

APOSTILA COMPLETA



TERMINOLOGIA DOS TERMOS USADOS NO JUDÔ COM TRADUÇÃO

柔道

ASSOCIAÇÃO BATATAENSE DE JUDÔ

Desde 1971 formando cidadãos

Sumário

1. Dicionário de palavras em japonês usadas no judô	3
2. Dojo	6
3. Números.....	6
4. Partes do corpo.....	7
5. Cores (iro)	7
6. Quedas (ukemi)	8
7. Nomes dos golpes	8
8. Técnicas de Imobilização (Osaewaza)	9
9. Técnicas de estrangulamento (Shimewaza).....	9
10. Técnicas de articulações (Kansetsuwaza)	10
11. Chaves de perna:	10
12. Chaves de pescoço:	10
13. Técnicas proibidas (Kinshiwaza)	11
14. Budo e bujutsu.....	11
15. Regras de pronúncia em japonês	11
16. Créditos.....	13



1. Dicionário de palavras em japonês usadas no judô:

Agura - posição sentado com as pernas cruzadas
Ashi - pé, perna
Ashi-garami - pernas entrelaçadas, chave de pernas
Ashi-waza - técnica de pernas
Atama - Cabeça
Barai - vide harai
Basami - vide hasami
Budo - caminho marcial (literalmente: caminho do guerreiro. Vide explicação no item próprio)
Bujutsu - artes marciais (Vide explicação no item próprio)
Chudan - Nível médio (do pescoço até à cintura)
Chugaeri - cambalhota para frente para amortecer a queda
Chui - penalidade por infração média (ou 2º shido) - equivale a um yuko para o adversário
Dan - Nível, grau (cinto negro)
Dojime - apertar o corpo com as pernas
Dojo - Local de treino de Budo
Enji - cotovelo
Eri - pescoço, colar
Fusen-gashi - vencer por ausência
Gaeshi - vide kaeshi
Gake - gancho
Gari - ceifa
Garami - torção, chave
Gatame - vide katame
Gedan - Nível baixo (da cintura para baixo)
Goshi - vide koshi
Guruma - vide kuruma
Gyaku - contrário, inverso
Hadaka - nu, sem roupa
Hajime - começar (do verbo hajimeru)
Hane - salto, mola
Hansoku-make - desclassificação, penalidade por infração gravíssima (ou 4º shido) - equivale a um ippon para o adversário
Hantei - decisão
Hara - barriga, ventre
Harai (barai) - varrida
Hasami (basami) - tesoura
Hidari - esquerda
Hiji - cotovelo (mesmo que “enji”)
Hiki-wake - empate
Hishigi - esmagamento, deslocamento
Hiza - joelho
Hon - fundamental, básico
Ippon - um ponto/pontuação máxima
Jigoku - inferno
Jigo-tai - posição de defesa em pé
Jime - vide shime
Joseki - responsável da mesa central
Judo - caminho da suavidade



Judogi - (lê-se "judôgui") kimono próprio para o judô
Judoka - (lê-se "judôká") praticante de judô
Juji - cruzado, em forma de X (a forma do kanji "dez")
Jutsu - técnica, arte
Kachi - (lê-se "kati") vitória
Kaeshi (gaeshi) - reverso, contra-ataque, torção
Kagato/Kakato - salto
Kaiten - rolamento
Kamae - posição de defesa
Kamaete - ordem para assumir posição
Kami - cabeça, topo, parte superior
Kani - caranguejo
Kannuki - travamento, parafuso, trava (antiga de porta)
Kansetsu - junta, articulação
Kansetsu-waza - técnica de chave
Kata - ombro
Kata - forma, coreografia
Kataha - um ombro (**Kataha jime** - estrangulamento com um ombro)
Katame (gatame) - imobilização
Kawazu - sapo
Keikoku - penalidade por infração grave (ou 3º shido) - equivale a um waza-ari para o adversário
Kesa - "gravata" (aplicar uma)
Kibisu - salto
Kiken-gashi - vitória por desistência
Kimono - significa "roupa" em japonês. É incorreto chamar o uniforme do judô de kimono, mas sim de "judogi"
Kinshi - proibido
Kiotsuke - atenção! ("ki wo tsuke" - literalmente: juntem seus espíritos)
Ko - pequeno
Kohai - aluno menos experiente (oposto de "senpai")
Koka - pontuação mínima
Koshi (goshi) - quadril
Koshi-waza - técnica de quadril
Kubi - pescoço
Kumi-kata - pegada
Kuruma (guruma) - roda, giro
Kuzure - deformado, colapso, separação
Mae - frente
Maki - enrolar
Makikomi - enrolamento, envolver
Makura - travesseiro, apoio de cabeça
Mata - parte interior da coxa
Matte - pare, espere
Migi - direita
Mokuso - Literalmente: não pensar. Atitude de concentração executada durante o cerimonial de início e final da prática de Budo
Morote - ambas as mãos
Mune - peito
Nage - arremesso
Nage-waza - técnica de projeção
Nami - onda; comum
Naname - diagonal

