

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
QISHLOQ VA SUV XO'JALIGI VAZIRLIGI

TOSHKENT IRRIGATSIYA VA MELIORATSIYA
INSTITUTI

“Jismoniy tarbiya kafedrası”

Jismoniy tarbiya va sport atamalarining
ruscha-o'zbekcha lug'ati.

Uslubiy qo'llanma

Toshkent – 2015.

Ushbu uslubiy qo'llanma institute Ilmiy-uslubiy kengashining "10" aprel 2015 yilda bo'lib o'tgan 7-sonli majlisida ko'rib chiqildi va chop etishga tavsiya etiladi.

Ushbu uslubiy qo'llanma yosh sportchilar va talabalarga atamalarning ruscha-o'zbekcha lug'ati haqida ma'lumot beradi.

Tuzuvchi: A.R.Xodjanov, dotsent.

Taqrizchilar: F.A.Kerimov, O'zbekiston Davlat Jismoniy Tarbiya Instituti, Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati kafedrasini mudiri, pedagogika fanlar doktori, professor.

B.I.Ibragimov, dotsent.

TOSHKENT IRRIGATSIYA VA MELIORATSIYA INSTITUTI 2015 YIL.

Kirish.

Ma'lumki, o'zbek tiliga Davlat tili maqomi berilishi bilan, hamma hujjatlar, yozishmalar shuningdek oliy va o'rta maxsus o'quv yurtlarida darslar o'zbek tilida olib borilishi taqoza etildi. Shu boisdan barcha fan sohalari bo'yicha o'zbek tilida darsliklar yaratish kerak bo'ldi. Shu maqsadda jismoniy tarbiya va sport atamalari kichik lug'atini chiqarishni lozim topdik.

Hurmatli kitobxon, ushbu lug'at jismoniy tarbiya va sport qonuniyatlarini to'laroq tanishish uchun mutahhassislarning kundalik ish faoliyatida uchrab turadigan tibbiyot, fiziologiya, sinatologiya, biologiya va boshqa fanlarga tegishli atamalarni ham lug'atga kiritishni lozim toptik.

Bu lug'at albatta kamchiliklardan holis emas. Ba'zi so'zlar soda va tushunarli bo'lganliklar uchun izoh talab qilmaydilar ham. Shu bilan birga bir necha atamalarning izohlari kengaytirilib maqola sifatida berilgan. Lug'atga bilan hozirgi kunda halq orasida ishlatilmasdan qolib ketgan so'zlar kiritilgan.

Qo'lingizdagi lug'atda jismoniy madaniyat va sport soxasidagi anchagina atamalar kirmay qoldi. Ayniqsa, o'zbek milliq o'yinlariga va milliy sport turlariga oid atamalar lug'atda kam yoritildi. Kelajakda bunday ma'lumotlarni yoritish lug'atning asosiy vazifalaridan biri bo'lib qolishi kerak deb bilamiz.

- А -

Абсолютная сила –	mutloq kuch.
Абсолютная сила мышц –	mushaklarning mutloq kuchi.
Абсолютная скорость –	mutloq tezlik.
Абсолютное первенство –	mutloq birinchiligi.
Абсолютный чемпион –	mutloq chempion.
Автомодельный спорт –	avtomodelchilik sporti.
Автокросс –	avtomobil poygasi.
Автограф –	dastxat.
Автоспорт –	avtomobil sporti.
Автор гола –	to'p muallifi.
Азиатские игры –	Osiyo o'yinlari.
Академическая лодка –	akademik qayiq (maxsus eshkakli sport qayig'i).
Академическая гребля –	akademik qayiqda suzish sporti.
Акробат –	akrobatchi, akrobatika sporti bilan shug'ullanuvchi sportchi.
Акробатка –	akrobatchi ayol.
Акробатика –	akrobatika (gimnastika mashqlari va o'z tana harakatlarini mohirlik bilan bajarish sport turi).
Акробатические упражнения –	akrobatika mashqlari.
Акробатическая дорожка –	akrobatika yo'lakchasi.
Акробатические прыжки –	akrobatik sakrashlar.
Актив –	faol, ishchan.
Активная борьба –	faol, serharakat kurash.
Активный игрок –	faol o'yinchi.
Активность –	serharakatlik, faollik.
Активная атака (оборона) –	faol hujum (himoya, mudofaa).
Активный отдых –	faol dam olish.
Алюр –	alyur, otning qadam bosishi (ot sportida xilma-xil qadam tashlashlarni o'rgatadigan harakat).
Альпинизм –	alpinizm, tog'larga chiqish sport turi.
Альпинист –	alpinist, tog'larga chiqish sporti bilan shug'ullanuvchi sportchi.
Альпинистка –	alpinizm bilan shug'ullanuvchi ayol.

Американский футбол –	Amerikacha futbol, Amerikada tashkil topgan o'yin, bu o'yin qovunsimon to'p bilan o'ynaladi.
Амплитуда –	amplituda, tebranish kengligi.
Амплитуда движения –	harakatning kengligi.
Анулировать –	bekor qilish.
Анулирование результата –	natijani bekor qilish.
Анулирование гола –	golni bekor qilish.
Антропометрия –	tana qismlarini o'lchash.
Аорта –	aorta, katta qon tomiri.
Апелировать –	norozilik.
Арбитр –	hakam.
Арбитраш –	hakamlar sudi, hakamlik.
Арена –	maydon, sahna, sport musobaqalarini o'tkazishga mo'ljallangan maxsus inshoot.
Арена стадиона –	o'yingoh maydoni.
Артерия –	arteriya, qon tomiri.
Артериальное давление –	qon tomirning bosimi.
Аритмия –	yurak urishininh o'zgarishi.
Атака –	hujum.
Атака ворот –	darvozaga hujum.
Атоковать –	hujum qilish.
Атака по флангу (поцентру) –	qanot bo'ylab (markazdan) hujum.
Атака противника –	raqib hujumi.
Атака с захватом –	ushlab turib hujum qilish.
Атака встречная –	qarshi hujumi.
Атака справа (слева) –	o'ngdan (chapdan) hujum.
Атака сходу –	to'satdan hujum.
Атакующий игрок –	hujumkor o'yinchi.
Атакующие действия –	hujumkor harakatlar.
Атакующий футбол –	hujumkor futbol.
Атакующий удар –	hujumkor zarba.
Атлет –	paxlavon.
Атлетизм --	atletizm, odam tana mushaklarini rivojlantirishga qaratilgan jismoniy tarbiya mashqlari.
Атлетика –	atletika, paxlavonlik san'ati.

