

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

І. Усатова, В. Пустовалов, Т. Король, В. Супрунович, Р. Халявка

ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК З ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ



Черкаси 2025

Рекомендовано до друку Вченою радою Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького (протокол № 4 від 25.06.2025 р.)

Рецензенти:

Безкопильний Олександр Олександрович – доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького;

Онопрієнко Олександр Васильович – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я людини Черкаського державного технологічного університету.

С 48.....Термінологічний словник з ігрових видів спорту / уклад.: І. Усатова, В. Пустовалов, Т. Король, В. Супрунович, Р. Халявка. Черкаси: Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, 2025. 41 с.

У термінологічному словнику з ігрових видів спорту словнику подано визначення найбільш уживаних термінів і понять з ігрових видів спорту – баскетболу, волейболу, пляжного волейболу, гандболу, футзалу (міні-футболу) та футболу.

Словник систематизує професійну лексику, що використовується в освітньому процесі, спортивній практиці й науковій діяльності. Терміни розміщено в алфавітному порядку, що забезпечує зручність користування. Лаконічність і точність формулювань сприяють ефективному засвоєнню спеціалізованої термінології та формуванню фахової компетентності здобувачів освіти.

Видання буде корисним студентам, магістрантам, аспірантам, викладачам, тренерам і всім, хто цікавиться теорією та практикою ігрових видів спорту.

© Усатова І., Пустовалов В., Король Т., Супрунович В., Халявка Р., 2025
© ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2025

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
БАСКЕТБОЛ	5
ВОЛЕЙБОЛ (ПЛЯЖНИЙ ВОЛЕЙБОЛ)	13
ГАНДБОЛ	21
ФУТЗАЛ (МІНІ-ФУТБОЛ) ТА ФУТБОЛ	26
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	38

ПЕРЕДМОВА

У контексті сучасного спортивного розвитку термінологічна компетентність посідає провідне місце у професійній підготовці фахівців сфери фізичної культури і спорту. Володіння точною спеціалізованою лексикою є важливою умовою ефективної комунікації, організації навчального процесу, реалізації тренувальних програм і проведення наукових досліджень. Застосування усталених і чітко окреслених понять дозволяє уникнути лексичних неточностей, мовного запозичення без адаптації та надмірного пояснення змісту, що, у свою чергу, сприяє оптимізації педагогічної та практичної діяльності. Опанування фахової терміносистеми також відіграє важливу роль у формуванні наукового стилю мовлення, розвитку комунікативних навичок та підвищенні загального рівня мовної культури здобувачів освіти.

«Термінологічний словник з ігрових видів спорту» – результат колективної праці викладачів кафедри спортивних ігор Навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту і здоров'я Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Його мета полягає в упорядкуванні та науковому узагальненні термінів, що активно застосовуються в освітньому просторі, тренерській практиці та спортивній науці. Видання орієнтоване передусім на здобувачів вищої освіти – майбутніх фахівців у галузі фізичної культури. Його зміст сприятиме не лише закріпленню знань, а й формуванню вміння оперувати спеціалізованою термінологією в різних фахових контекстах, проводити обґрунтований аналіз спортивної інформації та репрезентувати результати дослідницької діяльності у реферативних, курсових і випускових роботах.

Водночас словник становить інтерес і для ширшого кола користувачів – викладачів, тренерів, учителів фізичної культури, спортсменів, а також науковців, які прагнуть до методологічної точності та лексичної єдності у своїй професійній діяльності. При створенні видання авторський колектив дотримувався принципів науковості, термінологічної точності, доступності викладу й логічної структурованості матеріалу. Алфавітне розміщення термінів у поєднанні з чіткими дефініціями забезпечує легкість навігації та швидке знаходження необхідної інформації.

Варто наголосити, що спортивна термінологія, як відкрита система, перебуває в постійному процесі розвитку, що зумовлено змінами у методичних підходах до підготовки спортсменів, оновленням правил змагань, трансформацією суддівських критеріїв та інтеграцією міжнародного досвіду. У цьому контексті словник виконує не лише інформаційно-довідкову функцію, а й може слугувати основою для подальших наукових розвідок і вдосконалення фахової підготовки. Автори щиро вдячні усім, хто долучився до реалізації цього проєкту, та висловлюють сподівання, що «Термінологічний словник з ігрових видів спорту» стане надійним інструментом у професійному становленні майбутніх спеціалістів і вагомим внеском у розвиток спортивної освіти та науки в Україні.



ТЕРМІНИ ТА ПОНЯТТЯ З БАСКЕТБОЛУ

Атакувальний захисник (*shooting guard*), або другий номер – одна з типових позицій у баскетболі. Головне завдання атакувального захисника – здобуття очок для своєї команди. Обов'язковими навичками для цієї позиції є результативний кидок із середньої та дальньої дистанції, а також швидкий дриблінг.

Баскетбол (з англ. *basket* – кошик, *ball* – м'яч) – командна спортивна гра, у якій гравці передають м'яч один одному за допомогою рук і намагаються закинути його у кошик команди суперника.

Баскетболіст (англ. *basketball player*) – спортсмен, який займається баскетболом.

Баскетбольний м'яч – м'яч сферичної форми, відповідного кольору з традиційним рисунком, виготовлений з восьми вставок з чорними швами. Вага м'яча офіційного розміру 7 становить 567-650 г, діаметр – 750-780 мм. Також використовуються м'ячі менших розмірів: для ігор чоловічих команд – «розмір 7», для жіночих команд – «розмір 6», а для міні-баскетболу – «розмір 5». Баскетбольні м'ячі поділяються на два типи: призначені для гри тільки в приміщеннях (англ. *indoor*); універсальні, придатні як для гри в приміщеннях, так і на відкритому повітрі (англ. *indoor/outdoor*).

Баскетбольний майданчик (*basketball court*) – прямокутна плоска тверда поверхня без будь-яких перешкод. Для офіційних змагань ФІБА розміри ігрового майданчика мають становити 28x15 м.

Бенч (*bench*) – лава запасних.

Бічні лінії (*sidelines*) – лінії, що обмежують ігровий майданчик по його довгих сторонах. Ці лінії не є його частиною.

Блок (*block*) – 1) торкання м'яча після або під час кидка, аби завадити потраплянню м'яча в кошик; 2) фол у захисті в завершальній фазі силового контакту рухливого захисника з гравцем, який володіє м'ячем.

Блокування (*blocking*) – контакт гравця, що заважає або перешкоджає просуванню супротивника, що не володіє м'ячем.

Блокшот (*blocked shot* – заблокований кидок) – баскетбольний термін, який означає ситуацію, коли гравець захисту блокує кидок атакувального гравця без порушення правил при цьому. Основними блокувальними гравцями є центрові та форварди.

Ведення м'яча (*dribbling*) – просування з м'ячем, послідовно вдаряючи його в підлогу правою або лівою рукою. Гравець може пересуватися в будь-якому напрямку або стояти на місці, продовжуючи вдаряти м'яч об підлогу. Акт ведення повинен бути безперервним. Якщо гравець припинить ведення й

піймає м'яч, він не може відновити ведення, а повинен або виконати кидок у кошик, або передати м'яч партнерові.

Виривання м'яча (ball stealing) – прийом захисту, який здійснюється, коли гравці різних команд одночасно піймали м'яч або нападаючий втратив контроль над м'ячем і дав захиснику можливість захопити його.

Витривалість (endurance) – здатність протистояти фізичній втомі в процесі м'язової діяльності. Розрізняють загальну і спеціальну витривалість.

Вихідне положення (starting position) – просторова характеристика техніки фізичних вправ, яка визначається оптимальним взаєморозташуванням ланок опорно-рухового апарату перед початком рухів і обумовлюється концентрованим втіленням цілеспрямованої готовності до дій з метою наступного ефективного їхнього виконання.

Виховання фізичних якостей (physical qualities development) – цілеспрямований вплив на розвиток фізичних якостей людини за допомогою нормованих функціональних навантажень.

Вкидання (throw-in) – введення м'яча в гру після його виходу за межі майданчика (виконується передачею із-за бічної або лицьової лінії), після його попадання в кільце виконується захисником з-за лицьової лінії.

Володіння м'ячем (ball control) – технічні прийоми, за допомогою яких гравець виконує різноманітні рухи м'ячем (жонглювання).

Гравець (player) – кожний учасник гри чи член команди (в тому числі й запасний гравець).

Групові тактичні взаємодії в нападі (group tactical interactions in offense) – взаємодія двох-трьох нападаючих, які вирішують загальнокомандні завдання. Наприклад: а) взаємодія двох гравців – «стінка», «вихід на вільне місце», «двійка», «наведення» та ін.; б) взаємодія трьох гравців – «трійка», «перехресний вихід», «мала вісімка» та ін. Групові тактичні взаємодії в захисті – взаємодії двох-трьох захисників, які вирішують командні завдання: «підстрахування», «зміна».

Групові тактичні дії (group tactical actions) – взаємодія (двох-трьох) гравців команди, спрямована на рішення загальнокомандних завдань.

Дабл (double) – два очки.

Дабл дрибл (double dribble) – подвійне ведення м'яча, порушення правил, при якому гравець під час ведення торкається м'яча двома руками і продовжує ведення.

Дабл-дабл (double-double) – досягнення гравця, що має за гру двозначний загальний результат у двох із основних статистичних показників. Основні статистичні категорії включають очки, підбирання, результативні передачі, перехоплення та блокування. Найпоширеніші дабл-дабл: очки + підбирання (наприклад, 18 очок та 11 підбирань); очки + результативні передачі (наприклад, 14 очок і 10 передач); підбирання + результативні передачі (наприклад, 11 підбирань і 13 передач за гру).

Данк (dunk) – кидок зверху.

Дед бол (dead ball) – ситуація, при якій час зупинено, часто використовується як фол поза грою.

Дед бол фол (dead ball foul) – фол поза грою.

Дриблер (dribbler) – гравець, що веде м'яч.

Загальна фізична підготовка (general physical training) – процес фізичного виховання, який спрямований на підвищення рівня фізичного розвитку, широкої рухової підготовленості як передумов успіху в різних видах діяльності.

Загальнорозвиваючі вправи – рухові дії, які спрямовані на розвиток усіх груп м'язів, що необхідні для виконання основної дії (вправи).

Закинутий м'яч (scored ball) – м'яч вважається закинутим, коли він входить у кошик зверху і залишається в ньому чи проходить через нього.

Заслін – тактична взаємодія, за допомогою якої нападаючий, розташувшись на шляху можливого пересування захисника партнера, допомагає йому в звільненні від опіки.

Захисник (defender, guard) – термін має два значення: так називають будь-якого гравця команди, яка захищається; так називають гравців задньої лінії (розігруючих). На тактичних схемах захисників позначено трикутником з номером гравця.

Захист (defense) – організована протидія атаці суперників, прагнення не допустити кидка м'яча в своє кільце. Розрізняють такі варіанти захисту: зона – гравці, які займають оборону, опікують певну частину ділянки штрафного кидка, не даючи гравцеві суперника в цій зоні отримати м'яч чи виконати кидок в кільце, персональна – гравець в обороні опікує певного гравця суперників; змішана – комбінуються ознаки зонної і персональної опіки гравців.

Змагальні вправи – цілісні рухові дії (сукупність рухових дій), які є засобом ведення спортивної боротьби (складають предмет спортивної спеціалізації) і виконуються відповідно до правил змагань з певного виду спорту.

Зона – частина майданчика: тилова зона – половина майданчика, на якій знаходиться кільце команди, яка захищається; зона нападу – половина майданчика, яку захищає команда суперників; середня зона – третина майданчика біля середньої лінії. При зонній системі захисту (див. «захист») зонами називають незначну ділянку штрафного кидка під своїм щитом, яку опікують окремі захисники. Виділяють також трьохсекундну зону – частину ділянки штрафного кидка, яка обмежена трапецією, позначеною на майданчику.

