

Словарь терминов в ВБЕ сётокан

А

аго - подбородок, челюсть

агэ - поднимающийся

агэ-укэ - верхний блок в каратэ

агэ-цуки - удар крюком снизу вверх (в подбородок)

агэ какато усиро-гэри - удар пяткой назад от колена снизу в пах

Адзато - Ясуцунэ Адзато(1832-1918) -окинавский мастер каратэ, наставник Фунакоси

Айки-до - популярный вид боевого единоборства, оформившийся в XX веке

Айки-дзюцу - вид японской борьбы, разновидность средневекового дзю-дзюцу

асаи-укэ - блок в каратэ.

аси - подошва

аси-атэ - "Техника ног" - удары ногами в боевом дзю-до и дзю-дзюцу

асигару - пехотинцы в самурайских дружинах

Асихара - современный вид контактного каратэ

атэ-вадза - тычковые удары в уязвимые места в дзю-дзюцу и дзю-до

атэми - поражающий удар в жизненно важный орган, в уязвимую точку

Б

Бандзай! - в японском языке возглас "Ура!"

барай - сметание

бассай - "Преодоление препятствия", ката

бо - шест

бо-дзюцу - фехтование на шестах, палках

Бодхидхарма - легендарный основатель Шаолиня

боккэн - деревянный меч, использующийся в кэн-до.

бу - в переводе с японского - военный, воинский

бугэйся - в переводе с японского - мастер воинских искусств.

Бу-дзюцу - Комплекс воинских искусств в средневековой Японии

Будо - Комплекс воинских искусств в современной Японии

будунсинь - "Непоколебимость духа" в чаньском психотренинге

букэ - самурайский род в средневековой Японии.

буси - самурай, представитель воинского сословия в средневековой Японии.

буси-до - кодекс самурайской чести.

В

вадза - обозначение приемов в кэмпо.

вадзари - Оценка в пол-очка в спортивных соревнованиях в различных видах единоборств.

ва-дзюцу - название комплекса дзю-дзюцу.

Вадо-рю - "Путь мира" - стиль каратэ-до.

Г

гаммен - лицо

Ганкаку - "Журавль на утесе", ката.

гири - "Честь" в самурайском кодексе Буси-до.

гисэй-син - "Жертвенность" в самурайском кодексе чести Буси-до.

го - в японском языке означает "Сила", "твердость", а также число пять
годзю - "сила и мягкость", число пятьдесят
Годзю-рю - "Сила и мягкость", стиль каратэ-до.
гоку-и - "Экстремальный разум" в психотренинге кэмпо.
го-но-сэн - перехват инициативы в поединке.
Госоку-рю - стиль каратэ-до.
гэдан - нижний уровень
гэдан-барай - блок нижней секции в каратэ.
гэдан маваси-гэри - низкий круговой удар голенью в бедро
гэдан сётэй моротэ-укэ - двойной нижний блок в позиции сётэй гэдан сюто моротэ-укэ - двойной разводящий блок раскинутыми руками сверху вниз и в стороны
гэдан хайто-ути - круговой удар внутренним ребром ладони вперед в пах **Гэкусай дай** - одна из усложненных ката в КК
гэри - общее название удара ногой.
гяку - понятие "противоположный" в каратэ.

Д

дан - степень мастерства в японских видах кэмпо.
Дань-тянь - "Средоточие", энергетический центр организма в учении "даосской йоги" и в кэмпо.
Дао(до) - "Путь", кардинальное понятие **даосской философии**.
Джэт-кун-до - стиль кунг-фу, основанный Брюсом Ли.
дза-дзэн - сидячая медитация в практике Дзэн-буддизма.
дзёгай - выход за площадку в спортивных соревнованиях по каратэ.
дзёдан - верхний уровень.
дзию-кумитэ - свободный спарринг в каратэ-до.
дзуки (цуки)- общее название удара рукой
Дзэн - направление в Буддизме, основанное монахом Бодхидхарма.
дзэнкуцу-дати - передняя наклонная стойка в каратэ.
Дзю - "мягкий", число десять
дзюдзи - скрестный
Дзю-дзюцу (джиу-джитсу) - комплекс боевых единоборств без оружия и с оружием.
Дзю-до - боевое и спортивное единоборство.
дзюцу - боевое искусство
до(дао) - "Путь"
додзё - ("путь вверх") зал для тренировки боевым искусствам.

Ё

ёко - вбок, в сторону
ёко-гэри - удар ногой в сторону, в каратэ.
Ёсэйкан - современный стиль каратэ-до.

Й

йой -

И

ибуки - силовое дыхание (КК)
инь-ян - две противоположности, два начала в **даосской философии**.

иппон - оценка, чистая победа в спортивном спарринге

ити - В японском языке - один.

