V字)にして受の右手首を押し上げ、右手で受の左胸を押す。受は取の右手首をつかみ、握りを変えながら、取、受とも正面に向って回転する。</p> <p>取：受の右腕を制し、受の伸ばされた左腕(肘の部分)をつかみ、受を右後ろ隅へ崩す。</p> <p>制し方：取は右足、左足の順で踏み出し、腰を下げ、受をさらに崩す。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>中</p>
突上	<p>受：右足を退き、踏み出しながら取の顎を突上げようとする。</p> <p>取：受の攻撃を避けるために後ろに反り、右手で突上げてくる拳を捕らえ、左掌を受の右肘にあてる。左足を踏み出し、受を回す。</p> <p>受：左足を軸に360度回転する。</p> <p>取：左手で受の右肘を掴んで、受の右腕をまっすぐ上に引き上げ、受の肩あたりに腕をからめて腕緘の形で制し、受を右後ろ隅へ崩す。取は左足、右足の順に踏み出す。</p>	<p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p> <p>小/中</p>



## 講道館護身術

評価の観点	間違いの種類
武器の正しい置き方・とり方	中
各技における武器の使用法	中
技の方向	中
関節を極める間、取は前を向く。	中
気合い	小(不必要な場合)/ 中(欠如の場合)
2度打って参りの合図	小

技	評価の観点	間違いの種類
<p>始めの動作における武器の置き方および終わりの動作における武器の納め方</p>	<p>受は、短刀（刃が上）と杖を右手に持つ。2つとも先端は下向きにし、短刀を内側にする。拳銃は懐に入れる。</p> <p>受は右足から退き、正面に向かって約3m4畳半分（大きい方で）進み踵を揃えて立つ。膝立ちになり、正坐し、杖を先におき、次に短刀を一番手前に置く（刃を手前に、切っ先を左に）。そして拳銃を一番遠くに置く（銃口は左に向ける）。拳銃の右端と下にある短刀の先を揃える。</p> <p>終わりの動作では、受は右足から退き、正面へ向かって進み、武器を取りに行く。立った姿勢から、踵を揃えた正座の膝立ちになり、短刀と杖を取り、拳銃は懐に入れたままにする。</p>	小/中
両手取	<p>受と取は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：左足を踏み出しながら取の両手首を握り、右膝頭で取の股間を攻撃する（気合い）。</p> <p>取：左足で受の左後ろに進み、右手首に握られた手を振り切り、当身で受の震に手刀を当てる（気合い）。後ろに下がり、立姿勢のまま、受の手首に小手捻を施し、受の右腕を左腕で制しながら斜めに進み、前方を向く。</p> <p>受が参りの合図で自分の左脚を2度打つ際は、体を曲げすぎないこと。</p>	小/中
左襟取	<p>受と取は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：右足を踏み出し、右手で取の左襟を握り、取を後ろへ押し倒そうとする（気合いなし）。</p>	小/中

	<p>取：右手で自分の左襟を握って外側に開き、左足を後ろ左側に下げる。受の顔に開いた右手の甲で目つぶしをかける（気合い）。取は、小手捻で受の右手首を制しながら、左手で受を自分の右側になるように斜めに後ろに引き出し、親指と四指でVの形を作り、受の肘を下方に圧迫しながら畳の上に倒す。取は、左膝を受の背中につけて右腕を受の頭上に押しながら、手固で制す。</p> <p>受はうつ伏せになり、畳を2度打つ。</p>	
右襟取	<p>受と取は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：右手で取の右襟を握る（四指を内側に）。左足を退きながら取を強く引き出す（気合いなし）。</p> <p>取：右足を踏み出しながら、右拳で受の顎を突き上げる（気合い）。</p> <p>取：左手で受の右手首を小手返で制し、右手で握り、左足を退きながら、受を前方に投げるために体を左に開く。</p>	小／中
片腕取	<p>始めの位置：受は自然体で取の右後ろ隅に立つ。</p> <p>受：左足を前に出して、取の右肘を後ろから極める。</p> <p>受：取を押し、左ー右ー左と進み、取も一緒に進まされる。</p> <p>取：3歩目で半回転して受の方に向き、受の左膝を右足刀で横から蹴る（気合い）。</p> <p>取：右足を下ろし、左足を斜めに進め、立姿勢のまま前を見たまま腋固で極める。</p> <p>受が参りの合図で自分の左脚を2度打つ際は、体を曲げすぎないこと。</p>	小／中
後襟取	<p>始めの位置：受は後方から近づく。</p> <p>取が中央に達したとき、受は背後から取の後ろ襟をつかみ、左足を退き、取を引き倒そうとする（気合いなし）。</p> <p>取：左足で後ろに進みながら左に回転し、左手を上げて顔面を防ぎつつ、受の水月に右拳を当てる（気合い）。</p> <p>取：左肩と左頸部で受の手首をコントロールし、腕固で制し、受を取の右後方へ崩す。</p> <p>受が参りの合図で自分の左脚を2度打つ際は、体を曲げすぎないこと。</p>	小／中
後絞	<p>始めの位置：受が後方から近づく。</p> <p>取が中央に達したとき、受は立姿勢で裸絞を施そうとする</p>	小／中



