

競技心得

相撲をはじめる競技は審判員の指示にしたがって

わんぱく相撲の禁じ手・禁じ技

ア) 競技の心得

ずもうは心と体を鍛えることを目的に行うものです。お互いの攻めと防ぎによって、正々堂々と競技することです。たとえ練習でも真剣に行い、少しでも油断があってはなりません。勝つために競技するのですが、だからといって、やたらと勝ち負けばかりにとらわれると、競技の方法や態度が悪くなって、良くないだけでなく、危険なことにもなるのです。このことを頭の中に入れて、いつも元気よく、自分より大きいからとか、強そうだからとかいってびくびくせず、自分より小さいからといって馬鹿にせず、しっかりした態度でずもうをとることを忘れないようにしなければなりません。

イ) 競技前の心得

- (1) 周りをしておくこと。
- (2) 食事は少なくとも1時間前にしておくこと。
- (3) つめは短く切っておくこと。
- (4) 準備運動を十分しておくこと。

ウ) 競技中の心得

- (1) 元気よく正々堂々と競技すること。
- (2) 口はしっかりとどいて競技すること。
- (3) 禁じ手を使わないこと。

エ) 競技後の心得

- (1) 礼をして終ること。
- (2) 体の調子を整えるため、すぐ休まないで、体調運動をすることを忘れないこと。

オ) その他

- (1) 競技は必ず主審のさしずに従うこと。
- (2) 呼び出しに応じて二字口で立礼をして(徳を尊重するように土俵に入ること)競技を行う。

試合

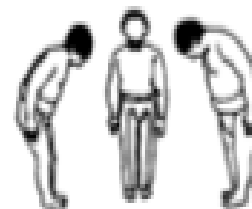
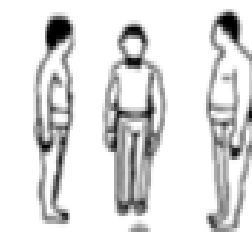
- (1) 呼び出しに応じて二字口で必ず立礼して競技を行い、勝負が終わったら両方とも二字口で礼をし、勝った者だけがそろそろして主審より勝名のりを受けること。
- (2) 勝名のりはそろそろの姿勢(⑤奉阿)のままだ立礼して受けること。
- (3) 土俵だまりで足を投げだしたり、土俵で足をこすらないこと

仕切り

両足を左右に開いて腰を落とし、両手をつくが、ふつう両手の間隔は肩幅ぐらい。もっとも大事なことは、この姿勢から相手の目をしっかりと見ること。それに土俵上では自分勝手にやらないで、おたがいに相手の動作に合わせることも必要。

土俵

昔の土俵には四本柱があってその上に神明造りの屋根があったが、昭和27年秋場所から観客のじままになるというので廃止。屋根はつり天井になり、柱に巻いてあった青、赤、白、黒の柱巻が幕に変わった。土俵の大きさも、3.04メートル(10尺)だったが、昭和8年4月の歴賢相撲を機に4.55メートル(15尺)に広がり現在にいたっている。



わんぱく相撲の禁じ手・禁じ技

競技者が禁じ手(①)～(⑦))を使った場合、審判はすぐ競技を中止せ、審判員の協歴の上、負けとする。禁じ技(⑧)～(⑮))を使った場合、審判は直ちに競技を中止させ、審判員の協歴の上、取り直しする。取り直し後、再度禁じ技を使った場合、審判員の協歴により反則負けとする。ただし、(④)、(⑮))については競技中に手を触れ、足り、競技を中止させる必要はない。



(1) 握り手



(2) こぶしで打



(3) 髪のをつかむ



(4) のむ



(5) 股ふくちをつかむ



(6) 向こうげり



(7) 推 搦



(8) かむ



(9) ぐはねり



(10) 両ぞり



(11) 首抱え込み



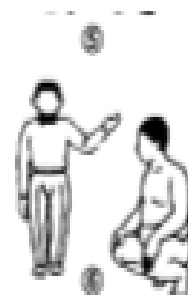
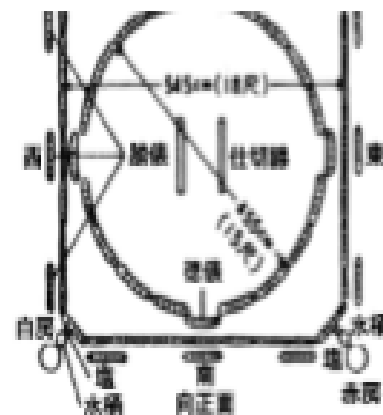
(12)

(3) 勝負が終わったならば両方とも半口で礼をし、勝ったものだけがそんきょして主審より勝ち名のりを受けること(彼を暗さないようにして土俵の外に出る)。

(4) 勝ち名のりはそんきょの主審目礼し受けること。

(5) 土俵だまりで足を投げ出したり、土俵で足をこすらないこと。

(6) 競技に審判員より物言がついたときは、土俵の下におり、主審の指示により行動すること。



⑤ かんぬき

⑥ うしろのたてみつをつかむ

⑦ 組んでいるとき、自分の摺を絡み合わず



(13) かんぬき



(14) うしろのたてみつをつかむ



(15) 組んでいるとき、自分の摺を絡み合わず

の胸の
下に)



止さ
な
と
より
えば



どをつか



わずかけ



顔を相手

真中より
入道在
延