Атлетическая гимнастика –	atletik gimnastikasi, bu asosan gimnastikani sog'lomlashtiruvchi turlaridan biri.
Аут –	aut, sport o'yinlarida agar to'p chatga chiqsa aut hisoblanadi.
Аутсайдер –	qoloq, oxirgi. Musobaqada oxirgi o'rin egallagan sportchi yoki jamoa.
Афиша –	e'lon, e'lonnoma.
Аэробика –	aerobika, odamlarni salomatligini mustahkamlashga qaratilgan mashqlar tarkiboti.

- Б -

Бадминтон –	badminton, to'pchasimon valan va raketka bilan o'ynaladigan sport turi.
Бадминтонист –	badminton o'ynovchi
Бадминтонистка –	badminton o'ynovchi ayol.
Байдарка –	baydarka, eshkakli sport qayig'i.
Байдарочник –	sport qayig'ida suzuvchi.
Байдорочница –	sport qayig'ida suzuvchi ayol.
Байдарка-одиночка –	bir kishilik sport qayig'i.
Байдарка-двойка –	ikki kishilik sport qayig'i.
Байдарка-четвертка –	to'rt kishilik sport qayig'i.
Баланс –	muvozanat, tenglik.
Балансирование –	muvozanat saqlash.
Бал –	bal, daraja, baho (sportda ijro etilgan mashqni baholash uchun belgilangan miqdor).
Бальная система –	baholashning darajalash tizimi uslubi.
Бандаж –	bandaj, maxsus belbog', kurash va og'ir atletika sport turlarida ishlatiladi.
Барьер –	to'siq, yengil atletikaning yugurish yo'lakchasiga qo'yiladigan to'siq.
Барьерист –	bariyerchi, to'siqlar osha yuguradigan sportchi.
Барьерный бег –	to'siqlar osha yugurish.
Баскетбол –	basketbol, sport o'yinlarining bir turi, AQSH da tashkil topgan.

Баскетболист –	basketbolchi, basketbol bilan shug'ullanadigan sportchi.
Баскетболистка –	basketbolchi ayol.
Баскетбольное кольцо –	basketbol halqasi.
Баскетбольный мяч –	basketbol to'pi.
Баскетбольный щит –	basketbol qalqoni.
Баскетбольная корзина –	basketbol to'ri.
Бассейн –	havza.
Бассейн плавательный –	suzish havzasi.
Батерфляй –	baterflay, kapalaksimon suzish usuli.
Батут –	batut, sim prujinali qurilma, uning ustida sportchilar akrobatik mashqlar bajaradi.
Бег –	yugurish, chopish.
Беговые упражнения –	yugurish mashqlari.
Беговая дорожка –	yugurish yo'lakchasi.
Бегун –	yuguruvchi.
Бейсбол –	beysbol, to'p bilan o'ynaydigan sport o'yini. AQShda tashkil topgan.
Безответный гол –	javobsiz gol.
Безопасность спортсмена –	sportchining havfsizligi.
Бейсболист –	beysbolchi, beysbol o'yinchisi.
Бейсболистка –	beysbolchi ayol.
Биатлон –	biatlon, qishki sport turlaridan biri, chang'ida miltiq otib yugurish musobaqasi.
Биатлинист –	biatlon sporti bilan shug'ullanuvchi sportchi.
Биатлинистка –	biatlonchi ayol.
Блокировка –	to'sqinlik qilish, to'sib qo'yish.
Блокировка игрока –	o'yinchini to'sish.
Блокирование мяча –	to'pni to'sish.
Блокирующий игрок –	to'siq qo'yuvchi o'yinchi.
Бобслей –	bobsley, temir chanalarda tog'dan tez uchib tushish sporti.
Бодибилдинг –	bodibilding, qarshiliklar yordamida chiroyli qomatga va kuchli bo'lishga intiladigan sport turi.

Бой –	jang.
Боевой дух –	jangovor ruhiyat.
Боевая стойка –	jangovor holat.
Боевое действие –	jangovor harakat.
Бой с тенью –	soya bilan jang, bokschilar oynaga qarab o'z soyasi bilan harakat qiladilar.
Боковой удар –	yonlama zarba.
Боковой ход –	yonlama yurish.
Боковая линия –	yon chiziq.
Боковой бросок –	yon tarafga tashlash.
Боковой судья –	yon hakam.
Боковые движения –	yonlanma harakat.
Бокс –	boks.
Боксер –	boks bilan shug'ullanuvchi sportchi.
Боксерная груша –	noksimon anjom.
Боксерские перчатки –	bokschi qo'lqopi.
Боксерский ринг –	boks ringi, boks musobaqasi o'tkaziladigan to'rtburchak saxna.
Боксер левша(правша) –	chapaqay (o'naqay) bokschi.
Болельщик –	muxlis, ishqiboz.
Большой спорт –	kata sport.
Большой футбол –	kata futbol.
Бомбардир –	to'p urar
Борьба –	kurash.
Борьба вольная –	erkin kurash.
Борьба на поясах –	belbog'li kurash.
Борьба греко-римская –	yunon-rum kurashi.
Борьба национальная –	milliy kurash.
Борцовка –	kurashda oyoqqa kiyiladigan poyafzal.
Ботинка лижные –	chang'l poyafzali.
Ботинки хоккейные –	hokkeychi poyafzali.
Брасс –	brass, suzish usuli.
Брассист –	braschi,brass usulida suzuvchi sportchi.
Брассистка –	braschi ayol.

Бревно –	yakkacho'p sport gimnastikasida qizlar mashq bajarish uchun qo'llaniladigan anjom.
Бросок –	irg'itish, otish, tashlash.
Бросок в ворота –	darvozaga otish, tashlash.
Бросок мяча –	to'pni otish, tashlash.
Бросок от ворот –	darvozadan tashlash, otish.
Бросок вратаря –	darvozabonning tashlanishi, otilishi.
Бросок мяча в ворота –	to'pni darvozaga otish, tushirish.
Булава –	bulava, badiiy gimnastikada ishlatiladigan anjom.
Буллит –	bullit, jarima to'pi, hokkeyda darvozaga tayinlanadigan jarima otish to'pi.
Бутсы –	butsalar, futbolchi oyoqlariga kiyadigan poyafzal.
Быстрота –	tezlik, tezkorlik.
Быстрый прорыв –	tez yorib o'tish.
Быть в форме –	formada bo'lish.
Быт сильным (здоровым) –	kuchli (baquvvat) bo'lish.

