

ТЕРМИНОЛОГИЯ ДЖИУ-ДЖИТСУ

ФОРМАНТЫ ОБОЗНАЧАЮЩИЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ БРОСКОВ

ЯПОНСКИЙ ВАРИАНТ	ПЕРЕВОД	ВТОРОЕ ЗНАЧЕНИЕ
НАГЕ/НАГЭРУ	БРОСАТЬ	
ОТОСИ/ОТОСУ	ОТПУСКАТЬ	
КУРУМА	КОЛЕСО	
МАКИКОМИ/МАКИКОМУ	ЗАВОРАЧИВАТЬ	НАМАТЫВАТЬ
КАРИ/ГАРИ/КАРУ	СРЕЗАТЬ	
ХАРАЙ/ХАРАУ /БАРАЙ	СМЕТАТЬ	МЕТЛА
КАКЭ/КАКЭРУ	ЦЕПЛЯТЬ (КРЮЧКОМ)	
ВАКАРЭ/ВАКАРЭРУ	РАЗДЕЛИТЬСЯ	В РАЗНЫЕ СТОРОНЫ
КАЭСИ/ГАЭСИ/КАЭСУ	ПЕРЕВЁРТЫВАТЬ	ВЫВОРАЧИВАТЬ
ХАСАМИ/ХАСАМУ/БАСАМИ	РЕЗАТЬ (НОЖНИЦАМИ)	
АГЭ/АГЭРУ	ПОДНИМАТЬ	
СУКАСИ/СУКАСУ/СУКАШИ	ПРОПУСКАТЬ	

ФОРМАНТЫ ЧАСТЕЙ ТЕЛА

ТАЙ	ТУЛОВИЩЕ	
ТЭ	РУКА	
АСИ	НОГА	
ГОСИ/ГОШИ	БЁДРА, ПОЯСНИЦА	
СЭ	СПИНА	
КАТА	ПЛЕЧО	
МАТА	БЕДРО	
ХИДЗА	КОЛЕНО	
ХИЗИ	ЛОКОТЬ	
КИБИСУ	ПЯТКА	
СУМИ	ВНУТРЕННИЙ УГОЛ	

ФОРМАНТЫ ЧАСТЕЙ ОДЕЖДЫ

СОДЭ	РУКАВ	
ОБИ	ПОЯС	

ФОРМАНТЫ НАПРАВЛЕНИЯ

МА/МАЭ/МАЕ	ВПЕРЁД	
УСИРО/УШИРО	НАЗАД	
ЁКО	ВБОК	
УРА	СПЕРЕДИ НАЗАД	ЗА СПИНУ
СУМИ	ВО ВНУТР. УГОЛ	
СОТО	СНАРУЖИ	
УТИ/УЧИ	ИЗНУТРИ	
ХИКИ/ХИКУ	НА СЕБЯ	

ФОРМАНТЫ

О	БОЛЬШОЙ	
КО	МАЛЫЙ	БЛИЖНЕЙ НОГОЙ
МОРО	ДВОЙНОЙ	
ИППОН	ОДНА	
ДЭ	ШАГ ВПЕРЕД	
ВАДЗА	ТЕХНИКА	
ТАТИ	СТОЯ	
СУТЭМИ	С ПАДЕНИЕМ	ПАДАЯ
ГАЭСИ	КОНТРАТАКА	
КИХОН	БАЗОВАЯ ТЕХНИКА	
ОЁ	ПРАКТИКА	ТЕХН. ВЫП. НА ПРАКТ.