Ne-waza - técnica de solo
Ō - grande (lê-se “oo” como na palavra “zôo”)
Obi - cinta, faixa
Okuri - Deslizar
Okuri-ashi - Forma de andamento em que a perna da frente se move em primeiro lugar
Osae - imobilização
Osaekomi - início da contagem de imobilização no solo
Osu - forma comum de cumprimento entre praticantes de artes marciais
Otoshi - movimento de cima para baixo, queda
Randori - combate livre
Rei - saudação
Ritsu-rei - saudação em pé
Ryote - ambas as mãos
Sankaku - triângulo
Sasae - suporte, apoio
Seiza - Sentar na posição de joelhos
Senpai - aluno mais experiente (oposto de “kohai”)
Sensei - professor
Seoi - de “seou”, carregar nas costas
Seoinage - ou “shoinage”, atirar, arremessar por sobre o ombro (Ippon: um braço; Morote: dois braços)
Shido - penalidade por infração leve - equivale a um koka para o adversário
Shihan - mestre, professor de grau elevado
Shiho - quatro lados, todas as direções
Shime (jime) - estrangulamento
Shitabaki - calça do judogi
Shizen-hotai - posição natural
Shizen-tai - posição fundamental, natural
Sode - manga (da roupa)
Sogo-gashi - vitória composta
Sono-mama - não se mexam
Sore-made - fim do combate (literalmente: “até aí”)
Soto - fora
Sumi - canto, ângulo
Sutemi - sacrifício, abandono do corpo, técnica em que o executante se deixa cair para projetar o adversário
Tai - corpo
Tani - vale
Tatami - tapete
Tate - vertical
Tawara - bala de arroz, saco de arroz
Te - mão
Toketa - imobilização desfeita
Tomoe - circular
Tori - quem aplica o golpe
Tsubame - abismo
Tsukkomi - tamanho, volume
Tsukuri - Contato, segunda fase de execução de uma técnica
Tsurikomi - levantamento, pescar (movimento de lançar a rede com as duas mãos)
Uchi - dentro
Ude - braço (ou parte superior do braço)
Ude garami - chave de braço
Uke - passivo, quem recebe o golpe

Ukemi - queda (vide explicação mais detalhada no item “quedas”, mais adiante)

Uki - flutuar

Ura - as costas, o reverso, o lado oposto

Ushiro - atrás

Utsuri - mudança, troca

Uwagi - parte de cima do judogi

Wakare - separação

Waki - parte lateral do peito, axila

Waza - técnica

Waza-ari - quase ippon

Waza-ari-awasete-ippou - 2º waza-ari (se converte em um ippon)

Yama - montanha (Yama arashi - tempestade na montanha)

Yasume - Ordem de descontrair

Yoi - Ordem de atenção

Yoko - lado, lateral

Yoshi - continuar

Yuko - quase waza-ari

Za-rei - Saudação em seiza

Zenpo - para frente

Zubon - calça do judogi

Observação: As palavras entre parênteses representam a forma conjugada da palavra, quando esta aparece anexa a outra. Exemplo: **Koshi (goshi): Koshi-guruma, Hane-goshi**

2. Dojo

Joseki - Lado superior, lugar de honra (no dojo, a parede sul)

