

Transkrypcja

Przy podawaniu terminów japońskich posługujemy się obowiązującą międzynarodową transkrypcją, gdzie:

- F - wymawiamy w sylabie FU dwuwargowo (jakbyśmy zdmuchiwali świecę)
- G - w śródgłosie wymawiamy nosowo
- J - wymawiamy "dź", np. JU - wym. DŻU
- R - wymawiamy bardzo miękko jako dźwięk pośredni między R i L
- L - wymawiamy bez labializacji (bez zaokrąglania warg), przejawia tendencje do zanikania, np. TSUKI czytamy jak cki
- W - wymawiamy dwuwargowo, jak w wyrazie aUtor
- Y - wymawiamy jak polskie j - OYAMA czytamy Ojama
- SH - wymawiamy jak sz, np. SHIHAN - Szihan
- CH - wymawiamy jak cz, np. KANCHO - Kanczo.

Liczebniki japońskie

- 1 - Ichi
- 2 - Ni
- 3 - San
- 4 - Shi/Yon
- 5 - Go
- 6 - Roku
- 7 - Shichi
- 8 - Hachi
- 9 - Kyu
- 10 - Ju

Nazwy elementów i technik

Powierzchnie uderzające i blokujące

- Seiken - pięść
- Uraken - odwrócona pięść
- Tettsui - pięść "młot"
- Ryutoken - pięść "głowa smoka"
- Hiraken - półzaciśnięta pięść
- Hitosashiyubi ipponken - pięść wskazującego palca
- Nakayubi ipponken - pięść środkowego palca
- Oyayubi ipponken - pięść kciuka
- Nihonken - pięść wskazującego i środkowego palca
- Nukite - ręka włócznia
- Shuto - kant dłoni zewnętrzny
- Haito - kant dłoni wewnętrzny
- Shotei - podstawa dłoni
- Hiji - łokieć
- Koken - przegub
- Sokuto - kant stopy zewnętrzny

- Toho - ręka "hak"
- Teisoku - sklepienie stopy
- Keiko - ręka "dziób ptaka"
- Chusoku - poduszka stopy
- Kote - przedramię
- Haisoku - podbicie stopy
- Hira-Kote - górna powierzchnia
- Kakato - pięta
- Sune - goleń
- Ura-Kote - dolna (odwrotna)
- Hiza - kolano
- Kaji - udo
- Omote-Kote - boczna powierzchnia
- Atama - głowa

Strefy

- Głowa/szyja - Jodan
- Tułów - Chudan
- Poniżej pasa - Gedan

Kierunki

- w lewo - Hidari
- w prawo - Migi
- z zewnątrz - Soto
- w dół - Oroshi
- w górę - Age
- od wewnątrz - Uchi
- okrężnie - Mawashi
- w przód - Mae
- odwrotnie - Ura
- w bok - Yoko
- obrót - Mawatte
- w tył - Ushiro
- powrót - Naura

Techniki (Waza)

- podcięcia - Kari
- kontrataki - Kosaho
- pozycje rąk - Kamete ("przyjąć pozycję rąk", w Polsce przyjęte: przyjąć pozycję walki)
- kombinacje - Renroku
- bloki - Uke
- uniki - Ryusui
- uderzenia - Uchi
- pady i pchnięcia - Tsuki
- przewroty - Ukemi

- nakrycia - Tensho
- rzuty - Nage
- kopnięcia - Keri (w założeniu Geri)
- techniki - Tokui

Wyrazy używane w dojo

- Ago - podbródek
- Ibuki - oddychanie respirujące
- Ashi - noga
- Juji - krzyż
- Chi-Mei - technika efektywna
- Karategi - kimono do karate
- Dan - stopień mistrzowski
- Kata - ćwiczenia formalne
- Dojo - świątynia, sala ćwiczeń
- Ganmen - skroń
- Katsu - jap. metoda reanimacji
- Gyaku - przeciwnie
- Kihon - tu: podstawowe ćwicz.
- Hiza - kolano
- Kiai - paraliżujący okrzyk
- Hizo - żebra
- Kanku - symbol odwagi , słońca
- Hajime - początek, zaczynać
- Kyu - stopień szkoleniowy
- Kake - zahaczyć
- Kage - tu: kopnięcie prostą nogą w górę
- Kiba - pozycja jeźdźca
- Kin - krocze
- Kubi - szyja
- Makiwara - jap. przyrząd do ćwiczeń
- Morote - obie ręce
- Maita - poddaję się
- Matte - tu: przerwać, puścić
- Neko - kot
- Ne-waza - techniki walki na leżąco
- Nogare I,II - oddychanie tonujące
- Obi - pas
- Oesh - tak, dziękuję, pozdrowienie
- Oi - zgodnie, normalnie
- Rei - ukłon
- Sanchin - trójkąt sił
- Shiko - pozycja zapaśnika Sumo
- Shinden - świątynia
- Sensei - mistrz, nauczyciel
- Sempai - starszy rangą, przełożony
- Satori - oświecenie, pełne zrozumienie
- Te - ręce
- Tobi - skakać

- Tameshi-wari - technika rozbijania twardych przedmiotów
- Tsuru - żuraw
- Tate - wysokość, podłużny
- Zazen, seiza - medytacja siedząc

Inne wyrażenia

- Arigato - dziękuję
- Ai-suru - kochać
- Budo - sztuki wojenne
- Bo-jutsu - sztuka walki kijem
- Do - droga, kierunek myśli
- Jutsu - sztuka, umiejętność
- Katana - miecz samurajski
- Kebuki - japoński teatr
- Kamikaze - boski wiatr
- Kenjutsu - sztuka walki mieczem
- Kusarigama - sierp i łańcuch
- Kyudo - sztuka strzelania z łuku
- Mu - nicność lub obojętność w Zen
- Meijin - mistrz, który dostąpił stanu "satori"
- Nippon - Japonia
- Nunchaku - cep do ryżu, stosowany do walki przez wieśniaków
- Sai - rytualny sztylet z Okinawy
- Sayonara - pożegnanie
- Shuriken - "gwiazdki" do rzucania
- Taijutsu - sztuka walki ciałem
- Tonfa - korbą do mielenia ryżu
- Tatami - tradycyjna mata japońska
- Uchi-deshi - osobisty uczeń
- Muso-Uchi - techniki naturalnej samoobrony
- Chanoju - sztuka parzenia herbaty