ФОРМАНТЫ ХАРАКТЕРИСТИК АТАКУЮЩЕГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

ЦУРИ/ЦУРУ	ПОДСЕКАТЬ	
КОМИ/ КОМУ	ВЫБИВАНИЕ	(ВНУТРЬ)
ЦУРИ КОМИ	ВЫБИВАНИЕ	(ВЫВЕДЯ НА НОСКИ)
ХИКИ КОМИ	ВЫБИВАНИЕ	(ВЫВЕДЯ НА СЕБЯ)
ХАНЭ/ХАНЭРУ	ОТБРАСЫВАТЬ	МАХ НОГОЙ
ОИ/ОУ	ВЗВАЛИВАТЬ	НА СЕБЯ
ДАКИ/ДАКУ	ОБХВАТЫВАТЬ	ДЕРЖАТЬ НА РУКАХ
УКИ/УКУ	«НЕ ТОНУТЬ»	СКОЛЬЗИТЬ ПО ВОДЕ
СОСАЭ/СОСАЭРУ	ПОДПИРАТЬ	
ОКУРИ/ОКУРУ	СОПРОВОЖДАТЬ	
СУКУИ/СУКУУ	ЗАЧЕРПЫВАТЬ	
ОКУРИ/ОКУРУ	СОПРОВОЖДАТЬ	
УЦУРИ/УЦУРУ	ПЕРЕБИРАТЬСЯ	ПЕРЕКИДЫВАТЬ
О	БОЛЬШОЙ	АМПЛИТУДНЫЙ
ЦУБАМЭ	ЛАСТОЧКА	СИМВОЛ СКОРОСТИ
ТАВАРА	СОЛОМЕННЫЙ МЕШОК	
ТАНИ	ДОЛИНА	
КАНИ	КРАБ	
КАВАДЗУ	«БРОД ЧЕРЕЗ РЕКУ»	
ЯМА АРАСИ	«БУРЯ В ГОРАХ»	

БРОСКОВАЯ ТЕХНИКА

ПОДСЕЧКИ

СОСАЭ ЦУРИ КОМИ АСИ	ПЕРЕДНЯЯ ПОДСЕЧКА
ДЕ АСИ БАРАЙ	БОКОВАЯ ПОДСЕЧКА
ОКУРИ АСИ БАРАЙ	БОКОВАЯ ПОДСЕЧКА В ТЕМП ШАГОМ
КО УТИ БАРАЙ	ПОДСЕЧКА ИЗНУТРИ ПОКРУГУ
КО СОТО ГАРИ	ПОДСЕКА ПОД ПЯТКУ СНАРУЖИ
КО УТИ ГАРИ	ПОДСЕЧКА ПОД ПЯТКУ ИЗНУТРИ
ХИДЗА ГУРУМА	ПОДСЕЧКА В КОЛЕНО

ЗАЦЕПЫ

О УТИ ГАРИ	РАЗНОИМЁННЫЙ ЗАЦЕП ГОЛЕНЬЮ ИЗНУТРИ
КО СОТО ГАКЭ	ЗАЦЕП ПОД ПЯТКУ СНАРУЖИ
КО УТИ ГАКЭ	ЗАЦЕП ПОД ПЯТКУ ИЗНУТРИ, С ПАДЕНИЕМ
О СОТО ОТОСИ	ОДНОИМ ЗАЦЕП ГОЛЕНЬЮ СНАРУЖИ, НАВИСАНИЕМ
ЁКО ГАКЭ	БОКОВОЙ ЗАЦЕП ПОД ПЯТКУ СНАРУЖИ С ПАДЕНИЕМ
О СОТО ГАРИ	ОДНОИМЁННЫЙ ЗАЦЕП ГОЛЕНЬЮ СНАРУЖИ
КО УТИ МАКИ КОМИ	ОДНОИМЁННЫЙ ЗАЦЕП ГОЛЕНЬЮ ИЗНУТРИ
КИБИСУ ГАЭСИ	ЗАЦЕП ПОД ПЯТКУ РУКОЙ
КО СОТО ГАМА	ЗАЦЕП ПОД ПЯТКУ СНАРУЖИ
ХИДЗА КАЗУСИ	ВАВЕДЕНИЕ ИЗ РАВНОВЕСИЯ ЗАХВАТОМ ПОД ПЯТКУ

