

КАТА

**ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ
ЕВРОПЕЙСКОГО СОЮЗА ДЗЮДО**

1. КАТА

Соревнования проводятся в пяти КАТА:

- **НАГЭ-НО-КАТА** (демонстрация техники бросков);
- **КАТАМЭ-НО-КАТА** (демонстрация сковывающих приемов - удержаний, удушений, болевых);
- **КИМЭ-НО-КАТА** (демонстрация приемов самозащиты, в основе техника ударов по уязвимым точкам, включая приемы против ножа и меча)
- **КОДОКАН ГОСИНДЗЮЦУ** (самая молодая составляющая КАТА, создана в 1956 году как дополнение к КИМЭ-НО-КАТА - набор техник самозащиты от всех видов вооруженных и невооруженных атак);
- **ДЗЮ-НО-КАТА** ("КАТА мягкости" - демонстрация принципов гибкости и мягкости в атакующих и защитных действиях дзюдо).

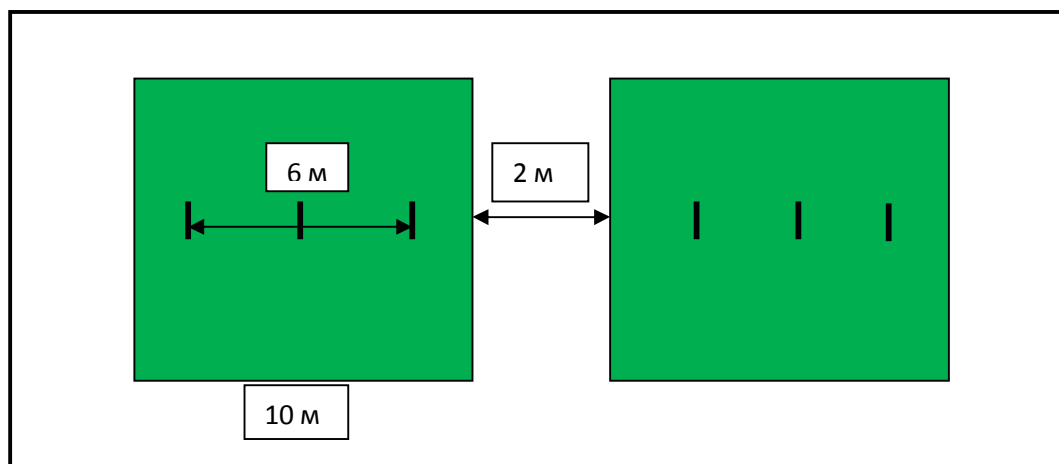
Судьи оценивают эти КАТА на основе установленного стандарта КОДОКАН КАТА в соответствии и с учетом установленного КОДОКАН видео.

2. МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Пространство размером 10 на 10 метров необходимо покрыть татами или подобными допустимыми материалами. Цвет поверхности зеленый.

Поверхность должна быть закреплена на полу.

В случае проведения соревнований на двух и более татами, зона безопасности между ними должна быть 2 метра.



На расстоянии 6 метров друг от друга необходимо на матах наклеить полосы, обозначающие стартовые позиции ТОРИ и УКЕ. Центр татами должен быть так же обозначен. Ширина полосок 10 см., длина 50 см.

3. ОТОБРАЖЕНИЕ ОЦЕНОК

Во время соревнований табло, отображающее оценки участников, должно находиться позади стола представителей Международной федерации дзюдо, чтобы участники чемпионата имели возможность узнать оценки после демонстрации приемов.

4. УЧАСТНИКИ

Каждая команда может состоять максимум из двух пар для одной составляющей КАТА, в сумме 10 пар. Участники могут принимать участие только в одном виде (составляющей) КАТА.

Участники должны иметь гражданство той страны, федерация которой их представляет.

Участники, имеющие двойное гражданство, имеют право представлять только одну страну-участницу.

В том случае, когда участник меняет гражданство, он должен сделать перерыв на 3 года. Только после этого он имеет право выступать за другую страну, но только в том случае если обе страны признают его новую национальность и это одобрит МФД (согласно Олимпийскому Уставу, ст. 42).

Участники должны достигнуть 18 лет или более, иметь 1 Дан (или выше).

Пары могут иметь состав мужчина-мужчина, женщина-женщина или мужчина-женщина.

5. ФОРМА УЧАСТНИКОВ

Дзюдоги должны быть изготовлены из хлопка или подобного материала и находиться в хорошем состоянии (без дыр и разрывов). Цвет дзюдоги – белый.

Куртка должна быть достаточно длинной и закрывать бедра. Она должна доходить до кистей рук, когда руки полностью опущены вдоль тела. Левая часть куртки должна покрывать правую примерно на 20 см. на уровне нижней части грудной клетки. Рукава куртки должны быть длиной максимум до запястья, минимум до точки, расположенной на 5 см. выше запястья. Расстояние от рукава до руки должно быть 10-15 см по всей длине рукава.

Штаны должны быть достаточно длинными, чтобы максимум достигать лодыжку, минимум подниматься на 5 см от нее. Расстояние между ногой и штанами должно быть 10-15 см по всей длине штанины.

Женщины – участницы должны надеть под куртку обтягивающую футболку белого цвета, с короткими или же длинными рукавами. Футболка должна быть достаточно длинной, чтобы ее можно было заправить в штаны.

Номера участников Чемпионата Мира по КАТА должны быть нашиты на наспинную часть куртки. Недопустимо использование старых номеров.

Допустимые знаки:

- Эмблема национальной принадлежности (герб) крепится на левой части куртки в районе груди. Максимальный размер 100 см.²
- Знак завода-изготовителя – внизу куртки, на штанах – внизу левой штанины, а также на поясе. Максимальный размер 20 см².
- Матерчатая полоска от плеча до руки с обеих сторон с подобной символикой. Максимальная длина 25 см., максимальная ширина 5 см.

6. ГИГИЕНА

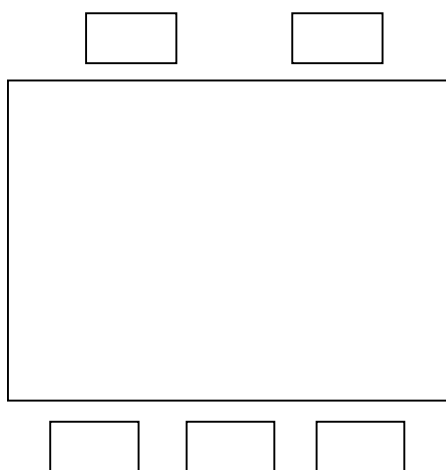
Дзюдоги должны быть чистыми, сухими и без неприятных запахов.

- Ногти рук и ног должны быть коротко подстрижены.
- Личная гигиена участников должна находиться на высоком уровне.
- Длинные волосы должны быть аккуратно убраны.
- Очки и ювелирные украшения запрещены.
- Макияж недопустим.

7. СУДЬИ

Каждый раздел КАТА оценивают 5 судей под наблюдением Комиссии МФД по КАТА.

Три судьи располагаются на той стороне, где находится Шомен, а два остальных – на противоположной стороне. Судьи должны сидеть за отдельными столами (размер столов 1X1m.), находящимися на удалении 1,5 метров друг от друга.



Месторасположение всех пяти судей постоянно на протяжении всех соревнований.

Если один из судей временно заменен, то по возвращению он занимает первоначальное место.

8. СИСТЕМА ОЦЕНОК КАТА

Каждый судья выставляет оценки в официальном судейском протоколе МФД. Максимальная и минимальная оценки аннулируются, а оставшиеся три суммируются. Таким образом, получается итоговый результат.

Каждое техническое действие оценивается следующим образом:

- церемония начала и окончания демонстрации и каждое техническое действие оцениваются максимальным значением 10 баллов (базовая оценка).

Базовая оценка снижается за счет ошибок, которые фиксируются в виде штрафных баллов в судейском протоколе:

- **малая ошибка**: оценивается одним баллом (в судейском протоколе фиксируются не более двух ошибок);

- **средняя ошибка**: оценивается тремя баллами (в судейском протоколе фиксируются не более одной ошибки);

- **в случае большой ошибки или неправильной техники** базовая оценка начинается с 5 баллов, а не с 10.

(максимальное число таких ошибок – 1. В случае необходимости могут быть добавлены средняя и малые ошибки).

В случае забытой техники за техническое действие выставляется 0 баллов, а итоговая оценка за КАТА снижается вдвое. За каждую последующую забытую технику, если это случается более одного раза, выставляется 0 баллов, но итоговая оценка за КАТА не снижается вдвое. Если итоговая оценка не является целым числом, его округляют.

За общее впечатление демонстрации всех технических действий КАТА (плавность, направление действия, ритм) дается положительная оценка от 0 до 10 баллов. В случае забытой техники эта оценка составляет 0 баллов.

Для оценки технических действий **НАГЭ-НО КАТА** в левую и правую сторону дается единая оценка (только одна оценка).

Итоговая оценка квалифицируется следующим образом:

1-2	Неудовлетворительно
3-4	Практически правильно
5-6	Правильно
7-8	Хорошо
9-10	Отлично

В случае равных итоговых оценок у двух и более пар учитывают следующие критерии :

- общее количество больших ошибок. Победителем признается пара с меньшим количеством больших ошибок;

- если количество больших ошибок остается равным, то рассматривается общее количество средних ошибок. Победителем признается пара с меньшим количеством средних ошибок;

- если показатели остаются равными, то рассматривается общее количество малых ошибок. Победителем признается пара с меньшим количеством малых ошибок;

- если и в этом случае показатели равны, то принимается во внимание оценка за общее впечатление демонстрации техники. Победителем признается пара с лучшей оценкой за общее впечатление;

Три лучших пары с максимальным результатом встречаются в финале в каждом КАТА..