Итосу - Ясуцунэ Итосу (1830-1915) - окинавский мастер каратэ, основатель сёрин-рю и сёрэй-рю

Итосу-кай - стиль окинавского каратэ.

йога - система психофизического тренинга

К

какато - пятка

какэ - крюк

кама - серп, боевое оружие

камаэ - боевая стойка в кэмпо

камаэтэ - команда на выполнение ("принять позицию") в каратэ

Канадзава - Хирокадзу Канадзава - мастер каратэ сётокан, победитель первого всеяпонского чемпионата

Канку дай - одна из сложных ката в

Кано - Дзигоро Кано (1860-1936) - отец-основатель дзю-до

кансэцу - сустав

кансэцу-вадза - захваты в дзю-до, зажимы и замки

каппо - способ реанимации с использованием акупрессуры

каратэ - пустая рука - сокращенное название каратэ-до.

каратэ-до - вид боевого единоборства, возникший на о. Окинава.

каратэ-ги - форменный костюм в каратэ-до (кимоно)

карма - закон всеобщей причинно-следственной связи в индуизме и буддизме

катана - двуручный меч самураев

ката - "форма", комплекс формальных упражнений

кёку - "предел", "абсолют"

ки - внутренняя энергия в философии кэмпо

киай - крик, концентрация в момент выполнения приёма

киба-дати - "стойка всадника" в каратэ-до

кин - пах (тестикулы)

кин-гэри - удар подъемом стопы в пах

кихон - "базовый", тренировка без партнера

кихон-вадза - базовая техника в кэмпо

кобу-до - единоборство с использованием малых видов оружия или подручных средств в кэмпо

кодати - малый меч самурая.

кокэн - вершина запястья, применяется для блокирования ударов в каратэ

кокуцу-дати - задняя наклонная стойка (защитная) в каратэ.

комеками - висок

кон - боевой посох, дубинка.

коси-вадза - бросок через бедро.

котэ - предплечье

кохай - младший

ку - девять

кумадэ - "медвежья лапа", ладонь с полусогнутыми пальцами

кумитэ - свободный спарринг, бой, борьба.

кунг-фу - западное название китайского кэмпо.

кэагэ - поднимающийся

кэкоми - проникающий удар ногой в каратэ.

кэмпо - общее название системы боевых единоборств (синоним "боевые искусства").

кэн-дзюцу - искусство фехтования на мечях в средневековой Японии
кэн-до - спортивное фехтование на мечях
кэнси - мастер, учитель фехтования
кю - ученическая степень в каратэ-до
кю-дзюцу - стрельба из лука
кюсё - уязвимые точки тела в кэмпо

М

ма-ай - расстояние, расчет времени и пространства
Мабуни - Кэнва Мабуни (1889-1957) - мастер каратэ, основатель стиля Сито-рю
маваси - круговой, по кругу
маваси-гэри - круговой удар ногой в каратэ-до
маваттэ - поворот
макивара - тренажер для отработки ударов в кэмпо
мандзи - "Свастика" - символ совершенства в буддизме
масутэми-вадза - броски из положения лёжа на спине в дзю-до
Мацумура - Сокон Мацумура (1796-1893) - великий окинавский мастер каратэ, основатель Сюри-тэ
маэ - вперед
маэ-гэри - прямой удар вперед ногой в каратэ-до
маэ какато-гэри - удар пяткой вперед сверху вниз
миги - правосторонний, правый
Мияги - Тодзюн Мияги (1888-1953) - мастер каратэ, основатель стиля Годзю-рю
мокусю - медитация с закрытыми глазами, команда - закрыть глаза
мокусю ямэ - команда - открыть глаза
моротэ - двойной
моротэ какэ-укэ - верхний (дзёдан), средний(тюдан) усиленный блок изнутри с покрытием ребром ладони
моротэ тюдан ути-укэ - двойной разводящий блок предплечьями изнутри на среднем уровне
моротэ-укэ - блок в положении ути-укэ, усиленный второй рукой
моротэ-цуки - удар двумя руками (в лицо, корпус)
моротэ хайто-ути - двойной круговой удар внутренними ребрами ладоней (до крестного положения рук в кихоне) в голову, по шее
Муай-тай - тайландский бокс, разновидность кэмпо
мугорэй - без счета, самостоятельно
мусин - незамутненность сознания, отрешенность
мусуби-дати - стойка с разведенными носками

Н

нагаси-укэ - блок в каратэ.
наорэ - вернуться в позицию
Наха-тэ - направление окинавского каратэ, объединяющего несколько стилей
ни - два.
нидзю - двадцать
ниндзя - лазутчик, шпион в средневековой Японии
ниндзё - гуманность в самурайском кодексе чести
нирвана - обитель блаженства в учении **буддизма**
нукитэ - "рука-копье"