	<p>(気合いなし)。</p> <p>取：顎を引き、両手で受の右前腕を引き下げ防御する。 体を左方に捻り、右肩で受の右腕を制し、左手の握り方を変え、右手で受の右肘を押し、取は受を畳に引き倒し、手固で極める。</p> <p>受はうつ伏せになり、畳を2度打つ。</p>	
抱取	<p>始めの位置：受が後方から近づく。</p> <p>取が中央に達したとき、受が右足を踏み出し、後ろから両腕で取の腰部を抱える(気合いなし)。受が取に触れた瞬間、取は右踵で受の右足甲を踏みつける(気合い)。 体を沈め、両肘を張って受の抱えを解く。</p> <p>取は左手で受の右手首を握り、取と向かい合うために左足で右方に回転し、受の右手首を左手に乗せ、手を広げた右前腕で受の右肘を極める。</p> <p>取は受の右肘を制しながら左足を進め、右に向き、右足で斜め前に進み、斜め前方に受を投げる。 受は立たない。 取は左自然体になる。</p>	小／中
斜打	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：右拳で取の左霞を攻撃する。(左足-右足、気合い)。</p> <p>取：右足を退き、受の腕を左手(小指が上)でかわし、右拳で受の下顎を突き上げる(気合い)。</p> <p>取：受の右上腕を内側に押しながら、受の右腕を掴むために左手を返し、右手で受の前頸部を手筈(V字)に当て、受を大外落で投げる。</p>	小／中
顎突	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：取の顎を右拳で突き上げる(右足を踏み出す、気合い)。</p> <p>取：左足をわずかに退き、右手で下から打撃をかわし、右手で受の手首をつかみ、その腕を(肘を上)に受の顔の方へ捻り上げ、右腕をねじり極める。</p> <p>取：左足を深く踏み込み、左手で受の右肘を前に押し、受を自身の左方へ斜め前方に投げる。</p> <p>受は立たない。</p>	小／中
顔面突	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p>	小／中

	<p>受：左構えになり、取の顔を左拳で突き、適切な位置に着く（気合い）。</p> <p>取：右前方に踏み込んで突きをかわし、右拳で受の脇腹を打つ（気合い）。</p> <p>取：右足-左足の継ぎ足で受の後ろに回り、左足、右足と退いて裸絞を施す。</p> <p>受：取の右前腕を両手で引き落とし防御をし、足で畳を2回たたき、参りをする。取は受の絞めを解き、体を左方に移し、受を後方へ倒れさせる。</p>	
前蹴	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：右臍頭、取の股間の急所を前蹴で攻撃する（気合い）。</p> <p>取：右足を退き、体を右に開いて攻撃を避ける。受の足首を左手でつかみ、右手で受の右臍頭部分を掴み、反時計回りに捻る。受はバランスを崩すので、継ぎ足で前方に押し、受右脚を両手で押し、持ち上げ、受を後ろに投げる。</p>	小／中
横蹴	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：左足を斜め前方に踏み出し、右足刀で取の脇腹に横蹴を試みる（気合い）。</p> <p>取：斜め前に左足-右足と踏み出し、五指を伸ばした右前腕で蹴りを避ける。取は受の後ろにまわり、両手を受の両肩に掛け、左膝をつきながら、取の右後ろ側に受を引き倒す。</p>	小／中
武器（武器の部）：受に武器を返す方法	<p>短刀：取は、刃を手前に向け、切先を右にして、両手で受に返す。</p> <p>杖：取は両手で受に返す。</p> <p>拳銃：取は、銃把を受に向け、銃口を右に向けて、両手で受に返す。</p>	小／中
突掛	<p>受は、膝つきの姿勢（右膝を立てる）で短刀を取る。刃を上にして懐に納める。</p> <p>取と受は互に中央に歩み寄り、半歩の間合いで止まる。</p> <p>受：右足を退きながら短刀を抜く（刃先を上に向けて）。その時、適切な位置に着く（気合いなし）。</p> <p>取：右足、左足と受の左側に深く踏み込み、右手で受の左肘を持ち、右手で左に押し込み、左掌で受に目つぶしをか</p>	小／中