- В -

Вариант –	tur, xil, tarz.
Вариант нападения (защиты) –	hujum (himoya) tarzi.
Ватерпол –	suv polyasi, suvda to'p bilan o'ynaladigan o'yin.
Ватерполист –	vaterpol bilan shug'ullanuvchi sportchi.
Ватерполистка –	vaterpolchi ayol.
Вбрасывание мяча (шайбы) –	to'pni (shaybani) o'yinga kiritish.
Введение мяча –	to'pni olib yurish, kuzatish.
Ведущая команда –	yetakchi jamoa.
Велиосипедный трек –	qattiq qoplamadan yasalgan maxsus sport inshooti.
Велогонка –	velopoyga, velosaped poygasi.
Велогонщик –	velopoygachi.
Велогонщица –	velopoygachi ayol.

Велопробег –	biror bir marosimga bag'ishlab uyushtirilgan poyga.
Велосипедный спорт –	velosaped sporti.
Вена –	qon tomiri.
Верхний угол ворот –	darvozaning yuqori burchagi.
Верховая передача мяча –	to'pni yuqoridan uzatish.
Вес –	vazn, og'irlik.
Вес человека –	odam vazni, og'irligi.
Весло –	eshkak, qayiqni harakatga keltiruvchi asbob.
Весовая категория –	vazn toifasi (boks, kurash, og'ir atletika sport turlarida).
Вести мяч –	to'pni boshqarish.
Ветеран –	faxriy.
Ветеран спорта –	sport faxriysi.
Взятие веса –	og'irlikni olish, ko'tarish.
Взятие ворот –	darvozani ishg'ol etish, to'pni kiritish.
Вид спорта –	sport turi.
Винтовка –	miltiq.
Виразж –	aylanma yo'l, burilish.
Витамин –	doridarmon.
Владение мячом –	to'pni egallash, nazorat qilish.
Вне игры –	o'yindan tashqari holat.
Внезапный гол –	to'satdan, kutilmaganda urilgan to'p.
Внимание –	diqqat.
Водная станция –	suv bekati.
Водные виды спорта –	suv sport turlari.
Водные дорожки –	suv yo'lakchalari.
Водный бассейн –	suv havzasi.
Волан –	volan, badminton o'yinida ishlatiladigan koptok.
Волевая подготовка –	irodaviy tayyorgarlik.
Волевые действия –	irodaviy harakatlar.
Волейбол –	Voleybol.
Вольная борьба –	erkin kurash.
Вольно –	erkin turish.
Вольные упражнения –	erkin mashqlar.

Вольный стиль	–	erkin usul, suzish usullaridan biri.
Восстановительный массаж	–	qayta tiklovchi uqalash.
Восстановительный период	–	tiklanish davri.
Восстановление	–	tiklanish (sportda shug'ullanishni to'xtatgandan so'ng tananing asta-sekin oldingi holatiga qaytishidir).
Восточные единоборства	–	sharqona yakka kurashlar (karate, aikido, taekvondo, ushu va boshqalar).
Вратарь	–	darvozabon.
Вратарьские перчатки	–	darvozabon qo'lqopi.
Врач команды	–	jamo'a shifokori.
Всадник	–	suvori, chavandoz, otliq.
Все стороннее развитие	–	har tomonlama rivojlanish.
Всемирная Универсиада	–	butun jahon Universiadasi.
Всемирная шахматная Олимпиада	–	butun jahon shoxmot Olimpiadasi.
Всемирный фестиваль молодежи студентов	–	yoshlar va talabalar butun jahon festivali.
Встать	–	turmoq.
Встреча	–	uchrashuv.
Встречный удар	–	qarshi zarba.
Второе дыхание	–	ikkinchi nafas (o'lik holat).
Вход в воду	–	suvga kirish, botish. Suvga sakrash sporti, sportchining suvga kirishi.
Выбивание мяча	–	to'pni urib chiqarish.
Выбор	–	tanlov.
Выбор места	–	joy tanlash.
Выбор позиции	–	holat tanlash.
Выбывший из игры	–	o'yindan chiqqan tark etgan.
Выиграш	–	yutuq.
Выйти в финал	–	finalga chiqish.
Выносливость	–	bardoshlilik, chidamlilik.
Высшая лига	–	oliy liga.
Высшая школа	–	oliy maktab.
Высшая школа сортивного мастерства	–	mahoratini oshirish oliy sport maktabi.
Высшие достижение	–	yuqori natija, ko'rsatkich.
Выход вратаря	–	darvozabonning chiqishi.

Выход игрока	–	o'yinchining chiqishi.
Вышка	–	minora
Вышка для прыжков в воду	–	suvga sakrash minorasi.
Вялость	–	bo'shashish, holsizlanish.

- Г -

Газон	–	chim, maysa.
Галоп	–	gallop, sakrab chopish, ot musobaqalarida uchraydigan harakat.
Гамбит	–	gambit, shoxmot o'yinida tezroq hujumga o'tish uchun biror bir donani qurbon qilib, o'yin boshlash.
Гандбол	–	gandbol, qo'l to'pi.
Гантель	–	gantel, tosh (odamni mushaklarini o'stirish uchun ishlatiladigan maxsus temir anjom).
Гетры	–	getri, oyoqlarni to'piqdan tizzagacha bekitib turuvchi paypoq.
Гибкость	–	egiluvchanlik.
Гибкость борца (футболиста)	–	kurashning (futbolchining) egiluvchanligi.
Гимн	–	madhiya.
Гимнаст	–	gimnastika bilan shug'ullanuvchi sportchi.
Гимнастика	–	gimnastika (umumiy jismoniy rivojlanish mashqlar yig'indisi).
Гимнастический снаряд	–	gimnastika anjomi.
Гимнастка	–	gimnastikachi ayol.
Гиревик	–	tosh ko'taruvchi, tosh bilan mashq bajaruvchi sportchi.
Гиря	–	tosh.
Гит	–	git, velosport va ot sportida qisqa masofaga yurish, yugurish.
Гит с места	–	turgan joydan haydab ketish.
Гит сходу	–	to'satdan haydab ketish.
Главная судейская коллегия	–	hakamlar bosh hay'ati.
Главный претендент	–	asosiy da'vogar.
Главный приз	–	bosh sovrin.

