

## مُصْطَلَحَاتٌ فِي التَّرْبِيَةِ الْبَدَنِيَّةِ

تألفت لجنة مجمعية من السادة الدكتور عبدالرزاق محيي الدين والدكتور ابراهيم شوكة والدكتور جميل الملائكة والدكتور فاضل الطائي والاستاذ كوركيس عواد والدكتور عبداللطيف البدرى (المقرر) اضيف اليهم الخبير الدكتور نجم الدين السهروردي عميد كلية التربية الرياضية لاعادة النظر في مصطلحات مقترحة في التربية البدنية سبق نشرها في المجلد الثامن من مجلة المجمع ، ولاضافة ما استجد من تسمية لادوات هذه اللعب واصولها واحكامها يدرك المجمع أن هذه المصطلحات ليست وافية ولا شاملة، وان ما يتمها في طريق الانجاز. فان الدافع للعجالة في نشر هذه المصطلحات حرص المجمع على جعلها في متناول من يعينهم ذلك عاجلاً .

## ( التنس )

Tennis Court	ساحة التنس
Singles/Doubles	فردى - زوجى
Tennis Ball	كرة تنس
Racket	مضرب
Net	شبكة
Post	قوائم
Seats	مقاعد
Base Line	خط القاعدة
Side Line	الخط الجانبي
Service Line	خط الارسال
Center Service Line	خط الارسال الاوسط
Center Mark	علامة الوسط
Service Side Line	خط الارسال الجانبي
Umpire	محكم
Foot Fault Judge	قاضي اخطاء القدم
Linesman	مراقب الخطوط
Referee	حكم
Scoring Sheet	بطاقة تسجيل
Score Board	لوحة تسجيل
Game	لعبة

Course	شوط
Set	دور
Match	مباراة
Tournament	مسابقة
Fifteen Love	خمسة عشر - لا شيء
Fifteen All	خمسة عشر - كل
Fifteen Thirty	خمسة عشر - ثلاثون
Thirty All	ثلاثون - كل
Deuce	تعادل
Advantage to Ali	رجحة لعلي
Game to Ali	شوط لعلي
Fault	خطأ
Out	خارج

### ( كرة القدم )

Track & Field	الساحة والميدان
Field	ساحة
Marking	تخطيط
Goal	الهدف . اصابة
Goal Area	منطقة الهدف
Penalty Area	منطقة العقوبة
Cross Bar	العارضة
Upright Goal Post	قائمة الهدف
Goal Net	شبكة الهدف
Corner Flag	علم الزاوية

Player	لاعب
Ball	كرة
Circumference of the Ball	محيط الكرة
Dropping the Ball	إسقاط الكرة
Goal Kick	ضربة هدف
Corner Kick	ضربة زاوية
Referee	حكم
Players Equipment	عدة اللاعبين
Team	فريق
Goal Keeper	حامي الهدف
Full Back	دفاع
Half Back	شبه وسط
Center Half back	شبه وسط
Outside Right	جناح يمين
Outside Left	جناح يسار
Center Forward	مهاجم وسط
Inside Right	داخل يمين
Inside Left	داخل يسار
Punishment	عقوبة
Duration of the game	مدة اللعب
Time Out	توقف ، وقت مستقطع
Penalty Kick	ضربة جزاء
Direct Free Kick	ضربة حرة مباشرة
Indirect Free Kick	ضربة حرة غير مباشرة
Touch Line	خط تماس

Goal Line	خط الهدف
Ball In Play	اللعب مستمر
Ball Out of Play	اللعب متوقف
Method of Scoring	طريقة الازابة
Offside	تسلل
Trapping	تسكين الكرة
Throw In	رمية جانبية
Dribbling	مراوغة
Obstruction	تعويق
Dangerous Play	لعة خطرة
Fair Charge	مكاتفه
Carrying the Ball	حمل الكرة
Tripping the Opponent	تعثير الازصم
Passing the Ball	مناولة الكرة
Ball Control	السيطرة على الكرة
Pushing The Opponent	دفع الازصم
Opposing Team	الفريق المنازل
Referee Whistle	صافرة الازكم
Draw	التعاادل
Referee Signal	اشارة الازكم
Official Match	مباراة رسمية
International Match	مباراة دولية
Friendly Match	مباراة ودية
Competition	منافسة
Rules of Competition	قواعد المنافسة

