

Orqadan yonbosh

Raqib tik turib orqaga siljiyotgan yoki kurashchini o'ziga tortayotgan vaqtida bu usul bajarish qulay.

Usulning asosiy holatlari:

1 - 2 - kurashchi raqibining yengi va yoqasidan ushlab o'ng oyoq bilan raqib yonidan orqasiga qarab qadam qo'yadi va raqibni tayanch nuqtasini chap tovonining tashqari qismiga o'tkazishga majbur qiladi;

3 - 4 - qo'llar va gavda harakati bilan raqibni yiqilishga majburlagan holda chap oyog'ini raqibning oyoqlari orqasidan ko'taradi;

5 - 6 - qo'llar bilan gavdani aylana bo'yicha pastga - yonga burib, raqibni yelkalari bilan gilamga uloqtiradi.



Ushlash variantlari: yengdan, yoqa qaytarmasidan; yengdan va yoqadan; yengdan va yeng o'mizdan; yengdan va yaktak yelkasidan; yenglarning ikki o'mizidan; belbog'dan va yengdan.

Qarshi usullar: orqadan chalish; chap yoki o'ng oyoqni orqadan mindirib uloqtirish; son yordamida raqibni o'tirishga majbur qilish; orqaga egilib uloqtirish; oldindan supurma qilish.

Usuldan ximoyalanish: hujumdagi oyoqni orqada qoldirish; raqib orqasiga qadam qo'yib gavdani rostlatish; oldinga egilib, hujumchining tayanch oyog'iga urish; raqibning hujumdagi oyog'i ustidan o'zining hujumdagi oyog'ini o'tkazish.

Usulni bajarishda uchraydigan xatolar: raqibning tayanch nuqtasi yetarlicha hujumdagi oyog'iga o'tkazilmaydi; kurashchining tayanch oyog'i ancha orqada qoldirilgan.