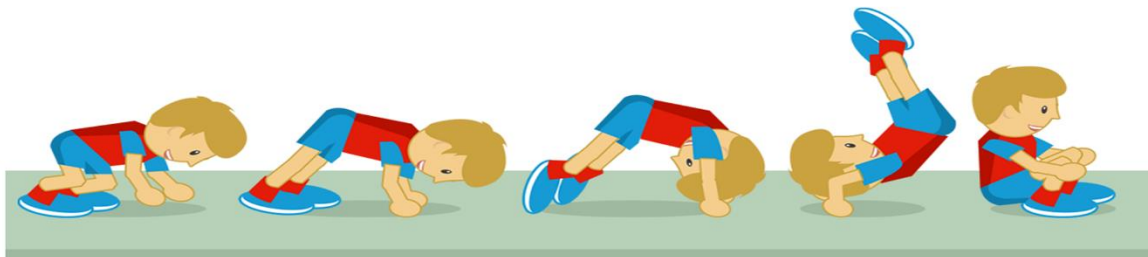




**Polsko – Ukraiński**  
**Mini słowniczek**  
**tematyczny pojęć z**  
**zakresu wychowania**  
**fizycznego**

Wychowanie fizyczne	Фізична культура	Fizyczna kul'tura
Maszerować	марширувати	<i>marszyruwaty</i>
Stać	стояти	<i>stojaty</i>
Biegać	бігати	<i>bihaty</i>
Skakać	стрибати	<i>strybaty</i>
Rzucać	кидати	<i>kydaty</i>
Łapać	ловити	<i>lowyty</i>
Zabawa ruchowa.	рухові ігри	<i>ruchowi ihry</i>
Berek	квач	<i>kwacz</i>
Wyścigi rzędów	змагання команд	<i>zmahannia komand</i>
Gra zespołowa	Командна гра	<i>Komandna hra</i>
Gimnastyka	Гімнастика	<i>Himnastyka</i>
Lekkoatletyka	Легка атлетика	<i>Lehka atletyka</i>
Taniec	танець	<i>taneć</i>
Piłka nożna	футбол	<i>futbol</i>
Piłka ręczna	Гандбол	<i>Handbol</i>
Koszykówka	баскетбол	<i>basketbol</i>
Siatkówka	волейбол	<i>voleybol</i>
Badminton	бадмінтон	<i>badminton</i>
Tenis	теніс	<i>tenis</i>
Tenis stołowy	Настільний теніс	<i>Nastil'nyj tenis</i>
Drużyna	команда	<i>komanda</i>
Zespół	команда, група	<i>komanda, hrupa</i>
Atak	напад	<i>napad</i>
Obrona	оборони	<i>oborony</i>
Zwycięstwo	перемога	<i>peremoha</i>
Porażka	програв	<i>prohrasz</i>
Remis	нічия	<i>niczyja</i>
Dogrywka	додатковий час	<i>dodatkowyj czas</i>
Czas gry	час гри 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10, .....	<i>chas hry 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,</i>
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,.....minut	хвилин	<i>..... khvylyn</i>
powtarzamy	повторюємо 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10	<i>povtoryuyemo</i>
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10..... razy	..... разів	<i>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 ..... raziv</i>



<b>Gimnastyka</b>	<b>Гімнастика</b>	<b>Himnastyka</b>
<b>Ustawienie w szeregu</b>	Вирівнювання	<i>Wyrivniuvannia</i>
<b>Ustawienie w dwuszeregu</b>	Розміщення в два ряди	<i>Rozmieszczennia v dva riady</i>
<b>Ustawienie w rzędzie</b>	Вирівнювання в ряд	<i>Vyrivnyuvannya v riad</i>
<b>Kolejno odlicz</b>	По порядку розрахуйся	<i>Po poriadku rozrachujsia</i>
<b>Krążenia ramion w przód</b>	Круги руками вперед	<i>Kruhy rukamy vpered</i>
<b>Krążenia ramion w tył.</b>	Круги руками назад	<i>Kruhy rukamy nazad</i>
<b>Skłony tułowia</b>	Нахили тулуба	<i>Nachyly tuluba</i>
<b>Krążenia tułowia</b>	Повороти тулуба	<i>poworoty tuluba</i>
<b>Krążenia bioder</b>	Повороти стегнами	<i>poworoty stehnamy</i>
<b>Krążenia kolan</b>	Повороти колінами	<i>poworoty kolinamy</i>
<b>Wykrok</b>	Крок вперед	<i>Krok wpered</i>
<b>Zakrok</b>	Крок назад	<i>Krok nazad</i>
<b>Rozkrok</b>	Крок в сторону	<i>Krok w storonu</i>
<b>Przysiady</b>	Присідання	<i>Prysidannia</i>
<b>Pompki</b>	Віджимання	<i>Vidžymannia.</i>
<b>Skoki obunóż</b>	Стрибки на двох ногах	<i>Strybky na dwoch nohach</i>
<b>Skoki na jednej nodze.</b>	Стрибки на одній нозі	<i>Strybky na odnij nozi</i>
<b>Kłęk</b>	Ставати на коліна	<i>Stawaty na kolina</i>
<b>Kłęk podparty</b>	Підперте коліно	<i>Pidperte kolino</i>
<b>Leżenie na brzuchu</b>	Лежати на животі	<i>ležaty na żywoti</i>
<b>Leżenie na plecach</b>	Лежати на спині	<i>ležaty na spyni</i>
<b>Leżenie na boku</b>	Лежати на боці	<i>ležaty na boci</i>
<b>Stanie na rękach</b>	Стійка на руках	<i>Stijka na rukach</i>
<b>Stanie na głowie</b>	Встаньте на голову	<i>Vstan'te na holovu</i>
<b>Przewrót w przód</b>	Передній кувинок	<i>Perednij kuwyrok</i>
<b>Przewrót w tył</b>	Задній кувинок	<i>Zadnij kuwyrok</i>