Главный секретарь	–	bosh kotib.
Главный судья	–	bosh hakam.
Главный судья соревнований	–	musobaqa bosh hakami.
Главный тренер	–	bosh murabbiy.
Гол	–	gol, darvozaga kiritilgan to'p, shayba.
Гол в свои ворота	–	o'z darvozasiga kiritilgan to'p.
Гол из положения вне игры	–	o'yindan tashqari holatdan kiritilgan to'p.
Гол с одиннадцати метровый отмерки	–	11 metrli masofadan urilgan to'p.
Гол с углового удара	–	darvozaga burchakdan tepib kiritilgan to'p.
Гол со штрафного удара	–	jarima zarbasidan kiritilgan to'p.
Голевой момент	–	to'p kiritish uchun qulay fursat.
Голкипер	–	darvozabon.
Гольф	–	golf, uchi qayirilgan yog'och va to'p bilan o'ynaladigan sport o'yini.
Гонки	–	po'uga.
Гостевая игра	–	mehmondagi o'yin.
Гость	–	mehmon.
Государственный гимн	–	davlat madhiyasi.
Градусник	–	harorat o'lchagich.
Грамота	–	yorliq.
Гроссмейстер	–	groysmeystr, shoxmot sportchilariga beriladigan eng oliy unvon.
Грубая игра	–	qo'pol o'yin.
Группа	–	guruh.
Группа здоровья	–	salomatlik guruhi.
Группа общефизической подготовки	–	umumiy jismoniy tayyorgarlik guruhi.
Группировка	–	jamlash, to'plash.

- Д -

Дальнозоркость	–	uzoqni ko'ruvchi.
Дальность	–	uzoqlik.
Дальний удар (бросок) мяча	–	uzoqdan to'pni tashlash.

Дарст –	darst, uchli nayzani nishonga qo'l bilan otish, o'yinni XIX asrda Angliyada tarqalgan.
Двигаться –	harakat qilish, qo'zg'almoq, harakatlanish.
Двигаться вперед (назад) –	oldinga (orqaga) harakat qilish.
Движение –	harakat.
Движение вольное –	erkin harakat.
Движение вперед (назад) –	oldinga (orqaga) harakat.
Движение круговые (вольные) –	aylanma, erkin harakat.
Движение легкое –	oson harakat.
Движение отступательное (наступательное) –	cheklanuvchi (hujum qiluvchi) harakat.
Движение произвольные –	ixtiyoriy harakat.
Движение резкое –	keskin harakat.
Движение тела –	gavda, tana harakati.
Движение ускоренное –	tezlanish harakat.
Движение человека –	inson harakati.
Двоеборье –	ikki kurash (ikki kurash turini o'z ichiga olgan musobaqa).
Двоеборье горнолыжное –	tog' chang'l ikki kurashi.
Двойка без рулевого –	boshqaruvchisiz juft qayiqchi.
Двойка с рулевым –	boshqaruvchi juft qayig'i.
Двойное ведение мяча –	to'pni ikki marta ushlab yerga urish holati.
Двойное нападение –	qo'sh hujum.
Двойное сальто –	qo'sh aylanish (gimnastika akrobatika mashqlari).
Двойной бросок –	qo'shaloq tashlash, otish.
Двойной удар –	qo'sh zarba.
Двойной финт –	ikki harakatli chalg'itish.
Двойной шаг –	qo'sh qadam.
Двойной шах –	ikki yoqlama kish berish (shoxmotda).
Дворец спорта –	sport saroyi.
Двухкратный чемпион –	ikki karra champion.
Двурядный –	ikki qatorli.
Двухходовка –	ikki yurishli (shoxmotda).
Двухшеренговый строй –	ikki qator saf.
Дебют –	debyut, shoxmot o'yinini boshlanishi.
Дебютант –	ilk bor musobaqada qatnashgan sportchi.

Девятка	-	darvozaning yuqori burchagi.
Действие	-	harakatlar.
Действие игрок а	--	o'yinchining harakatlari.
Десятиборье	-	o'n kurash (yengil atletika).
Детская спортивная школа	-	bolalar sport maktabi.
Детская форма	-	bolalar kiyimi.
Детский спорт	-	bolalar sporti.
Детский тренер	-	bolalar murabbiysi.
Дзюдо	-	dzyu-do (yaponcha milliy kurash).
Диета	-	parhez.
Диктор	-	suhandon.
Динамо	-	"Dinamo" (jismoniy madaniyat va sport jamiyati 1923 yil tashkil topgan).
Диплом	-	diplom (erishilgan yutuqlar uchun beriladigan I, II, III darajali diplomlar).
Диск	-	gardish, lapak (yengil atletikada ishlatiladigan anjom).
Дискабол	-	lapak uloqtiruvchi sportchi.
Дискаболка	-	lapak uloqtiruvchi sportchi ayol.
Дисквалификация	-	chetlatish.
Длина шага	-	qadam uzunligi.
Длинна	-	uzunlik.
Длинный пас	-	uzoqqa to'p uzatish.
Дневник	-	kundalik.
Дневник соревнований	-	musobaqalar kundaligi.
Добавочное время	-	qo'shimcha vaqt.
Дозаявка	-	qo'shimcha talabnoma.
Дозировка	-	me'yorlash.
Доигрование	-	tugallangan o'yinning davom ettirilishi.
Допинг	-	doping (kuch, g'ayratni sun'iy yo'l bilan oshiruvchi modda).
Допинг контроль	-	doping nazorati tekshiruvi.
Дополнительное время	-	qo'shimcha vaqt.
Допуск	-	ruxsat berish.
Допустить ошибку	-	hatoga yo'l qo'ymoq.

Досрочная победа	–	muddatidan oldin g'alabaga erishish.
Дримблинг	–	to'p bilan yakka o'ynash mahorati.
Дуэт	–	juftlik.
Дыхательные упражнения	–	nafas olish mashqlari.
Дыхательный цикл	–	Nafas olish davrasi.
Дыхательная гимнастика	–	nafas olish gimnastikasi.
Дыхательная система	–	nafas olish tartiboti.
Дыхательный центр	–	nafas markazi.

- Е -

Европейская школа футбола	–	evropa futbol maktabi.
Единоборство	–	yakka kurash.
Езда	–	yurish, haydash.
Езда верхом	–	otda yurish.
Езда по кругу	–	doira bo'ylab yurish.
Ехат по левой стороне	–	chap tomondan yurish.
Ехать на велосипеде	–	velosepetda uchish.
Ехать по правой стороне	–	o'ng tomondan yurish.

- Ж -

Желтая карточка	–	sariq kartochka.
Женская футбольная команда	–	ayollar futbol jamoasi.
Женский футбол	–	ayollar futboli
Жердь для брусьев	–	brusiyalar uchun yog'ochlar (gimnastika anjomi bir turi).
Жеребенок	–	toy, toycha.
Жеребьевка	–	qur'a tashlash.
Жертва	–	qurbon (shoxmotda).
Жесткая игра	–	keskin o'yin.
Живая стенка	–	jonli devor (futbolchilardan tuzilgan to'pni to'sish uchun jonli devor).
Жизненная емкость (ЖЕЛ)	–	o'pkaning tiriklik sig'imi.
Жим	–	kuch bilan ko'tarish.
Жим лежа	–	yotgan holda ko'tarilish.
Жим, стоя одной (двумя) руками	–	turgan holda bir (ikki) qo'l bilan ko'tarilish.