Пара, набравшая в финале наибольшее количество баллов, становится победителем и награждается золотой медалью.

Пара, показавшая второй результат, награждается серебряной медалью, пара, занявшая третье место, награждается бронзовой медалью.

9. НАЧАЛО И ЗАВЕРШЕНИЕ ИСПОЛНЕНИЯ КАТА

Судьи должны находиться на своих местах до выхода пары к месту проведения соревнований.

Пара выходит на место проведения соревнований по центру со стороны татами, противоположной расположению Шомена, затем участники расходятся на свои исходные места.

Судья, находящийся по центру, встает и приглашает пару к месту соревнований. Руки напряжены, подняты ладонями кверху. Участники занимают свои места.

После завершения демонстрации КАТА, выполнив поклон, пара покидает место проведения соревнований таким же образом, как и пришла.

10. ПОВРЕЖДЕНИЕ, ЗАБОЛЕВАНИЕ ИЛИ НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ

В случае невозможности продолжения выполнять КАТА по причине повреждения, заболевания или несчастного случая, пара считается выбывшей из соревнований.

В случае незначительного повреждения (кровотечение, сломанный ноготь или проблемы с контактными линзами) судья принимает решение об остановке выполнения КАТА и оказании медицинской помощи участникам.

Пара вновь приступит к демонстрации всего КАТА после выполнения действий другими участниками соревнований. В случае повторного незначительного повреждения у этих же спортсменов при выполнении КАТА, пара считается выбывшей из соревнований.

11. ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ, ТРЕБУЮЩИЕ ВНИМАНИЯ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ КАТА

НАГЭ-НО-КАТА

<i>Главный элемент, требующий внимания</i>	<i>Вид ошибки</i>
Тори занимает стартовую позицию	Средняя
Стартовая дистанция. УКЭ атакует, основной захват (Уки-отоши, Катагурума, Цурикоми-гоши, Сасаэ-цурикоми-аши, Йоко-гакэ, Хараи-гоши)	Средняя
Шаги цуги-аши (Уки-отоши, Катагурума, Хараи-гоши, Цурикоми-гоши, Сасаэ-цурикоми-аши, Йоко-гакэ)	От малой до средней
ТОРИ и УКЭ в середине площадки, дистанция три шага, УКЭ производит удар в голову (Сеой-Нагэ, Уки-гоши, Ура-нагэ, Йоко-гурума)	От малой до средней (средняя ошибка при выполнении удара в голову сбоку)
ТОРИ и УКЭ в середине площадки, стартовая дистанция. УКЭ выполняет правый/левый захват. ТОРИ и УКЭ делают шаг в сторону, начиная одновременно (Окури-аши-бараи)	От малой до средней
ТОРИ и УКЭ в середине площадки, стартовая дистанция, шаг вперед в миги/хидари шизэнтай; УКЭ и ТОРИ выполняют основной захват (Учи-мата, Томозэ-нагэ)	От малой до средней (средняя ошибка шаг назад)
ТОРИ и УКЭ на расстоянии 1 шага, миги/хидари джиготай; захват (Суми-гаэши, Уки-ваза)	От малой до средней
Направление выполнения приема и падение (при выполнении Томозэ-нагэ и Суми-гаэши УКЭ падает вперед, приземляясь на правую/левую стопу и встает после этого; в положении Йоко-гурума и Уки-ваза он поднимается после падения; в положении Ура-нагэ он не поднимается, в положении Йоко-гакэ он падает, тело и ноги вытянуты)	От малой до средней
Эффектность и реалистичность	Средняя

Техника	Элемент, требующий внимания	Вид ошибки
Приветствие и одежда	Исходная дистанция Приветствие Дзюдоги и пояс	Средняя Средняя Средняя
Уки-отоши	Положение рук ТОРИ и УКЭ горизонтальное, ТОРИ отшагивает назад цуги-аши, не раскачивая свой корпус; на третьем шаге он опускается на колено вертикально вниз. Во время броска УКЭ не должен выполнять падение прыжком.. ТОРИ, завершая прием, смотрит вперед.	Малая Средняя Средняя Малая
Сэой-нагэ	ТОРИ выводит УКЭ из равновесия вперед и тянет его на плечи, выполняя бросок. УКЭ, защищаясь, принимает положение шизентай.	Средняя Средняя
Ката-гурума	ТОРИ меняет хват на втором шаге. УКЭ сопротивляется, напрягая верхнюю часть туловища. ТОРИ поднимается (подставляет отставленную ногу) без захвата штанов УКЭ.	Средняя Малая Средняя Малая
Уки-гоши	ТОРИ делает шаг навстречу атаке и бросает УКЭ по диагонали.	От малой до средней
Хараи-гоши	ТОРИ меняет хват на втором шаге. ТОРИ встает в положение для цукури/кузуши. Защита УКЭ : положение шизентай. ТОРИ выполняет мах прямой ногой.	Средняя Средняя Средняя От малой до средней
Цурикоми-гоши	После третьего шага ТОРИ переставляет свою правую/левую ногу с тем, чтобы вывести из равновесия УКЭ вперед. УКЭ сопротивляется, напрягая верхнюю часть туловища: положение шизентай. ТОРИ быстро подставляет обратно левую/правую стопу, поворачивается и очень низко подсекает, его таз надавливает на бедра УКЭ, правая/левая рука вытянута вверх.	Малая Средняя От малой до средней
Оури-аши-бараи	ТОРИ должен поменять ритм и длину второго и третьего шагов. ТОРИ выполняет мах горизонтально и бросает УКЭ в направлении, в котором он движется, не поднимая тело УКЭ вверх.	От малой до средней
Сасаз-цурикоми-аши	После второго шага ТОРИ должен двигаться по диагонали назад. ТОРИ бросает УКЭ на его третьем шаге.	Средняя Средняя

Учи-мата	ТОРИ поворачивает УКЭ широким круговым движением (его руки тянут горизонтально). Во время третьего поворота, ТОРИ выполняет горизонтально мах, подбивая ногу УКЭ.	Средняя Средняя
Томое-наге	ТОРИ двигается вперед, выводя УКЭ из равновесия назад. УКЭ сопротивляется, толкая назад ТОРИ на третьем шаге и выполняя шаг вперед (шизентай). Перед броском ТОРИ меняет хват, делает подшагивание вперед, подседая и опускаясь на спину и толкая УКЭ вверх с целью выведения из равновесия. УКЭ сопротивляется.	Малая Малая Средняя Малая
Ура-нагэ	ТОРИ уходит от удара УКЭ на втором шаге, делая очень низкий шаг вперед, левая-правая/правая-левая нога, его левая/правая рука обхватывает талию УКЭ, а ладонь другой руки на нижнюю часть живота УКЭ. ТОРИ бросает его через правое/левое плечо и завершает бросок, лежа спиной на татами.	Средняя Средняя
Суми-гаэши	ТОРИ выводит УКЭ из равновесия на первом шаге в положении джиготай. УКЭ для удержания равновесия выставляет правую/левую ногу вперед параллельно своей левой/правой ноге в оборонительное положение (джиготай). ТОРИ (левая/правая нога между ногами УКЭ) вновь выводит из равновесия УКЭ вперед перед броском.	От малой до средней Средняя
Йоко-гакэ	ТОРИ выводит из равновесия УКЭ, вытягивая его на третьем шаге в направлении его правого/левого переднего угла с тем, чтобы бросить его в сторону. ТОРИ быстро делает подшагивание правой/левой ногой (двигаясь вперед) и выбивает голень УКЭ, бросая его на бок в сторону его правой/левой ноги.	Средняя Средняя
Йоко-гурума	ТОРИ пытается провести Ура-нагэ . УКЭ обороняется, нагибаясь в сторону. ТОРИ выводит УКЭ из равновесия по диагонали, его нога заходит глубоко между ногами УКЭ. ТОРИ ложится на правый/левый бок, чтобы бросить УКЭ в сторону.	Средняя Средняя Средняя Средняя
Уки-ваза	ТОРИ выводит из равновесия УКЭ на первом шаге (положение джиготай). УКЭ двигается вперед, чтобы удержать равновесие (джиготай). ТОРИ выводит из равновесия УКЭ по диагонали вперед и ложится вниз на бок, чтобы бросить УКЭ.	Средняя Малая Средняя