Kamiza - Parede principal do dojo, do lado leste, onde se encontra o Tokonoma (ornamento, alcova)

Shimoza - Parede oeste do dojo, oposta ao Kamiza, onde se sentam os alunos

Shimoseki - Parede norte do dojo, onde podem ficar os assistentes não praticantes

3. Números

1 - ichi

2 - ni

3 - san (lê-se “sán”, com o “a” aberto. Leia as regras de pronúncia)

4 - shi (ou “yon”)

5 - go

6 - roku

7 - shichi (ou “nana”)

8 - hachi

9 - kyu (ou “ku”)

10 - jū

11 - jū ichi

12 - jū ni

13 - jū san

20 - ni jū

21 - ni jū ichi

22 - ni jū ni

30 - san jū

40 - yon jū

50 - go jū

60 - roku jū

70 - shichi jū

80 - hachi jū

90 - kyu jū

100 - hyaku

200 - ni kyaku

1000 - sen



4. Partes do corpo



5. Cores (iro)

Branco - shiroi, howaito (este último é a pronúncia de "white" em japonês)
Cinza - hai iro, gurei (este último é a pronúncia de "grey" em japonês)
Azul - aoï*, sora iro (literalmente "cor do céu"), buruu (este último é a pronúncia de "blue" em japonês)
Amarelo - kiïroi, ieroo (este último é a pronúncia de "yellow" em japonês)
Laranja - orenji iro ("orenji" - pronúncia japonesa de "orange" + "iro" - cor)
Verde - aoï*, midori iro, guriin (este último é a pronúncia de "green" em japonês)
Roxo - murasaki iro, baioretto (este último é a pronúncia de "violet" em japonês)
Marrom - cha iro, kuri iro
Preto - kuroi, burakku (este último é a pronúncia de "black" em japonês)

(*) estranhamente a palavra "aoï" pode designar tanto "azul" como "verde" em japonês

6. Quedas (ukemi)

Na verdade, a palavra “ukemi” não significa literalmente “queda”. É a junção de “uke” (passivo, aquele que recebe) e “mi” (com o corpo), ou seja, aquele que recebe com o corpo, e no contexto do judô, consequentemente é aquele que cai.