Жокей	–	chavandoz.
Жонглирование мячом	–	to'p bilan o'ynash (to'ni yerga tushirmasdan).
Жюри	–	hakamlar hay'ati.

- 3 -

«Золотая бутса»	–	“Oltin butsa” (bu sovrin eng ko'p to'p kiritgan futbolchiga beriladi).
«Золотая шайба»	–	“Oltin shayba” (butun ittifoq ko'ngilli yoshlar hokkey uyushmasi. 1964 yil tashkil topgan).
«Золотой мяч»	–	“Oltin to'p” (bu sovrin Evropaning eng yaxshi futbolchisiga beriladi).
Забег	–	chopish, yugurish (musobaqasi).
Забить	–	kiritmoq.
Забить мяч	–	to'p kiritish.
Завершающий удар	–	hal qiluvchi zarba.
Завязывание пояса	–	belbog' bog'lash.
Загиб	–	bukish, egish.
Задание	–	topshiriq.
Задержка	–	to'xtatib turish, ushlab turish.
Задержка времени	–	vaqtni cho'zish.
Задержка игрока	–	o'yinchini ushlab qolish.
Задержка игры	–	o'yinni cho'zish.
Задний игрок	–	orqadagi o'yinchi.
Заезд	–	chiqish, kelish.
Закаливание	–	chiniqtirish.
Заключительный матч	–	yakunlovchi o'yin.
Заключительный счет	–	yakuniy hisob.
Замах	–	siltash.
Замена	–	almashtirish.
Замечание	–	tanbex.
Замыкания	–	ulanish.
Замыкающий	–	oxirgi.
Запасной	–	zaxiradagi.
Запасной игрок	–	zaxiradagi o'yinchi.

Запрещённые средства –	taqiqlangan vositalar.
Запрещённый удар –	man qilingan zarba.
Зарядка –	badan tarbiya.
Заслон –	to'siq.
Заслужанный мастер спорта –	hizmat ko'rsatgan sport ustasi.
Заслужанный тренер –	hixmat ko'rsatgan murabbiy.
Защита –	himoya.
Защитник –	himoyachi.
Заявить участника –	ishtirokchini bayon qilish.
Заявка –	talabnoma.
Звание –	unvon.
Звезда футбола –	futbol yulduzi.
Здоровье –	sog'liq, salomatlik.
Здоровье спортсмена –	sportchining sog'lig'i, salomatligi.
Зеленое поле –	yashil maydon.
Зимний стадион –	qishgi o'yingoh.
Зимняя спартакиада –	qishki spartakiada.
Знаток –	bilimdon, mohir.
Знаток футбола –	futbol bilimdoni.
Значок –	nishon.
“Золотая богиня” –	“Oltin ma'buda” (Jahon futbol chempionatida birinchi o'rin olgan terma jamoaga beriladigan sovrin).
Золотая медаль –	oltin medal.
Зона –	hudud, mintaqa
Зональные соревнования –	mintaqaviy musobaqa.
Зонная защита –	mintaqaviy himoya (hududiy himoya).
Зритель –	tomoshabin, muhlis.

- И -

Игра –	o'yin.
Игра в атакующем стиле –	hujumkor o'yin.
Игра в квадрате –	kvadratda o'yin.
Игра в одни ворота –	bir darvoza tomonda o'yin.

Игра в одно касание	–	bir tegish o'yini.
Игра в середине поля	–	maydon o'rtasidagi o'yin.
Игра в стенку	–	to'pni sherigiga uzatib, yana tez qaytarib olish.
Игра головой	–	bosh bilan o'ynash.
Игра двухсторонняя	–	ikki taraflama o'yin.
Игра командная	–	jamoali o'yin.
Игра контрольная	–	sinov o'yini, tekshiruv o'yini.
Игра массовая	–	ommaviy o'yin.
Игра на выезде	–	safardagi o'yin.
Игра на мяч	–	to'pga o'ynash.
Игра на своем поле	–	o'z maydonida o'yin.
Игра на чужом поле	–	raqib maydonidagi o'yin.
Игра одиночная	–	yakka o'yin.
Игра опасная	–	havfli o'yin.
Игра парная	–	juftli o'yin.
Игра подвижная	–	harakatli o'yin.
Игра показательная	–	ko'rgazmali o'yin.
Игра спортивная	–	sport o'yini.
Играющий тренер	–	o'ynovchi murabbiy.
Игровая обстановка	–	o'yin sharoiti.
Игровая ситуация	–	o'yin vaziyati.
Игровое время	–	o'yin vaqti.
Игровое поле	–	o'yin maydoni.
Игровое преимущество	–	o'yindagi ustunlik.
Игровой опыт	–	o'yin tajribasi.
Игровые приемы	–	o'yin usullari
Игрок	–	o'yinchi.
Игрок высокого класса	–	oliy darajali o'yinchi, mohir o'yinchi.
Игрок задней (передней) линии	–	orqa (oldi) chiziqdagi o'yinchi.
Игрок команды	–	jamoalari o'yinchisi.
Игрок основного состава	–	asosiy tarkibdagi o'yinchi.
Игрок сборной команды	–	terma jamoa o'yinchisi.
Игры доброй воли	–	yaxshi niyat o'yinlari.
Избранный вид спорта	–	tanlangan sport turi.
Измерение дистанции	–	masofani o'lchash.

Измерение результата	–	natijani o'lchash.
Измерительная лента	–	o'lchav tasmasi.
Индивидуальная игра	–	shaxsiy, yakkaxon o'yin.
Индивидуальная тактика	–	shaxsiy taktika.
Индивидуальные шоссейные гонки	–	shaxsiy yo'l poygasi.
Институт	–	oliygoh, oliy bilim dargohi.
Инструктор	–	yo'riqchi.
Инструктор по спорту	–	sport yo'riqchisi.
Инструктор по туризму	–	turizm yo'riqchisi.
Инструкция	–	yo'riqnoma.
Интервал	–	oraliq.
Интервал дистанции	–	masofa oralig'i.
Интервальный бег	–	masofa saqlab yugurish.
Информатор	–	axborotchi.
Ипподром	–	otchopar.
Искусственное дыхание	–	sun'iy nafas.
История спорта	–	sport tarixi.
Исход матча	–	o'yin natijasi.
Исходное положение	–	dastlabki holat.
Итоговая таблица	–	yakuniy jadval.
Итоговый протокол	–	yakuniy qaydnoma.
Итоговое положение команды	–	jamoaning yakuniy holati.