КАТАМЭ-НО-КАТА

Главный элемент, требующий внимания	Вид ошибки
УКЭ принимает исходное положение	Средняя
<p>Дистанция:</p> <p>Первая часть: <u>Осаэ-коми-ваза</u></p> <p>Из положения кёши, перед демонстрацией Кэса-гатамэ, УКЭ ложится на спину на татами. ТОРИ встает и принимает положение тома сбоку от УКЭ (дистанция два с половиной шага), садится в положение кёши, сближается на дистанцию чикама (дистанция пол-шага); после выполнения приема ТОРИ возвращается на дистанцию чикама в положение кёши, а затем демонстрирует Ката-гатамэ; после этого приема он возвращается на дистанцию чикама в положение кёши, затем возвращается на дистанцию тома и садится в положение кёши.</p> <p>Перед выполнением Ками-шио-гатамэ ТОРИ встает и, переходя снова к положению со стороны головы УКЭ, садится в положение кёши, дистанция тома (дистанция два с половиной шага), сближается на дистанцию чикама в положение кёши; после приема возвращается на дистанцию чикама в положение киоши и затем возвращается на дистанцию тома в положение киоши. Перед демонстрацией Йоко-шихо-гатамэ ТОРИ встает и вновь переходит на дистанцию тома в положение кёши сбоку от УКЭ, сближается на дистанцию чикама в положение кёши; после завершения выполнения приема возвращается на дистанцию чикама в положение кёши и затем вновь возвращается на дистанцию тома в положение кёши.</p> <p>Перед выполнением Кузурэ-ками-шихо-гатамэ ТОРИ встает и, переходя вновь к положению со стороны головы УКЭ, садится в положение кёши, дистанция тома. Сближается с дистанции тома на дистанцию чикама в положение кёши, затем делает один небольшой шаг вперед по диагонали; после приема он делает один маленький шаг на дистанцию чикама в положение кёши и вновь возвращается на дистанцию</p>	<p>Малая – средняя (оценивается средней оценкой, если количество шагов правильное, а дистанция нет, или, если ТОРИ не возвращается обратно на дистанцию чикама в завершении каждого приема, или, если ТОРИ или УКЭ поднимают свои колени во время перемещения).</p>

тома, в положение **кёши** завершая первую часть **КАТАМЭ-НО-КАТА**. ТОРИ и УКЭ садятся в **кёши** и приводят в порядок свои дзюдоги

. **Вторая часть: Шимэ-ваза**

Перед выполнением **Ката-джуджи-джимэ** УКЭ снова ложится на татами, а ТОРИ встает и переходит на дистанцию **тома** сбоку от УКЭ, садится в **кёши**, далее сближается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**. Затем ТОРИ садится верхом и выполняет удушение, после чего ТОРИ возвращается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, затем возвращается на дистанцию **тома** в положение **кёши**. УКЭ садится, а ТОРИ тем временем встает и перемещается на дистанцию **тома** со стороны спины УКЭ.

Перед выполнением **Хадака-джимэ** ТОРИ садится в положение **кёши** перемещается с дистанции **тома** на дистанцию **чикама** в положение **кёши**; после выполнения приема он вновь возвращается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, после этого выполняет удушение **Оури-эри-джимэ** и затем вновь переходит на дистанцию **чикама** в положение **кёши** перед выполнением последнего удушения сзади **Ката-ха-джимэ**. После выполнения этого удушения ТОРИ возвращается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, затем возвращается на дистанцию **тома** в положение **кёши**.

Перед выполнением **Гяку-джуджи-джимэ** УКЭ ложится на татами, ТОРИ встает и занимает позицию сбоку от УКЭ на дистанции **тома**, садится в **кёши** и сближается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**. Затем он садится верхом на УКЭ и выполняет удушение, после чего ТОРИ возвращается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, переходит на дистанцию **тома** в положение **кёши**, завершая вторую часть **КАТАМЭ-НО-КАТА**. Затем он поднимается, занимает исходное положение и садится в **кёши**. Оба приводят свои дзюдоги в порядок.

Третья часть: Кансэцу-ваза

Перед выполнением **Удэ-гарами** УКЭ ложится на спину на татами, а ТОРИ занимает положение сбоку от УКЭ на дистанции **тома**, садится в положение **кёши**, переходит на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, после чего выполняет прием; затем ТОРИ возвращается на дистанцию **чикама** в положение **кёши** и после этого демонстрирует **Удэ-хишиги-джуджи-гатамэ**, затем переходит на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, затем еще раз сближается и демонстрирует **Удэ-хишиги-удэ-гатамэ**. Возвращается на дистанцию **чикама** в положение **кёши**, переходит на дистанцию **тома** и садится в положение **кёши**.

Перед выполнением **Удэ-хишиги-хиза-гатамэ** ТОРИ и УКЭ меняют дистанцию **тома** в положении **кёши** на дистанцию **чикама** и садятся в **кёши**; оба проделывают расстояние в пол шага. После завершения приема оба встают.

Перед выполнением **Аши-гарами** ТОРИ и УКЭ находятся на расстоянии захвата, становятся в **миги-шизэнтай** и берут захват, ТОРИ пытается провести **Томозэ-нагэ**, но УКЭ делает шаг вперед и пытается поднять его. ТОРИ демонстрирует болевой прием на ногу.

В завершении **КАТАМЭ-НО-КАТА** ТОРИ делает два шага назад на дистанцию **тома** в положение **кёши**. УКЭ делает один шаг назад и переходит в положение **кёши**. Они приводят в порядок свои дзюдоги, встают, делают шаг назад, завершают КАТА и выполняют поклон.

ТОРИ приближается на полшага вперед перед выполнением приема

Малая

Эффектность и реалистичность

Средняя

Техника	Элемент, требующий внимания	Вид ошибки
Приветствие и одежда	<p>Исходное положение.</p> <p>Положение: в начале УКЭ делает один шаг вперед; в конце ТОРИ делает два шага назад, затем УКЭ делает шаг назад.</p> <p>Приветствие.</p> <p>Дзюдоги и пояс.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
<u>Осаэ-коми-ваза</u>	<p>Способ проведения каждого приема:</p> <p>Кэса-гатамэ: захват руки,, влево, вправо</p> <p>Ката-гатамэ: обратный захват руки, ...</p> <p>Ками-шихо-гатамэ: обычный подход плюс положение на коленях, руки,</p> <p>Йоко-шихо-гатамэ: положение рук, колено напротив подмышки УКЭ, захват пояса (левой-правой рукой), блок правым коленом и т.д....</p> <p>Кузурэ-ками-шихо-гатамэ: обычный подход плюс один шаг вперед по диагонали, захват руки, блокируя правым коленом и т.д....</p>	<p>От малой до средней</p>
<u>Осаэ-коми-ваза</u>	<p>Во время выполнения каждого приема УКЭ должен продемонстрировать три попытки ухода, а ТОРИ показать соответствующую реакцию, которая должна являться логическим продолжением.</p>	<p>Средняя</p>
Шимэ-ваза	<p>Способ проведения каждого приема:</p> <p>Ката-джуджи-джимэ: колено напротив подмышки УКЭ.</p> <p>Хадака-джимэ: обе руки одновременно, ...</p> <p>Оури-эри-джимэ: левая-правая-левая рука,....</p>	<p>От малой до средней</p>

	<p>Ката-ха-джимэ: колено напротив лопатки УКЭ, руки, правая нога, ...</p> <p>Гяку-джуджи-джимэ: колено напротив подмышки УКЭ, руки, правая нога и т.д....</p>	
<u>Шимэ-ваза</u>	<p>Во время выполнения каждого приема УКЭ следует показать оборону, а ТОРИ следует показать правильную реакцию.</p> <p>Ката-джуджи-джимэ: УКЭ захватывает оба локтя ТОРИ и толкает его двумя руками. ТОРИ продолжает выполнять захват, прижимая свою голову к мату.</p> <p>Хадака-джимэ: УКЭ защищается обеими руками, захватывая руку ТОРИ (правая рука выше локтя) обе руки одновременно. ТОРИ продолжает удушение, двигаясь назад.</p> <p>Оури-эри-джимэ: УКЭ защищается обеими руками, захватывая руку ТОРИ (правая рука выше локтя), обе руки одновременно. ТОРИ продолжает удушение, двигаясь назад и немного вбок.</p> <p>Ката-ха-джимэ: УКЭ тянет вниз, взяв свое левое запястье правой рукой. ТОРИ продолжает удушение, отодвигая правую ногу назад и в сторону (УКЭ лежит на внутренней части правого бедра ТОРИ).</p> <p>Гяку-джуджи-джимэ: УКЭ толкает левой рукой и тянет вниз правой рукой. ТОРИ продолжает удушение и переворачивается на бок, скрещивая ноги.</p>	Средняя
<u>Кансэцу-ваза</u>	<p>Способ осуществления каждого технического действия:</p> <p>Удэ-гарами: ТОРИ подходит (после перемещения правой руки УКЭ колено ТОРИ располагается напротив подмышки УКЭ), УКЭ атакует, поднимая левую руку для захвата.</p> <p>Удэ-хишиги-джуджи-гатамэ: в момент подхода ТОРИ УКЭ атакует, пытаясь взять левый отворот кимоно ТОРИ правой рукой;</p>	

	<p>ТОРИ блокирует руку, располагает правую ногу под лопаткой УКЭ и обшагивает голову УКЭ левой ногой.</p> <p>Удэ-хишиги-удэ-гатамэ: в момент подхода ТОРИ (после перемещения правой руки УКЭ) УКЭ атакует, пытаясь взять правый отворот кимоно ТОРИ левой рукой. ТОРИ выполняет болевой прием, блокируя руку и запястье головой, захватывая локоть УКЭ последовательно правой и левой рукой, осуществляя контроль туловища УКЭ правым коленом.</p> <p>Удэ-хишиги-хиза-гатамэ: ТОРИ захватывает локоть УКЭ левой рукой, проводит болевой прием, толкая в левую часть паха УКЭ правой ногой, затем фиксирует левой ногой нижнюю часть туловища УКЭ сбоку.</p> <p>Аши-гарами: ТОРИ пытается провести Томоэ-нагэ, УКЭ обороняется, выставляя вперед правую ногу и вытягивая ТОРИ вверх. ТОРИ толкает правой ногой левую ногу УКЭ выше и сбоку от колена и выполняет болевой прием левой ногой.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p><u>Кансэцу-ваза</u></p>	<p>УКЭ должен на каждый прием ТОРИ продемонстрировать необходимый прием защиты, а ТОРИ должен выполнить соответствующее действие.</p> <p>Удэ-гарами: УКЭ пытается уйти, прогибая спину. ТОРИ продолжает болевой прием.</p> <p>Удэ-хишиги-джуджи-гатамэ: УКЭ пытается уйти, прогибая спину. Тори продолжает болевой прием.</p> <p>Удэ-хишиги-удэ-гатаме: УКЭ обороняется, тянет руку вниз. ТОРИ продолжает болевой прием.</p> <p>Удэ-хишиги-хиза-гатамэ: УКЭ обороняется, подтягиваясь вперед. ТОРИ продолжает болевой прием.</p>	<p>Средняя</p>