Mae ukemi - queda para frente

Ushiro ukemi - queda para trás

Yoko ukemi - queda lateral

Zenpo kaiten ukemi - queda com rolamento para frente

7. Nomes dos golpes

Ashi guruma - giro na perna

Daki wakare - levantar e separar

De-ashi-barai - varrida com o pé avançando

Hane-goshi - arremesso de quadril, mola de quadril

Hane-makikomi - arremesso de enrolamento

Harai-goshi - varrida com o quadril

Harai-makikomi - varrida com enrolamento

Harai-tsurikomi-ashi - Levantamento com varrida do pé

Hikikomi-gaeshi - puxada invertida

Hiza guruma - giro no joelho

Ippon Seoinage - Arremesso por sobre o ombro com um braço

Kata guruma - giro no ombro

Kibisu gaeshi - salto invertido

Koshi guruma - giro no quadril

Kosoto gake - pequeno gancho por fora

Kosoto gari - pequena ceifa/foice por fora

Kouchi gake - pequeno gancho por dentro

Kouchi gari - pequena ceifa/foice por dentro

Kouchi gaeshi - pequena invertida por dentro

Morote Seoinage - Arremesso por sobre o ombro com dois braços

Obi otoshi - derrubar com (usando a) faixa

O goshi - grande arremesso com o quadril

O guruma - grande giro

Okuriashi-barai - varrida com o pé deslizando

Osoto gake - grande gancho por fora

Osoto gari - grande ceifa/foice por fora

Osoto guruma - grande giro por fora

Osoto otoshi - grande queda por fora

O uchi gaeshi - grande invertida por dentro

O uchi gake - grande gancho por dentro

O uchi gari - grande ceifa/foice por dentro

Sasae tsurikomi ashi - levantamento com apoio do pé

Seoi otoshi - queda carregando nas costas

Sode tsurikomi goshi - levantamento com o quadril usando a manga

Soto makikomi - enrolamento por fora

Sukui nage - arremesso escavando
Sumi otoshi - queda de canto
Tai otoshi - queda do corpo
Tani otoshi - queda no vale
Tawara gaeshi - reversão do saco de arroz
Te guruma - giro com a mão
Tomoe nage - arremesso circular
Tsubame gaeshi - reversão do abismo
Tsuri goshi - levantamento de quadril
Tsurikomi goshi - levantamento de quadril
Uchi makikomi - enrolamento por dentro
Uchi mata - parte interna da coxa
Uki goshi - flutuar com o quadril
Uki otoshi - queda flutuante
Uki waza - técnica de flutuar
Ura nage - arremesso para trás
Ushiro goshi - quadril para trás
Utsuri goshi - arremesso mudando de quadril
Yama arashi - tempestade na montanha
Yoko gake - gancho lateral
Yoko guruma - giro lateral
Yoko otoshi - queda de lado
Yoko wakare - separação lateral

8. Técnicas de Imobilização (Osaewaza)

Hon Kesa gatame - Imobilização básica com uma gravata
Kuzure kesa gatame - Imobilização deformada com uma gravata
Gyaku kesa gatame - Imobilização invertida com uma gravata
Ushiro kesa gatame - Imobilização de costas com uma gravata
Makura kesa gatame - Imobilização de travesseiro com uma gravata

Kami shiho gatame - Imobilização no topo (na cabeça) dos 4 lados
Kuzure kami shiho gatame - Imobilização deformada no topo (na cabeça) dos 4 lados

Tate shiho gatame - Imobilização na posição vertical dos 4 lados
Kuzure tate shiho gatame - Imobilização deformada na posição vertical dos 4 lados

Yoko shiho gatame - Imobilização lateral dos 4 lados
Kata gatame - Imobilização do ombro
Mune gatame - Imobilização no peito

9. Técnicas de estrangulamento (Shimewaza)

Gyaku juji jime - estrangulamento cruzado invertido
Hadaka jime - estrangulamento sem roupa
Jigoku jime - estrangulamento do inferno
Kagato jime - estrangulamento com salto
Kata juji jime - estrangulamento cruzado pelo ombro



Kataha jime - estrangulamento com um ombro
Koshi jime - estrangulamento de quadril
Morote jime - estrangulamento com ambas as mãos
Nami juji jime - estrangulamento cruzado comum
Okuri eri jime - estrangulamento deslizando pelo pescoço/gola
Ryote jime - estrangulamento com as duas mãos
Sankaku jime - estrangulamento triangular
Sode guruma jime - estrangulamento com giro da manga
Tsukkomi jime - estrangulamento com o peso
Yoko sankaku jime - estrangulamento lateral triangular

10. Técnicas de articulações (Kansetsuwaza)

Ude garami - chave de braço
Ude hishigi juji gatame - imobilização com deslocamento cruzado do braço
Ude hishigi waki gatame - imobilização com deslocamento do braço na axila
Ude hishigi ude gatame - imobilização com deslocamento do braço usando o braço
Ude hishigi te gatame - imobilização com deslocamento do braço usando a mão
Ude hishigi hara gatame - imobilização com deslocamento do braço usando a barriga
Kannuki gatame - imobilização com travamento
Hiza gatame - imobilização com o joelho
Gyaku juji gatame - imobilização cruzada invertida
Ashi gatame - imobilização com a perna

11. Chaves de perna:

Kata ashi hishigi - deslocamento de uma perna
Ryo ashi hishigi - deslocamento de duas pernas
Ashi dori garami - chave de perna embaraçada
Hiza hishigi - deslocamento de joelho
Tate shiho hiza hishigi - deslocamento de joelho na posição vertical para os 4 lados
Ashi makikomi - enrolamento de perna
Kani garami - chave do caranguejo
Ashi kannuki - travamento de perna
Hiza tori garami - chave de joelho

12. Chaves de pescoço:

Kubi hishigi - deslocamento de pescoço
Osae hishigi - deslocamento com imobilização
Tate hishigi - deslocamento na vertical
Gyaku hishigi - deslocamento invertido
Tomoe hishigi - deslocamento em círculo
Kesa gatame kubi hishigi - deslocamento de pescoço em imobilização com gravata

13. Técnicas proibidas (Kinshiwaza)

Ashi garami - chave de perna

Do jime - estrangulamento

Kani basami - tesoura do caranguejo

Kawazu gake - gancho do sapo

14. Budo e bujutsu

Farei uma breve explicação sobre a diferença entre as duas expressões, sendo que “budo” significa “o caminho do guerreiro”, e “bujutsu” traduz-se por “arte marcial”, ou “arte de guerra”.