- К -

Калория	–	issiqlik miqdorining o'lchov birligi.
Канат	–	arqon.
Кандидат	–	nomzod.
Каное	–	Kanoe, bitta kurakli yengil sport qayig'i.
Капа	–	tishlarni zarbalardan saqlash uchun ishlatiladigan moslama.
Капитан команды	–	jamoja sardori.
Каратэ	–	Karate, yunoncha yakka kurashning bir turi.

Каска –	dubildig'a (sport o'yinlarida boshga kiyiladigan qalpoq).
Катание –	muzda uchish.
Катание на коньках –	yax toygichida uchish.
Катание на роликах –	rolikda uchish (kichkina g'ildirak o'rnatilgan poyavzal).
Катание одиночное –	yaxmalakda yakkaxon uchish.
Катание парное –	yaxmalakda juftlikda uchish.
Катание произвольное –	yaxmalakda erkin uchish.
Каток –	muz maydonchasi.
Каток искусственный –	sun'iy muzlatilgan yaxmalak maydonchasi.
Качество игры –	o'yin saviyasi.
Квалификационные соревнования –	darajalar talabalarini bajarish musobaqalari.
Кегли –	kegli, zoldir bilan dumalatib har xil sipoxlarni yiqitish o'yini.
Кеды –	yengil oyoq kiyim.
Керлинг –	kyorling, muz ustida o'ynaladigan sport o'yini.
Кетч –	ketch, yaponcha kurash turi.
Кий –	kiy, bilyard o'yinida o'ynaladigan maxsus uzun tayoq.
Кисть –	panja.
Классификация –	tasnif (sportchilarning maxorati va malakasiga qarab shu darajalar uchum me'yorlar belgilash).
Клюшка –	klyushka, uchi egilgan tayoqcha.(xokkeyda)
Книга рекордов –	yuqori ko'rsatkichlar kitobi.
Ковёр –	gilam.
Ковёр для борьбы –	kurash gilami.
Ковёр для вольных упражнений –	erkin mashqlar uchun gilam.
Кожаные перчатки –	charm qo'lqoplar.
Кожаный мяч –	charm to'p.
Колесо –	g'ildirak.
Колонна –	shug'ullanuvchilar bir-birlarini orqasida turib joylashgan saf.
Команда –	jamoa.
Команда гостей –	mehmonlar jamoasi.

Команда мужская (женская)	–	erkaklar (ayollar) jamoasi.
Команда противника	–	raqib jamoasi.
Командные соревнования	–	jamoaviy musobaqalar.
Командный результат	–	jamoaviy natija.
Командовать	–	boshqarish, buyruq berish.
Команды строевые	–	saflanish buyruqlari.
Комбинированная атака	–	aralash hujum.
Комбинированная эстафета	–	aralash estafedasi.
Комментатор	–	sharxlovchi.
Комплекс утренней гимнастики	–	ertalabki gimnastika yig'indisi.
Комплексное плавание	–	turlicha suzish.
Конечное положение	–	so'ngi holat.
Конная скачка	–	ot poygasi.
Конник	–	chavandoz.
Конное снаряжение	–	ot anjomlari.
Конный спорт	–	ot sporti.
Контр захват	–	ushlovga qarshi kurash.
Контратака	–	qarshi hujum.
Контроль времени	–	vaqtni nazorat qilish.
Контрольная отметка	–	tekshiruv belgisi (yengil atletika).
Контрольное взвешивание	–	vaznni tekshirish.
Контрольное упражнение	–	tekshirish mashqlari.
Контрольные испытания	–	tekshirish sinovi.
Контрпиём	–	qarshi usul.
Концовка	–	oxiri.
Конь	–	eshkak ot (gimnastika anjomi).
Конь	–	ot (gimnastika anjomi).
Конь для махов	–	oyoq siltash oti.
Конь для прыжков	–	sakrash oti.
Коньё	–	nayza.
Коньёметатель	–	nayza uloqtiruvchi.
Коньки	–	muz toyg'ich.
Конькобежец	–	muz ustida yaxmalak uchuvchi sportchi.
Конькобежные соревнования	–	muz toyg'ich musobaqasi.
Конькобежный спорт	–	muz toyg'ich sporti.

Королева –	farzin (shoxmot donasi).
Королевская пешка –	shox piyodasi (shoxmot donasi).
Король –	shox (shoxmot donasi).
Корона –	toj.
Коронный прием –	hos usul.
Корт –	ko'rt, tennis maydonchasi.
Крикет –	kriket, to'p va urgich bilan o'ynaladigan o'yin.
Кровообращение –	qon aylanishi.
Кровотечение –	qon oqishi.
Кровяное давление –	qon bosimi.
Крокет –	kroket, zoldir va yog'och bilan o'ynaladigan sport turi.
Кроль –	suzish sportining bir turi, ko'krak va orqada yotgan holda suzish.
Кросс –	kross, yengil atletika sport turida past va baland joylarda yugurish.
Кроссмен –	kross musobaqalarining ishtirokchisi.
Кроссовка –	sportchining maxsus oyoq kiyimi.
Круг –	davra, doira.
Круг почета –	hurmat davrasi.
Круглый стэнд –	dumaloq stent (miltiq otish sporti).
Круговая система –	aylanma tizim.
Круговые движения –	aylanma harakatlar.
Кругом марш! –	aylanib yuring!
Кругом! –	aylaning!
Кубок –	sovrin.
Кувырок –	umbaloq oshish.
Кувырок вперед (назад) –	oldinga (orqaga) umbaloq oshish.
Кулачный бой –	mushlashish jangi.
Культура поведения –	hulq madaniyati.
Культура спорта –	sport madaniyati.
Культура человека –	odam madaniyati.

- Л -

Ладья	–	rux (shoxmot donasi).
Лазание	–	tirmashib chiqish.
Лазание в два (в три) приема	–	ikki (uch) harakat ustida tirmashib chiqish.
Лазание по канату	–	arqonni ushlab tirmashib chiqish.
Левша	–	chapaqay.
Легкая атлетика	–	yengil atletika.
Легкие	–	o'pka.
Легкий бег	–	yengil yugurish.
Легкий вес	–	yengil vazn.
Легчайший вес	–	eng yengil vazn.
Лежа	–	yotgan holda.
Лежа на боку	–	yonbosh bilan yotish.
Лежа на животе (на спине)	–	qorinda (chalqancha) yotish.
Лежа прогнувшись	–	kerishib yotish.
Лента	–	tasma.
Лента финиша	–	marra tasmasi.
Лестница	–	narvon, zinapoya.
Лестница веревочная	–	arqonli narvon.
Лестница гимнастическая	–	gimnastika narvoni.
Лечебная физическая культура	–	davolash jismoniy madaniyati.
Лидер	–	yetakchi, peshqadam.
Лидер атаки	–	yetakchi hujumchi.
Лидер группы	–	guruh peshqadami.
Лидерование	–	peshqadamlik, yetakchilik qilmoq.
Лидирующая команда	–	yetakchi jamoa.
Лимит времени	–	belgilangan vaqt miqdori.
Линия боковая	–	yon tomondagi chiziq.
Линия ворот	–	darvoza chizig'i.
Линия задняя (передняя)	–	orqa (oldi) chiziq.
Линия защиты (нападения)	–	hujumchilar (himoyachilar) chizig'i.
Линия старта	–	boshlash chizig'i.
Линия строя	–	saflanish chizig'i.
Линия финиша	–	marra chizig'i.
Линия штрафного броска	–	jarima to'pini tashlash chizig'i.