	<p>ける(気合い)。</p> <p>取：受の左肘捻りあげるために受の左手首を左手でつかみ、右掌の向きを変え(掌が下)、受を畳に引き倒し、手固で極める。</p> <p>受はうつ伏せになり、短刀を持ったまま畳を2度たたく。</p>	
直突	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：左足を踏み出しながら短刀を抜く(刃先を上に向けて)。その時、適切な位置に着く。(取は止まる)。</p> <p>受：右足を踏み出し、取の腹部を短刀で突く(気合い)。</p> <p>取：左手を受の肘に当て、左足を左前方に踏み出し攻撃をかわし、受の顎を右拳で突き上げる(気合い)。両手で右手首をつかみ、受を斜め前方へ引き出し、腋固で極める。立姿勢で前方を向く。</p> <p>受が参りの合図で自分の左脚を2度打つ際は、姿勢を曲げすぎないこと。</p>	小／中
斜突	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：適切な位置に着き、左足を踏み出しながら逆手で上衣から短刀を抜き(刃先を上に向けて)、突こうとして振り上げる。</p> <p>受：右足を踏み込みながら、取の頸静脈を短刀で突こうとする。(気合い)</p> <p>取は右側に回転するために右足を退きながら突きをかわし、左手で受の右手首を小手返しにつかみ、直ちに右手を当て、右足を前方に踏み出しながら手首を極めて受を投げ左足を退く。</p> <p>取：受の右腕に手固を施し、膝で受の右脇を押さえて制する。受は、左手で畳を2度打つ。取は、左手で短刀を奪い取る。この時、刃先は握らない。</p>	小／中
振上	<p>受は、短刀を畳に置き、膝つきの姿勢(右膝を立てる)で杖を右手に持ち、杖の先を下に向ける。取と受は、中央に歩み寄り、半歩の間合いで止まる。</p> <p>受：適切な位置に着く。右足を一步退き、杖を頭の上に振り上げて攻撃しようとする(気合いなし)。</p> <p>取は左足を深く踏み出し、左前腕で受の右腕を制し、右掌底で受の下顎を突き上げ、受を後方へ崩す(気合い)。</p>	小／中

	取：大外刈で受を投げる。	
振下	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：適切な位置に着く。左足を踏み出し、両手で右上に杖を振りかぶる（取は止まる）。</p> <p>受：右足を踏み込み、取の左頭部を斜めに攻撃する（左横面）（気合い）。</p> <p>取：杖をかわすために右足から体捌きで斜めに退き、そして左足を踏み出し、左裏拳で受の顔面に当てる（気合い）。取は左手で再度受の鳥兎に手刀を当てながら右手で杖をつかみ、受を強く後方に倒すように押し、受から杖を奪い取る。</p>	小／中
双手突	<p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受：左構えで、杖の先で取の水月を突くように構え、適切な位置に着く。受は左足で踏み込んで攻撃する（気合い）。</p> <p>取：体捌きで左に回転しながら右足を前方に踏み出し、右手で杖を避ける（四指は上向き）。</p> <p>取：左手（掌は下向き）で杖の受に左手の前を握り、右足を受の足の前に踏み出しながら、右手は受の両手の間に入れて杖を握る（掌は下向き）。受の左肘を極めながら斜め前方へ右足を進める。左肘を圧迫し、杖を持ったまま受を投げる。左構えになり、杖を持つ左手の握り方を変え、杖先を受へ向ける。</p> <p>受は立ち上がらない。</p>	小／中
正面付	<p>受は畳に杖を置き、膝つきの姿勢（右膝を立てる）で拳銃を持ち、懐中に納める。</p> <p>取と受は、中央に歩み寄る。</p> <p>受は「手を上げろ」と命じる。</p> <p>取は両手をゆっくり上げる。受は銃口を取の腹部に突きつける（右足を半歩前へ踏み出す）。受が下を向き左手で取の右腰部を探ろうとしたら、取は銃口を避けるために腰部を右に捻り、親指を上にして左手で銃身をつかみ、同時に受の手首を右手でつかむ。拳銃の銃身を押し下げながら受の右腋の方へ銃口をそらせ、取は受の右手首を引き、拳銃を奪う（腰の動きのみで行う）。</p>	小／中
腰構	取と受は、中央に歩み寄る。	小／中

	<p>受は「手を上げろ」と命ずる。受は拳銃を体の脇に構え、銃口を受の腹部に向ける（左足を踏み出す）。取は両手をゆっくりと上げ、受が近づく。</p> <p>受が下を向き、左手で取の右腰部を探ろうとしたら（左足前）、取は腰部を左に捻り、右手で拳銃の銃身をつかみ、銃口をそらせ、左手で銃把をつかみ、右に拳銃を引きつける（腰の動きで行う）。外側に右手首を曲げ、拳銃を奪う。取は、受の顔面を銃床で打つ（気合い）。</p>	
背面付	<p>受が取の後ろから近づく。</p> <p>取が中央に達したとき、受が「手を上げろ」と命ずる。取は両手をゆっくり上げる。受は拳銃の銃口を取の背中中央に突きつける（右足を半歩前へ踏み出す）。</p> <p>取は受の手を左腰部に感じたら、右肘で拳銃の銃口をそらせるために、取は右肩を下げ左足を右に踏み込み、右足を素早く回転して受の方向へ向き、受の前腕の肘あたりを右腕で体に固定して銃口を上に向けさせ、左手で銃身を持って制し（親指は上）、すばやく前方を向きながら左方向へ回転し、拳銃の銃身を奪い取りながら受を畳に投げる。</p> <p>取と受は開始の位置に戻る。</p>	小／中