ногарэ - мягкое дыхание
нукитэ - тычковый удар рукой в каратэ
нунтяку - оружие из соединенных веревкой или цепью палок
нэкоаси-дати - кошачья стойка
ню-до - обращенный на путь **Дзэн**
нюмонся - поступивший в школу новичок

О

оби - пояс
одати - большой меч самураев
ой - проникающий
он - благодарность
ороси - опускающийся
ороси сото какато-гэри - удар пяткой сверху вниз после кругового выноса ноги снаружи вверх
ороси ути какато-гэри - удар пяткой сверху вниз после кругового выноса ноги изнутри вверх
ороси-цуки - удар крюком сверху вниз (в корпус), т.е. зеркально симметрично по сравнению с сита-цуки
ороси хидзи атэ - удар локтем сверху вниз
ос (осу) - традиционная форма приветствия, выражение понимания, согласия и готовности (одно из значений - "терпи!")
осаз - накладка вниз (блок)
осаз-укэ - накладка ладонью
осё - дзэнский священник, монах
отагай ни рэй - поклон всем
отоси - блок и удар основанием кулака в каратэ
Оцука - Хиронори Оцука (1892-1982) - мастер каратэ, основатель стиля Вадо-рю

Р

риши - мудрец и подвижник в древнеиндийской философии.
року - в японском языке - шесть.
ронин - бродячий самурай.
рэй - поклон
Рэнбукай - стиль контактного каратэ.
рэндзоку-вадза - тренировочные упражнения в кэмпо.
рэнси - тренер-наставник.
рю - школа воинских искусств.

С

сай - кинжал в виде трезубца в каратэ-до.
саймин-дзюцу - искусство гипноза.
Сакугава - Сакугава (1733-1815) окинавский мастер каратэ, учитель Мацумуры, создатель этикета додзё
самбон кумитэ - условный учебный спарринг на три шага
самурай - воин, представитель аристократии в средневековой Японии
сан - в японском языке - три.
сантин-дати - стойка в каратэ, ката.
саппо - искусство поражения уязвимых точек в кэмпо.

сёгун - военный диктатор, правитель средневековой Японии.
Сёрин-рю - Стиль окинавского каратэ.
Сётокан - первый стиль современного каратэ, созданный на базе Сюри-тэ.
сётэй - "пятка" ладони
си - в японском языке - четыре.
сидзэнтай - основные начальные стойки в каратэ.
сико-дати - стойка "борца сумо"
синаи - учебный меч из скрепленных полос бамбука для занятий кэн-до.
син-тай - тактика наступления и отхода в каратэ-до.
сити - число семь
Сито-рю - стиль каратэ-до.
сихан - старший начальник, глава школы
сокуто - "нога-нож", внешнее ребро стопы
сото - внутрь
сохэй - монах-воин
сунэ - голень
сэйдза - команда "опуститься на колени"
сэйкэн - кулак (передняя часть)
сэйкэн аго-ути - верхний прямой удар кулаком
сэйкэн маэ гэдан-барай - нижний блок предплечьем вперед (кулак сжат)
сэйкэн маваси-ути - удар крюком сбоку (в голову, в корпус)
сэйкэн тюдан сото-укэ - блок снаружи внутрь предплечьем (кулак сжат) на среднем уровне
сэйкэн тюдан ути-укэ - блок изнутри наружу предплечьем (кулак сжат) на среднем уровне
сэйкэн цуки - удар кулаком (все уровни)
сэмпай - старший
Сэн-э - Стиль каратэ основанный в СССР на базе корейского кэмпо и Сётокана.
Сэнсэй - учитель, наставник, мастер восточных единоборств.
сэнсэй (сэмпай) ни рэй - поклон учителю (старшему)
сэппуку - то же, что и харакири.
Сюри-тэ - стиль старого окинавского каратэ.
сюто - "рука - нож", внешнее ребро ладони

Т

таи-сабаки - приемы маневрирования
Тай-дзюцу - разновидность дзю-дзюцу.
тай-чи - внутренние формы у-шу.
Тайкёку (тайки-оку) - (соно ити, ни, сан) "всеохватывающее единство", простейшие базовые ката
тамэсивари - искусство разбивания твердых предметов различными частями тела.
тати-вадза - приемы в борьбе стоя.
татэ-цуки - удар кулаком, расположенным вертикально
Таэквондо - современный комплекс корейского кэмпо.
тоби - в терминологии кэмпо - "прыжок", "лететь".
Тодэ - "Континентальная рука", название окинавского рукопашного боя
тонфа - рукоять от жернова, оружие каратэ-до.
тэ - система рукопашного боя на Окинаве.
тэ-вадза - техника рук в кэмпо.
тэйсоку - внутренняя выемка стопы
тэтцуи - "кулак-молот"

