

Очередной разговор о стиле Госоку Рю посвящен кумитэ и рассматривает его с точки зрения соревнований в каратэ. Материал основывается на высказываниях создателя стиля Сокэ ТАКАЮКИ КУБОТА, подготовленных к печати Шеф-Инструктором IKA Gosoku Ryu Budo-Ukraine АНАТОЛИЕМ ЛОЗОВЫМ.

Высшая точка любой боевой системы – реальный поединок. Всякий, кто стал на путь воинских искусств, шаг за шагом, ступенька за ступенькой, двигается именно к этой вершине. Реальный поединок фокусирует в себе лучшие стороны стиля, в нем реализуется главная цель любого боевого искусства – победа над противником. И одной из самых значимых ступеней на пути к вершинам мастерства является кумитэ – соревновательный поединок по заранее обусловленным правилам.

О месте кумитэ в Госоку Рю лучше всего сказать словами его создателя Сокэ Такаюки Кубота.

«Для меня кумитэ – значит больше, чем просто поединок. В реальном поединке нет никаких правил, и ты можешь делать все, что угодно, лишь бы победить. Отличие кумитэ в том, что в нем есть правила, и ты можешь пользоваться только определенными средствами. Чтобы побеждать в кумитэ, каждое движение нужно сделать сто, тысячу, а то и миллион раз. Каждый технический прием нужно скрупулезно отработать. Поэтому ты должен постоянно контролировать себя и

ставить себе конкретные цели».

Кубота придает соревновательному поединку очень большое значение и готов обучать кумитэ каждого желающего, хотя, по его мнению, есть большие различия кумитэ и реального боя, которому он обучает профессионалов.

«Соревновательная техника не работает в реальной жизни, в опасных для жизни ситуациях потому, что обстановка абсолютно разная, но профессиональный инструктор должен давать людям золотую середину того, что они хотят и что им необходимо».

Соревновательный поединок должен стать своеобразным мостиком к поединку реальному, сформировать у каратэка необходимые привычки и навыки, как технические, так и психологические. Для Куботы кумитэ не самоцель, а полигон для испытания технической подготовки, средство формирования духа бойца.

«Я стараюсь заявлять их (учеников) настолько много, насколько это возможно, чтобы сразиться с различными стилями каратэ. Я пытаюсь научить их находить свои слабые места в условиях жестко-



го давления и исправлять их. Это я называю “ликвидация трещин”. В конечном счете, их все ошибки исчезнут, и они станут сильнее, они станут инстинктивными бойцами. Однако, есть очень большая разница между бойцом и спортсменом. Необходимо понаблюдать за учениками в искусственной атмосфере соревнований. Затем, после определения слабых мест, которые проявятся в ходе соревнований, мы возвращаемся в додзэ к работе по созданию хороших конкурентоспособных бойцов».

Обусловленный соревновательный поединок способен в полной мере показать основные отличительные черты, философию и тенденции развития каждого стиля, а также присущую ему манеру ведения боя.

Об особенностях кумитэ Госоку Рю Кубота говорит так:

«Я обучаю стилю Госоку-Рю. Я люблю говорить, что он не выглядит чересчур эффектно, но он очень эффективен. Технически кумитэ Госоку Рю отличается большим разнообразием атакующих и защитных действий, в нем много движений с уходом в сторону, мягкие техники сочетаются со скоростными, есть также волнообразные и круговые движения. В Госоку Рю чтобы победить противника используется много быстрой техники. Сам я больше всего люблю захваты и контратаку кулаком, но я не отдаю предпочтение какой-либо технике».

«Ничто одно не может срабатывать всегда и везде. Вам нужна разнообразная техника, потому что люди различны, и вы должны обладать инструментами для работы с различными типами противников. В этом причина, почему настолько важны спарринги против представителей многих и различных стилей. Кроме этого, вам необходимо владеть всеми психическими элементами, а также обладать разумом, который все это эффективно комбинирует».

«Поскольку я изучал различные стили и понимаю их сильные и слабые стороны, я, конечно же, вношу изменения в свою технику. Истинно то, что некоторые стили очень сильны в атаке, но у них недостаточный набор защитных действий. Другие очень быстры, но недостаточно жестки. Поэтому я объединил много разных методов в моем стиле, и именно это отличает Госоку Рю от других стилей».

При всей своей условности соревновательный поединок не должен далеко отходить от законов реального боя, как это часто происходит в спортивном каратэ вроде WKF. Правила соревнований по кумитэ по версии Госоку Рю способствуют этому. Например, высшую оценку «нихон» можно получить только за атаку, которая в реальном бою имела бы такие последствия:

-- Значительный ущерб противнику вследствие атаки в жизненные центры тела. В спорте это голова, и потому любой эффективный удар в голову, неважно рукой или ногой, оценивается максимальной оценкой. Привычка защищать голову в любых ситуациях должна быть закреплена до автоматизма.

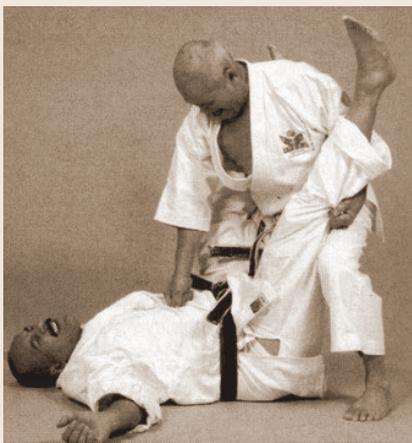
-- Получение позиционного преимущества, при котором противник попадает в очень невыгодные условия и его оборонительные возможности значительно ограничены. К таким ситуациям относятся: атака с выходом за спину противника, бро-



сок или подсечка с падением противника и проведением стремительного завершающего удара. В кумитэ важно умение создавать такие ситуации для противника и не попадать в них самому.