	Аши-гарами: УКЭ обороняется, пытается повернуться. ТОРИ продолжает болевой прием.	
--	--	--

КИМЭ-НО-КАТА

Главный элемент, требующий внимания	Вид ошибки
Приветствие и одежда.	Средняя
Дистанция.	Средняя
Дзюдоги и пояс.	Средняя
Правильная укладка и сбор оружия	Средняя
Дистанция атаки	От малой до средней
Идори (на коленях): во время проведения атаки стопы должны находиться на пальцах ног кроме техники Риотэ-дори .	Средняя
Последовательность элементов перемещения ТОРИ во время проведения болевого приема: правая нога – левая нога – правая нога, кроме техники Риотэ-дори , где необходима другая последовательность: левая нога – правая нога – левая нога.	Средняя
Использование оружия (каждый прием)	Средняя
Направление выполнения технического действия.	Средняя
ТОРИ смотрит прямо перед собой во время выполнения болевого приема.	Малая
Киай	От средней (если отсутствует) до малой
Скорость и ритм, эффективность и реализм	Средняя
Сигнал сдачи (два хлопка)	Малая

Техника	Элемент, требующий внимания	Вид ошибки
<p>Способ правильного размещения и сбора оружия</p>	<p>Нож внутри, меч снаружи с правой стороны, лезвием направлены вверх, конец направлен вниз по диагонали.</p> <p>Во время поклона вначале и после завершения КАТА УКЭ кладет оружие на мат справа от себя (сначала меч, затем нож) параллельно своей ноге, режущим краем к себе (рукоятка ножа на одной линии с гардой меча). После поклона УКЭ собирает свое оружие (сначала нож, затем меч) и поднимается, разворачивается и проходит около двух метров, садится и держит оружие вертикально перед собой, после этого кладет оружие на мат (сначала меч, затем нож). Нож должен быть расположен ближе к себе, оружие острием направлено к себе, рукоятками направлены в сторону Шомена.</p> <p>В завершении КАТА УКЭ собирает оружие (вначале кинжал, затем меч) и держит их справа.</p>	<p>Средняя</p>
<p>Идори Риотэ-дори</p>	<p>Дистанция два кулака (хидза-дзумэ)</p> <p>УКЭ захватывает запястья ТОРИ, не поднимаясь на пальцы ног. Тори, вставая на пальцы ног, наносит удар ногой (киай) в солнечное сплетение УКЭ, затем опускается на правое колено, поднимает левое колено, захватывает левое запястье УКЭ и поворачивается влево, тянет левую руку вперед по диагонали, блокируя ее своей правой подмышкой. Продолжая тянуть руку, давит на локоть, выполняя Ваки-гатамэ. УКЭ стоит на коленях и выполняет сигнал о сдаче – дважды стучит по татами.</p>	<p>От малой до средней</p>

<p>Цуккакэ</p>	<p>Дистанция два кулака (хидза-дзумэ).</p> <p>УКЭ встает на пальцы ног и правым кулаком ударяет ТОРИ в солнечное сплетение (киай).</p> <p>ТОРИ быстро приподнимается на пальцах, поворачивается направо на 90° на левом колене, правое колено поднято, захватывает правую руку УКЭ, тянет его, выводя из равновесия и проводит ответный удар правым кулаком между глаз УКЭ (киай).</p> <p>ТОРИ тянет руку УКЭ к правому бедру и удерживает запястье напротив бедра, левой рукой выполняет захват отворота кимоно УКЭ, проводит удушение, животом давит на локоть УКЭ (Хара-гатамэ). Затем делает два шага вперед по диагонали и давит на локоть.</p> <p>УКЭ находится на коленях и дважды стучит по татами, выполняя сигнал о сдаче.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Сури-аге</p>	<p>Дистанция два кулака (хидза-дзумэ).</p> <p>УКЭ приподнимается на пальцах ног, проводит удар пальцами открытой ладони правой руки в лоб ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ быстро приподнимается на пальцы ног, правой рукой захватывает запястье УКЭ, его левая рука находится подмышкой УКЭ, он наносит удар ногой в солнечное сплетение УКЭ (киай). ТОРИ разворачивается на 90°, толкая УКЭ вниз лицом на мат. Он вытягивает руку УКЭ вперед (ладонь вниз), делает два шага вперед на коленях (левая/правая) и располагает свое левое колено позади локтя УКЭ и проводит болевой прием, приподнимая руку вверх.</p> <p>УКЭ ударяет по мату дважды, выполняя сигнал о сдаче.</p>	<p>От малой до средней</p>

<p>Йоко-учи</p>	<p>Дистанция хидза-дзумэ.</p> <p>УКЭ приподнимается на пальцы ног и наносит удар в левый висок ТОРИ правым кулаком (киай).</p> <p>ТОРИ быстро приподнимается на пальцы ног, резким нырком головы под правую руку УКЭ уходит от удара, поднимая правую руку, делает шаг вперед правой ногой, захватывая УКЭ в Ката-гатамэ.</p> <p>ТОРИ левой рукой давит УКЭ под спину и, надавливая на него корпусом назад влево, делает шаг вперед левой ногой. Он прижимает правый локоть УКЭ к его лицу (правое колено на мате, левое - поднято), наносит удар УКЭ в солнечное сплетение локтем (киай).</p> <p>УКЭ после выполнения приема садится на дистанцию тома (1,2 метра) лицом к ТОРИ, затем встает, обходит ТОРИ справа и садится на расстоянии одного шага сзади ТОРИ.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Уширо-дори</p>	<p>Дистанция : УКЭ пододвигается на коленях позади ТОРИ на расстояние 20 см.</p> <p>УКЭ приподнимается на пальцы ног, делает шаг вперед правой ногой и обхватывает руками плечи ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ, реагируя, поднимает руки в стороны, разрывая захват, захватывает левый рукав УКЭ правой рукой, а левой рукой захватывает сверху плечо, приподнимаясь на пальцы ног, ставит правую ногу назад между ногами УКЭ, поворачивается влево как при. выполнении Макикоми</p> <p>ТОРИ, контролируя УКЭ, наносит удар в пах левым кулаком (киай).</p> <p>УКЭ встает на колени и возвращается в позицию сидя позади ТОРИ. Затем он встает, обходит ТОРИ справа и садится на дистанцию тома (1,2 м.) напротив ТОРИ.</p>	<p>От малой до средней</p>

<p>Цуккоми</p>	<p>УКЭ берет нож (правая рука сверху, левая снизу) и кладет его режущей кромкой вверх внутрь кимоно, возвращается и садится перед ТОРИ на дистанции тома, затем приближается на дистанцию около 45см.</p> <p>УКЭ достает нож, приподнимается на пальцы ног (левая нога впереди) и пытается нанести удар ножом в живот ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ, приподнимаясь на пальцы ног, поворачивается на левом колене вправо на 90 градусов, встает на правую стопу и быстрым движением захватывает локоть УКЭ левой рукой, наносит удар кулаком между глаз УКЭ (киай), захватывает кисть УКЭ и тянет его руку вперед, выводя из равновесия, и удерживает кисть напротив бедра. Он обхватывает шею, захватывает правый отворот УКЭ и выполняет Харагатаме, двигаясь по диагонали вперед.</p> <p>УКЭ стоит на коленях и дважды стучит по татами, выполняя сигнал о сдаче.</p> <p>УКЭ возвращается в положение сидя, убирая нож внутрь кимоно.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Кири-коми</p>	<p>Дистанция около 45см.</p> <p>УКЭ достает нож из кимоно и вставляет его за пояс слева. Приподнимаясь на пальцы ног, правая нога выставлена впереди, достает нож и пытается нанести удар по голове ТОРИ сверху (киай).</p> <p>ТОРИ, приподнимаясь на пальцах ног, выполняет захват запястья УКЭ двумя руками и уходит от удара, левое колено внизу, правое поднято, тянет УКЭ по диагонали вперед, выводя его из равновесия, захватывает руку УКЭ под мышку и выполняет Ваки-гатамэ.</p> <p>УКЭ стоит на коленях и дважды стучит по татами, выполняя сигнал о сдаче.</p>	<p>От малой до средней</p>