Зона трьохочкових кидків (three-point shooting zone) – весь ігровий майданчик, за винятком зони біля кошика суперника, обмеженої двома паралельними лініями, що починаються з лицьової лінії на відстані 6,25 м від її середини.

Зонний захист (zone defense) – захист, при якому гравці охороняють межі штрафного кидка під своїм кошиком. Кожний гравець прикріплений до

певної зони і протидіє в ній будь-якому гравцеві супротивника. Розміщення гравців у зонах визначають варіанти зонного захисту: 2-1-2, 3-2, 2-3, 1-3-1 і т.д.

Зупинка (stop) – ігровий прийом, під час якого гравець зупиняється двома кроками чи стрибком, що дає можливість йому на деякий час звільнитися від опіки захисника та підготуватися до подальших ігрових дій (кидка, передачі чи обведення)

Ігрова комбінація (game combination) – обумовлена взаємодія гравців у нападі чи захисті.

Ігрові прийоми (game techniques) – основні навички, володіння якими дозволяє брати активну участь у грі. У баскетболі вони включають передачі, ловлю, ведення, кидки м'яча, проходи, боротьбу за м'яч на щиті й опіку супротивника.

Індивідуальні тактичні дії (individual tactical actions) – самостійні дії гравця, який застосовує прийоми техніки гри відповідно до конкретної ігрової ситуації, спрямовані на рішення поставлених перед командою завдань і здійснювані ним без допомоги партнерів.

Кидок (shot) дія гравця, яка спрямована на попадання м'ячем в кільце суперників (слід відрізнити кидок від передачі).

Кидок «крюком» – кидок м'яча однією рукою над головою колоподібним рухом руки.

Кидок зверху (slam dunk) – один із найнадійніших кидків і водночас найбільш видовищний.

Кидок м'яча у кошик (shooting the ball into the basket) – це дія в баскетболі, коли гравець намагається вкинути м'яч у кошик супротивника, щоб здобути очки. Кидок може бути виконаний з різних позицій на майданчику і з різними технічними прийомами: прямий кидок, кидок через себе, кидок з обертом тощо.

Класифікація техніки (classification of equipment) – розподіл усіх прийомів техніки гри і способів їхнього виконання по розділах і групах на основі подібних ознак.

Командні тактичні взаємодії (team tactical interactions) – взаємодії всіх гравців, спрямовані на вирішення загальнокомандних завдань.

Кросовер (crossover) – маневр, під час якого гравець різко переводить м'яч з однієї руки в іншу, змінюючи напрямок руху.

Лицьові лінії (front lines) – лінії за щитами, що обмежують довжину площадки. Після взяття кошика команда, що захищається, вводить м'яч у гру через лицьову лінію.

Лінія (line) – яскраво пофарбована частина майданчика шириною 5 см, яким розмічають периметр майданчика й окремі його ділянки. Ширина лінії входить у розміри ігрового поля. Основні лінії, якими розмічають баскетбольний майданчик, називаються: лицьова, бічна, лінія штрафного кидка, центральна лінія, «трьохочкова» лінія.

Ловля (catching) – прийом, за допомогою якого гравець може впевнено оволодіти м'ячем з метою виконання подальших ігрових дій.

Межі штрафного кидка (free throw line) – являють собою трапецію з півколом на вершині. Основою служить відрізок лицьової лінії під кошиком, а вершиною – лінія штрафного кидка довжиною 3 м 60 см. Висота трапеції 5 м 80 см. У верхній частині трапеції намальоване коло, діаметром якого є лінія штрафного кидка.

«Мертвий» м'яч (dead ball) – м'яч, що вийшов із гри. М'яч вважається «мертвим» відразу ж після того, як він влучив у кошик, і до того, як він буде введений у гру супротивником; при спірному м'ячі; після призначення персонального зауваження; після будь-якого сигналу судді в полі; після сирени, про закінчення гри, половини гри або додаткового часу.

Навчання (study) – планомірна, організована, спільна двостороння діяльність викладачів і студентів, спрямована на свідоме, міцне й глибоке опанування останніми системою знань, умінь та навичок; процес, під час якого набувається загальна освіта, формується та розвивається особистість студента, його світогляд, засвоюється досвід людства і професійної діяльності.

Навчання руховим діям (motor skills training) – педагогічний процес чуттєво-раціонального сприймання, осмислення та відтворення рухових дій у процесі цілеспрямованого навчання.

Нападаючий (forward, attacker) термін має два значення: 1) гравець команди, яка володіє м'ячем; 2) гравець високого зросту, який грає в нападі. На тактичних схемах гри нападаючий позначений кружками з відповідним номером.

Напад систем атаки – розрізняють швидкий прорив і позиційний напад, який відрізняється від швидкого прориву певним розміщенням і переміщенням гравців проти організованого захисту суперників.

Невдалий кидок (air ball-air, бол) – кидок, при якому м'яч не торкнувся кільця або щита.

Овертайм (overtime) – додатковий період гри на випадок рівного рахунку після закінчення основного часу (або попереднього овертайму).

Особистий захист (man-to-man defense) – захист, при якому кожний гравець команди, що захищається, опікує певного гравця супротивника.

Партнер (partner) – гравець своєї команди.

Пасивні захисники (passive defenders) – це захисники, які виконують свої дії в захисті без відбирання м'яча у нападаючого, імітуючи захисні дії.

Передача м'яча (pass) – дія гравця, спрямована на швидке переміщення м'яча до іншого гравця. Застосовуються передачі прямі, навісні, з відскоком, «крюком», в руки.

Перемикання (switching) – захисний маневр, при якому два захисники міняються своїми підопічними. Ситуація, що вимагає перемикання, виникає при заслоні, коли один із захисників, натрапивши на заслін, не може більше впливати на свого підопічного.

Переміщення гравця – це ходьба, біг, стрибки, повороти, зупинки, тобто дії гравця, за допомогою яких він переміщається по майданчику.

Перехоплення м'яча – прийом захисту, який використовують для оволодіння м'ячем під час передач або ведення суперника.

Персональний фол (personal foul) – див. «Фол».

Перша передача (first gear) – передача після успішного оволодіння м'ячем у захисті при відскоку від щита. Швидка й точна перша передача визначає успіх нападу швидким проривом.

Підготовчі вправи (preparatory exercises) – рухові дії (їх поєднання, варіації), які спрямовані переважно на розвиток рухових якостей та здібностей, що необхідні для виконання основної дії (вправи).

Підстраховка – зміщення захисника в бік можливого проходу нападаючого, якого опікує партнер.

Пік-н-ролл (pick and roll, «двійка») – це атакувальна комбінація в баскетболі, що виконується двома гравцями. Один із нападників, володіючи м'ячем, рухається до товариша по команді, який ставить заслін (пік) на шляху захисника. Захисник має вибір: чи продовжувати опікувати гравця, який володіє м'ячем, чи переключитися на того, хто ставить заслін. Якщо він переключається, нападник може зробити кидок або передачу. Якщо захисник залишається на тому, хто володіє м'ячем, тоді той, хто ставить заслін, рухається до кільця (ролл) і отримує пас на відкритий кидок. Це один з найефективніших і простих способів атаки, який широко використовують у баскетболі.

Поворот (turn) – ігровий прийом, за допомогою якого гравець робить кроки плечем уперед або плечем назад, щоб не дати можливості захиснику відібрати у нього м'яч.

Позиція (position) – позиція, роль гравця на полі.

Порушення правил: 1) (*goaltending*) – порушення, що полягає в торканні м'яча, який, можливо, потрапить у кошик; 2) (*hand checking*) – порушення, що полягає у затримці нападника руками.

Потайна передача (secret pass) – передача, при якій гравець до останнього моменту приховує, маскує напрямок польоту м'яча. На тактичних схемах гри передачі (шлях м'яча) позначають пунктирною лінією зі стрілкою.

Правила змагань (competition rules) – документ, у якому чітко визначені умови змагальної боротьби, що відбувається під контролем спортивних арбітрів, способи фіксування результатів, визначення переможців і розподілу місць серед учасників змагань.

Прийом у захисті (double team) – прийом, що полягає в блокуванні нападника відразу двома захисниками.

Прийоми ігрові (чи елементи техніки гри) (elements of game technique) – основні навички, володіння якими дозволяє баскетболісту активно і результативно приймати участь у грі. До ігрових прийомів відносять:

передачі, ловлю, ведення, кидки, проходи з м'ячем і без м'яча, боротьба за м'яч, який відскочив, опіку суперника тощо.

Прискорення руху (*acceleration of movement*) – просторово-часова характеристика техніки фізичних вправ, яка відображає зміну швидкості виконання рухових дій за одиницю часу.

Пробіжка (*traveling*) – порушення правил, коли гравець робить більше двох кроків без ведення м'яча.

Прослизання (*slippage*) – захисний маневр при заслоні, в якому гравець, який опікує нападаючого, що ставить заслін, відступає назад, дозволяючи партнерові «прослизнути» за своїм підопічним.

Прохід (*passing*) – переміщення гравця без м'яча чи з м'ячем. «Виходом навхрест» називають групові взаємодії нападаючих, якщо два гравці проходять в різні сторони повз партнера з м'ячем. На тактичних схемах гри шлях переміщення гравця позначають суцільною лінією зі стрілкою.

Результативна передача (з англ. *assist*) – пас на гравця, який згодом влучає в кільце суперника. Результативна передача враховується у фінальному протоколі.

Розігравальний захисник (з англ. *point guard*), або перший номер – гравець, який найкраще бачить майданчик, оцінює розташування партнерів у швидкому прориві та позиційній атаці. Виконує роль диспетчера та розпасовщика команди.

Система захисту – розміщення на майданчику гравців команди і визначена організація їхніх взаємодій.

Слем-данк (*slam dunk*), кидок зверху – один із найбільш надійних кидків і водночас найбільш видовищний, при якому гравець вистрибує вгору і однією або двома руками кидає м'яч крізь кільце зверху вниз.

Спірний кидок (*jump ball*) – ситуація, при якій два гравці із протилежних команд одночасно вхопилися за м'яч. Спосіб введення м'яча в гру виконується шляхом підкидання його між двома гравцями з різних команд в центральному колі на початку гри.

Стійка баскетболіста (*basketball player's stance*) – положення гравця, яке він приймає у момент підготовки до тієї або іншої дії.

Стійка гравця (*the player's stance*) – раціональна поза, що забезпечує найкращу готовність до ігрових дій.

Стійка захисника (*guard stance*) – найбільш зручне положення гравця, що дозволяє успішно виконувати необхідні дії при протиборстві нападаючого.

Суперник (*opponent*) – гравець команди противника.

Тайм-аут (*time out*) – хвилинна перерва.

Техніка гри – це сукупність прийомів, що дозволяють найбільш успішно вирішувати конкретні змагальні завдання.

Технічний інтервал (*technical*) – технічна перерва, не пов'язана зі спортивним аспектом гри.

«Точка» (shooting spot) – місце на майданчику, з якого нападаючий має найкращий процент результативних кидків.

Тревел (travel) – пробіжка.

Трипл-дабл (triple-double) – досягнення гравця, який має за гру двозначні статистичні показники: очки, підбирання, результативні передачі, загальний результат у трьох з основних статистичних показників, основні перехоплення, блокшоти. Найчастіше трипл-дабл має вигляд «очки + підбирання + результативні передачі».

Трьохсекундна зона (three-second zone) – частина меж штрафного кидка, обмежена трапецією. Розмітка входить у розміри трьохсекундної зони.

ФІБА (FIBA) – керівний орган проведення всіх міжнародних змагань із баскетболу, заснований 18 червня 1932 року в Женеві.

Фінт (feint) – помилковий або відволікаючий рух, дія з метою ввести супротивника в оману щодо своїх щирих намірів. На тактичних схемах гри фінт позначають вигином лінії, який показує шлях руху гравця.