Notifying The Referee	تبلغ الحكم
Federation	اتحاد
Progression of the Game	سير اللعب
Consent of the Referee	موافقة الحكم
Injury of the Player	اذى اللاعب
Dressing Room	منزعه
Football Boot	حذاء كرة القدم
Bars for Football Boot	عوارض حذاء كرة القدم
Football Jersey	صدار كرة القدم
Football Shirt	قميص كرة القدم
Football Short	تبان كرة القدم
Shinguard	وقاء الظنبوب
Anklet	وقاء الكاحل
Knee Cap	وقاء الركبة
Enforce the Law	يطبق القانون
Kick off	ضربة البداية
Neutral	محايد
Decision of the Referee	قرار الحكم
Suspension	ايقاف
Caution the Player	تحذير اللاعب
Linesman	مراقب الخط
Termination of Match	انهاء المباراة
Trainer	مدرب ممرن
Extra Time	وقت اضافي
First Half Time	الشوط الاول
Second Half Time	الشوط الثاني

( السباحة )

Paddle dog	سباحة كلبية
Breast Stroke	سباحة الصدر
Crawl	سباحة الزحف
Back Stroke	سباحة الظهر
Scissor Kick	رفسة المقص
Butterfly Stroke	سباحة الفراشة
Dolphine Stroke	سباحة الدلفين
Side Stroke	ضربة الجنب
Floating	العوام
Toss	قرعة
Starter	المطلق
Start	المنطلق
Lane	مجال
Turn	الدوران
Finish	نهاية
Judge	قاضي
Time Keeper	موقت
Disqualified	المبعد
Goal Line	خط الهدف
2 Meter Line	خط المترين
Half Distance Line	خط الوسط
Goal Post	قائمنا الهدف

Water Polo Ball	كرة الماء
Caps	طاقيات
Referee	الحكم
Goal Judge	قاضي الهدف
Goal Keeper	حامي الهدف
Left Back	دفاع يسار
Right Back	دفاع يمين
Center Half Back	شبه وسط
Left Forward	هجوم يسار
Center Forward	هجوم وسط
Right Forwrđ	هجوم يمين
Time	وقت
Officials	الاداريون
Start of Play	بدء اللعب
Score	تسجيل
Draw	تعادل
Goal Throw	رمية الحامي
Corner Throw	رمية الزاوية
Free Throw	رمية حرة
Neutral Throw	رمية حياد
Ordinary Fouls	مخالفة عادية
Major Fouls	مخالفات جسمية
Multiple Fouls	مخالفات متعددة
Penalty Throw	رمية جزاء
Extra Time	وقت اضافي

Pass	مناولة
Half Tim	منتصف الوقت
Full League	دورى عام
Half League	نصف دوري
Knock Out	تسقيط
Substitution	استبدال
Outside	خارج
Captain	رئيس

### ( كرة السلة )

Boundary Lines	الحدود
Center Circle	دائرة المركز
Division Line	خط الوسط
End Line	خط النهاية
Side Line	خط الجانب
Free Throw Lane	مجال الرمية الحرة
Free Throw Line	خط الرمية الحرة
Front Court	الساحة الامامية
Back Court	الساحة الخلفية
Equipment	العدة
Back Board	لوح الهدف
Basket	السلة
Net	الشبكة
Ring	الحلقة ج . حلق
Team or Squad	الفريق
Home Team	الفريق الداعي
Visiting Team	الفريق الزائر

Substitute	البديل
Substitution	إستبدال
Disqualified Player	المبعد
Officials	الاداريون
Referee	الحكم
Umpire	محكم
Time Keeper	الموقت
Scorer	المسجل
Coach	المدرّب
Score Sheet	بطاقة التسجيل
Score Book	مسجل
Score Board	لوح التسجيل
Time Board	لوح الوقت
Stop Watch	ساعة الضبط
Time Out	وقت مستقطع
Charged Time Out	وقت مستقطع محتسب
Extra Period	المدة المضافة
Time In	الوقت المستأنف
Excess Time Out	وقت مستقطع مضاف
Decision of Game	قرار المباراة
Score	هدف
Pass	المناوله
Throw	يرمي
Bat	يضرب
Roll	يدحرج