	<p>УКЭ садится на дистанцию тома напротив ТОРИ, достает нож из-за пояса и убирает его внутрь кимоно.</p>	
<p>Йоко-цуки</p>	<p>УКЭ встает и заходит справа от ТОРИ, садится рядом с ним. Дистанция хидза-дзюмэ.</p> <p>УКЭ достает нож лезвием вверх, поворачивается, привставая на пальцы ног, делает шаг вперед левой ногой и пытается нанести удар ножом в бок ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ быстро приподнимается на пальцы ног, поворачивается на 180 градусов направо на левом колене, правое колено вверху и отражает выпад, отклоняя локоть УКЭ и выводя его из равновесия, наносит удар УКЭ между глаз (киай). Обхватывает шею УКЭ, захватывает правый отворот кимоно и проводит Хара-гатамэ.</p> <p>УКЭ стоит на коленях и дважды стучит по татами, выполняя сигнал о сдаче.</p> <p>Оба возвращаются в положение сидя рядом друг с другом.</p> <p>УКЭ вновь убирает нож внутрь кимоно, встает, возвращается обратно и садится на дистанцию тома лицом к ТОРИ.</p> <p>УКЭ кладет нож на мат на прежнее место и садится в сейдза.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Тачиай Риотэ-дори</p>	<p>Дистанция один шаг (около 40 см.).</p> <p>УКЭ захватывает запястья ТОРИ, продвигаясь на полшага с правой ноги (киай).</p> <p>ТОРИ тянет руки УКЭ назад, выводя его из равновесия вперед, наносит удар ногой в пах (киай), сразу же возвращая ногу назад.</p> <p>ТОРИ тянет левую руку УКЭ по диагонали вперед и проводит Ваки-гатамэ в положении стоя.</p>	<p>От малой до средней</p>

	УКЭ дважды стучит по бедру ТОРИ, выполняя сигнал о сдаче.	
Содэ-дори	<p>УКЭ обходит ТОРИ справа (ТОРИ слегка отступает назад) и становится позади него слева. Он захватывает левый рукав ТОРИ сначала левой рукой, затем правой и заставляет ТОРИ шагать вперед (правая – левая – правая нога).</p> <p>На третьем шаге ТОРИ сдвигается направо и выводит УКЭ из равновесия в этом направлении. ТОРИ наносит удар УКЭ левой ногой в правое колено (киай), поворачивается налево на 180 градусов, захватывает правый рукав сверху и левый отворот кимоно УКЭ и выполняет бросок О-сото-гари.</p>	От малой до средней
Цуккакэ	<p>ТОРИ и УКЭ находятся на расстоянии 3 шагов лицом друг к другу (около 1,8 м.).</p> <p>УКЭ делает большой шаг вперед левой ногой, защищаясь левой рукой, затем делает выпад правой ногой вперед и пытается нанести удар ТОРИ в лицо кулаком в точку уто (киай).</p> <p>ТОРИ выполняет тай-сабаки на левой ноге на 90 градусов, уходит от удара, захватывает запястье УКЭ сверху и тянет его вперед и вниз, выводя из равновесия.</p> <p>Когда УКЭ тянет руку назад и выпрямляется, ТОРИ зашагивает за него правой ногой, затем левой ногой, правая рука обхватывает шею УКЭ и тянет его назад.</p> <p>ТОРИ скрещивает руки на левом плече УКЭ, как в Хадака – джимэ, делает шаг назад левой ногой и выполняет удушение.</p> <p>УКЭ защищается, захватывая предплечье ТОРИ, ударяет дважды по мату правой ногой, выполняя сигнал о сдаче.</p>	От малой до средней
	ТОРИ и УКЭ стоят на расстоянии одного	От малой до

<p>Цуки – агэ</p>	<p>шага лицом друг к другу.</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой и пытается нанести удар (апперкот) в подбородок ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ отшагивает назад, уходя от удара, двумя руками берет запястье УКЭ, тянет его вверх-вперед по диагонали.</p> <p>ТОРИ захватывает руку под плечо и выполняет Ваки-гатамэ в положении стоя.</p> <p>УКЭ не следует наклоняться слишком низко. Он хлопает по ноге ТОРИ, выполняя сигнал сдачи.</p>	<p>средней</p>
<p>Сури-агэ</p>	<p>ТОРИ и УКЭ находятся на расстоянии одного шага.</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой и пытается ударить ТОРИ в лоб пальцами открытой ладони правой руки (киай).</p> <p>ТОРИ отходит назад и парирует удар в локоть левым предплечьем, одновременно он ударяет УКЭ в живот кулаком (тыльной стороной вниз) правой руки (киай). Сразу же ТОРИ выполняет бросок влево Уки-гоши.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Йоко – учи</p>	<p>ТОРИ и УКЭ стоят лицом друг к другу на расстоянии одного шага.</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой и пытается нанести удар правым кулаком в левый висок ТОРИ.</p> <p>ТОРИ, делая шаг левой ногой, уходит от удара и одновременно правой рукой захватывает левый отворот куртки УКЭ. Затем он делает шаг правой ногой, затем левой ногой и заходит за спину УКЭ. Далее ТОРИ обхватывает шею УКЭ левой рукой и выполняет захват за правый отворот куртки УКЭ. ТОРИ фиксирует своим лбом сзади голову УКЭ, делает шаг назад левой ногой, слегка приседая, и выполняет Оури-эри-</p>	<p>От малой до средней</p>

	<p>Джимэ.</p> <p>УКЭ, защищается, захватывая левую руку ТОРИ ближе к локтю и тянет её вниз, затем правой ногой выполняет сигнал о сдаче.</p>	
Кэ-агэ	<p>Дистанция один шаг.</p> <p>УКЭ делает небольшой шаг вперед левой ногой и пытается нанести удар правой ногой в пах ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ отшагивает назад, поворачиваясь вправо на 90 градусов в тай-сабаки, левой рукой он захватывает лодыжку УКЭ, а затем правой рукой отводит ногу УКЭ влево, разворачивает бедра влево и наносит удар правой ногой в пах УКЭ (киай).</p> <p>ТОРИ и УКЭ располагаются лицом друг к другу на расстоянии 1,2 м.</p>	От малой до средней
Уширо-дори	<p>УКЭ обходит ТОРИ справа и останавливается прямо за ним на расстоянии около 90см. Одновременно УКЭ делает шаг назад.</p> <p>ТОРИ делает три шага (левая-правая-левая), УКЭ следует за ним, но на третьем шаге он делает шаг правой ногой и обхватывает плечи ТОРИ.</p> <p>ТОРИ сразу же раздвигает локти и захватывает правый рукав УКЭ обеими руками. Затем он выполняет бросок Сэой-нагэ.</p> <p>В завершение броска ТОРИ встает на правое колено, левое колено вверху и наносит удар УКЭ между глаз Тэ-гатана (киай).</p> <p>ТОРИ возвращается в исходное положение, находясь на расстоянии около 1,2 м от УКЭ.</p>	От малой до средней

<p>Цуккоми</p>	<p>УКЭ берет нож (правая рука сверху, левая снизу, режущая кромка кверху внутри кимоно) и возвращается на свое место.</p> <p>Дистанция 90 см.</p> <p>УКЭ достает нож, делает шаг вперед левой ногой и пытается нанести удар ножом в живот ТОРИ.</p> <p>ТОРИ поворачивается вправо, отводит правую руку УКЭ и наносит удар кулаком между глаз (киай), захватывает запястье УКЭ и тянет руку к своему будру. Удерживая кисть напротив бедра, он обхватывает шею УКЭ и захватывает правый отворот его куртки. ТОРИ тянет по диагонали вперед, выполняя Хара-гатамэ.</p> <p>УКЭ не должен сильно наклоняться.</p> <p>УКЭ выполняет сигнал о сдаче, дважды хлопая по своей ноге и убирает нож в кимоно.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Кири-коми</p>	<p>УКЭ, находясь напротив ТОРИ на расстоянии 90 см, достает нож из кимоно и засовывает его за пояс с левой стороны.</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой и пытается нанести рубящий удар ТОРИ сверху по голове (киай).</p> <p>ТОРИ захватывает запястье УКЭ обеими руками и уходит от удара. Он захватывает руку УКЭ под мышку и, двигаясь вперед по диагонали, выполняет Ваки – гатамэ.</p> <p>УКЭ не должен сильно наклоняться.</p> <p>УКЭ выполняет сигнал о сдаче (два хлопка) и возвращается на дистанцию 1,2 м.</p> <p>УКЭ убирает нож за пояс, а затем внутрь кимоно.</p>	<p>От малой до средней</p>

<p>Нуки-какэ</p>	<p>УКЭ кладет нож на татами, берет меч (правая рука сверху, левая снизу), вставляет его за пояс слева, лезвием кверху.</p> <p>ТОРИ и УКЭ стоят лицом друг к другу на дистанции тома.</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой и пытается вытащить меч.</p> <p>ТОРИ делает подшагивание вперед правой ногой близко к УКЭ и блокирует правой рукой запястье УКЭ, предотвращая вытаскивание меча.</p> <p>ТОРИ быстро делает шаг правой ногой, затем зашагивает левой ногой за УКЭ, левой рукой он обхватывает шею УКЭ и захватывает правый отворот кимоно. Затем он делает шаг назад по диагонали, выводя из равновесия УКЭ, и выполняет Ката-хаджимэ.</p> <p>УКЭ выполняет сигнал сдачи правой ногой дважды по татами.</p>	<p>От малой до средней</p>
<p>Кири-ороши</p>	<p>Дистанция 2,7 м.</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой и медленно достает меч, нацеливая его конец между глаз ТОРИ (положение сейган).</p> <p>УКЭ делает шаг вперед (цуги-аши).</p> <p>ТОРИ делает шаг назад с левой ноги.</p> <p>УКЭ поднимает меч над своей головой в положении джодан, делает шаг вперед с правой ноги и пытается нанести удар по голове ТОРИ (киай).</p> <p>ТОРИ быстро поворачивается на 90 градусов вправо, делая тай-сабаки, захватывает сверху запястье УКЭ, тянет вперед по диагонали его запястье к</p>	<p>От малой до средней</p>