Фол (foul) – персональна помилка при зіткненні з гравцем команди-суперника – поштовх, удар тощо. Фоли можуть бути: багаторазові – якщо помилки допускаються в один і той же час два чи більше гравців однієї команди при зіткненні з суперником; обопільний – якщо помилка допускається в один і той же час двома гравцями протилежних команд між собою; навмисними – якщо фол здійснюється гравцем навмисно. Крім фолів, що здійснюються в ігровій обстановці, відрізняють технічний фол – навмисне технічне порушення гри чи неспортивна поведінка гравця, тренера.

Фол у нападі (charge) – фол, що відповідає силовому контакту гравця з нерухомим захисником.

Форвард (forward) – сильний, високий нападник, швидкий гравець.

Центровий гравець (center) – один із гравців, звичайно найвищий, який розміщується в центрі атаки, поблизу від кільця суперників.

Штрафний кидок (free throw) – кидок в кільце, який назначається за технічну чи персональну помилку суперників (див. також «фол»), виконується з лінії штрафного кидка без перешкоди суперників. За кожний успішний штрафний кидок команда одержує одне очко.

Щит (backboard) – дошка, на якій закріплене кільце.

24 секунди (24-second rule) – правило, по якому нападаючі повинні зробити кидок у кошик супротивника протягом 24 секунд з моменту оволодіння м'ячем. У противному випадку м'яч передається супротивникові.

3 секунди – правило, по якому нападаючий не може перебувати більше 3 секунд у заборонній зоні меж штрафного кидка супротивника. Виключення робиться для гравця, що атакує кошик з веденням.

5 секунд – вкидання м'яча з аути, виконання штрафного кидка та володіння м'ячем одноосібно після ведення.

8 секунд – команда, що володіє м'ячем, повинна вивести м'яч із зони захисту в зону нападу.



ТЕРМІНИ ТА ПОНЯТТЯ З ВОЛЕЙБОЛУ (пляжного волейболу)

Волейбол – спортивна гра з м'ячем, у якій дві команди по 6 гравців змагаються на спеціальному майданчику 18х9 м, розділеному сіткою; неконтактний, комбінаційний вид спорту, де кожен гравець має спеціалізацію на майданчику.

Пляжний волейбол (beach volleyball) – командний вид спорту, гра на піщаному майданчику 16х8 м, розділеному сіткою, у якому дві команди по два гравці у кожній, перекидають м'яч через сітку, з метою приземлити його на половині суперника і запобігти такій самій спробі суперника.

Антена – гнучкий прут завдовжки 1,80 м і діаметром 10 мм, виготовлений зі скловолокна або подібного до нього матеріалу. Дві антени кріпляться на протилежних сторонах сітки, над боковими лініями майданчика та обмежують простір майданчика над сіткою. Антени є частиною сітки.

Атакуючий удар – усі дії гравців, що направляють м'яч на сторону суперника, за винятком подачі та блоку.

Аут – зона, що знаходиться за межами майданчика.

Блокування – дія (гравця) гравців поблизу сітки для перехоплення м'яча, що йде від суперника, котра здійснюється винесенням будь-якої частини тіла вище верхнього краю сітки, не зважаючи на висоту при контакті з м'ячем. Тільки гравцям передньої лінії дозволено брати участь у здійсненому блоці, але у момент контакту з м'ячем будь-яка частина тіла повинна бути вище верхнього краю сітки. Розрізняють одиночне та групове блокування, також його виконують з місця та після переміщення. Одиночне блокування – це блокування, виконане одним гравцем. Групове блокування (колективний блок) – блокування, виконане двома (подвійний блок) або трьома (потрійний блок) гравцями, які знаходяться близько один до одного, і є здійсненим, коли один з них торкається м'яча.

Блокування в просторі суперника – блокування м'яча, при якому гравець переносить свої кисті і руки на інший бік сітки. Ця дія дозволена за умови, що це не заважає грі суперника.

Бічні лінії – довгі лінії розмітки волейбольного майданчика, що обмежують його розміри.

Вбити кіл (цвях, розм.) – зробити найпотужніший нападаючий удар.

Веселка – накат, несильний кистьовий нападаючий удар. Взаємна відповідність позицій між гравцями – розташування гравців на майданчику, при якому стопи кожного гравця задньої лінії повинні бути розташовані далі від центральної лінії, ніж стопи відповідного гравця передньої лінії; стопи

кожного бокового гравця повинні бути ближче до правої (лівої) бокової лінії, ніж стопи центрального гравця його лінії.

Виключна заміна – означає, що будь-який гравець, крім Ліберо, або заміщеного ним/нею гравця, що не знаходиться в момент травми на майданчику, може замінити травмованого гравця. Заміненому травмованому гравцю не дозволяється повернутися в гру.

Вилучення – санкція, що застосовується за першу образливу поведінку. Гравець, покараний вилученням, повинен залишити ігрове поле, а його/її команда оголошується неповною в партії.

Відкидка – найбільш агресивний спосіб нападу, один із складних і ефективних засобів організації командних атакуючих дій. Висока ефективність яких досягається за рахунок їх раптовості.

Вільна зона – зона навколо ігрового майданчика, яка вільна від будь-яких перешкод; відстань від бічних ліній 3-5 м, від лицьових – 5-8 м. Вільний ігровий простір – простір над ігровим полем, який вільний від усіх перешкод. Вільний ігровий простір має бути заввишки не менше 7 м від ігрової поверхні.

Імітаційні вправи – вправи, які максимально відповідають за координаційною структурою і характером виконання змагальним вправам.

Підвідні вправи – вправи, що по своїй структурі близькі до технічного прийому або тактичної дії.

Спеціально-підготовчі вправи – вправи, що мають схожість з змагальними вправами за структурою руху, ритмічним, тимчасовим й іншим характеристикам.

Втручання – будь-яка дія, яка може створити перевагу над командою суперника, або будь-які дії, що заважають грі суперника з м'ячем.

Гравці передньої лінії – гравці, що розташовані на волейбольному майданчику біля сітки у зонах «2», «3», «4».

Гравці задньої лінії – гравці, що розташовані на волейбольному майданчику у зонах «1», «6», «5».

Груба поведінка – дія всупереч гарному тону або нормам моралі по відношенню до офіційних осіб, суперників, партнерів або глядачів.

Дискваліфікація – санкція за перший фізичний напад або агресивна чи загрозлива поведінка гравця. Гравець повинен залишити ігрове поле, а його/її команда оголошується неповною в матчі.

Діагональний – універсальний нападаючий, який відрізняється високим зростом, великою силою і стрибучістю; не беруть участь у прийомі м'яча, проводять атаку із задньої лінії майданчика.

Діг (від англ. dig) – захисний удар, що виконується у падінні, підіймає м'яч вгору ударом тильної сторони долоні.

Дійсний запит заміни – вхід гравця(ів) готового(их) до гри, який замінює, в зону заміни під час звичайної ігрової перерви. Тренеру не потрібно робити сигнал рукою, за виключенням травми або до початку сету.

Діючий Ліберо – Ліберо, який знаходиться на майданчику.

Добити до підлоги – зробити сильний нападаючий удар, після якого м'яч торкається майданчика.

Доведення – перше торкання, після якого м'яч спрямовано до партнера.

Догравання – продовження атаки, коли приймаюча команда не змогла організувати напад. Тривале догравання характерне для жіночих команд.

Дриблінг – характерне постукування м'яча об підлогу перед виконанням подачі.

Друга передача – пас одного волейболіста іншому після виконання прийому.

Другий суддя – суддя, який виконує свої обов'язки, стоячи за межами ігрового майданчика біля стійки, на протилежному боці від першого судді, обличчям до першого судді й є помічником першого судді, але має, також, свою власну сферу повноважень.

Дуплет – успішний блок від сильного нападаючого удару.

Ейс – очко, вигране безпосередньо з подачі, коли м'яч торкнувся підлоги або сталося лише одне торкання і м'яч вийшов в аут.

Жовта картка – засіб для публічної демонстрації першим суддею свого рішення про попередження гравця за допущені порушення, передбачені Правилами.

Задня зона – частина майданчика, що обмежена лінією атаки і заднім краєм лицьової лінії. Задня зона продовжується за боковими лініями до кінця вільної зони.

Заміна – дія, при якій гравець, крім Ліберо, або заміщений ним/нею гравець, після запису секретарем, входить у гру щоб зайняти позицію іншого гравця, який повинен залишити майданчик у цей момент. Заміна проводиться в межах зони заміни.

Заслін – розташування гравців передньої лінії біля сітки, один біля одного, таким чином щоб завадити візуальному спостереженню суперників за виконанням подачі.

Затримка (те ж, що захват) – дія, під час верхньої передачі, при якій м'яч не відскакує від рук гравця відразу.

Захист – дії гравців, що запобігають атаці суперника або дозволяють залишити м'яч у грі після цього.

Зв'язуючий – лідер команди, гравець сильний і рухливий, володіє знаннями стратегії і тактики гри, а також незвичайним інтелектом; завдання – аналізувати ситуацію на майданчику й організовувати атаку.

Звичайні ігрові перерви – тайм-аути і заміни; кожна команда має право максимум на два тайм-аути та на шість заміन гравців у кожній партії.

Здійснений блок – торкання м'яча гравцем, що блокує.

Зліт – виконання нападаючих ударів з коротких і швидких передач.

Змагання на Кубок – змагання, що проводяться з метою залучення великої кількості команд і визначення переможця за короткий термін.

Зміна майданчиків – після кожної партії команди міняються майданчиками, за винятком вирішальної партії. У вирішальній партії, як

тільки команда набирає 8 очок, команди без затримки міняються майданчиками і розташування гравців залишається попереднім.

Зміна майданчиків (пляжний) – після кожної партії команди міняються майданчиками, за винятком вирішальної партії. Крім того, команди міняються сторонами майданчика після кожних 7 очок, набраних командами (партії 1 і 2) і 5 очок (партія 3).

Зона подачі – ділянка за лицьовою лінією завширшки 9 м (8 м пляжний), яка простягається до кінця вільної зони.

Зони – частини в межах ігрового поля (тобто ігрового майданчика і вільної зони), що мають спеціальне призначення (чи особливі обмеження), встановлене текстом правил. До складу зон входять: Передня Зона, Зона Подачі, Зона Заміни, Вільна Зона, Задня Зона і Зона Заміщення Ліберо.

Зустріч з пляжного волейболу – гра, що відбувається між двома командами по 2 гравці і може складатися з 2 або 3 партій, перемагає команда, яка переможе у двох партіях.

Інтервал – проміжок часу між партіями. Всі інтервали тривають три хвилини (одну хвилину у пляжному).

Кидок – дія на блоці або при атакуючому ударі на сітці, під час якої відбувається тривале торкання м'яча рукою.

Комбінації – характерні типові побудови групових тактичних дій у нападі; узгоджені взаємодії гравців, спрямовані на створення одному з них сприятливих умов для завершення атаки.

Контрольний м'яч (сетбол, матч-бол, матч-пойнт) – очко, виграш якого вирішує долю партії, або матчу. Корт – майданчик для пляжного волейболу.

Лицьові лінії – короткі лінії волейбольного майданчика, що обмежують його розміри.

Ліберо – спеціалізований захисний гравець; його форма відрізняється від будь-якого кольору форми інших членів команди.

Лінії майданчику (пляжний) – відрізки стрічки, що позначають дві бокові та дві лицьові лінії ігрового майданчика. Центральна лінія відсутня. І бокові, і лицьові лінії є частиною майданчика. Виготовлені з міцного матеріалу. Будь-які відкриті кріплення ліній повинні бути з м'якого, еластичного матеріалу.

Лінійні судді – члени суддівської колегії, що стоять у кутах майданчика, найближчих до правої руки кожного судді по діагоналі, 1-2 м від кутів. Кожен з них контролює обидві (бокову і лицьову) лінії на своєму боці.