Dribble	طبطة
Shoot	يصوب
Shot	اصابة
Field Goal	اصابة بعيدة
Free Throw	رمية حرة
Foints	نقط
Forfeit	ابطال
Jump Ball	كرة البدء
Throw In	رمية جانبية
Dead Ball	كرة هامدة
Live Ball	كرة لاعبة
Held Ball	كرة ممسوكة
Tie Score	تعادل الاصابات
Pivot	مرتكز
Pivot Foot	قدم الارتكاز
Pivot Man	لاعب الارتكاز
Putting the Ball In The Play	العاب الكرة
Three Second Rule	قاعدة الثلاث ثواني
Center Jump	قفزة المركز
Foul	مخالفة
Personal Foul	مخالفة شخصية
Technical Foul	مخالفة فنية
Double Foul	مخالفة مزدوجة
Multiple Foul	مخالفة متعددة
Disqualifying Foul	مخالفة مبعدة

Blocking	عرقلة
Pushing	الدفع
Holding	المسك
Guarding From The Rear	حماية المؤخرة
Delaying the Game	تواني اللعب
Personal Contact	تماس شخصي
Tripping	اعثار
Violation	خرق
Out of Bounds	خارج
Running With The Ball	الجري بالكرة ، او الانتقال
Second Dribble	المداراة الثانية
Defence	دفاع
Man to Man Defence	دفاع الملازمة
Close Man to – Man Defence	دفاع المقربة
Loose Man to Man Defence	دفاع المباعدة
Switching Or Shifting ManTo Man Defence	دفاع مغايرة
Zone Defence	دفاع المنطقة
3-2 Zone Defence	دفاع المنطقة ٣ - ٢
2-1-2 Zone Defence	دفاع المنطقة ٢ - ١ - ٢
2-3 Zone Defence	دفاع المنطقة ٣ - ٢
Defensive Balance	توازن الدفاع
Combination Defence	دفاع مختلط
Pivoting	الارتكاز
Screen	حجاب
Cutter	القاطع

Pivot Man	لاعب الارتكاز
Playmaker	لولب اللعب
Freezing the Game	تبطئة اللعب
Fast Break or Quick Break	الكر الخاطف
Set Play	لعبة معدة
Pattern of the Play	نمط اللعب
Guard	حارس
Post	ركيزة
Give & Go	ناول واجرى
Continuity	الاستمرار
Passing	مناولة
Bounce Pass	مناولة ارتداد
Chest Pass	مناولة صدرية
Overhead Pass	مناولة سمتية
Baseball Pass or Shoulder Pass	مناولة كتفية
Hook Pass	مناولة خطافية
Shovel Pass	مناولة حرفية
Short Pass	مناولة قصيرة
Long Pass	مناولة طويلة
Set Shot	تسديد ثبات
Jump Shot	تسديدة قفز
Hook Shot	تسديدة خطافية
Lay Up Shot	تسديدة معدة
Chest Shot	تسديدة صدرية
One Hand Shot	تسديدة يد

Pivot Shot	تسديدة ارتكاز
Underhead Shot	تسديدة تحتية
Overhead Shot	تسديدة سمتية
Tip In Shot	تسديدة متابعة
Free Throw	رمية حرة
Multiple Throw	رمية مكررة
Rebound	ارتداد
Possesion of the Ball	حيازة الكرة
Drills	تمرين
Fundamentals	اساسيات
Catching the Ball	مسك الكرة
Foot Work	حركة القدم
Change of Direction	تغيير الواجهة
Change of Pace or Speed	تغيير السرعة
Conditioning	اللياقة
Training	التدريب
Warm Up	احماء
Coaching Methods	طريق الاشراف
Scouting	استكشاف
Ball Handling	التحكم بالكرة
Fakes & Feints	مراآة ومراوغة
Pressing Defence	دفاع دراك
Termination of Game	انتهاء المباراة
Intermission	فترة الاستراحة
Restricted Area	المنطقة المحظورة