	<p>правому бедру и выводит УКЭ из равновесия. Затем ТОРИ, обхватывая шею УКЭ левой рукой, захватывает его правый отворот кимоно, выполняя Хара-гатамэ. ТОРИ шагает по диагонали правая-левая-правая нога, надавливая на локоть УКЭ.</p> <p>УКЭ не должен сильно наклоняться.</p> <p>Он выполняет сигнал сдачи, дважды ударяя по бедру ТОРИ.</p> <p>ТОРИ возвращается обратно на расстояние одного мата от его исходного положения, УКЭ находится на исходной позиции для атаки, оба лицом друг к другу.</p> <p>УКЭ поднимает меч на уровне глаз затем возвращает меч в ножны (положение шизентай), делает шаг назад правой ногой.</p> <p>Пока УКЭ возвращает меч на мат, подготавливаясь к церемонии завершения КАТА, ТОРИ занимает исходное положение.</p>	
--	---	--

ДЗЮ-НО-КАТА

<i>Главный элемент, требующий внимания</i>	<i>Вид ошибки</i>
<p>Дистанция:</p> <p>Цуки – даши: три шага</p> <p>Ката – оши: левая нога ТОРИ и правая нога УКЭ находятся рядом на одной линии</p> <p>Риотэ – дори: пол шага</p> <p>Ката – маваши: пол шага</p> <p>Аго – оши: три шага</p> <p>Кири – оши: один шаг</p> <p>Рё – ката – оши: вытянутая рука (пальцы рук УКЭ касаются плеч ТОРИ)</p> <p>Нанамэ – учи: пол шага</p> <p>Кататэ – дори: ТОРИ и УКЭ стоят бок о бок.</p> <p>Кататэ – агэ: три метра</p> <p>Оби – тори: один шаг</p> <p>Мунэ – оши: пол шага</p> <p>Цуки – агэ: один шаг</p> <p>Учи – ороши: один шаг</p> <p>Рёган – цуки: один шаг</p>	Средняя
Изменение ритма	Малая
Решительность, эффективность, реализм	Средняя
Сигнал сдачи (один удар свободной рукой или отшаг ногой)	Малая. Средняя, если УКЭ не ударяет.

Техника	Элемент, требующий внимания	Тип ошибки
Приветствие и одежда	Стартовая дистанция	Средняя
	Приветствие	Средняя
	Дзюдоги и пояс	Средняя
Цуки – даши	УКЭ выполняет цуги-аши и постепенно поднимает руку (пояс, горло, глаза)	Средняя
	УКЭ атакует точку между глаз (уто) на третьем шаге. ТОРИ берет УКЭ за правое запястье большим пальцем вниз, а левое запястье большим пальцем вверх.	Средняя
	Способы освобождения ТОРИ и УКЭ (движение ног наружу и внутрь при поворотах, захваты руки большим пальцем вверх).	Средняя
	Завершение: выведение УКЭ из равновесия назад с вытянутой рукой.	Средняя
Ката – оши	Рука УКЭ напряжена, он толкает в край плеча ТОРИ.	Малая
	УКЭ готовит руку перед атакой.	Малая
	УКЭ бьет ТОРИ в глаза, двигаясь вперед. ТОРИ контратакует (захват руки), двигаясь назад.	Средняя
	Завершение: ТОРИ выводит из равновесия УКЭ назад с вытянутыми руками.	Средняя
Риотэ – дори	УКЭ производит захват обоих запястий ТОРИ.	Малая
	ТОРИ выводит из равновесия УКЭ вперед и выполняет Сото – макикоми .	Средняя
	Нагрузка ТОРИ и подъем УКЭ.	Средняя

<p>Ката – маваши</p>	<p>УКЭ поворачивает плечи ТОРИ (правая рука на правом плече, левая – на передней части левого плеча).</p> <p>ТОРИ выводит УКЭ из равновесия вперед и проводит Иппон-сэой-нагэ, поднимая УКЭ на плече.</p> <p>Наклон ТОРИ и подъем УКЭ.</p>	<p>Малая</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
<p>Аго – оши</p>	<p>ТОРИ делает три шага вперед (на третьем шаге поворачивается вправо).</p> <p>УКЭ двигается цуги – аши и постепенно поднимает руку (пояс, горло, подбородок).</p> <p>ТОРИ защищается, захватывая руку УКЭ, двигаясь вперед, поворачиваясь на 180 градусов.</p> <p>УКЭ готовит руку перед атакой.</p> <p>УКЭ наносит удар в глаза ТОРИ, двигаясь вперед. ТОРИ контратакует (захват руки), двигаясь назад.</p> <p>Завершение: ТОРИ выводит УКЭ из равновесия назад с фиксацией согнутых рук.</p>	<p>Малая/средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Малая</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
<p>Кири – ороши</p>	<p>УКЭ готовит атаку (поворачивает правую руку и тело одновременно).</p> <p>УКЭ проводит атаку Тэ-гатана, делая шаг вперед с правой ноги.</p> <p>ТОРИ делает шаг назад (правая-левая нога), проводит захват запястья УКЭ, делает два шага цуги – аши.</p> <p>УКЭ проводит захват локтя ТОРИ и поворачивает его на 180 градусов по большому кругу.</p> <p>ТОРИ поворачивается на левой ноге и захватывает руку УКЭ снизу.</p> <p>ТОРИ продолжает движение за спину УКЭ, выводя его из равновесия назад.</p> <p>Завершение: ТОРИ выводит из равновесия УКЭ назад с вытянутой рукой.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>

<p>Рё – ката – оши</p>	<p>УКЭ атакует ТОРИ сзади, надавливая на его плечи вниз.</p> <p>ТОРИ защищается, приседая, делая левой ногой полшага назад, правой ногой полшага вперед, поворачивается, захватывает запястье УКЭ, выполняя левой ногой полшага назад (УКЭ делает полшага вперед), правой ногой полшага вперед.</p> <p>ТОРИ поворачивается и двигается вперед, медленно поднимаясь, тянет УКЭ.</p> <p>УКЭ защищается, упираясь левой рукой в спину ТОРИ.</p> <p>ТОРИ и УКЭ стоят вытянувшись и сохраняя вертикальное равновесие.</p> <p>ТОРИ поворачивается влево, располагая свою левую руку поперек груди УКЭ, и толкает его назад.</p> <p>Завершение: ТОРИ выводит УКЭ из равновесия, толкая его левым локтем и поднимая и выпрямляя правую руку УКЭ.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Малая</p> <p>Малая/средняя</p> <p>Малая/средняя</p> <p>Средняя</p>
<p>Нанамэ – учи</p>	<p>УКЭ пытается провести удар ТОРИ по диагонали между глаз (Тэ - гатана).</p> <p>ТОРИ уходит от удара и проводит захват запястья УКЭ, затем контратакует пальцами правой руки.</p> <p>УКЭ захватывает запястье ТОРИ и тянет его вперед и влево. Тори освобождает запястье.</p> <p>УКЭ накладывает руку на локоть ТОРИ и заставляет ТОРИ повернуться.</p> <p>ТОРИ поворачивается и поднимает УКЭ на Ура-нагэ (плечи отклонены назад). Ноги УКЭ вместе, руки подняты над головой.</p>	<p>Малая</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Малая / средняя</p> <p>Средняя</p>

<p>Кататэ – дори</p>	<p>УКЭ захватывает правое запястье ТОРИ.</p> <p>ТОРИ делает шаг вперед, поднимает и вытягивает руку (Кансэцу – ваза), двигаясь по диагонали вперед.</p> <p>УКЭ двигается вперед, обороняясь, толкает локоть ТОРИ.</p> <p>ТОРИ поворачивается и поднимает УКЭ (от Уки-гоши к О-гоши).</p>	<p>Малая</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
<p>Кататэ – аге</p>	<p>Поднимая руки, ТОРИ и УКЭ приближаются друг к другу.</p> <p>ТОРИ делает шаг в сторону, избегая столкновения, держась левое плечо УКЭ и его правый локоть; УКЭ реагирует, ТОРИ блокирует локти УКЭ; УКЭ вновь реагирует (ТОРИ стоит прямо, контролируя действия УКЭ; действия и противодействия выполняются медленно, ТОРИ и УКЭ находятся в непосредственной близости друг от друга).</p> <p>Завершение: ТОРИ выводит из равновесия назад УКЭ с вытянутой правой рукой.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
<p>Оби –тори</p>	<p>УКЭ выполняет шаг левой ногой вперед (руки скрещены, левая сверху) и пытается захватить пояс ТОРИ.</p> <p>ТОРИ захватывает левое запястье УКЭ правой рукой, локоть левой рукой и тянет его в правую сторону; затем он толкает УКЭ в правое плечо, поворачивая его. УКЭ, поворачиваясь, захватывает локоть ТОРИ и тянет его за левое плечо.</p> <p>ТОРИ снова поворачивается и тянет УКЭ близко к бедру, затем поднимает УКЭ (от Уки-гоши к О – гоши).</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
<p>Мунэ – оши</p>	<p>УКЭ толкает правой рукой ТОРИ в грудь, ТОРИ захватывает запястье УКЭ, правой рукой толкает УКЭ в грудь. УКЭ захватывает запястье ТОРИ. Вместе они вращаются в направлении <i>Шомена</i>, меняя хват.</p> <p>ТОРИ, блокируя правую руку УКЭ, меняет</p>	<p>Средняя</p>