Лінія атаки – на кожному майданчику лінія атаки, задній край якої нанесений на відстані 3 м від осі центральної лінії та позначає передню зону.

М'яч – предмет сферичної форми, виготовлений з еластичного матеріалу (шкіра, штучна шкіра або подібне до неї), який не вбирає вологу, тобто найбільш придатний для умов на відкритому повітрі, оскільки матчі можуть відбуватися під дощем. В середині м'яча знаходиться камера з гуми або аналогічного матеріалу. Світлого кольору або комбінації кольорів.

Окружність: 66-68 см. Вага: 260-280 г. Внутрішній тиск: 0,175-0,225 кг/см² (171-221 мбар або гПа).

М'яч «за» – стан гри, коли м'яч падає на поверхню повністю за межами обмежувальних ліній (не торкаючись їх); торкається предмета за межами майданчика, або будь-якої людини, яка не бере участі у грі; торкається антен, шнурів, стійок або сітки за межами бічних стрічок; перетинає вертикальну площину сітки повністю або частково за межами площини перетину під час подачі або після третього удару команди повністю перетинає нижню площину під сіткою.

М'яч «у майданчику» – стан гри, коли м'яч торкається поверхні ігрового майданчика, включаючи обмежувальні лінії.

М'яч поза грою – стан гри з моменту помилки, яка зафіксована свистком одного з суддів; за відсутності помилки, з моменту свистка.

М'яч у грі – стан гри з моменту удару на подачі, дозволеної першим суддею.

Мертвий м'яч – м'яч, що опинився в такому положенні, коли украй важко залишити його в грі.

Моріта – атакуючий удар, виконаний на помилковому замаху, коли нападаючий імітує розгін на злет, витримує паузу і б'є вже по блоку суперника, що опускається.

Накат – несильний кистьовий нападаючий удар.

Нападаючий удар – найбільш складний технічний прийом у волейболі, спрямований на ефективне завершення атакуючих дій, який виконується ударом по м'ячу однією рукою, коли той знаходиться вище верхнього краю сітки. Розрізняють два способи виконання атакуючих ударів – прямий та боковий і кілька різновидів (з переводом та обманні).

Напівпростріл – нападаючі удари, що виконуються з передач вздовж сітки на висоті 1,5 м.

Одноточасні торкання – торкання м'яча одночасно двома гравцями.

Організаційний комітет – група людей, склад якого визначає федерація волейболу і залежить від масштабу змагань для вирішення комплексу різних питань та завдань, які виникають при підготовці та проведенні змагань.

Парад команд – церемонія відкриття та закриття змагань, у якій першими йдуть чемпіони минулого року, а далі – в алфавітному порядку, заключною – місцева команда (господар). Перед кожною командою несуть таблички з назвою команд.

Парашут (те саме, що і свічка (розм.)) – подача, передача й інші дії гравця, які призводять до того, що м'яч летить по високій траєкторії.

Партія – частина гри, що не обмежена у часі і триває до 25 очок, якщо це не 5 партія (21 очка у пляжному, якщо це не 3), у партії, необхідно набрати перевагу в 2 очки (наприклад 23-25). П'ята партія триває до 25 очок і третя у пляжному волейболі до 15 очок.

Пас (те саме, що передача) – прийом за допомогою якого гравець направляє м'яч партнерові по команді.

Пасуючий – гравець, що організовує атаку команди.

Передача – прийом гри, за допомогою якого створюються найбільш сприятливі умови для завершення взаємодій команди атакуючим ударом.

Передача м'яча двома руками зверху – технічний прийом гри, що застосовується для прийому подач, передач для нападаючого удару і перебивання через сітку. Розрізняють такі способи передачі: двома руками в опорі, двома руками в стрибку, однією рукою в стрибку, двома руками у падінні і перекатом на спину; за напрямком передачі бувають: вперед, над собою, назад; по довжині: довгі – через зону, короткі – із зони в зону, укорочені – в межах зони; за траєкторією польоту м'яча: високі – вище 2 м, середні – до 2 м, низькі – до 1 м.

Передача м'яча двома руками знизу – технічний прийом гри, завданням якого є залишити м'яч у грі після подачі або нападаючих дій суперника. Після прийому спрямувати його партнеру для розвитку атаки; застосовується у випадку, коли м'яч летить за низькою траєкторією і знаходиться нижче рівня голови волейболіста.

Переднє падіння – прийом м'яча двома чи однією рукою в падінні на руки з наступним ковзанням на грудях-животі, переважно застосовується в чоловічому волейболі.

Передня зона – зона на кожному майданчику, обмежена віссю центральної лінії і заднім краєм лінії атаки. Вважається, що передня зона продовжується за боковими лініями до кінця вільної зони.

Переміщення – зміна положення гравця на майданчику. Техніка переміщення включає в себе стартові стійки і різні способи переміщення: ходьба, біг, стрибки, падіння, перекид.

Перерва – час між завершеним розігруванням м'яча і свистком першого судді на наступну подачу. Тривалість перерви 30 с, команді дозволяється 2 перерви у кожній партії (1 перерва у пляжному).

Перехідний м'яч – м'яч, що перелітає на сторону суперника невисоко над сіткою, дозволяє виграти очко атакою з першого удару. Зазвичай, виникає при поганому прийомі.

Перший суддя – суддя, що виконує свої функції сидячи або стоячи на суддівській вишці, яка розташована на одній із сторін сітки. Рівень його очей повинен бути приблизно 50 см над сіткою.

Пляжний волейбол (біч-волей) – командний вид спорту, гра на піщаному майданчику 16×8 м, команда складається з двох гравців, заміни по ходу матчу правилами не передбачені (при важкій травмі, дискваліфікації, відмові гравця від продовження матчу команді зараховується поразка). Тренер може спостерігати за матчем тільки з трибуни. Форма гравців складається з шортів або купального костюма. В пляжний волейбол грають босоніж.

Подавальник – персонал, роботою якого є підтримувати хід гри, шляхом перекочування м'яча гравцю на подачі між розігруваннями.

Подача – технічний прийом, за допомогою якого м'яч вводиться в гру правильним гравцем, який подає, та який знаходиться в зоні подачі: кручена (розм.) – подача, під час якої м'яч швидко крутиться, що ускладнює прийом; плануюча – те ж, що планер; силова – подача в стрибку.

Верхня пряма подача – технічний прийом, що виконується у найвищій точці відкритою долонею.

Нижня пряма подача – технічний прийом, що виконується випрямленою рукою на рівні поясу.

Подвійне торкання – помилка у виконанні передачі, коли пальці обох рук торкаються м'яча не одночасно або м'яч торкається різних частин тіла послідовно.

Розводити – виконати пас для нападаючого удару так, щоб обманути блок.

Розігрування – послідовність ігрових дій з моменту удару на подачі гравцем, що подає, до того моменту, коли м'яч вийде з гри.

Спосіб ведення гри – індивідуальні і командні дії гравців, які застосовуються в боротьбі з суперником.

Спроба блоку – дія блокування без торкання м'яча.

Стійка волейболіста – вихідне положення у волейболі (висока, середня, низька): висока стійка – застосовується при прийомах та передачах м'яча, який летить із невеликою швидкістю, а також при виконанні нападаючого удару та при блокуванні; середня стійка – найбільш зручна при прийомі м'яча після подачі та при страхуванні; низька стійка – застосовується при грі у захисті, прийомі м'ячів, які летять із великою швидкістю.

Стійки – обладнання, що підтримує сітку, розташоване на відстані 0,70-1,00 м від кожної з бокових ліній до м'якого захисту стійки. Вони є висотою 2,55 м, переважно регульовані, повинні бути круглі і гладкі, закріплені в ґрунті без допомоги тросів.

Тай-брек – система підрахунку очок у партії, при кожній подачі розігрується одне очко. Тайм-аут – ігрова перерва, що триває 30 секунд, яку кожна команда може запросити 2 рази за партію (1 раз за партію у пляжному).

Тактика – сукупність дій, прийомів та способів ведення спортивної боротьби.

Тактика гри – організація дій гравців з раціональним використанням технічних прийомів, для досягнення успіху змагальної діяльності; сукупність найефективніших індивідуальних і командних способів нападу і захисту, які на основі правил гри пристосовуються до методів боротьби суперника, до різноманітних умов гри.

Групові тактичні дії в нападі – взаємодія кількох гравців в типових тактичних побудовах (комбінаціях), спрямована на підготовку й успішне

завершення атаки, розрізняють: *Одноступеневі* – проведення атаки одним гравцем. *Двоступеневі* – виконання атакуючих дій двома або трьома гравцями (нападаючі I і II темпу).

Індивідуальні тактичні дії у нападі – реалізуються під час виконання гравцями наступних технічних дій: подач, перших передач, других передач і нападаючих ударів. Індивідуальні тактичні дії в захисті – до них відносяться: прийоми м'яча з подач, нападаючих ударів, блокування та самострахування.

Командні тактичні дії – організація і проведення атакуючих та захисних дій за участі всіх гравців команди, спрямованих на подолання опору суперника.

Техніка гри – сукупність прийомів для здійснення ігрової і змагальної діяльності у волейболі; система рухових дій, які спрямовані на вирішення конкретних завдань у грі з урахуванням конкретних ігрових ситуацій; комплекс спеціальних прийомів, необхідних волейболісту для успішної участі в грі.

Техніка захисту – сукупність ігрових дій (переміщення, прийом м'яча з подачі і від нападаючого удару, блокування), що використовуються для успішного вирішення ігрових завдань в захисті.

Техніка нападу – сукупність ігрових дій (переміщення, подачі, передачі, нападаючі удари), спрямовані на ефективне завершення атакуючих дій.

Технічний тайм-аут – ігрова перерва, тривалістю 60 секунд призначається автоматично в 1-4 партіях, коли команда-лідер набирає 8-е і 16-е очко. У вирішальній (5-й) партії немає «Технічних Тайм-Аутів».

Технічний тайм-аут (пляжний) – ігрова перерва, тривалістю 30 секунд призначається автоматично в першій та другій партіях, коли сума набраних командами очок дорівнює 21. У вирішальній (3-й) партії немає «Технічних Тайм-Аутів».

Федерація волейболу України (ФВУ) – структурний підрозділ ФІВБ, повноважний представник України; всеукраїнська громадська неприбуткова організація фізкультурно-спортивної спрямованості, яка на добровільних засадах об'єднує громадян, які виявили бажання працювати для розвитку волейболу в Україні, у досягненні мети та завдань, передбачених Статутом.

Флот (від англ. *float*) – подача зверху, при якій м'яч летить по плоскій важкопрогнозованій траєкторії.

Центральна лінія – лінія проведена під сіткою від однієї бокової лінії до іншої та розділяє ігровий майданчик на два рівні майданчики розміром 9х9 м кожен; однак вся ширина лінії вважається такою, що належить обом майданчикам в рівній мірі.

Центральний блокуючий – нападаючий першого темпу; найчастіше найвищі гравці у команді, їх завдання – блокувати удари суперника, атакувати із третьої зони.



ТЕРМІНИ ТА ПОНЯТТЯ З ГАНДБОЛУ

Гандбол – це командна гра з м'ячем 7х7 гравців (по 6 польових і воротар у кожній команді). Грають у закритих приміщеннях, на майданчику розмірами 40х20 м, м'ячем діаметром 58-60 см і масою 425-475 г у чоловіків, і 54-56 см у діаметрі і масою 325-375 г у жінок. Гра складається з двох половин по 30 хвилин кожна («брудного» часу) із перервою між таймами 10 хвилин. Мета гри – закинути як найбільше м'ячів у ворота супротивника. При цьому, під час кидка не можна заступати за лінію, що обмежує 6-метрову зону перед воротами.

Аут – вихід м'яча за бокову лінію, одним із способів відновлення гри.

Бомбардир – гравець, основним завданням якого є закинути м'яч у ворота суперника. У гандболі так найчастіше називають напівсереднього нападника.