Unsportsmanlike	لا رياضي
5 Seconds Rule	قاعدة الثواني الخمس
50 Seconds Rule	قاعدة الثلاثين ثانية
Double Dribble	طبطة مزدوجة
Momentum Offence	هجوم محتدم
Fumble	تخبط
Intentional Foul	مخافة مقصودة
1-3-1 Zone Defence	دفاع المنطقة ١ - ٣ - ١
Jump Pass	مناولة قفزية
Officials Signals	اشارات الاداريين
Air Pass	مناولة هوائية
Air Dribble	طبطة هوائية
Backward Pivot	ارتكاز خلفي
Blind Pass	مناولة عشواء
Center Pivot Play	لعبة ارتكاز الوسط
Delayed Offence	هجوم مؤجل
Double Pivot	ارتكاز مزدوج
Floar Pass	مناولة ارضية
Free Throw Circle	دائرة الرمية الحرة
Reverse Pivot	الارتكاز المعكوس

### ( الساحة والميدان )

Athletic Meeting	حفلة الساحة والميدان
Championship	بطولة
Team Competition	مباراة الفرق
Sonior Comptition	مباراة الراشدين

Junior Competition	مباراة الناشئين
Open Competition	مباراة مفتوحة
President	الرئيس
Vice – President	نائب الرئيس
Honorary Secretary	امين فخرى
Store Book	السجل
Official	الاداري
Announcer	المعلن
Amateur	الهاوى
Professional	المحترف
Coach	المدرّب
Secretary	امين
False Start	بداية خاطئة
Disqualified	المبعد
Tie	التعادل
Handicap	تعوّق
Programme	منهج
Organising Committee	لجنة التنظيم
Track Judge	قضاة الميدان
Field Judge	قضاة الساحة
Steward	مساعد
Starter	مطلق
Time Keeper	الموقت
Surveyor	مساح
Field	الساحة

Track	ميدان
Landing Place	مكان الهبوط
Sand Pit	جفرة
Lane	مجال
Curve	منحني
Starting Line	خط البداية
Finish Line	خط النهاية
Changing Zone	منطقة التبديل
Runway .	مدرج
Throwing Zone	منطقة الرمي
Staggered Start	بدء التبادل
Lap	دورة
Bend	منعطف
Border	الحد
Stand or Post	قائمة
Cross – Bar	عارضة
Javelin	الرمح
Discus	القرص
Shot Put	ثقل
Hammer	المطرقة
Hurdles	حواجز
Steeplechase	سباق العوائق
Jumping Board	لوح للقفز
Stop Board	لوح الحد
Pole Vault	طفر العصا

Throwing Circle	دائرة الرمي
Baton	مخصرة البريد
Starting Blocks	مساند الانطلاق
Photo – Finish	النهاية المصورة
Check Marks	علامات الضبط
Score Board	لوح التسجيل
Stop Watch	ساعة التوقيت
Tape	شريط
Pistol	مسدس
Running Shoes	حذاء الركض
Spike	قتير
Training Suit	بدلة تمرين
Sprint	العدو
Running	الركض
Putting the Shot	رمي الثقل
Throwing Discus	رمي القرص
Throwing Juvelin	رمي الرمح
Hammer Throw	رمي المطرقة
Tripple Jump	القفزة الثلاثية
Pole Vaulting	الطفر بالعصا
High Jump	الطفر العالي
Broad Jump	القفز العريض
Long Jump	القفز الطويل
Relaxation	الاسترخاء
Coasting	الانسياب

On Your Marks	على الخط
Get Set	تهيأ
Go	انطلق
Decathlon	الالعاب العشارية
Pentathlon	الالعاب الخماسية
Relay	سباق التتابع
Cross Country	سباق الضاحية
Marathon	الماراثون
Take - Off	النهوض
Eastern Cut - Off	الطفرة الشرقية
Western Roll	الطفرة الغربية
Scissor Jump	طفرة المقص
Struddle	طفر التفخج
Hanging	التعلق
Hitch - Kick	الركلة الهوائية
Swing	الترجح
Record	الرقم القياسي
Training	التمرين
Schedule	منهج
Style	اسلوب
Techniques	طرائق فنية
Fundamentals	اسس
Competition	تنافس
Warming Up	احماء
Event	لعبة