	<p>захват на левой вытянутой руке УКЭ (захватывая локоть), выводит его из равновесия назад.</p> <p>Завершение: ТОРИ выполняет шаг правой ногой, затем левой ногой, приседая, продолжает выводить УКЭ из равновесия.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
Цуки – агэ	<p>УКЭ делает шаг назад правой ногой, затем вновь шагает вперед, пытаясь ударить ТОРИ кулаком снизу в подбородок (апперкот).</p> <p>ТОРИ правой рукой захватывает кулак УКЭ, левой рукой локоть УКЭ, делает шаг вперед левой ногой и поворачивает УКЭ.</p> <p>УКЭ поворачивается на 180 градусов на левой ноге.</p> <p>ТОРИ левой рукой толкает правую руку УКЭ, захватывает правой рукой УКЭ на Удэ-гарами, выводит из равновесия УКЭ назад, выполняя шаги левой – правой ногой.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>
Учи-ороши	<p>УКЭ поднимает руку, постепенно сжимая в кулак, описывая рукой большой круг, делает шаг вперед правой ногой и пытается нанести удар ТОРИ по голове сверху.</p> <p>ТОРИ делает шаг назад (правая – левая нога), захватывает запястье УКЭ, делает два шага вперед (цуги-аши).</p> <p>УКЭ проводит захват локтя ТОРИ и поворачивается на 180 градусов по большому кругу.</p> <p>ТОРИ поворачивается на левой ноге, левой рукой захватывает запястье УКЭ сверху и делает шаг за УКЭ, выводя его из равновесия назад.</p> <p>Завершение: ТОРИ выводит УКЭ из равновесия, одновременно выполняя Кансэцу-ваза и Шимэ-ваза.</p>	<p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p> <p>Средняя</p>

Рёган-цуки	УКЭ поднимает правую руку и атакует ТОРИ в глаза (пальцы вытянуты, безымянный и средний палец разведены), и делает шаг вперед правой ногой.	Малая
	ТОРИ уходит от удара, захватывает запястье УКЭ и тянет руку.	Малая/средняя
	УКЭ делает шаг вперед левой ногой и захватывает запястье ТОРИ, освобождает свою руку, поворачиваясь на правой ноге.	Средняя
	ТОРИ наносит удар по глазам УКЭ левой рукой (пальцы вытянуты, безымянный и средний палец разведены), и делает шаг вперед левой ногой.	Средняя
	УКЭ уходит от удара, захватывает запястье ТОРИ и тянет руку.	Малая/средняя
	ТОРИ делает шаг вперед правой ногой, захватывает запястье УКЭ и освобождает руку.	Средняя
	УКЭ пытается повернуть ТОРИ, но ТОРИ обхватывает рукой талию УКЭ, и поднимает его (от Уки-гоши к О-гоши).	Средняя

КОДОКАН ГОШИН - ДЗЮЦУ

<i>Главный элемент, требующий внимания</i>	<i>Тип ошибки</i>
Дистанция	Средняя
Приветствия	Средняя
Дзюдоги и пояс	Средняя
Правильное размещение и сбор оружия	Средняя
Использование оружия (каждый прием)	Средняя
Направление приема	Средняя
Во время проведения болевого приема ТОРИ смотрит вперед	Малая
Киай	От малой до средней (если отсутствует)
Скорость, ритм, эффективность и реализм	Средняя
Сигнал сдачи (два хлопка)	Малая

<i>Техника</i>	<i>Элемент, требующий внимания</i>	<i>Вид ошибки</i>
Правильное размещение и сбор оружия на татами вначале и в конце завершения КАТА	<p>В левой руке УКЭ держит нож (режущей кромкой вверх), а в правой – палка, пистолет в кимоно, концы ножа и палки направлены вниз.</p> <p>УКЭ делает шаг назад правой ногой, проходит в сторону Шомена полтора мата (около 3 м); садится в сейдза, кладет нож ближе к себе (лезвие к себе, острием направлен влево), затем палку, затем пистолет (стволом) развернуты влево.</p> <p>В завершение КАТА УКЭ делает шаг назад правой ногой, идет и собирает оружие: садясь в сейдза, он берет нож и палку. Пистолет находится в куртке.</p>	Средняя

<p>Рётэ-дори</p>	<p>УКЭ и ТОРИ идут к центру.</p> <p>УКЭ выполняет шаг вперед левой ногой, захватывает запястья ТОРИ и атакует правым коленом в пах (киай).</p> <p>ТОРИ освобождается от захвата, наносит атэми - удар Тэ-гатана в висок УКЭ (киай), делает шаг назад по диагонали, применяя Котэ-хинэри на запястье УКЭ в положении стоя, смотрит вперед.</p> <p>Сдаваясь, УКЭ дважды ударяет ТОРИ по левой ноге. УКЭ не должен сильно наклоняться.</p>	<p>Средняя/ малая</p>
<p>Хидари-эри-дори</p>	<p>УКЭ и ТОРИ идут к центру.</p> <p>УКЭ выполняет шаг вперед правой ногой, захватывает правой рукой левый отворот ТОРИ и пытается толкнуть его вниз.</p> <p>ТОРИ тянет свой отворот, наносит удар Мэ-цубуши атеми открытой рукой в лицо УКЭ (киай). Тори проводит Котэ-хинэри, контролируя запястье, тянет по диагонали вниз левой рукой, надавливает на локоть вниз, обхватывая локоть большим и четырьмя пальцами, с помощью Тэ-гатамэ укладывает УКЭ на татами. Затем контролируя лопатку УКЭ левым коленом, подтягивает его правую кисть к его голове.</p> <p>УКЭ лежит на животе и дважды стучит по татами.</p>	<p>Малая/средняя</p>
<p>Миги-эри-дори</p>	<p>УКЭ и ТОРИ идут к центру. УКЭ захватывает правый отворот ТОРИ правой рукой, отшагивает назад левой ногой, сильно тянет ТОРИ.</p> <p>ТОРИ выполняет шаг вперед правой ногой и наносит удар снизу (апперкот) в челюсть УКЭ (киай), левой рукой захватывает запястье УКЭ (Котэ-гаэши), перехватывает запястье правой рукой, выполняет шаг назад левой ногой и разворачивается на 180 градусов до падения УКЭ вперед.</p>	<p>Малая/средняя</p>

<p>Ката-удэ-дори</p>	<p>Исходное положение: УКЭ располагается позади ТОРИ справа.</p> <p>УКЭ проводит болевой прием на руку ТОРИ сзади (запястье и локоть).</p> <p>УКЭ толкает ТОРИ и двигается вперед (левая-правая-левая нога). ТОРИ также продвигается вперед и на третьем шаге он поворачивается в направлении УКЭ и наносит удар изнутри в колено боковой частью ноги (киай) .</p> <p>ТОРИ ставит ногу, делает шаг назад по диагонали и проводит Ваки-гатамэ в стойке, глядя вперед.</p> <p>Сдаваясь, УКЭ дважды хлопает по своей левой ноге. УКЭ не должен сильно наклоняться.</p>	<p>Малая/средняя</p>
<p>Уширо-эри-дори</p>	<p>Исходное положение: УКЭ встаёт сзади.</p> <p>Когда ТОРИ достигает центра, УКЭ захватывает заднюю часть отворота куртки ТОРИ и делает шаг назад левой ногой, пытаясь повалить ТОРИ на спину.</p> <p>ТОРИ поворачивается на 180 градусов влево, поднимает левую руку для защиты головы и наносит удар УКЭ в живот (киай).</p> <p>ТОРИ, блокируя руку УКЭ головой, проводит Удэ-гатамэ, выводя УКЭ из равновесия вправо.</p> <p>Сдаваясь, УКЭ дважды хлопает по своей левой ноге. УКЭ не должен сильно наклоняться.</p>	<p>Малая/средняя</p>
<p>Уширо-джимэ</p>	<p>Исходное положение: УКЭ встает сзади ТОРИ.</p> <p>Когда ТОРИ подходит к центру, УКЭ пытается провести Хадака-джимэ в стойке.</p> <p>ТОРИ, защищаясь, обеими руками тянет вниз правую руку УКЭ, поворачивается на 180 градусов, контролируя руку УКЭ плечом,</p>	<p>Малая/средняя</p>

	<p>меняет хват, ТОРИ тянет УКЭ вниз и удерживает его с помощью Тэ-гатамэ.</p> <p>УКЭ лежит на животе и дважды ударяет по татами.</p>	
Какаэ-дори	<p>Исходное положение: УКЭ встаёт позади ТОРИ.</p> <p>Когда ТОРИ подходит к центру, УКЭ делает шаг вперед правой ногой и обхватывает ТОРИ сзади медвежьей хваткой. Как только УКЭ дотрагивается до него, ТОРИ подсаживается, напрягая локти, освобождается от захвата и наступает на ногу УКЭ.</p> <p>ТОРИ поворачивается на 180 градусов вправо, одновременно проводит болевой прием левой рукой на запястье УКЭ, а правым предплечьем открытой рукой на локоть УКЭ. Делает шаг вперед левой ногой, удерживая запястье УКЭ, поворачивается вправо и бросает УКЭ вперед по диагонали. УКЭ не поднимается в стойку. ТОРИ и УКЭ лицом друг к другу в положении шизентай.</p>	Малая/средняя
Нанамэ-учи	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ наносит удар кулаком ТОРИ в область виска (левая-правая нога, киай).</p> <p>ТОРИ делает шаг назад правой ногой, захватывает запястье УКЭ левой рукой (мизинец вверх) и наносит удар (апперкот) УКЭ правой рукой (киай).</p> <p>ТОРИ, поворачивая левую руку, блокирует локоть УКЭ сбоку, захватывает шею УКЭ правой рукой и бросает его (О-сото-отоши).</p>	Средняя/малая
Аго-цуки	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ атакует ТОРИ апперкотом (правая нога впереди, киай).</p> <p>ТОРИ делает шаг назад левой ногой и отражает удар снизу правой рукой, затем он захватывает запястье УКЭ правой рукой и</p>	Средняя/малая