ПОДНОЖКИ

УКИ ОТОСИ	ВЫВЕДЕНИЕ ИЗ РАВНОВЕСИЯ РЫВКОМ
СУМИ ОТОСИ	ВЫВЕДЕНИЕ ИЗ РАВНОВЕСИЯ СКРУЧИВАНИЕМ
ТАИ ОТСИ	ПЕРЕДНЯЯ ПОДНОЖКА
ТАНИ ОТОСИ	ЗАДНЯЯ ПОДНОЖКА НА ПЯТКЕ САДЯСЬ
УКИ ВАДЗА	ПЕРЕДНЯЯ ПОДНОЖКА НА ПЯТКЕ САДЯСЬ
ЁКО ВАКАРЭ	БРОСОК В СТОРОНУ, ПАДАЯ ПЕРЕД СОПЕРНИКОМ
ЁКО ОТОСИ	БОКОВАЯ ПОДНОЖКА НА ПЯТКЕ САДЯСЬ

ПОДХВАТЫ

УТИ МАТА	ПОДХВАТ ПОД ОДНУ НОГУ
ХАНЭ ГОСИ	ПОДБИВ БЕДРОМ ВПЕРЕД
О СОТО ГУРУМА	ОТХВАТ
ХАНЭ МАКИ КОМИ	ПОДХВАТ ПОД ОДНУ НОГУ ЗАХВ. РУКИ ПОДМЫШКОЙ
ХАРАИ ГОСИ	ПОДХВАТ ПОД ДВЕ НОГИ
О ГУРУМА	ПЕРЕВОРОТ ЧЕРЕЗ НОГУ
КОСИ ГУРУМА	ПОДХВАТ БЕДРОМ
АСИ ГУРУМА	БОКОВОЙ ПОДХВАТ

ПОДСАДЫ

ИППОН СЕОИ НАГЭ	БРОСОК ЧЕРЕЗ ПЛЕЧО ЗАХВАТОМ РУКИ НА ПЛЕЧО
МОРОТЕ СЕОИ НАГЭ	БРОСОК ЧЕРЕЗ ПЛЕЧО, ДВУСТОРОННИЙ ЗАХВАТ
СЕОИ ОТОСИ	ПЛЕЧИ С КОЛЕН
ГЬЯКУ СЕОИ	ОБРАТНЫЕ ПЛЕЧИ
ДЗЮДЗИ ГАТАМЕ НАГЭ	ЧЕРЕЗ СПИНУ ПЕРЕКРЁСТНЫМ ЗАХВАТОМ РУК
СОТО МАКИ КОМИ	«СБИВАНИЕ МАССОЙ»
ТОМОЭ НАГЭ	БРОСОК СТОПОЙ
СУМИ ГАЭСИ	ПОДСАД ГОЛЕНЬЮ
УДЕ ГАЭСИ	ПОДСАД ЧЕРЕЗ ПРЯМУЮ РУКУ СОПЕРНИКА
ХИКИКОМИ ГАЭСИ	ПОДСАД ГОЛЕНЬЮ ЗАМКОН НА ЛОКТЕВОЙ СУСТАВ
ТАВАРА ГАЭСИ	ПОДСАД ГОЛЕНЬЮ ОБРАТНЫМ ЗАХВАТОМ ШЕИ
КУБИ НАГЭ	БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО ЗАХВАТОМ ШЕИ
КАТА ГУРУМА	«МЕЛЬНИЦА»
О ГОСИ	БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО ПОДСАДОМ
УКИ ГОСИ	БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО СКРУЧИВАНИЕМ
УШИРО ГОСИ	ОБРАТНЫЙ БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО
УЦУРИ ГОСИ	БРОСОК, ВСКИДЫВАЯ НА БЕДРО
ЦУРИ КОМИ ГОСИ	БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО С ПОДЪЁМОМ
СОДЕ ЦУРИ КОМИ ГОСИ	БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО ЗАХВАТОМ РУКАВОВ
ЁКО ГУРУМА	ПЕРЕВОРОТ ВБОК
УРА НАГЭ	БРОСОК ЧЕРЕЗ ГРУДЬ
ДАКИ ВАКАРЕ	БРОСОК ЧЕРЕЗ ГРУДЬ ЗАХВАТОМ ТУЛОВИЩА
ТЭ ГУРУМА	ПЕРЕВОРОТ РУКАМИ
СУРИ НАГЭ	БОКОВОЙ ПЕРЕВОРОТ
СУКУИ НАГЭ	БРОСОК «ЗАЧЕРПЫВАНИЕМ»
КАНИ БАСАМИ	«НОЖНИЦЫ»
МОРОТЕ ГАРИ	БРОСОК ЗАХВАТОМ ДВУХ НОГ
КУТИКИ ТАОСИ	ВЫХВАТ ОДНОЙ НОГИ ПО ПЯТКУ
ОБИ ОТОСИ	ПЕРЕВОРОТ ВПЕРЕД ЗАХВАТОМ ПОЯСА