“Marcial” por sua vez reporta ao Deus Marte da guerra, na mitologia romana, pois os romanos acreditavam que tinham adquirido suas técnicas de guerra diretamente daquela divindade.

“Jutsu” significa literalmente “técnica” ou “arte”. As artes marciais voltavam-se exclusivamente à utilização de técnicas para matar o adversário no campo de batalha.

Contudo, com o início da era Meiji (e restauração do poder do Imperador), que representou, entre outros, o fim da classe guerreira (os samurais), acabaram-se as guerras internas, e a necessidade de simplesmente saber matar no campo de batalha, onde o termo “bujutsu” deu lugar ao “budo”, ou seja, as artes marciais evoluíram de simples formas de matar (jutsu) para a introdução de filosofia nestas artes (do), preservando sua identidade guerreira.

Desta forma, o ju-jutsu deu lugar ao judô, assim como o kenjutsu e o kendo, o aikijutsu e o aikido, e assim por diante.

Em resumo, o “jutsu” se refere simplesmente à prática de técnicas de combate, enquanto que o “do” vai mais além, mostrando ao praticante o caminho, a filosofia por trás da arte, ajudando-o a evoluir como ser humano, e não simplesmente ser uma máquina de matar.

15. Regras de pronúncia em japonês

O japonês utiliza um alfabeto silabário, o que implica dizer que não se utilizam letras, mas sílabas. Abaixo, coloco o alfabeto da forma como é normalmente transliterado para o “romaji” (o nosso alfabeto), com a pronúncia e exemplo no português (quando necessário).

A I U E O - aqui, nenhuma dificuldade, salvo a letra “U”, que é falado um pouco expirado, como um sopro. As outras letras tem os seguintes sons: A (como em “átomo”), E (como em “êxito”), I (como em “Halt”) e O (como em “Ônibus”). Não existe o som de “ô” no japonês, portanto, não se fala “judôka”, e sim “judôka”

KA KI KU KE KO - sem dificuldades

SA SHI SU SE SO - algumas observações:

SA - mesma pronúncia do português. A ressalva é que quando no meio da palavra, não adquire som de “za”, como na palavra “casa”. Por exemplo, na palavra “hasami” (tesoura), lê-se “hassami”

SHI - não existem o som “si” no japonês, como na palavra “sinal”. Em vez disso, utiliza-se o “shi”, com som de “xi”, como em “xícara”

SU – o som da letra “U” nesta sílaba é pouquíssimo pronunciado. Fica mais para o som de um “SS” (S duplo), como se a palavra “máscara” pronunciássemos “máSScara”. Exemplo é a palavra japonesa “OSU”, forma corriqueira de cumprimento entre praticantes de artes marciais, que pronuncia-se “OSS”.

TA CHI TSU TE TO - Observações:

CHI - é falado como o “ti” da palavra “time”

TSU - não existe o som “tu” em japonês, em seu lugar, o correspondente é “tsu”

NA NI NU NE NO - nenhuma dificuldade

HA HI FU HE HO - Observações:

Quanto às letras HA HI HE HO, são faladas com som de R como nas palavras “rato”, “rico”, “represa” e “roubo”, respectivamente.

A única dificuldade é com relação à letra “FU”. Não existe o som de “HU”, e sim “FU”, que também não é falado exatamente como na palavra “futebol”. É mais um intermediário entre o que seria o nosso “fu” e “hu”, é falado expirado, com a boca entreaberta.

MA MI MU ME MO - sem dificuldades

YA YU YO - sem dificuldades. Não existem as letras “ye” ou “yi”.