Блокування – прийом, за допомогою якого захисник заступає шлях м'ячу до своїх воріт. Блокування може бути одиночним і груповим.

Ведення м'яча – поштовхи м'яча пальцями однієї руки об поверхню майданчика.

Вибивання і відбирання м'яча – прийоми, за допомогою яких захисник перериває ведення м'яча, або кидок по воротах.

Вибір місця – від уміння гандболіста правильно вибрати місце на майданчику під час гри залежить можливість активної участі його як у наступі, так і в обороні.

Витягнути захисника на себе – змусити захисника залишити раніше зайняту позицію у лінії воротаря і вийти вперед.

Вихід один на один – ігровий момент, у якому гравець, атакуючий ворота суперника залишає за спиною або далеко в стороні від себе всіх захисників і проводить кидок із ближньої відстані без перешкод.

Видалення на 2 хвилини – видалення на 2 хвилини призначається за порушення, небезпечні для здоров'я суперника (великої інтенсивності, проти суперника, що швидко рухається, пов'язані з фізичними діями в область голови чи шиї, сильні удари, тощо). Видалення супроводжується жестом судді-підняттям руки з двома випрямленими пальцями. При цьому покаранні вилучений гравець залишає майданчик на 2 хвилини ігрового часу, команда грає цей час в неповному складі. Вилучений гравець знаходиться на лаві запасних своєї команди.

Вільний кидок – призначається при порушенні правил, а також як засіб відновлення гри після її зупинки, навіть якщо порушення не було (наприклад,

після тайм-ауту). Вільний кидок виконується без свистка судді (кидок при відновленні гри без порушення правил).

Воротар – єдиний гравець, який може торкатися м'яча, майданчика в межах своєї площі воріт.

Гол – зараховується, якщо м'яч повністю перетнув лінію воріт, і при цьому атакуюча команда не порушила правила, а суддя не дав сигнал зупинити гру.

Дев'ятка – так називають один із верхніх кутів воріт.

9-метрова лінія – лінія, яка проведена на ігровому майданчику на відстані 3 м паралельно до площі воріт для виконання вільних кидків. Довжини сегментів цієї лінії і відстань між ними складають 15 см.

Диспетчер – гравець, який починає різні атакуючі комбінації команди, це розігруючий гравець.

Дискваліфікація – видалення до кінця гри. Призначається за грубі порушення правил, грубу неспортивну поведінку (демонстративний кидок м'яча після свистка, відмова воротаря відбивати 7-метровий кидок, кидок м'яча в голову суперника при вільному або 7-метровому кидку, умисний кидок м'яча в суперника під час зупинки гри, тощо). У випадку особливо грубих порушень дискваліфікація супроводжується написанням рапорту у відповідні спортивні структури (образа або напад на іншого гравця, суддю, глядача, офіційну особу; втручання офіційної особи в гру, тощо). Дискваліфікація також призначається, якщо гравець отримує третє 2-хвилинне видалення протягом однієї гри, або якщо офіційні особи команди отримують друге і подальші 2-хвилинні видалення протягом гри. Дискваліфікація супроводжується пред'явленням червоної картки. Дискваліфікований гравець чи офіційна особа зобов'язані покинути майданчик і зону запасних і не мають права підтримувати будь-які контакти з командою до кінця гри. Дискваліфікація завжди супроводжується 2-хвилинним видаленням. Через 2 хвилини після дискваліфікації команда може випустити гравця на заміну дискваліфікованого.

Дриблінг – ведення м'яча.

Жестикуляція – під час гри жестикулюють і судді, і гравці. Суддя, який обслуговує матч, користується спеціально розробленою системою жестів, пояснюючи гравцям, яке порушення гри допущено, як карається за це команда, в яку сторону призначений штрафний тощо.

Заключна фаза – комплекс рушійних дій, спрямованих на забезпечення готовності гравця до подальших дій.

Заслони – дії гандболіста, що стає на шляху руху противника, який щільно опікає свого партнера, тим самим допомагаючи партнерові звільнитися від опіки і довершити розучену тактичну комбінацію.

Затримка м'яча – прийом, за допомогою якого воротар заступає шлях м'ячу, що летить у ворота.

Зупинки – дії гандболіста з метою або звільнитися від опіки суперника, створити сприятливу можливість партнеру для взяття воріт, або ефективного продовження гри.

Кидок – це основний технічний прийом гри. Дія, яка завершується взяттям воріт противника.

Комбіновані кидки – кидки, які включають комбінацію з двох різних дій: першого фальшивого (відволікаючого) і другого – самого кидка.

Кидок воротаря – виконується воротарем команди, що захищалася.

Кидок з-за бокової лінії – виконується в наступних ситуаціях, коли: м'яч повністю перетнув лінію – кидок виконується з місця, де м'яч перетнув лінію; м'яч повністю перетнув зовнішню лінію воріт, і останнім його торкнувся польовий гравець команди, що захищається, кидок виконується з місця з'єднання бокової лінії з зовнішньою лінією воріт; м'яч торкнувся стелі або конструкцій над майданчиком кидок виконується з найближчої до місця торкання точки лінії. Кидок виконують суперники команди, гравець якої останнім торкнувся м'яча. Виконуючий кидок гравець повинен поставити одну стопу на лінію, положення другої стопи не регламентується. Суперники гравця, що виконує кидок, повинні знаходитися не менше ніж в 3 м від нього, а якщо лінія площі воріт проходить менш ніж в 3 м від місця виконання кидка вони можуть знаходитися безпосередньо біля цієї лінії.

Лінія обмеження воротаря – лінія довжиною 15 см, що проведена паралельно до центру воріт на відстані 4 м.

Лінії заміни – це умовний коридор, утворений лініями, що проводяться паралельно до центральної лінії на відстані 4,5 м від неї.

Лінійний гравець – гравець, який грає на 6-метровій лінії. Його завдання – заважати обороні противника, боротися за відбиті воротарем противника м'ячі.

Ловля – прийом, за допомогою якого гравець двома або однією рукою оволодіває м'ячем, що летить.

Майданчик для гри – гра відбувається в закритому приміщенні на прямокутному майданчику розміром 40×20 м. Навколо майданчика має знаходитись зона безпеки розміром не менше 1 м уздовж бокових ліній і не менше 2 м за лінією воріт. Довгі межі майданчика називаються бічними лініями, короткі – лініями воріт.

Матч (зустріч) – разове змагання між двома командами. Дорослих команд (від 16 років) складається з двох таймів по 30хв із 10-хв. перервою (матчі дитячих команд 8-12 років складаються з двох таймів по 20 хвилин, а команд 12-16 років – із двох таймів по 25 хв.). Після перерви команди міняються сторонами майданчика. У разі необхідності виявлення переможця, може бути призначений додатковий час, два тайми по 5 хв. з 1-хвилинною перервою. Якщо перший додатковий час не виявив переможця, то через 5 хвилин призначається другий додатковий час на тих же умовах.

М'яч – інвентар для гри у гандбол. Він повинен бути круглим і не бути слизьким або блискучим. Існує 3 розміри гандбольних м'ячів: 1. Окружність

50-52 см, вага 290-330 г для команд хлопчиків 8-12 років і дівчаток 8-14 років. 2. Окружність 54-56 см, вага 325-375 г для жіночих команд старших за 14 років і чоловічих команд 12-16 років. 3. Окружність 58-60 см, вага 425-475 г для чоловічих команд старших за 16 років.

Напад з відривом – найагресивніший засіб для взяття воріт суперника. Відбувається під час перехоплення м'яча від атакуючої команди до захищаючої, яка потім і проводить атаку з відривом (контратака).

Нічия – результат у матчі, де ніхто не виграв. Допускається, але у разі потреби виявити переможця гри може бути призначений додатковий час (два тайми по 5 хв. з 1-хв. перервою), а у разі потреби серія 7-метрових кидків.

Обманні рухи (фінти) – дії гандболіста, які застосовуються з метою створення сприятливих умов своїй команді для успішного завершення комбінацій або кидків по воротах.

Основна фаза – комплекс рушійних дій, що забезпечують виконання основного прийому.

Передача м'яча – основний прийом, який забезпечує взаємодію гравців під час гри.

Переміщення – дії, які дозволяють гандболісту звільнитися від опіки суперника, виходити на вільне місце, вибирати оптимальне місце для гри з партнерами та кидка по воротах.

Персональна опіка – захисні дії, задача якої виключити нападаючого з гри, не дати йому можливості вільного переміщення, одержати м'яч і обробити його.

Площа воріт – площа обмежена лінією, яка проводиться безпосередньо навпроти воріт на відстані 6 м від лінії воріт. Кінці цієї лінії з'єднуються із зовнішніми лініями воріт дугами, радіусом 6 м. Паралельно до неї проводиться ще одна лінія завдовжки 3 м (9-метрова лінія).

Початковий кидок – спосіб початку гри, а також її відновлення після закинутого гола. Одна з команд отримує право на початковий кидок на початку першого тайму в результаті жеребкування, інша команда виконує початковий кидок на початку другого тайму. Початковий кидок після закинутого голу виконує команда, що пропустила м'яч.

Попередження – це показ арбітром жовтої картки за порушення гравцем будь-якого із наведених пунктів Правил гри. Жест судді сигналізує про видалення на 2 хвилини.

Покарання – правила передбачають 3 види персональних покарань:

- попередження, що супроводжується пред'явленням жовтої картки;
- видалення на 2 хвилини;
- дискваліфікація (видалення до кінця гри).

Правило 3 секунд – гравець може утримувати м'яч не більше 3 секунд.

Правило 3 кроків – гравець має право зробити з м'ячем не більше 3 кроків, після чого повинен передати м'яч іншому гравцеві, кинути його у ворота або ударити об підлогу.

Семиметрова лінія (7-метрова лінія) – позначка на майданчику, для виконання кидка, яка призначається за неправильні дії на всьому майданчику гравців, а також офіційних осіб, в наслідок чого було зірвано очевидну можливість взяття воріт. Розмірами лінія завдовжки 1 м, проведена паралельно до центру воріт на відстані 7 м. Семиметровий кидок виконується протягом 3 сек. після свистка судді.

Стійка – положення гравця з м'ячем або без м'яча в повній готовності до дії.

Суддя – офіційна особа на майданчику, призначена відповідними органами для забезпечення дотримання правил гри під час матчу, наділена необхідними повноваженнями для контролю за перебігом змагань та прийняття рішень у межах своєї компетенції. Матч обслуговується двома рівноправними суддями, які взаємодіють на засадах партнерства. У випадку розбіжностей між суддями остаточне рішення приймається після спільної наради. Якщо судді погоджуються з фактом порушення, але призначають різні покарання, застосовується суворіше з них.

Тайм – одна з двох частин матчу. Тайм триває 30 хвилин «брудного часу».

Тактика гри – сукупність індивідуальних, групових і командних дій гравців у нападі і захисті, спрямованих на розв'язання двох завдань: закинути м'яч у ворота суперника; забезпечити захист власних воріт.

Тактика захисту – організація оборонних позицій і дій гравців з метою запобігти чи ускладнити атакуючим можливість наблизитися до воріт і завдати точного кидку.

Тактика нападу – організація дій команди, яка володіє м'ячем, з метою взяття воріт суперника.

Тактична схема – певна розстановка гандболістів і їхня поведінка під час гри задля виконання завдань, установлених тренером. Завдяки стартовій позиції певного гравця можна визначити його головні завдання у грі.

Тайм-аут – однохвилинна перерва в одному таймі. Кожна команда має право один раз у продовж тайму взяти 1-хвилинну перерву, на час якої секундомір також зупиняється. Тайм-аут дозволяється брати, коли команда володіє м'ячем.

Універсальний гравець – гандболіст, який вміє достатньо добре грати у різних амплуа на різних ділянках майданчика.

