

# КАРАТЭ ГОДЗЮ-РЮ

## ТАКТИКИ И СТРАТЕГИИ



▲ Тактику ближнего боя демонстрирует Олег Духов, чёрный пояс, 2 дан каратэ Годзю-рю, клуб «Дзютэ» (г. Харьков)



Рисунок демонстрирует базовый блок, выполнение которого позволяет развить дальнейшие контратакующие действия в ближнем бою. Выполнение блока возможно как во внешнюю сторону, так и внутреннюю



## Защита от удара рукой уходом

Атакующий (тори) – в чёрном кимоно  
Защищающийся (укэ) – в белом кимоно  
Тори Пирченко Ярослав, укэ Духов Олег

1



Исходная позиция



2

Атакующий принимает стойку для последующего нанесения удара. Защищающийся – в позиции готовности

3



Атакующий наносит прямой удар левой рукой с подшагиванием одноименной ноги. Защищающийся делает уход правой ногой в сторону противника, оказываясь снаружи от линии атаки. Одновременно выполняется первое действие базового блока, для отводки атакующей руки в сторону

4



С поворотом в сторону атакующего, защищающийся выполняет четвертое действие базового блока.

5



Завершая выполнение блока, защищающийся затягивает атакующего вперед, выполняя удар основанием ладони правой руки в область паха атакующего. Важным моментом является контроль бьющей руки противника (против удара локтем), для чего хват необходимо делать выше локтя



**6** Продолжением контратаки является нанесение удара внешней стороной кулака в лицо атакующего. Обратите внимание на натяжку захваченной руки и разворот бедер защищающегося по часовой стрелке. Этот разворот придает удару дополнительную силу



**7** Последующее действие, логично вытекающее из удара, – захват головы атакующего и его бросок. На рисунке продемонстрирован процесс захвата головы в момент перемещения правой ноги в окончательную позицию для броска – стойку кибэ-даци

**Вариант контратаки.  
Начинается с позиции 3  
предыдущей комбинации**



**1** Затягивая вперед захваченную руку, защищающийся наносит боковой удар правой рукой в затылок атакующего



**2** Пронся бьющую руку, защищающийся захватывает голову атакующего с заступом ноги



**3** Захват головы может сопровождаться ударом ноги в пах



**4** Следующее действие аналогично 7 пункту предыдущего варианта. В ходе броска, противника нельзя отпускать, – необходимо проводить «добивание», возможный вариант которого представлен на рисунке. После падения тори на пол, защищающийся выполняет надавливание на глаза

## Защита от удара рукой с выполнением блока изнутри наружу



1

Атакующий наносит прямой удар в лицо правой рукой с подшагиванием одноименной ноги. Защищающийся блокирует удар изнутри рукой



2a

Защищающийся продолжает выполнение базового блока, уводя бьющую руку противника своей одноименной рукой и тем самым «раскрывает» противника



2б

Вид с противоположной стороны показывает, что в результате блока, защищающийся находится в удобной позиции для контратаки рукой



3a

Возможным и логичным действием атакующего является прямой удар второй рукой. Защищающийся круговым движением сверху вниз блокирует этот удар правой рукой. Блокирование облегчается тем, что правая рука в предыдущем положении готова к выполнению блока («заряжена» на блок)



3б

Вид с другой стороны

# 2



4

Выполняя захват бьющей руки противника и затягивая её на себя, защищающийся наносит боковой удар локтем в голову атакующего



5

Пронся бьющую руку и выполняя дальнейшую натяжку захваченной руки, защищающийся делает заступ ногой вперёд, готовя позицию для последующего броска. В этом положении нельзя отклоняться назад



6

Переходя в стойку «киба-дачи» и выполняя одновременно надавливание правым предплечьем на локтевой сустав, защищающийся выполняет бросок. Надавливание осуществляется энергичным вращением руки. Ключевым моментом является приложение сильного момента локтем вперед-вниз, поскольку движение выполняется с коротким рычагом



7

Как и в предыдущем примере, бросок необходимо заканчивать с удержанием противника с последующим добиванием