Лицензия	–	litsenziya, ruxsatnoma.
Личная защита	–	shaxsiy himoya.
Личное первенство	–	shaxsiy birinchilik.
Лично-командное	–	shaxsiy, jamoaviy.
Личный результат	–	shaxsiy natija.
Лобовая атака	–	yuzma-yuz hujum.
Лобовой удар	–	yuzma-yuz zarba.
Ловкость	–	epchillik.
Ловля мяча	–	to'pni tutib olish.
Ловушка	–	tuzoq.
Лодка	–	qayiq.
Лодка гоночная	–	poyga qayig'i.
Лодка моторная	–	matorli qayiq.
Лодка спасательная	–	yordam qayig'i.
Ложная атака	–	soxta hujum.
Ложные движения	–	soxta harakat.
Ложный замах	–	chalg'ituvchi o'xtalish.
Ложный захват	–	chalg'ituvchi ushlar.
Ложный удар	–	chalg'ituvchi zarba.
Лошадиная скачка	–	ot poygasi.
Лошадь	–	ot.
Луза	–	luza, bilyard stolining teshigi.
Лучший игрок	–	eng yaxshi o'yinchi.
Лыжи	–	chang'i.
Лыжи беговые	–	poyga chang'isi.
Лыжи водные	–	suv chang'isi.
Лыжи горные	–	tog' chang'isi.
Лыжи для прыжков	–	sakrash chang'isi.
Лыжи для слалома	–	slalom chang'isi.
Лыжные ботинки	–	chang'l poyavzali.
Лыжные крепления	–	chang'l biriktiruvchi moslama.
Лыжные палки	–	chang'l tayoqchasi.
Лыжный костюм	–	chang'l kiyimi.
Лыжный поход	–	chang'l sayohati.
Лыжный спорт	–	chang'l sporti.

Любимый вид спорта	–	sevimli sport turi.
Любитель спорта	–	sport havaskori.
Любительский спорт	–	havaskorlar sporti.

- М -

Манеж	–	maydon. Maxsus jihozlangan maydon.
Марафонский бег	–	uzoq masafoga yugurish bo'yicha musobaqa (42 km 195 m).
Марш!	–	yuring! Bosing! Boshlang!
Маршировка	–	har xil shakllar yasab yurish
Маршрут	–	yo'nalish. Oldindan belgilab qo'yilgan borish yo'li. yurish.
Маска	–	niqob.
Маска вратаря	–	darvozabon niqobi (shaybali va to'pli xokkeyda).
Маска фехтовальная	–	qilichbozlik niqobi.
Массаж	–	uqalash.
Мастер	–	usta.
Мастер спорта	–	“sport ustasi”.
Мат	–	to'shak, sport anjomi.
Мат	–	mot (shoxmotda).
Матч	–	o'yin, uchrashuv.
Матч реванш	–	o'ch olish uchun jang, uchrashuv, o'yin.
Мах	–	siltov.
Мах на коне	–	otda siltanish.
Маховая нога	–	siltanuvchi oyoq. Siltanishni bajaradigan oyoq.
Маховые движения	–	siltov harakatlari. Tebratish harakati orqali bajarilgan mashqlar.
Маховый поворот	–	siltanib burilish. Siltab bajariladigan burilish.
Медаль	–	medal.
Медаль бронзовая	–	bronza medal.

Медаль золотая –	oltin medal.
Медаль серебрянная –	kumush medal.
Медицина –	tibbiyot.
Международная встреча –	xalqaro uchrashuv.
Международная федерация –	xalqaro uyushma, tashkilot.
Международные соревнования –	xalqaro musobaqalar.
Международный –	xalqaro.
Международный матч –	xalqaro o'yin.
Международный олимпийский комитет(МОК) –	Xalqaro Olimpiya Qo'mitasi (XOQ).
Международный турнир –	xalqaro turnir.
Метание –	uloqtirish.
Метание диска –	lappak uloqtirish.
Метка –	belgi, nishon.
Меткий –	mergan.
Меткий стрелок –	nishonni aniq oladigan mergan.
Мешок –	qop (boksda). Boks mashqlarida ishlatiladigan anjom.
Мешок-чучело –	qo'g'irchoq qop. Kurash mashg'ulotlarida ishlatiladigan anjom.
Мини-баскетбол –	kichik basketbol.
Мини-футбол –	kichik futbol. Mini-futbolda ikki bo'lim 30 daqiqadan o'ynaladi. O'yinchilar soni har bir jamoada 5 ta o'yinchi o'ynaydi.
Мировой рекорд –	jahon rekordi.
Мишень –	nishon, mo'ljal.
Мост –	ko'prik.
Мост на коленях –	tizzalarga tayanib ko'prik yasash.
Мост наклоном назад –	orqaga engashib ko'prik yasash.
Мостик для прыжка –	sakrash uchun moslangan prujinali ko'prik.
Мышца –	mushak.
Мяч –	to'p.

Мяч в игре	–	to'p o'yinda.
Мяч в не игры	–	to'p o'yindan tashqarida.

- Н -

Ноги вместе	–	oyoqlar juft holatda.
Ноги врозь	–	oyoqlar keng holatda.
На месте стой!	–	joyingizda to'xtang!
На месте шагом марш!	–	joyingizda qadam tashlang!
Набивной мяч	–	to'ldirilgan to'p. Ichiga paxta to'ldirilgan charim yoki sun'iy qoplamali to'p.
Навык	–	malaka.
Награда	–	mukofot.
Нагрузка	–	yuklama.
Наездник	–	chavandoz, ot mingan kishi, suvoriy.
Назад!	–	orqaga!
Наклон	–	engashish.
Наклон туловища	–	gavdani egilishi.
Налево!	–	chapga buriling!
Нападающий	–	hujumchi.
Нападающий удар	–	hujumkor zarba.
Нападение	–	hujum, hujum qilish.
Нападение на игрока	–	o'yinchiga hujum qilish.
Направляющий	–	boshlovchi, qatorda birinchi bo'lib turgan jamoa a'zosi.
Направо	–	o'nga burilish!
Нарушение правил	–	qoidani buzish.
Наскок	–	sakrash, tashlanish.
Настроение	–	kayfiyat.
Настроение спортсмена	–	sportchining kayfiyati.
Национальная сборная команда	–	Milliy terma jamoa.
Национальная федерация	–	Milliy uyushma, tashkilot.