ФГУ (FNU) – Федерація гандболу України.

Фінт – обманний рух, обманний прийом, виконаний гандболістом. Це такі дії гравця, завдяки яким він намагається примусити противника зробити неправильні рухи, щоб потім обіграти його.

Червона картка – засіб для публічної демонстрації арбітром свого рішення про вилучення гравця з поля за допущені порушення, передбачені Правилами.



ТЕРМІНИ ТА ПОНЯТТЯ З ФУТЗАЛУ (МІНІ-ФУТБОЛУ) ТА ФУТБОЛУ

Футзал (від порт. *futebol de salão* та ісп. *fútbol sala* «зальний футбол») – командна спортивна гра з м'ячем у залі за участю двох команд: 5 гравців у кожній, один з них воротар, мета якої забити м'яч у ворота суперника будь-якою частиною тіла, окрім рук.

Футбол (англ. *Football* від *foot* «ступня» + *ball* «м'яч») – командний, олімпійський вид спорту, в якому грають дві командами по одинадцять гравців у кожній, метою є забити м'яч у ворота суперника ногами або іншими частинами тіла (крім рук) більшу кількість разів, ніж команда суперника.

Автогол – м'яч, забитий гравцем у свої ворота.

Автор гола – гравець, який забив м'яч у ворота.

Арбітр – особа на майданчику, яку призначають відповідні органи, покликана стежити за тим, щоб футзальний чи футбольний матч проходив відповідно до Правил, і яка має для цього всі повноваження.

Асистент арбітра (футбол) – на кожний матч призначаються два асистенти арбітра, в обов'язки яких входить: допомагати арбітру в проведенні матчу відповідно до Правил гри (за погодженням із арбітром); сигналізувати прапором про порушення Правил футболістами; сигналізувати прапором про вихід м'яча за межі поля; сигналізувати прапором про положення поза грою.

Асист – результативна передача, після якої інший гравець команди забиває гол.

Атака – це дія, яка розпочинається після оволодіння м'ячем командою, яка захищалась й одержала можливість започаткувати і розвивати атакуючі дії власної команди. Якщо один із учасників захисту, в результаті втрати м'яча суперником, виконав довгу передачу партнеру вперед, він тим самим розпочав контратаку. Контратака є небезпечною тому, що суперник після зриву атаки не встигає повернутися в оборону і зайняти відповідні позиції.

Аут (футбол) – вихід м'яча за бокову лінію, один із способів відновлення гри. Гравець, що вкидає м'яч, знаходиться обличчям до поля і кидає м'яч двома руками з-за голови, торкаючись при цьому частиною обох ступень або бічної лінії, або землі за межами бокової лінії.

Бампи – це спеціальне взуття, без шипів, в якому грають гравці.

Бічні лінії – довгі лінії розмітки майданчика, що обмежують його розміри.

Блокування суперника – дозволений правилами гри тактичний прийом, суть якого полягає у безконтактному перешкоджанні тулубом просуванню суперника до м'яча на ігровій відстані з метою оволодіння м'ячем, тобто захист м'яча тулубом з тактичною метою без тілесного контакту з міркувань не дати суперникові можливості заволодіти м'ячем.

Бомбардир – гравець (нападник), який забиває багато голів.

Брудна гра – будь-які, без винятку, грубі нечесні дії футзалістів на майданчику (симуляція ушкодження, перешкоджання виконанню вільних ударів, навмисна затримка часу, вираження (словом або жестом) невдоволення з приводу рішення судді, гучні викрики на майданчику тощо).

Бутси (футбол) – спеціалізоване взуття для гри у футбол. Наявність шипів на підшві є головною відмінністю від звичайного взуття.

Б'юча нога – нога, якою гравець виконує удари, або передачі м'яча. Її часто називають «сильнішою ногою».

Ведення м'яча – це почергові поштовхи м'яча ногою (правою, лівою) на різні відстані. Якщо простір вільний – м'яч можна спрямувати вперед на 7-10 м. Якщо вільного простору немає – гравець, щоб зберегти його під своїм контролем, штовхає м'яч перед собою на короткі відстані 1-1,5 м. В такому випадку він має можливість миттєво переходити на інші дії. Ведення здійснюється по прямій, з прискоренням, зі зміною ритму, зі зміною напрямків руху тощо.

Відкривання – індивідуальна тактична дія у нападі без м'яча, яка характеризується оптимальним вибором позиції з метою одержання м'яча.

Відстань – дистанція (близько двох метрів) між гравцями і м'ячем, на якій дозволяється єдиноборство суперників з використанням правильних поштовхів і блокування в боротьбі за м'яч.

Відбирання м'яча – як тільки гравець команди, яка володіє м'ячем, хоча б на мить втрачає контроль над м'ячем, суперник негайно застосовує один з ефективних способів заволодіти м'ячем, а саме: поштовхом суперника, що володіє м'ячем, в плече; накладанням на м'яч стопи; підкатом; стрибком. Всі способи заволодіння м'ячем спрямовані на втрату гравцем, який володіє м'ячем, рівноваги, а значить втрати контролю над м'ячем.

Відновлення гри – арбітр зупиняє гру для надання гравцеві, який одержав травму, необхідної медичної допомоги та у випадку виходу на майданчик сторонніх осіб або неспортивної поведінки гравців команд, що зустрічаються, симуляції тощо. В таких випадках гра відновлюється введенням м'яча у гру в залежності від умов, в яких гру було зупинено.

Вільний удар – непрямий штрафний удар. Гол після виконання даного штрафного удару зараховується тільки у тому випадку, якщо хоча б один з гравців будь-якої команди доторкнувся до м'яча під час його шляху до воріт.

Вилучення – арбітр вилучає гравця з майданчика (показав червону картку), якщо той допустив порушення одного із наступних пунктів Правил гри: одержав повторне попередження (жовта картка) за недисципліновану поведінку або інші порушення; за навмисний удар суперника рукою або

ногою з ризиком нанесення травми; за нецензурні вислови на адресу суперника, арбітра, партнера тощо. Небезпечний напад на суперника з метою нанесення травми; за фол «останньої надії».

Ворота – конструкція з двох штанг та поперечини на краю майданчика, куди гравці намагаються забити м'яч. Розміри футзальних воріт: 3 м ширина, 2 м висота. Розміри футбольних воріт: 7,32 м ширина, 2,44 м висота.

Воротар – гравець, що захищає ворота.

Воротарський майданчик (футбол) – знаходиться усередині кожного штрафного майданчика. З точок на лінії воріт, розташованих на відстані 5,5 м від внутрішньої сторони кожного із 66 стояків воріт, під прямим кутом до лінії воріт проводяться два відрізки завдовжки 5,5 м. Кінці відрізків з'єднуються лінією, паралельною лінії воріт. Побудований таким чином прямокутник називається воротарським майданчиком.

Гекса-трик – шість м'ячів, забитих гравцем в одному матчі.

Гірничник – жовта картка (жаргон).

Гол (від англ. *goal* – *ціль*) – це взяття воріт супротивника, для якого необхідно, щоби м'яч повністю перетнув лінію воріт. Гол у роздягальню – це гол на останній хвилині першого тайму.

Головний арбітр – арбітр, що очолює групу арбітрів, які обслуговують певний турнір. Він керує проведенням змагання в цілому, відповідаючи за підготовку місць змагань, розподіляє обов'язки арбітрів, призначає їх на окремі матчі за затвердженням календарем.

Гра рукою – заборонений прийом гри з м'ячем, коли гравець у всіх випадках, а воротар поза своїм штрафним майданчиком навмисне яким-небудь способом контактує з м'ячем.

Групова тактика захисту – організована взаємодія двох чи більше гравців для надання допомоги партнерам у захисті чи руйнування комбінацій суперника.

Групова тактика нападу – взаємодія двох чи декількох гравців під час атаки, об'єднаних виконанням певних тактичних комбінацій.

Дев'ятка – сленгова назва верхньої зони воріт, розташованої справа та зліва від рук воротаря у безпосередній близькості від поперечини.

Дербі – поєдинок між командами з одного міста чи одного регіону, зазвичай вирізняється особливою запеклістю та принциповістю.

Десятиметровий удар (футзал, міні-футбол) – міра покарання за п'ять навмисних порушень (протягом одного тайму), перелічених у Правилах, під час гри. При виконанні 10 м удару, команда, яка захищається не має права ставити стінку.

Джокер – гравець, що виходить на заміну й здатний кардинально змінити хід гри.

Дискваліфікація – позбавлення футзаліста (футболіста) або команди права брати участь в іграх за порушення правил, регламенту змагань або недостойну поведінку.

Додатковий час – час (екстра тайм) складається з двох однакових за часом таймів, що встановлюється регламентом змагань, коли треба визначити переможця, а основний час матчу закінчився внічию. Для продовження матчу знову проводиться жеребкування для вибору сторін і початкового удару.

Допінг – застосування заборонених міжнародними і державними спортивними організаціями фармакологічних препаратів з метою підвищення неприродним шляхом розумових і фізичних показників футзаліста, арбітра.

Допінг-контроль – система заходів, спрямованих на попередження застосування допінгу.

Дриблінг – рухи гравця, що веде м'яч, з обводкою гравців команди суперника.

Дуга перед штрафним майданчиком (футбол) – частина ігрового поля, розташована перед межами штрафного майданчика, яка утворюється дугою радіусом 9,15 м від 11-метрової позначки та з'єднується з лінією штрафного майданчика. Її призначення – забезпечити дотримання мінімальної дозволеної відстані гравців обох команд (не менше 9,15 м) від місця виконання 11-метрового удару до моменту введення м'яча в гру.

Екіпірування гравців – це спеціальний одяг. До комплексу обов'язкового екіпірування гравця входить футболка, труси, гетри, щитки, копочки (футзалки), бутси (футбол). Щитки повинні повністю прикриватись гетрами і бути виготовленими з гуми, пластмаси або їм подібних замінників, що надійно забезпечують необхідну ступінь безпеки гравця. Колір форми воротаря повинен відрізнятися від форми польових гравців та арбітрів.

Жовта картка – засіб для публічної демонстрації арбітром свого рішення про попередження гравця за допущені порушення, передбачені Правилами.

Жонгливання – це підбивання м'яча вгору різними частинами стопи, стегна, головою та інше, не дозволяючи йому торкнутися землі.

Забігання – технічний прийом, при якому гравець без м'яча пробігає повз гравця із м'ячем та може отримати від нього короткий пас.

Загальнорозвиваючі вправи – використовуються з метою загального гармонійного фізичного розвитку футзаліста, вдосконалення його рухових і функціональних можливостей, підвищення працездатності, розвитку основних фізичних якостей.

Захисник – гравець лінії оборони.

Запасний гравець – гравець, внесений у Рапорт арбітра не в стартовому складі, тобто гравець, чиє ім'я повідомлено арбітрові для можливої заміни основних гравців до початку матчу чи безпосередньо у самому матчі (у футзалі нелімітована кількість замін гравців, на майданчик може виходити безліч разів гравець, який вписаний в рапорт арбітра).

Заміна м'яча – відбувається якщо він не відповідає Правилам гри, тобто втратив форму, недостатній внутрішній тиск, розірвалася камера або верхня оболонка тощо.

Затягування часу гри (футбол) – форма вияву недисциплінованого, неспортивного поведіння, навмисні дії гравця з метою необґрунтованого подовження паузи після зупинки у гри до її поновлення.

Зауваження арбітра – усні вказівки арбітра на неправильні дії футзаліста, які не потребують суворішого персонального покарання, попередження або видалення.

Золотий м'яч – щорічна нагорода, яка вручається найкращому футзалісту (футболісту) світу.

Зонний захист – організація оборони, коли гравці захисної лінії контролюють певну ділянку поля і вступають в єдиноборства з будь-яким суперником у межах зони.