Lekkoatletyka	Легка атлетика	<i>Lehka atletyka</i>
<b>Sprint</b>	Спринт	<i>Spyynt</i>
<b>Bieg na 60 , 100, 200, 400, 1500, 3000 metrów</b>	Біг на 60, 100, 200, 400, 1500, 3000 метрів	<i>Bih na 60, 100, 200, 400, 1500, 3000 metriv</i>
<b>Bieg przez płotki</b>	Біг з перешкодами	<i>Bih z pereshkodamy</i>
<b>Biegi przelajowe</b>	бігові гонки	<i>bihovi honky</i>
<b>Sztafeta</b>	естафета	<i>estafeta</i>
<b>Skok w dal</b>	Стрибки у довжину	<i>Strybky u dowzynu</i>
<b>Skok wzwyż</b>	Стрибок у висоту	<i>Strybok u wysotu</i>
<b>Rzut piłeczką palantową</b>	кидати м'яч	<i>kydaty m'jacz</i>
<b>Rzut oszczepem</b>	метання списа	<i>metannia spysa</i>
<b>Pchnięcie kulą</b>	штовхання ядра	<i>sztowchannia jadra</i>



Piłka nożna	футбол	futbol
drybling	дриблінг	dryblinh
podanie piłki	передати м'яч	peredaty m'yach
przyjęcie piłki	отримання м'яча	otrymannya m'yacha
strzał na bramkę	удар по воротах	udar po worotach
pole karne	штрафне поле	sztrafne pole
aut	аут	aut
faul	фол	fol
zagranie ręką	ручна гра	ruczna hra
żółta kartka	жовта картка	żowta kartka
czerwona kartka	Червона картка	Czerwona kartka
rzut różny	Кутовий удар	Kutowyj udar
rzut wolny	штрафний удар	sztrafnyj udar
rzut karny	пенальті	penal'ti
gol	гол	hol
asysta	допомога	dopomoha
strata	втрати	wtraty
przechwyty	перехоплення	perechoplennia
szybki atak	швидка атака	szwydka ataka
Napastnik	Нападник	Napadnyk
Obrońca	Захисник	Zachysnyk
Bramkarz	Воротар	worotar
Sędzia	Суддя	Suddia



<b>Piłka ręczna</b>	<b>Гандбол</b>	<b>Handbol</b>
<b>Pole bramkowe</b>	Поле біля воріт	<i>Pole bila worit</i>
<b>Linia 9 metrów</b>	лінія 9 метрів	<i>linia 9 metriv</i>
<b>Podanie piłki</b>	передати м'яч	<i>peredaty m'jacz</i>
<b>podanie jedną ręką</b>	пас однією рукою	<i>pas odniyeyu rukoyu</i>
<b>Chwył piłki</b>	ловити м'яч	<i>lowyty m'jacz</i>
<b>Kozłowanie piłki</b>	ведення м'яча	<i>vedennia m'jacza</i>
<b>Rzut do bramki</b>	удар у ворота	<i>udar u worota</i>
<b>Zagrание nogą</b>	грати ногою	<i>hraty nohaju</i>
<b>Błąd kroków</b>	помилка кроків	<i>pomyłka krokiv</i>
<b>Błąd podwójnego kozłowania</b>	подвійна помилка ведення	<i>podviyna pomyłka vedennya</i>
<b>Aut</b>	аут	<i>aut</i>
<b>Gra na czas</b>	грати на час	<i>hraty na czas</i>
<b>Faul</b>	фол	<i>fol</i>
<b>Faul w ataku</b>	Фол у нападі	<i>Fol u napadi</i>
<b>Kara 2 minut</b>	2-хвилинний штраф	<i>2-khvylynnyy shtraf</i>
<b>Rzut różny</b>	Кутувий удар	<i>Kutowyj udar</i>
<b>Rzut wolny</b>	штрафний удар	<i>sztrafnyj udar</i>
<b>Rzut karny (7 metr)</b>	пенальті (7 метрів)	<i>penal'ti (7 metriv)</i>
<b>Gol</b>	гол	<i>hol</i>
<b>Asysta</b>	допомога	<i>dopomoha</i>
<b>Strata</b>	втрати	<i>vtraty</i>
<b>Przechwył</b>	перехоплення	<i>perechoplennya</i>
<b>Szybki atak</b>	швидка атака	<i>shvydka ataka</i>
<b>Szybki atak</b>	швидка атака	<i>shvydka ataka</i>
<b>Obrona strefowa</b>	оборона зони	<i>oborona zony</i>
<b>Bramkarz</b>	Воротар	<i>Vorotar</i>
<b>Skrzydłowy</b>	Вінгер	<i>Vinher</i>
<b>Rozgrywający</b>	квотербек	<i>kwoterbek</i>
<b>Kołowy</b>	Циркулярний	<i>Tsyrkulyarnyj</i>