БРОСКИ С БОЛЕВЫМ ВОЗДЕЙСТВИЕМ

КОТЭ ГАЭСИ	БРОСОК СКРУЧИВАНИЕМ ЗАПЯСТЬЯ
УДЭ ГАТАМЭ НАГЭ	БРОСОК ЧЕРЕЗ ПРЯМУЮ РУКУ
УДЭ ГАТАМЭ ГОСИ НАТЭ	ТО ЖЕ ЧЕРЕЗ БЕДРО
УДЭ ГАРАМИ НАГЭ	БРОСОК ЧЕРЕЗ СОГНУТУЮ РУКУ
УДЭ КИМИ НАГЭ	БРОСОК УДАРОМ В ЛОКОТЬ
КАЙТЕН НАГЕ	БРОСОК СО СЛОМОМ ОСИ
ШИХО НАГЕ	«БРОСОК НА ЧЕТЫРЕ СТОРОНЫ»
ЮБИ НАГЕ	БРОСОК ВОЗДЕЙСТВИЕМ НА ПАЛЬЦЫ
ЮБИ ОТОСИ	СВАЛИВАНИЕ ВОЗДЕЙСТВИЕМ НА ПАЛЬЦЫ
ЮБИ ГАРАМИ	УЗЕЛ РУК С ВОЗДЕЙСТВИЕМ НА ПАЛЬЦЫ
КАТА ГАТАМЕ НАГЕ	БРОСОК ЧЕРЕЗ ПЛЕЧО ОБР. ЗАХВАТОМ РУКИ
ИРИМИ НАГЕ	БРОСОК ВСТРЕЧНЫМ ХОДОМ
ТЕНЧИ НАГЭ	БРОСОК «НЕБО – ЗЕМЛЯ»
КОКЮ НАГЕ	БРОСОК «НА ОДНОМ ДЫХАНИИ»
ГЬЯКУ УДЕ ХИСИГИ НАГЕ	ТОЛЧКОМ В ЛОКОТЬ Ч/З СКРЕЩЕННЫЕ РУКИ
ДЗЮДЗИ ГАРАМИ НАГЭ	БРОСОК СКРЕЩИВАНИЕМ РУК СОПЕРНИКА