Зупинка м'яча – технічний прийом, спрямований на зменшення або повне погашення швидкості м'яча, що котиться чи летить, з метою підготовки до наступної доцільної ігрової дії. У спортивній термінології цей прийом також може позначатися термінами «обробка м'яча» або «прийом м'яча», які вживаються як синоніми. Слід розуміти, що у більшості випадків гравець не повністю зупиняє м'яч, а, адаптуючи його рух, переводить у зручне положення для подальшого ведення, передачі або удару. Залежно від ситуації зупинки виконуються різними частинами тіла: ногою, тулубом або головою.

Ігрова відстань – дистанція (близько двох метрів) між гравцями і м'ячем, на якій дозволяється єдиноборство суперників з використанням правильних поштовхів і блокування в боротьбі за м'яч.

Інспектор ФФУ – офіційна особа Федерації футболу (футзалу) України, єдиний, хто відповідає за винесення оцінки дій арбітрів й опікує їх протягом усього часу перебування в місці проведення матчу.

Індивідуальна тактика захисту – система індивідуальних тактичних умінь кожного гравця протидіяти супернику, який володіє м'ячем або виконує переміщення без нього.

Індивідуальна тактика нападу – система індивідуальних цілеспрямованих атакуючих дій футболіста (футзаліста), що ґрунтуються на його умінні з декількох можливих варіантів дій у даній ігровій ситуації вибрати найбільш раціональну. Вона включає дії без м'яча і з м'ячем.

Капітан – відповідно до Правил гри капітан не має особливого статусу або привілеїв, але він несе певну частку відповідальності за поведіння своєї команди. Носить пов'язку, яка відрізняє його від інших гравців.

Карє – чотири голи, забитих гравцем упродовж матчу (пoker – більш вживаний термін). Колективний відбір м'яча – груповий тактичний прийом гравців однієї команди з метою відбирання м'яча у суперника, коли вони розташовуються так, щоб гранично обмежити можливості суперника маневрувати з м'ячем на даній ділянці поля і за рахунок найбільш доцільного ведення боротьби з ним за м'яч (з дотриманням умов правильного єдиноборства) – позбавити його м'яча.

Комбінований захист (футбол) – це така організація оборони, яка гармонійно і раціонально поєднує принципи персонального та зонного захисту. Одні гравці можуть, за завданням, тільки опікувати своїх суперників, а інші – грати переважно в зоні.

Контрольний матч – неофіційне змагання, що проводиться за взаємною домовленістю між командами (клубами) для перевірки ступеня підготовленості окремих гравців і команди в цілому.

Контратака – негайний перехід в атаку після відбитої атаки супротивника.

Коуч (від англ. *coach*) – головний тренер.

Коментатор – особа, що супроводжує матч своїми поясненнями по радіо або телебаченню.

Конгрес – вищий керівний орган ФФУ.

Кут поля (футбол) – місце перетину лінії воріт і бічної лінії, у якому встановлюється кутовий прапор.

Кутовий удар – спосіб введення м'яча у гру після виходу його за межі поля через лінію воріт, коли останнім зіграв або торкнувся м'яча гравець команди, що захищається, і коли гравець команди, яка захищається, забив м'яч у свої ворота безпосередньо зі штрафного, вільного удару з-за меж штрафного майданчика, кутового удару або в результаті введення м'яча через бічну лінію.

Кутовий флашток (футбол) – вертикальне древко для кріплення прапора. Встановлюється у вершині кожного з кутів футбольного поля. Висота древка з тупим верхнім кінцем 1,5 м, розмір полотнища 35х45 см.

Легіонер – гравець клубу, що не має громадянства країни, у національному чемпіонаті якої він бере участь.

Ліга чемпіонів – змагання, які проводяться кожного року серед команд Чемпіонів країн Європи. Останнім часом до участі в іграх Ліги Чемпіонів від країн з високо розвинутим футзалом керівництво УЄФА допускає по дві і більше команд.

Лідери (провідні гравці) – це особи, які змушують своїми позитивними ігровими діями привертати до себе увагу захисників суперника (одного або кількох), чим полегшують дії партнерів по команді.

Лінії воріт – короткі лінії розмітки поля, що обмежують його розміри, на яких розташовані ворота (ширина ліній на футзальному майданчику та футбольному полі 8 см).

Лінія середини поля – розподіляє поле на дві рівні частини. Перед початком гри гравці команд розташовуються кожна на своїй половині. Перебування гравця на чужій половині поля до початку гри вважається порушенням Правил. Лінія середини поля служить для розіграшу початку гри чи тайму, та для відновлення гри після забитого голу.

Ловля м'яча – технічний прийом, дозволений у футболі та футзалі виключно воротарю в межах штрафного майданчика, що полягає в

упевненому фіксуванні м'яча руками з метою припинення його руху та запобігання взяттю воріт.

Матч – зустріч, разове змагання між двома командами.

Міжсезоння – проміжок часу між чемпіонатами.

М'яч – основний спортивний інвентар для гри у міні-футбол (футзал), має сферичну форму, виготовляється зі шкіри або іншого придатного матеріалу, не повинен бути небезпечним для гравців. М'яч надутий повітрям і відповідає встановленим технічним вимогам: маса - від 400 до 440 грамів на початку гри, тиск повітря – від 0,4 до 0,6 атмосфери ($400\text{--}600\text{ г/см}^2$), розмір - №4.

М'яч (футбол) – ігровий інвентар, що має форму правильної сфери, виготовлений із шкіри або іншого відповідного матеріалу та заповнений повітрям. Довжина окружності м'яча становить від 68 до 70 см, маса — від 410 до 450 г на початку гри, а внутрішній тиск підтримується в межах 0,6–1,1 атмосфери.

Набігання – технічний прийом у футболі, при якому гравець, який не володіє м'ячем, виконує цілеспрямований рух у зону потенційного прийому передачі для подальшого продовження атакуючої дії.

Нав'язати свою гру – тактичні засоби наступу та оборони, які, будучи успішно виконані, приносять перемогу.

Накладка – один з термінів, що означає небезпечну гру. Це грубий, небезпечний прийом, де гравець навмисно виставляє пряму ногу на зустріч нозі суперника, що наносить удар по м'ячу. За застосування такого прийому гравець карається штрафним ударом, а у випадку наміру навмисного нанесення травми карається жовтою або навіть червоною карткою, тобто вилученням з поля.

Нападник – гравець лінії атаки.

Небезпечна гра – дії гравця, який прагне безпосередньо заволодіти м'ячем, у результаті чого виникає небезпека ненавмисного нанесення травми супернику або іншому учаснику гри.

Небезпечний напад – заборонені Правилами дії гравця, який фактично не прагне безпосередньо заволодіти м'ячем, у результаті чого виникає небезпека нанесення травм суперникові.

Недисципліноване поведження – порушення норм поведження на полі, моралі й етики. Демонстративна незгода з рішенням арбітра, апеляція до арбітра і глядачів, перешкода виконанню суперником штрафних і вільних ударів, недотримання правила розстановки гравців під час виконання цих ударів, нецензурний або грубий, образливий вислів тощо.

Нічия – результат у матчі, де ніхто не виграв. Допускається, але у разі потреби виявити переможця гри може бути призначений додатковий час, а у разі потреби серія пенальті.

«Ножниці» – це технічний прийом, при якому футболіст б'є по м'ячу, коли обидві ноги схрещуються у повітрі.

Обведення – це індивідуальна тактична дія у нападі з м'ячем; це найважливіший засіб індивідуального подолання оборони за допомогою варіювання швидкості, зміни напрямку руху та з використанням відволікаючих дій (фінтів).

Обрізка – невдалий пас, який перехопив суперник.

Овертайм – те саме, що додатковий час.

Опорна нога – при виконанні будь-якого технічного прийому, а саме, ударів по м'ячу, передач, зупинок м'яча одна нога для підтримання рівноваги обов'язково є опорною.

Основний гравець – основний гравець, тобто гравець стартового складу або будь-який запасний гравець, що замінив основного до чи після початку гри.

Основний час у футзалі (міні-футболі) – номінальний проміжок часу: для тайму – 20 хв. «чистого часу», для матчу – 40 хв.

Основний час у футболі – регламентований номінальний проміжок ігрового часу, який становить 45 хвилин для кожного тайму та загалом 90 хвилин для матчу, без урахування додаткових зупинок (так званого «грязного часу»).

Офсайд (футбол) – фіксується, якщо в момент передачі м'яча гравцю, який знаходиться на «чужій» половині поля, між цим гравцем і лінією воріт команди суперника перебуває менше двох гравців «чужої» команди.

Пас – передача м'яча від одного гравця команди іншому гравцю своєї команди.

Пенальті у футзалі – 6-метровий штрафний удар, що призначається головним арбітром за порушення правил гри в межах власного штрафного майданчика гравцями команди, яка захищається.

Пенальті у футболі – 11-метровий штрафний удар, що призначається головним арбітром за порушення правил гри в межах власного штрафного майданчика гравцями команди, яка захищається.

Передача – посилення м'яча партнеру.

Пента-трик – п'ять голів, забитих гравцем упродовж матчу.

Перекладина (поперечка) воріт – дві бічні стійки з'єднані між собою верхньою перекладиною (поперечкою), що утворює ворота. Перекладина і стійки у розмірі воріт не входять.

Перехоплення – індивідуальна тактична дія гравця у захисті з метою оволодіння м'ячем, спрямованим опікуваному супернику.

Персональний захист – організація оборони, коли кожен гравець особисто відповідає за дорученого йому суперника.

Підніжка – різновид грубої гри, заборонений прийом нападу на суперника, коли гравець намагається перешкодити просуванню суперника за допомогою виставленої вперед або убік ноги, у результаті чого суперник зазвичай спотикається, і падає.

Підкат – спосіб відбору м'яча, при якому гравець, який захищається, під час падіння, підкочуючись, вибиває м'яч у нападника.

Покер – чотири м'ячі, забитих гравцем упродовж матчу.

Поле для гри – спеціальний майданчик прямокутної форми завдовжки більше за ширину, встановлених розмірів з відповідним устаткуванням і розміткою.

Польовий гравець – кожен футболіст команди, крім воротаря. Правилами дозволено починати або продовжувати матч, маючи на майданчику не менше 3 футзалістів і не більше 5, причому один з них обов'язково повинен бути воротарем.

Положення «Поза грою» (футбол) – правило гри, суть якого полягає в обмеженні визначеними умовами зв'язків між гравцями однієї команди і м'ячем, коли один з них грає м'ячем або торкається його, а партнер у момент передачі м'яча перебуває в позиції, що суперечить умовам правила.

Поле (футбол) – спеціальний майданчик прямокутної форми завдовжки більше за ширину, встановлених розмірів з відповідним устаткуванням і розміткою. Попередження – це показ арбітром жовтої картки за порушення гравцем будь-якого із наведених у правилах пунктів Правил гри.

Початковий удар – спосіб початку або відновлення гри (на початку першої та другої половини матчу, після взяття воріт і в додатковий час для виявлення переможця).

Правило 4 секунд (футзал, міні-футбол) – часові умови, що обмежують можливість дій воротаря під час гри м'ячем руками у своєму штрафному майданчику та дій гравця при введенні м'яча із-за бокової лінії (аут).

Правило 6 секунд (футбол) – часові умови, що обмежують можливість дій воротаря під час гри м'ячем руками у своєму штрафному майданчику.

Пресинг – тактичний засіб сучасного футболу, який виражається у щільній опіці гравців та скороченні ігрового простору з метою швидкої втрати суперником м'яча.

Рахунок матчу – співвідношення м'ячів, забитих командами суперниками протягом матчу. Команда, що забила під час матчу більшу кількість м'ячів, вважається переможцем. Якщо обидві команди забили однакову кількість м'ячів або не забили жодного м'яча, матч вважається таким, що закінчився внічию. Рахунок матчу відкривається з початковим ударом: 0-0.

Регламент змагань – сукупність норм, принципів і порядку проведення змагань з футзалу чи футболу.

