

Skrypt



Wymagania na test
grupy II Oświecenia
w dniu 1 marca 2016r



Test składa się z części teoretycznej:

Część teoretyczna: sprawdzian pisemny, wpisanie brakującego tłumaczenia (z Polskiego na Japoński oraz z Japońskiego na Polski), przetłumaczenie kombinacji uderzeń – nie trzeba (ale można) pisać dokładnie tak jak w skrypcie, ale żeby było wiadomo o co chodzi (np. zamiast Ju-jitsu – dzu-dzitsu)

Ocena z testu będzie oceną cząstkową do egzaminu który odbędzie się pod koniec roku szkolnego.

Obecność obowiązkowa. Należy przynieść przybory do pisania.

Data testu: 1.03.2016r.

W problematycznych miejscach w nawiasie znajdują się wymowa Japońskich wyrazów.



Słownictwo

A

Arigato	Dziękuję
Atemi	Uderzenie

B

Bu	Wojskowy, wojenny
Budo	Droga walki

C

Chugaeri (Czugeru)	Przewrót w przód
Chudan (Czudan)	Wysokość od pasa do szyi

D

Dachi (Daczi)	Pozycja
Dan	Stopień mistrzowski
Do	Droga
Dojo (Dodžo)	Sala ćwiczeń
Domo-arigato	Dziękuję bardzo
Dori	Chwył
Dosokute-dori	Chwył za rękę jednoimienną

E

Empi	Łokiec
Empi-tsuki (Empi tski)	Uderzenie łokciem



G

Gedan	Wysokość od pasa w dół
Geri	Kopnięcie
Gyaku (Gjaku)	Odwrotnie, przeciwnie

H

Hajime (Hadzime)	Początek
Hidari	Lewy, lewa strona
Hiza	Kolano
Hiza-geri	Kopnięcie kolaniem

J

Jigotai (Dzigotai)	Pozycja w gardzie
Jime (Dzime)	Duszenie
Jitsu (Dzitsu)	Sztuka, umiejętność, sposób
Jodan (Dzodan)	Wysokość głowy
Ju (Dzu)	Miękko, łagodnie
Ju-jitsu (Dzu-dzitsu)	Japońska sztuka walki ("łagodna sztuka")
Junte-dori (Dzunte-dori)	Chwyt za rękę różnoimienną



K

Kamae	Garda
Kataha-otoshi (Kataha-otoszi)	Chwył transportowy
Kesa-gatame	Podstawowe trzymanie w parterze
Kiba-dachi (Kiba-daczi)	Pozycja jeźdźca
Kimono	Tradycyjny strój japoński
Kin-geri	Kopnięcie proste z wyprostowaną stopą
Konnichiwa (Koniczila)	Dzień dobry
Kote	Nadgarstek
Kote-gaeshi (Kote-geszi)	Dźwignia na nadgarstek
Kuzushi (Kuzuszi)	Wychylenie, wytrącenie z równowagi
Kyu (Kju)	Stopień uczniowski

M

Mae	Przód
Mae-chugaeri (Mae-czugeru)	Przewrót w przód
Mae-geri (Mai-geri)	Kopnięcie proste z zadartymi palcami
Mae-ukemi	Pad w przód
Mate	Czekać, przerwać, zakończyć ćwiczenie
Mawashi (Mawaszi)	Kręcić, obracać
Mawashi-geri-gedan (Mawaszi-geri-gedan)	Kopnięcie po kole na nogi, lowkick
Mawashi-geri-chudan (Mawaszi-geri-czudan)	Kopnięcie po kole na brzuch
Mawashi-geri-jodan (Mawaszi-geri-dzodan)	Kopnięcie po kole na głowę



Mawashi-tsuki (Mawaszi-tski)	Sierpowy
Migi	Prawy, prawa strona
Mune-dori	Chwyt za ubranie, klapy

O

O	Duży, wielki
Obi	Pas

R

Ryote-dori (Riote-dori)	Chwyt za obie ręce
Ryote-ippo-dori (Riote-ippo-dori)	Chwyt obiema rękami za jedną rękę

S

Samurai	Wojownik ("Ten który służy")
Seiken	Kostki palców wskazującego i środkowego zaciśniętej pięści
Seiza	Pozycja siedząca, pośladki oparte o pięty, palce proste
Sempai	Uczeń starszy stopniem
Sensei	Nauczyciel, mistrz
Shisei (Szisei)	Pozycja wyprostowana
Shizentai (Szizentai)	Pozycja uczniowska

T

Tatami	Mata
Tate-tsuki (Tate-tski)	Uderzenie proste
Tori	Osoba wykonująca technike



Tsuki (Tski)	Cios prosty
--------------	-------------

U

Ude-osae	Kontrola przedramienia
Uke	Blok
Uke	Osoba na której wykonuje się technikę
Ukemi	Pady
Ura	Odwrotnie
Ushiro (Usziro)	Do tyłu
Ushiro-chugaeri (Usziro-czugeru)	Przewrót w tył
Ushiro-geri (Usziro-geri)	Kopnięcie w tył
Ushiro-ukemi (Usziro-ukemi)	Pad w tył

Y

Yoko (Joko)	Bok
Yoko-geri (Joko-geri)	Kopnięcie w bok
Yoko-ukemi (Joko-ukemi)	Pad na bok

Z

Zenkutsu-dachi (Zenkutsu-daczi)	Pozycja szeroka
---------------------------------	-----------------



Liczebnyki

0	Rei
1	Ichi (Icz)
2	Ni
3	San
4	Shi (Szi)
5	Go
6	Roku (Rok)
7	Shichi (Sicz)
8	Hachi (Acz)
9	Kyu (Kju)
10	Ju (Dzu)



Kombinacje (przykładowe)

Lewa pozycja walki: lewe, prawe uderzenie proste, lewe kopnięcie palcami prostymi, prawe kopnięcie palcami zadartymi

Hidari jigotai: hidari, migi tate-tsuki, hidari kin-geri, migi mae-geri
(Hidari dzigotai, hidari, migi tate-tski, hidari kin geri, migi, mai-geri)

Prawa pozycja walki: prawe, lewe uderzenie, prawy sierp, lewe kolano

Migi jigotai: migi, hidari tate-tsuki, migi mawashi-tsuki, hidari hiza-geri
(Migi dzigotai, hidari tate-tski, migi mawaszi-tski, hidari hiza-geri)

Lewa szeroka pozycja walki: lewe uderzenie odwrotne

Hidari zenkutsu-dashi: hidari gyaku-tsuki
(Hidari zenkutsu-daczi, hidari gjaku-tski)

Pozycja jeźdźca, prawa garda: lewe, prawe uderzenie na wysokość głowy

Kiba-dachi, migi kamae: hidari, migi tate-tsuki jodan
(Kiba-daczi, migi kamae, migi tate-tski dżodan)