тэтцуи ёко-ути - удар "молотом" наотмашь в сторону (на всех уровнях)
тэтцуи коми ками-ути - удар "молотом" сбоку снаружи по голове
тэтцуи ороси ганмэн-ути - удар "молотом" сверху по голове
тэтцуи хизо-ути - удар "молотом" сбоку снаружи по ребрам
тюдан - средний уровень (корпус)
тюдан ути-укэ/гэдан-барай - двойной блок предплечьями на среднем и нижнем уровнях
тюдан хайто ути-укэ - блок изнутри раскрытой рукой с покрытием тыльной стороной ладони

У

удэ-атэ - удары руками в дзю-до и дзю-дзюцу.
Уёти-рю - стиль каратэ-до.
укэ - защитные действия, пассивная сторона во время тренировки.
ура-дзуки- удар рукой в каратэ.
уракэн - перевернутый кулак (тыльная часть)
уракэн-дзуки - удар обратной стороной кулака в каратэ.
уракэн маваси-ути- круговой удар перевернутым кулаком в голову
ура-маваси-гэри - обратный круговой удар ногой в каратэ.
усиро - назад
усиро-гэри - прямой удар пяткой назад в корпус или голову
усиро маваси-гэри (гюсоку, какато) - обратный круговой удар с "вертушкой" на всех уровнях
усиро хидзи-атэ - удар локтем назад (с помощью другой руки), в том числе при выполнении "вертушки"
ути - изнутри
Уэсиба - Морихэй Уэсиба - основатель Айки-до.

Ф

фансун - в японском языке - расслабленность.
фудо - в японском языке - непоколебимость.
фудо-дати - стойка, пятки на ширине плеч, носки развернуты
Фудокан - современный стиль каратэ, основанный в 1980 году.
трубки.
Фунакоси - Гитин Фунакоси (1869-1957) - признанный основатель современного каратэ-до.
фусэнсё - термин, означающий победу без боя.

Х

ха - школа воинских искусств.
хадзимэ! - команда к началу поединка.
хайсоку - подъем стопы
хайсоку маваси ути кэагэ - маховый круговой удар внешней частью стопы изнутри
хайсю - тыльная сторона ладони
хайсю-ути - удар тыльной стороной ладони (в лицо, корпус)
хайто - внутреннее ребро ладони
хайто (маваси)-ути - круговой удар внутренним ребром ладони (по шее, в корпус)
хансоку - дисквалификация в спортивных соревнованиях по каратэ.
хантай - команда "сменить стойку" (левую на правую и наоборот)
харакири - ритуальное самоубийство самурая путем вспарывания живота

хати - число 8
хатидзи-дати - естественная стойка ожидания в каратэ.
хидари - левая (рука, нога, стойка и т.д.)
хидза - колено
хидза-гэри - удар коленом в каратэ.
хидза-укэ - блок коленом
хидзи - локоть
хидзи аго-ути - удар локтем вперед снизу в подбородок
хиракэн - кулак со сжатыми наполовину пальцами, ладонь открыта
хиракэн-цуки - удар суставами сжатых наполовину пальцев (в лицо, корпус)
хиракэн маваси-ути - круговой удар ладонью в позиции хиракэн
хиссацу - термин, означающий бой насмерть.
ходзё-дзюцу - искусство связывания противника.
хэйдзё-син - в японском языке - "невозмутимость духа".
хэйко-дати - стойка, ступни параллельно, примерно на ширине плеч
хэйсоку-дати - стойка, ступни вместе
хэй-хо - слияние с природой, принцип философии кэмпо.

Ц

цзи - степень мастерства в цюань-шу.
ци - "Дух", "дыхание", "энергия" в даосской философии и медицине.
цигун - психофизический тренинг, достижение могущества при помощи биоэнергии ци.
ци-хай - энергетический центр организма.
цин - мельчайшие частицы, формирующие материал мироздания в философии кэмпо.

Э

эмбусэн - траектория боевых передвижений
эмпи - "Полет ласточки", ката.
эмпи-ути - удар локтем в каратэ.

Я

явара - одно из названий дзю-дзюцу.
явара-дзё - короткая палка, подручное оружие.
якусоку иппон кумитэ - условный учебный спарринг на 1 шаг
ямабуси - монахи-отшельники, адепты тантрической йоги, наставники ниндзя.
Ямагути - Гогэн Ямагути - мастер каратэ, основатель японского Годзю-рю.
ямя-цуки - удар двумя руками на разных уровнях (на верхнем и среднем или нижнем)
ямэ! - в соревнованиях по каратэ - команда закончить.
ясумэ - команда "расслабиться"