Результат гри – підсумок матчу, виражений кількістю забитих і пропущених м'ячів. Перемога присуджується тій команді, що провела у ворота суперника більше м'ячів, чим пропустила у свої. У разі рівності забитих м'ячів або коли в матчі не було забито жодного м'яча, результат матчу визнається нічийним.

Сезон – період, в який входять усі матчі, що входять у національний чемпіонат, міжнародні матчі, кубок країни. Сезон зазвичай ділиться на дві частини (круг).

Сейв (від англ. *save* – рятувати) – відбиття воротарем небезпечного удару.

Селекція – система заходів, які передбачають періодичний відбір кращих футболістів чи футзалістів на різних етапах спортивного вдосконалення.

Середня лінія – лінія розмітки поля, що розділяє його впоперек на дві рівні частини.

Симуляція – спроба гравця ввести в оману арбітра удаваною травмою або грубою грою, застосовану проти нього. Гравець, винний у симуляції, повинен бути попереджений за неспортивне поведження.

Спірний м'яч – це спосіб відновлення гри після тимчасової зупинки не передбаченої Правилами гри. Після вкидання спірного м'яча гра продовжується (відновлюється) після дотику м'яча до землі. Вкидування м'яча відбувається на тому місці, де м'яч знаходився в момент зупинки гри.

Спосіб поновлення гри, коли її зупинив арбітр через причину не передбачену Правилами гри, наприклад:

- через стороннє втручання у гру;
- непридатність м'яча для гри;
- у разі порушення Правил одночасно гравцями протилежних команд;
- при втручанні у гру раніше заміненого або раніше видаленого основного гравця;
- якщо м'яч виявився за межами поля в результаті одночасного удару двох суперників, крім випадку проходження м'яча у ворота;
- після огляду стану обмундирування гравця, коли гра була спеціально зупинена арбітром;
- при порушенні, допущеному щодо суперника, який опинився під час гри за межами поля;
- при виправленні арбітром своєї власної помилки.

Стандартне положення – атакуючі групові взаємодії футболістів команди, що одержала право на уведення м'яча в гру штрафним, вільним, кутовим ударами й укиданням м'яча з-за бічної лінії та у той же час – тактичні оборонні дії футболістів команди, що захищається.

«Стінка» – необов'язкове розміщення гравців команди, що захищається, під час виконання суперником штрафного, вільного удару у вигляді шеренги на відстані не менше як 5 м від м'яча з метою створити перешкоду виконавцеві удару направити м'яч безпосередньо у ворота або будь-якому гравцю його команди.

Стінка – це технічний прийом, коли один гравець віддає пас іншому та отримує від нього м'яч в іншій точці.

Стратегія – процес планування побудови і спрямування особливостей підготовки та дій футбольної чи футзальної команди протягом усього спортивного сезону.

Схрещування – технічний прийом, коли гравець з м'ячем біжить назустріч партнеру та в момент зближення залишає йому м'яч або робить вигляд, що віддає пас, а сам продовжує рух із м'ячем.

Табло – французькою «картина», «зображення». Щит або екран зі світловими сигналами чи умовними знаками, що передають повідомлення про склад граючих команд, рахунок матчу, хто забив м'яч та іншу необхідну інформацію.

Тайм – одна з двох частин футзального матчу. Тайм триває 20 хвилин «чистого часу».

Тайм (футбол) – одна з двох частин футбольного матчу. Тайм триває 45 хвилин «грязного часу».

Тайм-аут (футзал, міні-футбол) – однохвилинна перерва в одному таймі. Кожна команда має право один раз у продовж тайму взяти 1-хвилинну перерву, на час якої секундомір також зупиняється. Тайм-аут дозволяється брати, коли команда володіє м'ячем, але м'яч вийшов із гри.

Тактика гри – цілеспрямована організація взаємодії гравців на футзальному майданчику чи футбольному полі, спрямована на досягнення ігрової переваги над суперником в умовах конкретного матчу.

Тактика захисту – організація оборонних позицій і дій гравців з метою запобігти чи утруднити атакуючим можливість наблизитися до воріт і завдати точного удару.

Тактика нападу – організація дій команди, котра володіє м'ячем, з метою взяття воріт суперника.

Тактична схема або тактична система – певна розстановка футзалістів (футболістів) і їхня поведінка під час гри задля виконання завдань, установлених тренером. Завдяки стартовій позиції певного гравця можна визначити його головні завдання у матчі.

Темп гри – швидкість ведення зустрічі.

Технічна поразка – поразка команди, призначена уповноваженим органом за порушення командою правил проведення матчу, регламенту турніру, неявку команди на гру тощо.

Трансферне вікно – період часу, коли можливі переходи гравців з одного клубу до іншого.

Трансфер – перехід гравця за гроші з одного клубу до іншого.

Удар по м'ячу – різкий сильний поштовх ногою або головою.

Удар від воріт (футбол) – спосіб введення м'яча в гру після виходу за межі поля через лінію воріт, коли останнім зіграв або торкнувся м'яча гравець команди суперників, і у разі, коли м'яч пройшов у ворота суперників безпосередньо з вільного удару, від воріт і вкидання м'яча через бічну лінію.

УЄФА (UEFA – the Union of European Footballs Associations) – європейський союз футбольних асоціацій. Створений у 1954 р. Його мета – організовувати європейські змагання з футболу і координувати діяльність національних футбольних асоціацій європейських країн.

Укидання м'яча (футбол) – спосіб введення м'яча в гру після виходу за межі поля через бічну лінію, крім випадку виходу м'яча в результаті одночасного удару двох суперників. Універсальний гравець – футзаліст чи футболіст, який вміє достатньо добре грати у різних амплуа на різних ділянках майданчика чи поля.

Фінт – обманний рух, обманний прийом, виконаний футзалістом, футболістом.

Фора – пільга, перевага, що надають слабшому супернику у спортивних змаганнях, іграх. У футзалі, футболі застосовують під час тренувань та зрівнювальних змагань.

Фол (від англ. *foul*) – порушення правил.

Форвард (від англ. *forward*) – нападник.

Футзаліст (футболіст) – спортсмен, який у складі команди бере участь у навчально-тренувальному процесі і змаганнях з футзалу (міні-футболу), футболу.

Футбольний клуб – спортивна організація, що поєднує людей, які займаються футболом. Кожний футбольний клуб має свій статут, емблему й форму певного кольору. Визначається як юридична особа, повністю відповідальна за свої футбольні команди, що беруть участь у регіональних, національних і міжнародних клубних змаганнях.

Футбольний сезон (футзальний сезон) – терміни проведення чемпіонату, першості країни і розіграшу Кубка.

Футбольні (футзальні) школи – це характерні властивості способу гри з певним напрямом навчання, на якому позначився характер народу, темперамент гравців, а також соціальні, економічні, географічні особливості регіону.

ФФУ – федерація футболу України, головне завдання якої є забезпечення й сприяння підвищенню рівня і масовості футболу в Україні на основі консолідації та координації зусиль громадян і організацій, зацікавлених у його розвитку.

Час гри – тривалість матчу від початкового удару по м'ячу до фінального свистка арбітра.

Червона картка – засіб для публічної демонстрації арбітром свого рішення про вилючення гравця з поля за допущені порушення, передбачені Правилами.

Четвертий арбітр (футбол) – за регламентом змагання на кожний матч можна призначати четвертого арбітра, який, за вказівкою арбітра, допомагає йому виконувати будь-які адміністративні обов'язки до, під час і після матчу, а також допомагає в процедурі заміни гравців і підтримки дисципліни в технічній зоні обох команд.

Хет-трик – три м'ячі, забиті одним футзалістом, футболістом.

Хрестовина – місце перетину верхньої і бокової штанги.

Штанга – бокова стійка воріт.

Штрафний майданчик (футзал, міні-футбол) – ділянка майданчика перед воротами, позначена лінією чверті кола радіусом 6 метрів, зона в якій воротар грає руками.

Штрафний майданчик (футбол) – прямокутна ділянка поля перед воротами, обмежена частиною лінії воріт, двома перпендикулярними лініями завдовжки 16,5 м, проведеними усередину поля на відстані 16,5 м від внутрішньої сторони стояків воріт, і лінією, що з'єднує кінці цих відрізків, паралельною лінії воріт.

Штрафний удар – міра покарання за одне з порушень, перелічених у Правилах поза своїм штрафним майданчиком, коли м'яч перебуває у грі.

Штучний офсайд (футбол) – навмисно створена гравцями команди, що захищається, ситуація, коли один або декілька суперників несподівано опиняються в положенні «поза грою», щоб призвести до зупинки гри арбітром за порушення Правила і зриву їх атаки. Суть штучного офсайда полягає в миттєвому перебудуванні гравців команди, що захищається, з таким розрахунком, щоб у момент передачі м'яча одним із суперників хто-небудь із гравців його команди виявився ближче до лінії воріт, ніж м'яч, і мав перед собою максимум одного гравця команди, що захищається.

Щитки – запобіжні накладки, виготовлені зі спеціальних матеріалів для захисту гомілки від ударів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Боровська О. В. Короткий тлумачний словник термінології галузі фізичної культури та спорту. Львів, 2003. 54 с.
2. Бочелюк В. И. Психологія спорту : навчальний посібник. Київ, 2007. 258 с.
3. Вілмор Дж. Х. Фізіологія спорту : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту. Київ : Вид-во «Олімпійська література», 2003. 568 с.
4. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навчальний посібник. Київ, 2008. 254 с.
5. Грибан Г. П. Вплив фізичних вправ на розумову та інтелектуальну діяльність студентів : монографія. Житомир : Рута, 2008. 121 с.
6. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : монографія. Житомир : Рута, 2009. 594 с.
7. Грибан Г. П., Бойко Д. В., Дзензелюк Д. О. Термінологічний словник з фізичної культури і спорту. Житомир : Вид-во «Рута», 2016. 100 с.
8. Драчук А. І. Теорія і методика викладання гандболу : навчальний посібник ; рекомендовано МОН України. 2-е вид., доповн. і переробл. Вінниця, 2011. 154 с.
9. Дубогай О. Д. Фізичне виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи : навч.-метод. посіб. Луцьк : Надстир'я, 1995. 255 с.
10. Наунчук В. І. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії та методики фізичного виховання і спорту. Тернопіль : Видавництво Астон, 2013. 96 с.
11. Наунчук В. І. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії та методики фізичного виховання і спорту. Тернопіль : «Підручники і посібники», 2004. 64 с.
12. Носко М. О. Формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ : «МП Леся», 2013. 160 с.
13. Носко М. О. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології. Київ : «Слово», 2011. 261 с.
14. Офіційні правила баскетболу. Режим доступу: http://i.fbu.kiev.ua/1/files/global/1%D0%BA%D0%B0%D1%82/Pravila_2019_Final_31_01_19.pdf.
15. Офіційні правила волейболу. Режим доступу: http://fvu.in.ua/images/judge-documentation/Pravyla_2017-2020.pdf.
16. Офіційні правила гри в настільний теніс. Режим доступу: <http://tennis.in.ua/?p=2222>.
17. Офіційні правила футболу. Режим доступу: <http://iffi.if.ua/files/library/pravyla-hry-ifab-2020-2021.pdf>.
18. Словник основних термінів з фізичної культури, основ здоров'я / уклад. І. В. Криворучко. Нововолинськ, 2015. 28 с.

19. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-тет ім. В. Г. Короленка. Полтава : Видавець Шевченко Р. В., 2019. 147 с.
20. Теорія і методика фізичного виховання : термінологічний словник для студентів напряму підготовки «Фізичне виховання» / уклад.: Т. М. Чиженко, Ю. О. Коваленко. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2014. 34 с.
21. Цап І. Г., Цап М. І. Термінологічний словник зі спортивних ігор. Івано-Франківськ : НАІР, 2013. 72 с.