-- Эффективная контратака спортсмена, который находится в потенциально проигранной позиции. Оказавшись на земле после броска или подсечки, спортсмен может получить преимущество за счет встречных ударов при попытке противника завершить атаку. Желание бороться до последней возможности тоже должно стать частью характера бойца.

Соревнования в кумитэ по правилам Госоку Рю отличаются большими скоростями, разнообразием передвижений, избытком опережающих ударов и



серийных атак. Очень много подсечек и динамичных бросков с молниеносным завершающим ударом.

Кубота хорошо относится к спорту, но не устает напоминать об подводных камнях, подстерегающих каратэ на этом пути.

«Много лет назад начали создавать правила дзюдо и в результате пришли к тому, что дзюдо потеряло черты воинского искусства. Чтобы не допустить этого в каратэ, мы должны практиковать расширенную программу, а не запрещать прикладную технику, как это случилось с дзюдо».

«Я не думаю, что есть что-либо неправильное в соревнованиях. Что я действительно ненавижу, так это то, что все больше и больше ограничивается техника. И это плохо. Я полагаю, что у спортсмена должно быть намного больше техники, чем только гяку-цуки и маэ-гэри».

Несколько характерных для Госоку Рю связок продемонстрируют Игорь Угнич, Виталий Гутенко и Алексей Крутов – обладатели 2 Дана, победители и призеры в кумитэ чемпионатов Украины, Европы, Мира по каратэ Госоку Рю, Шотокан, Годзю Рю, Соуго Будо.

Все связки начинаются из исходного положения, когда оба противника в хидари КУМИТЭ КАМАЭ Атакующий ТОРИ с красным поясом, защищающийся УКЭ с синим поясом.

ТОРИ: атакует миги МАЭ-ГЕРИ

УКЭ: с уходом назад в хидари НЭКО-АШИ ДАЧИ блокирует изнутри-наружу хидари ХАЙТО СУКУЙ-УКЭ

ТОРИ: продолжает атаку хидари ГЯКУ ЦУКИ

УКЭ: подхватывает правую ногу ТОРИ в локтевой сгиб левой руки и одновременно шагом левой ногой в миги ЗЕНКУЦУ ДАЧИ встречает стопорящим блоком миги ТАТЭ ШУТО в левое плечо ТОРИ, переводя его в неустойчивое положение



1

УКЭ: захватывает правой рукой одежду на груди ТОРИ и, продолжая одновременное давление правой рукой и подъем правой ногой ТОРИ, подшагивает правой ногой под бедро его опорной ноги



1a (вид с другой стороны)



2

УКЭ: производит бросок ТОРИ и наносит завершающий удар правой рукой миги ОТОШИ ЦУКИ



2a (вид с другой стороны)



3



3a (вид с другой стороны)



4



4a (вид с другой стороны)

ТОРИ: атакует миги ГЯКУ ЦУКИ дзёдан

УКЭ: двигается навстречу ТОРИ со смещением влево-вперед с одновременным блокированием миги ГЯКУ НАГАШИ УКЭ дзёдан

УКЭ: вращением бедер переходит в миги ЗЕНКУЦУ ДАЧИ лицом к ТОРИ и, продолжая контролировать его правую руку, пробивает хидари ГЯКУ ЦУКИ дзёдан



1



1a (вид с другой стороны)



2



2a (вид с другой стороны)

УКЭ: захватывает одежду ТОРИ сзади на плечах и, зашагивая правой ногой по кругу влево-назад и скручивая туловище ТОРИ, переводит его в положение лежа

УКЭ: после падения ТОРИ наносит завершающий удар правой рукой миги ОТОШИ ЦУКИ



3



3a (вид с другой стороны)



4



4a (вид с другой стороны)

ТОРИ: атакует миги ГЯКУ ЦУКИ
 УКЭ: с уходом назад в хидари НЭКО-АШИ ДАЧИ выполняет блок хидари ГЭДАН БАРАИ



ТОРИ: атакует миги ГЯКУ ЦУКИ чудан
 УКЭ: движется навстречу ТОРИ со смещением влево-вперед с одновременным блокированием миги ГЯКУ НАГАШИ УКЭ гэдан



УКЭ: пытается провести миги АШИ БАРАИ под левую ногу ТОРИ
 ТОРИ: переносит вес тела на правую ногу и забирает левую ногу вверх, уходя от подсечки



УКЭ: продолжая контролировать правую руку ТОРИ, пробивает миги УРА-МАВАШИ ГЭРИ дзэдан



ТОРИ: переносит левую ногу через правую ногу УКЭ и в свою очередь проводит хидари АШИ БАРАИ с одновременным захватом одежды на плече УКЭ



УКЭ: опускает правую ногу и подбивающим движением и ставит ее под левое бедро ТОРИ, одновременно перемещая захват на одежду на его груди



ТОРИ: после падения УКЭ наносит завершающий удар миги ОТОШИ ЦУКИ



УКЭ: проводит бросок через бедро и наносит завершающий удар правой рукой миги ОТОШИ ЦУКИ



ЗАМЕЧЕННЫЕ ОШИБКИ

В номере 3, 2009 года:

* в материале «Укэ-но Ката» допущена ошибка: рисунок 25 не соответствует тексту - вместо фото хидари ГЭДАН БАРАИ размещено фото миги ОЙ ЦУКИ; Просим извинить за ошибку: стиль действительно новый, непривычный.

** в материале Спортивная школа олимпийского резерва по греко-римской борьбе (стр 32) на фото в правом верхнем углу на фото - Вячеслав Олейник, олимпийский чемпион 1996 года по греко-римской борьбе. Редакция приносит свои извинения.