Koszykówka	Баскетбол	<i>Basketbol</i>
Pole 3 sekund	поле 3 секунди	<i>pole 3 sekundy</i>
Dwutakt	двотактний	<i>dwotaktnyj</i>
Rzut do kosza	кидок у кошик	<i>kydok u koszyk</i>
Rzut z miejsca	кидати з місця	<i>kydaty z miejsca</i>
rzut z wysoku	стрибковий кидок	<i>strybkowyj kydok</i>
Rzuty wolne	штрафні кидки	<i>sztrafni kydky</i>
Podanie piłki	передати м'яч	<i>peredaty m'jacz</i>
Podanie piłki jedną ręką	передача м'яча однією рукою	<i>peredacza m'jacza odnijeju rukoju</i>
Podanie piłki obóraż	передавати м'яч обома руками	<i>peredawaty m'jacz oboma rukamy</i>
Chwyт piłki	ловити м'яч	<i>lowyty m'jacz</i>
Kozłowanie piłki	ведення м'яча	<i>wedennia m'jacza</i>
Zagranie nogą	грати ногою	<i>hraty nohoju</i>
Błąd kroków	помилка кроків	<i>pomyłka krokiv</i>
Błąd podwójnego kozłowania	подвійна помилка ведення	<i>podwijnja pomyłka wedennia</i>
Faul	фол	<i>fol</i>
Aut	аут	<i>aut</i>
Faul w ataku	Фол у нападі	<i>Fol u napadi</i>
Blok	Блок	<i>blok</i>
Zbiórka piłki w ataku	збір м'яча в атаці	<i>zbir m'jacza w ataci</i>
Zbiórka piłki w obronie	збір м'яча в захисті	<i>zbir m'jacza v zachysti</i>
Asysta	допомога	<i>dopomoha</i>
Strata	втрати	<i>wtraty</i>
Przechwyт	перехоплення	<i>perechoplennia</i>
Szybki atak	швидка атака	<i>szwydka ataka</i>
Obrona strefowa	оборона зони	<i>oborona zony</i>
Rozgrywający	квотербек	<i>kwoterbek</i>
Obrońca	Захисник	<i>Zachysnyk</i>
Center	Центр	<i>centr</i>



<b>Siatkówka</b>	<b>волейбол</b>	<b>voleybol</b>
<b>Siatka</b>	сітка	<i>sitka</i>
<b>Serwis / zagrywka</b>	Обслуговування / гра	<i>Obsluhowuwaniania / hra</i>
<b>Odbicie górne</b>	Верхнє відбиття	<i>Werchnie widbyttia</i>
<b>Odbicie dolne</b>	Нижнє відбиття	<i>Nyżnie widbyttia</i>
<b>Blok</b>	блок	<i>blok</i>
<b>Obrona</b>	захист	<i>zachyst</i>
<b>Atak</b>	напад	<i>napad</i>
<b>Ścięcie</b>	Фаска	<i>Faska</i>
<b>Aut</b>	аут	<i>aut</i>
<b>Dotknięcie siatki</b>	торкаючись сітки	<i>torkajuczyś sitky</i>
<b>Podwójne odbicie</b>	подвійне відбиття	<i>podwijne widbyttia</i>
<b>Rozgrywający</b>	квотербек	<i>kwoterbek</i>
<b>Atakujący</b>	нападник	<i>napadnyk</i>
<b>Przyjmujący</b>	господар	<i>hospodar</i>
<b>Libero</b>	ліберо	<i>libero</i>