ТЕХНИКИ КОНТРОЛЯ

УДЕРЖАНИЯ

ХОН КЕСА ГАТАМЕ	СБОКУ ЗАХВАТОМ ШЕИ
КУДЗУРУ КЕСА ГАТАМЕ	СБОКУ ЗАХВАТОМ ШЕИ, ОБВИВАЯ РУКУ
УШИРО КЕСА ГАТАМЕ	ОБРАТНОЕ «КЕСА»
КАТА ГАТАМЕ	УДЕРЖАНИЕ ЗА ПЛЕЧИ
КАМИ СИХО ГАТАМЕ	УДЕРЖАНИЕ СО СТОРОНЫ ГОЛОВЫ
КАДЗУРУ КАМИ СИХО ГАТАМЕ	СО СТОРОНЫ ГОЛОВА, ОБВИВАЯ РУКУ
ЁКО СИХО ГАТАМЕ	СБОКУ ЗАХВАТОМ ПОЯСА И ШЕИ
ТАТЭ СИХО ГАТАМЕ	ВЕРХОМ НА СОПЕРНИКЕ
УСИРО КЕСА ГАТАМЕ	ОБРАТНОЕ КЕСА ГАТАМЕ
САНКАКУ ГАТАМЕ	ВЕРХОМ, СКОВЫВАЯ ПЛЕЧИ КОЛЕНЯМИ
ТАТЕ САНКАКУ ГАТАМЕ	ПРОДОЛЖЕНИЕ «ТАТЭ СИХО»
МУНЕ ГАТАМЕ	УДЕРЖАНИЕ ПОПЕРЕЁК

БОЛЕВЫЕ ПРИЁМЫ

УДЭ ОСАЕ/ИККЁ	«ПЕРВЫЙ КОНТРОЛЬ»
КОТЕ МАВАСИ/НИККЁ	«ВТОРОЙ КОНТРОЛЬ»
КОТЕ ХИНЕРИ/САНКБЁ	«ТРЕТИЙ КОНТРОЛЬ»
ТЕКУБИ ОСАЕ/ЙОНКБЁ	«ЧЕТВЁРТЫЙ КОНТРОЛЬ»
ГОККЁ	«ПЯТЫЙ КОНТРОЛЬ»
УДЭ ХИСИГИ ХИДЗА ГАТАМЕ	ЗАМОК КОЛЕНОМ
УДЭ ХИСИГИ УДЭ ГАТАМЕ	ОБРАТНЫЙ ЗАМОК РУКИ
УДЭ ХИСИГИ ВАКИ ГАТАМЕ	ЗАМОК РУКИ ПОДМЫШКОЙ
УДЭ ХИСИГИ ХАРА ГАТАМЕ	ЗАМОК ЖИВОТОМ, ЗАХВАТОМ ОТВОРОТА
УДЭ ХИСИГИ ТЭ ГАТАМЕ	ЗАМОК РУКОЙ
УДЭ ХИСИГИ АСИ ГАТАМЕ	ЗАМОК НОГОЙ
УДЭ ГАРАМИ	УЗЕЛ РУКИ
МУНЕ ГАРАМИ	УЗЕЛ РУКИ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «МУНЕ»
АСИ ГАРАМИ	ВЫКРУЧИВАНИЕ НОГОЙ КОЛЕНА
КЕСА ГАРАМИ	УЗЕЛ РУКИ НОГОЙ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «КЕСА»
ГАНУККИ ГАТАМЕ	ДВОЙНОЕ ПЕРЕГИБАНИЕ РУК
УДЭ ХИДЗА ГАТАМЕ	ПЕРЕГИБАНИЕ РУКИ ЧЕРЕЗ БЕДРО
КУДЗУРУ КАМИ СИХО ГАРАМИ	УЗЕЛ РУКИ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «КАМИ СИХО»
УДЕ ГАРАМИ ХЕНКА ВАДЗА	ЗАГИБ РУКИ ЗА СПИНУ
МУНЕ ГЪЯКУ ГАТАМЕ	БОЛЕВОЙ НА РУКУ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «МУНЕ»
ХИЗИ МАКИ КОМИ ГАТАМЕ	ПЕРЕГИБАНИЕ РУКИ ЛОКТЁМ
КУДЗУРУ ХИДЗИ МАКИКОМИ	ТО ЖЕ С ПЕРВОДОМ В ПАРТЕР
УДЭ ДЗИМЕ	УЩЕМЛЕНИЕ ПРЕДПЛЕЧЬЯ
АСИ ХИСИГИ ДЗЮДЗИ ГАТАМЕ	РАЧАГ КОЛЕНА
АСИ ДЗЮДЗИ ГАРАМИ	УЩЕМЛЕНИЕ ИКРОНОЖНОЙ МЫШЦЫ
КЕСА УДЕ ГАТАМЕ	ПЕРЕГИБАНИЕ РУКИ НОГОЙ ПОЛОЖ. «КЕСА»
СОКУ МАВАСИ	ВЫКРУЧИВАНИЕ СТОПЫ ЗАХВ. НА «АХИЛ»
АСИ КУБИ ДЗИМЕ	«АХИЛЛЕС»
РЁТЭ АСИ КОСИ ГАРАМИ	«РАСТЯЖКА»

