|  |
| --- |
| O-uchi-Gari  -  «Бросок рывком на себя (за ногу) ближней ноги изнутри».  О-УЧИ-ГАРИ  -  «Зацеп изнутри голенью» —Утвержденное Федерацией Дзюдо России  О — большой; УЧИ — изнутри; ГАРИ — срезать серпом; |
| Ko-soto-gari - «Бросок рывком на себя (за ногу) дальней ноги снаружи»  Ко-сото-гари - Подсечка под пятку, бросок соперника с рывком на себя за ногу "ближней ногой" снаружи  КО - Маленький; СОТО - внешний; ГАРИ - срезать «серпом»; |
| Ko-uchi-gari - Подсечка изнутри. Бросок соперника с рывком на себя за ногу "ближней ногой" изнутри.  Ко-учи-гари - Подсечка изнутри  КО - Маленький; УЧИ — изнутри; ГАРИ - срезать «серпом»; |
| Koshi-guruma - Бросок через бедро с захватом шеи (колесо через поясницу).  Коши-гурума — Бросок через бедро с захватом шеи  КОШИ - поясница; ГУРУМА - колесо; |
| Сurikomi-goshi - Бросок через бедро с захватом разноименных рукава и отворота (бросок через поясницу после выведения соперника из равновесия рывком вверх с выбиванием тазом и выбивания его ног с позиции захватом разноименных рукава и отворота).  Цурикоми-гоши — Бросок через бедро с захватом отворота  ЦУРИКОМИ – выбивание; ГОШИ - таза; |
| Okuri-ashi-baraj - Подсечка в темп шагов (сметающая подсечка, провожающая уходящую ногу противника).  ОКУРИ-АШИ-БАРАЙ — Боковая подсечка в темп шагов  ОКУРИ – сопровождать; АШИ – нога; БАРАЙ - сметать; |
| Taj-otoshi - Передняя подножка (сбрасывание с туловища).  Тай-отоши — Передняя подножка.  ТАЙ - движение; ОТОШИ - опускать сверху вниз; |
| Kharaj-goshi - Подхват под обе ноги (бросок через поясницу сметающим движением ноги).  ХАРАЙ-ГОШИ — Подхват бедром (под две ноги)  ХАРАЙ - сметать; ГОШИ - таза; |
| Uchi-mata - Подхват изнутри (бросок воздействием на бедро изнутри).  УЧИ-МАТА — Подхват изнутри (под одну ногу)  УЧИ — изнутри; МАТА - воздействие; |
| Sodeh-curikomi-goshi - Бросок через бедро с захватом разноименных рукава и отворота (бросок через поясницу после выведения соперника из равновесия рывком вверх с выбиванием тазом и выбивания его ног с позиции захватом разноименных рукава и отворота).  СОДЭ-ЦУРИКОМИ-ГОШИ — Бросок через бедро с обратным захватом (захватом двух рукавов)  СОДЭ - обратный захват; ЦУРИКОМИ – выбивание; ГОШИ - таза; |
| Tsubame gaeshi - Контрподсечка от боковой подсечки (контратака ласточки).  Цубамэ-гаэши — Контрприем от боковой подсечки  ЦУБАМЭ - гасить; ГАЭШИ – переворачивать на другую сторону; (еще есть перевод как "Счетчик ласточек"") |
| Ko-uchi-gaehshi - Ответный прием от подхвата изнутри, контрбросок.  Ко-учи-гаэши — Контрприем от подсечки изнутри  КО - Маленький; УЧИ — изнутри; ГАЭШИ – переворачивать на другую сторону; |
| Kharai-goshi-gaehshi - Ответный прием от подхвата под обе ноги, контрбросок.  Хараи-гоши-гаэши — Контрприем от подхвата бедром  ХАРАИ - живот; ГОШИ - таза; ГАЭШИ – переворачивать на другую сторону; |
| Uchi-mata-gaehshi - Ответный прием от подхвата изнутри, контрбросок.  Учи-мата-гаэши — Контрприем от подхвата изнутри  УЧИ — изнутри; МАТА - воздействие; ГАЭШИ – переворачивать на другую сторону; |
| Ko-uchi-gakeh - Одноименный зацеп изнутри голенью  Ко-учи-гакэ — Одноименный зацеп изнутри голенью  КО - Маленький; УЧИ — изнутри; ГАКЭ - цеплять "крючком"; |
| Uchi-mata-sukashi - Ответный (контр) прием от подхвата изнутри с выведением соперника из равновесия.  Учи-мата-сукаши — Контрприем от подхвата изнутри скручиванием  УЧИ — изнутри; МАТА - воздействие; СУКАШИ – оставлять (делать) просвет; |