	<p>поворачивает руку УКЭ в сторону его лица локтем кверху, выполняя болевой прием.</p> <p>ТОРИ делает шаг вперед левой ногой и бросает УКЭ вперед по диагонали.</p> <p>УКЭ не поднимается в стойку.</p>	
Ганмэн-цуки	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ занимает позицию в левой стойке на расстоянии трех шагов, ТОРИ останавливается, УКЭ левым кулаком наносит ТОРИ удар по лицу (киай).</p> <p>ТОРИ уходит от удара, делая шаг вперед вправо, и наносит удар УКЭ по ребрам правым кулаком (киай),</p> <p>ТОРИ зашагивает за УКЭ (левая стопа параллельно), выполняет Хадака-джимэ, делая шаг назад левой ногой.</p> <p>УКЭ защищается, затем сдается, ТОРИ отпускает его, делая шаг назад и позволяя ему упасть.</p>	Средняя/малая
Маэ-гэри	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ проводит атаку Маэ-гэри, нанося удар ТОРИ в пах правой ногой (киай).</p> <p>ТОРИ делает шаг назад правой ногой, поворачивается вправо, уходя от атаки, выполняет захват лодыжки, поворачивает обеими руками стопу УКЭ против часовой стрелки так, что тот теряет равновесие, затем толкает УКЭ вперед, делая цуги-аши и поднимая ногу УКЭ, пока тот ни упадет.</p>	Малая/средняя
Йоко-гэри	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ выполняет шаг вперед по диагонали с левой ноги и наносит удар ТОРИ правой ногой в бок Йоко-гэри (киай).</p> <p>ТОРИ делает шаг вперед по диагонали, левая-правая нога, парирует удар правой рукой (Тэ-гатана), затем зашагивает за УКЭ, держа свои руки на плечах УКЭ, и резко</p>	Средняя/малая

	садится на правое колено. ТОРИ бросает УКЭ на спину справа от себя.	
Буки (против вооруженных атак): способы возврата оружия УКЭ	<p>Нож : ТОРИ возвращает нож обеими руками, лезвием к себе, острием вправо.</p> <p>Палка: ТОРИ возвращает палку обеими руками.</p> <p>Пистолет: ТОРИ возвращает пистолет обеими руками, рукояткой к УКЭ, стволом вправо.</p>	Малая
Цуккакэ	<p>УКЭ берет нож в положении кёши (правое колено вверх): лезвием кверху убирает внутрь куртки.</p> <p>ТОРИ и УКЭ идут к центру и останавливаются на расстоянии полушага.</p> <p>УКЭ пытается достать нож, делая шаг назад правой ногой.</p> <p>ТОРИ делает глубокий шаг правой ногой, захватывает правой рукой левый локоть УКЭ, толкает влево, нанося удар между глаз УКЭ левой рукой Мэ-цубуши.</p> <p>ТОРИ выполняет захват левого запястья УКЭ, меняя захват правой рукой (ладонь вниз), тянет УКЭ вниз на татами, выполняя Тэ-гатамэ (правая рука удерживает локоть, правое колено контролирует плечо).</p> <p>УКЭ лежит на животе и дважды стучит по татами.</p>	Средняя/малая
Чоку-цуки	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>На расстоянии трех шагов УКЭ шагает вперед с левой ноги, достает нож (ТОРИ останавливается), затем, шагая правой ногой, УКЭ пытается нанести удар ТОРИ в живот (киай).</p> <p>ТОРИ поворачивается вправо, уходит от удара, левая рука на локте УКЭ, и выполняет апперкот (киай). Затем обеими руками захватывает запястье УКЭ и тянет</p>	Малая/ средняя

	<p>его вперед по диагонали, выполняя Ваки-гатамэ в положении стоя, глядя вперед.</p> <p>Выполняя сигнал о сдаче, УКЭ дважды хлопает по левой ноге ТОРИ. УКЭ не должен сильно наклоняться.</p>	
Нанамэ-цуки	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>На расстоянии трех шагов УКЭ начинает движение с левой ноги, достает нож и поднимает его, чтобы нанести удар (ТОРИ останавливается), затем, шагая правой ногой, УКЭ пытается нанести удар ТОРИ по яремной вене (киай).</p> <p>ТОРИ выполняет шаг назад правой ногой, уходя от удара, левой рукой захватывает запястье УКЭ (мизинец вверх), затем захватывает запястье УКЭ снизу правой рукой (Котэ-гаэши), быстро выполняет шаг назад левой ногой и, разворачиваясь на 180 градусов, опрокидывает УКЭ, затем выполняет Тэ-гатамэ, блокируя УКЭ коленом в грудь. УКЭ дважды ударяет по татами левой рукой. ТОРИ левой рукой отбирает нож.</p>	Малая/ средняя
Фури-агэ	<p>УКЭ кладет нож на прежнее место на мат и берет палку, сидя в положении кёши (правое колено поднято), палка в правой руке концом вниз.</p> <p>ТОРИ и УКЭ идут к центру и останавливаются на расстоянии полушага.</p> <p>УКЭ правой ногой делает шаг назад, пытается атаковать ТОРИ, поднимая палку над головой (киай). ТОРИ делает шаг вперед левой ногой, блокирует правую руку УКЭ левым предплечьем и толкает голову УКЭ назад правой рукой снизу в подбородок, выводя УКЭ из равновесия назад (киай).</p> <p>ТОРИ выполняет бросок (О-сото-гари).</p>	Малая/ средняя

<p>Фури-ороши</p>	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>На расстоянии трех шагов УКЭ, двигаясь с левой ноги, поднимает палку справа, удерживая её двумя руками (ТОРИ останавливается).</p> <p>УКЭ делает шаг вперед правой ногой, атакует по диагонали ТОРИ в левый висок (киай).</p> <p>ТОРИ делает шаг назад по диагонали правой ногой (тай-сабаки), затем делает шаг вперед левой ногой и одновременно наносит удар по лицу УКЭ (атэми) левым кулаком (киай).</p> <p>ТОРИ правой рукой хватает палку и вновь наносит удар УКЭ (атэми) между глаз ребром ладони (киай), потом толкает в лоб назад УКЭ, опрокидывая его и одновременно выхватывая палку из рук УКЭ.</p>	<p>Малая/ средняя</p>
<p>Моротэ-цуки</p>	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>На расстоянии трех шагов УКЭ останавливается в левой стойке в готовности нанести удар в солнечное сплетение ТОРИ концом палки (ТОРИ останавливается). УКЭ атакует, делая цуги-аши.</p> <p>ТОРИ выполняет тай-сабаки, делая шаг вперед по диагонали правой ногой, отклоняет палку правой рукой, затем берет палку левой рукой и, перехватывая палку правой рукой между рук УКЭ, двигается вперед по диагонали, делая болевой прием на локоть УКЭ. Усиливая воздействие на локоть, ТОРИ бросает УКЭ, удерживая палку, выполняет шаг вперед правой ногой и становится в левую стойку. УКЭ не встает.</p>	<p>Малая/ средняя</p>

<p>Шомэн-цукэ</p>	<p>УКЭ кладет палку на татами, сидя в кёши (правое колено вверх), берет пистолет и кладет его в куртку.</p> <p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ приказывает поднять руки вверх, давая команду «тэ-о-агэро»!</p> <p>ТОРИ медленно поднимает руки. УКЭ приставляет ствол пистолета к животу ТОРИ (правая нога впереди). В тот момент, когда УКЭ смотрит вниз, нащупывая бумажник ТОРИ, последний поворачивается вправо и захватывает пистолет левой рукой (большой палец сверху), одновременно захватывает запястье УКЭ, тянет его вперед, а ствол тянет вниз-вперёд направлении подмышки УКЭ, разоружая таким образом УКЭ (используя только движение бедром).</p>	<p>Малая/ средняя</p>
<p>Коши-гамаэ</p>	<p>ТОРИ и УКЭ идут к центру.</p> <p>УКЭ приказывает поднять руки вверх, давая команду «тэ-о-агэро»! УКЭ держит пистолет сбоку, направляя его в живот ТОРИ (левая нога впереди). ТОРИ медленно поднимает руки, УКЭ сближается, делая шаг вперед.</p> <p>В тот момент, когда УКЭ смотрит вниз, нащупывая бумажник ТОРИ, последний поворачивается влево и захватывает ствол пистолета правой рукой, отводя его от себя, захватывает пистолет снизу левой рукой, тянет его вправо, используя движение бедром; надавливая на запястье, выхватывает пистолет и наносит удар в лицо УКЭ рукояткой пистолета (киай).</p>	<p>Малая/ средняя</p>
<p>Хаймэн-цукэ</p>	<p>УКЭ подходит сзади ТОРИ.</p> <p>УКЭ приказывает поднять руки вверх, давая команду «тэ-о-агэро»! Когда ТОРИ достигает центра, УКЭ направляет пистолет в спину ТОРИ (правая нога впереди). ТОРИ медленно поднимает руки. Когда ТОРИ чувствует руки УКЭ на бумажнике, ТОРИ быстро поворачивается на 180 градусов,</p>	<p>Малая/ средняя</p>

	<p>блокирует предплечье УКЭ в локте правой рукой так, чтобы пистолет был направлен вверх, берет ствол пистолета левой рукой, контролируя его, и, быстро вращаясь вперед влево, отбирает пистолет и бросает УКЭ на татами.</p> <p>ТОРИ и УКЭ возвращаются в исходное положение.</p>	
--	--	--