International Federation	الاتحاد الدولي
Amateur Athletic Federation	اتحاد الهواة الرياضي (للساحة والميدان)
International Competition	مباراة دولية
Olympic Games	الالعاب الاولمبية
World Record	الرقم العالمي
Olympic Record	الرقم الاولمبي
National Record	الرقم الوطني
Conference	المؤتمر
Committee	اللجنة

### ( الملاكمة )

Pugilist	ملاكم
Sparring Position	وضع التحفز
Stance	وقفة
Sparring	اللكم
Boxer's Target	هدف الملاكم
Attack	الهجوم
Left or Right Straight	المستقيمة اليسارية او اليمينية
Left or Right Hook	الخطافية اليسارية او اليمينية
Left or Right Swing	التطويحة اليسارية او اليمينية
Left or Right Upper Cut	مقلاع يساري او يميني
In Fighting	التحام
Defence	الدفاع
Counter Hitting	الضرب القابل
Swaying	تمايل
Slipping	الزيفان

Ducking	الغط
B'ock	الصد
Parrying	التنحي
Weaving	المراملة
Feinting	مخادعة
Butting	النطح
Lying On	تهالك
Shaking Hands	المصافحة
Judging	القضاء
Foul	خطأ
Referee	الحكم
Judge	قاضي
Stop	قف
Box On	استمر
Break	انفك
Boxer	الملاكم
Second	المساعد
Bye	منتظر
Bout	نزال
Time Keeper	الموقت
Gong	الجرس
The Count	العد
Down	وقوع
Ring	الحلبة
Stool	المقعد

Bucket	السطل
Sawdust	نشارة
Resin	الراتنج
Felt	اللباد
Canvas	الخيش
Shadow Boxing	لكم خيالي
Sand Bag or Punch Bag	كيس اللكم
Punching Ball	كرة اللكم
Punching Pad	الملكمة
Head Guard	واقية الرأس
Rubber Teeth Guard	واقية الاسنان

### ( الكرة الصائنة )

Squash Racket	الكرة الصائنة
The Score	تسجيل
Best of Three	اثنان من ثلاثة
Best Five	ثلاثة من خمسة
The Service	الارسال
Ace	النقطة
Hand in	الكرة له
Hand Out	الكرة عليه
Scoring an Ace	تسجيل نقطة
The Right to Serve	حق الارسال
The Server	المرسل
Continues to Serve	يستمر في الارسال
Loss of Stroke	خسران الضربة

Good Service	ارسال صحيح
Foul	خطأ
Foot Fault	خطأ القدم
Cut Line	خط القطع
A Cut	القطع
A Short	القاصرة
A Let	المعادة
Appeal	احتكام
Fair View	الرؤية الحسنة
Crowding	المزاحمة
Obscuring the View	حجب الرؤية
Referee	الحكم
Marker	الرقيب
Umpire	محكم
Board	خط اللعب
Game Ball	ضربة السبق
Half Court Line	خط الوسط
Out of Court	خارج الملعب
Service Box	منطقة الارسال
Short Line	الخط القصير
Striker	الضارب

( المحجنية ( الهوكي ) )

Umpire	محكم
Striking Circle	دائرة الهدف
Bully	المقارعة

Push Stroke	الضربة الدافعة
Scoop Stroke	الضربة الغارقة
High Stick	عصا عالية
Undercutting	ضربة الحد
Hooking	تشابك
Obstruction	تعويق
Penalty Bully	مقارعة الجزاء
Pads	رفادة
Penalty Corner	زاوية الجزاء
Long Corner	زاوية طويلة
Roll - in	الدحرجة
Off - Side	التسلل
Free Hit	ضربة حرة
Goal Keeper	حامي الهدف
Right Back	دفاع ايمن
Left Back	دفاع ايسر
R. H. B.	شبه يمين
L. H. B.	شبه يسار
C. H. B.	شبه وسط
R. Wing	الجناح الايمن
R. Inside	داخل يمين
C. Forward	هجوم وسط
L. Inside	داخل يسار
L. W.	جناح ايسر
25 Yards Line	خط الخمسة والعشرين

7 Yards Line  
Stick  
Back Stick  
Goal  
Passing  
Dribbling  
Revrse  
Tackling  
Kick

خط السبعة  
المحجن  
ضربة الظهر  
الهدف  
المناولة  
مراوغة  
العكسية  
عرقلة  
الركلة