RA RI RU RE RO - falados respectivamente como nas palavras “baRAIho”, “caRIinho”, “baRUlho”, “paREde” e “gaROto”

WA WO - Observações:

WA - é pronunciado “UÁ”, como na palavra inglesa “water”, mas com o A bem aberto.

WO - não é utilizado em nenhuma palavra, apenas como partícula que designa na frase o objeto direto. De qualquer forma, não se pronuncia “UÔ”, mas simplesmente “Ô”. Exemplo: “Ki wo tsuke” (“Juntem seus espíritos”, ou “Juntem sua energia”. Traduz-se normalmente por “atenção”)

N - é a única letra não acompanhada de vogal. Aparece em palavras como “hoNda” e “saN”

Além desses, existem sinais ortográficos que mudam o som destas letras. Assim, ocorrem as seguintes mudanças:

KA KI KU KE KO se transformam respectivamente em GA GI GU GE GO (observação que GI e GE se pronunciam como em “GUInada” e “foGUete”)

SA SHI SU SE SO se transformam respectivamente em ZA JI ZU ZE ZO (observação que JI é pronunciado “DJI”)

TA CHI TSU TE TO se transformam em DA JI DZU DE DO (este JI também se pronuncia “DJI”)

HA HI FU HE HO se transformam em BA BI BU BE BO (sem dificuldades) ou PA PI PU PE PO (idem)

Aqui cabe esclarecer que muitas vezes as palavras que começam com uma dessas letras que recebem o sinal ortográfico mudam de som ao serem combinadas a uma anterior. É por isso que palavras como “KURUMA” (que significa “carro” ou, no judô, “giro”), quando combinada com a palavra “KATA” (ombro), pronuncia-se “KATA-GURUMA”, e não “kata-kuruma”. Outros exemplos: KOSHI (quadril) - hane-Goshi; HARAI (varrida) - de ashi BARai; SHIME (estrangulamento) - juji-JIme.

Outras observações:

1. as letras A, KA, SA, TA etc sempre são faladas abertas, mesmo que depois delas haja um “N”. Temos a tendência de nasalizar o A anterior a um N, como na palavra “Santos”, mas na verdade isso não acontece no japonês. Por exemplo, o número 3 – “san”, não se fala “sân”, mas sim “sán”.
2. Quando uma letra aparece dobrada, significa que há uma pequena “quebra” na pronúncia da palavra. Por exemplo, “ippon”, lê-se “ip-pon”, com uma pequena quebra entre os dois “P”
3. Algumas letras ainda podem ser combinadas com as letras YA, YU e YO, formando novos sons, como JI+YU=JU (da própria palavra JUDÔ, que se pronuncia “DJUdo”), GI+YA=GYA (pronuncia-se “guiá”)
4. As vogais isoladas A I U E quando colocadas após outras letras prolonga o seu som. A palavra “judô”, por exemplo, na verdade escreve-se “juudou” em japonês (a letra “U” quando posposta a uma sílaba com “O”, prolonga o som o “O”). Assim, a forma correta de pronunciar “judô” é “djuudoo”. Normalmente, as sílabas alongadas são grafadas com um traço em cima. Exemplo: Jūdō.
5. Não existem sílabas tônicas no japonês: todas as sílabas da palavra têm a mesma intensidade. Assim, ao contrário do que ocorre no português, onde uma sílaba normalmente é mais forte do que as demais (exemplo, a sílaba “ci” da palavra “facinora”), no japonês, todas as sílabas têm a mesma força. Veja este gráfico:



16. Créditos

Todo este material foi retirado da comunidade Judô, do Orkut, sendo do autor todos os créditos por ter organizado este conteúdo em um só tópico da comunidade. É possível acessar a versão original através do link abaixo:

<http://www.orkut.com.br/Main#CommMsgs.aspx?cmm=67398&tid=5287302855337008081&na=1&nst=1>

Vale a pena também consultar um dicionário Japonês-Inglês de termos marciais, através do link abaixo:

http://pages.prodigy.net/david_wolfe/pmaa/

A compilação e formatação deste material neste documento foram realizadas pela equipe de **Judô – CTJ**:

<http://www.judoctj.com.br>