УДУШАЮЩИЕ

ХАДАКА ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ПРЕДПЛЕЧЬЕМ СЗАДИ
УШИРО ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ПРЕДПЛЕЧЬЯМИ СЗАДИ
ОКУРИ ЭРИ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ОТВОРОТАМИ
КАТАХА ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ОТВОРОТОМ С ПОДЪЕМОМ РУКИ
КАТА ТЭ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ПРЕДПЛЕЧЬЕМ СВЕРХУ
ЦУККОМИ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ПОСРЕДСТВОМ ТОЛЧКА
РЁТЭ ДЗИМЕ	ПРЯМОЕ УДУШЕНИЕ КИСТЯМИ РУК
КАТА ДЗЮДЗИ ДЗИМЕ	ПЕРЕКРЁСТНОЕ УДУШЕНИЕ КИСТЯМИ РУК
ГЬЯКУ ДЗЮДЗИ ДЗИМЕ	АНАЛОГ ПРЕДИДУЩЕГО
НАМИ ДЗЮДЗИ ДЗИМЕ	АНАЛОГ ПРЕДИДУЩЕГО
ГЬЯКУ ОКУРИ ЭРИ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ОБРАТНЫМ ЗАХВАТОМ ЗА ОТВОРОТЫ
ГАЭСИ ДЗИМЕ	ОБРАТНЫМ ЗАХВАТОМ ШЕИ
СОДЭ ГУРУМА ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ВРАЩЕНИЕМ РУК, СЗАДИ
ТОМОЭ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ СПЕРЕДИ, НАКИДЫВАЯ ОТВОРОТ
КАМИ СИХО ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «КАМИ СИХО»
ХИДАРИ АСИ ДЗИМЕ	ЗАЖИМАНИЕМ СНИЗУ НОГОЙ И РУКОЙ
САНКАКУ ДЗИМЕ	ТРЕУГОЛЬНОЕ УДУШЕНИЕ
ХАСАМИ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ СБОКУ, ЗАТЯГИВАНИЕМ
КОГАТО ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ОТВОРОТМ И ГОЛЕНЬЮ
СИМЕ ГАРАМИ	УДУШЕНИЕ СКРУЧИВАНИЕМ НОГ СНИЗУ
РЁТЭ АСИ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ СКРУЧИВАНИЕМ НОГ СБОКУ
ДО ДЗИМЕ (ДОЖИМЕ)	СДАВЛИВАНИЕ КОРПУСА НОГАМИ
КЕНСУЙ ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ КУЛАКАМИ
ТОХО ДЗИМЕ	УДУШЕНИЕ ПАЛЬЦАМИ (ЗА КАДЫК)
ЮБИ ЭРИ ДЗИМЕ	ПАЛЬЦАМИ ЗАТЯГИВАЯ
ЮБИСАКИ ДЗИМЕ	ПРЯМОЕ УДУШЕНИЕ ПАЛЬЦАМИ