Национальный Олимпийский Комитет (НОК) –	Milliy Olimpiya Qo'mitasi (MOQ) 1992 yil 21-yanvarda tashkil topgan.
Нейтральное поле –	betaraf maydon.
Нейтральный угол ковра –	gilamning betaraf burchagi.
Нейтральный угол ринга –	ringning betaraf burchagi.
Неоднократный чемпион –	bir necha bor champion.
Неподвижный мяч –	qo'zg'almas to'p.
Неподвижный снаряд –	qo'zg'almas uskuna, anjom.
Нервная система –	asab tizimi.
Нервные волокна –	asab tolalari.
Нервные окончания –	asab to'qimalari.
Нервный центр –	asab markazi.
Неточная передача –	noaniq uzatish.
Неудачная попытка –	natijasiz urinish, bexuda urinish.
Неявка –	kelmaslik, ishtirok etmaslik.
Нижняя баковая подача –	past-yondan to'pni urib o'yinga kiritish.
Нижняя передача –	to'pni pastdan uzatish.
Нижняя подача –	to'pni pastdan o'yinga kiritish.
Нижняя прямая подача –	pastdan to'pni to'g'ri urib o'yinga kiritish.
Низкий старт –	pastki start.
Ничья –	durang.
Нокаут –	nokaut. (Boksda)
Нокдаун –	nogdaun. (Boksda)
Ныряние –	sho'ng'ish.

- О -

Обвив –	chalish (kurashda).
Обводка –	chetlab, aldab o'tish.
Обгон –	o'zib ketish, oshib ketish.
Обман –	aldash, chalg'itish.
Обманное движение –	chalg'itish harakati.

Обмен веществ	–	moddalar almashuvi.
Обморок	–	xushdan ketish, behush bo'lib qolish.
Оборона	–	himoya, muhofaza.
Оборона свих ворот	–	o'z darvozasini himoya qilish.
Оборудование	–	jihozlar, uskunalar.
Обоюдные атаки	–	bir-biriga hujum qilish.
Обоюдный захват	–	bir-birini o'zaro ushlab (kurashda).
Обоюдный фол	–	ikki yoqlama fol (hato).
Обработка мяча	–	to'pni moslashtirish, to'p bilan ishlash.
Обратный захват	–	teskari ushlab.
Обруч	–	halqa, chamberak. (badiiy gimnastika mashqlarini bajarish uchun anjom).
Обтирание	–	artinish.
Обучение	–	o'rgatish, o'qitish.
Обхват	–	bag'riga bosish, quchoqlab olish.
Общая выносливость	–	umumiy chidamlilik.
Общая ёмкость лёгких (ОЁЛ)	–	o'pkaning umumiy sig'imliligi. Odamning maksimal nafas olgandan song o'pkadagi havo hajmi.
Общая физическая подготовка (ОФП)	–	Umumiy Jismoniy Tayyorgarlik (UJT).
Общеразвивающие упражнения	–	umumiy rivojlantiruvchi mashqlar.
Объём	–	hajm, sig'im.
Объём нагрузки	–	yuklama hajmi.
Объявление времени	–	vaqtni e'lon qilish.
Объявление результата	–	natijani e'lon qilish.
Обязательные упражнения	–	majburiy mashqlar.
Овладения мячом	–	to'pni egallash, qo'lga kiritish.
Одежда спортивная	–	sportchi kiyimi.
Одиннадцати метровая отметка	–	o'n bir metrli belgi.
Одиннадцати метровый штрафной удар	–	o'n bir metrdan tepiladigan jarima to'p.
Ожирение	–	semirish, gavnani yog' bosish.
Олимпиада	–	Olimpiada.

Олимпиец	–	olimpiyachi. Olimpiada o'yinlarida ishtirok etgan sportchi.
Олимпийская деревня	–	olimpiya o'yinchilari yashaydigan joy.
Олимпийская идея	–	olimpiya g'oyasi.
Олимпийская клятва	–	olimpiya qasami.
Олимпийские игры	–	Olimpiya o'yinlari
Олимпийский девиз	–	olimpiya shiori.
Олимпийский огонь	–	olimpiada olovi.
Олимпийский стадион	–	olimpiya o'yingohi.
Олимпийский факел	–	olimpiya mash'ali.
Олимпийский чемпион	–	olimpiya g'olibi.
Олимпийское движение	–	olimpiya harakat.
Опасная игра	–	havfli o'yin.
Опасное движение	–	havfli harakat.
Орган	–	a'zo.
Организм	–	vujud, tana, har qanday jon egasi.
Органы движения	–	harakat a'zolari.
Органы чувств	–	sezgi organlari.
Осанка	–	qaddi-qomat.
Основная гимнастика	–	asosiy gimnastika.
Основная стойка	–	asosiy, oddiy holat.
Основной игрок	–	asosiy o'yinchi.
Остановка	–	to'xtash.
Остановка боя	–	jangni to'xtatish (boksda).
Остановка игра	–	o'yinni to'xtatish (sport o'yinlarida).
Остановка мяча	–	to'pni to'xtatish.
Отбив	–	qaytarish, daf qilish.
Отбить атаку	–	hujumni qaytarish.
Отборочные соревнования	–	saralash musobaqalari.
Ответ	–	javob.
Ответный гол	–	javob to'pi.
Ответный удар	–	javob zarba.

Ответственные соревнования –	ma’suliyatli musobaqalar.
Открытая стойка –	ochiq holat, ochiq turish.
Открытие соревнований –	musobaqaning ochilishi.
Открытый бассейн –	ochiq suv havzasi.
Открыть счет –	hisobni ochish.
Отразить атаку –	hujumni qaytarish, daf etish.
Отразить штрафной удар, бросок –	jarima to’pini qaytarish.
Отскок –	sapchish, urilib qaytish.
Отскок мяча –	to’pning sapchishi, urilib qaytishi.
Отыграть мяч –	to’pni qaytarib olish.
Офсайд –	ofsayd (o’yindan tashqari holat).
Очки –	ko’zoynak.
Очко –	ochko, sport turlariga qarab beriladigan yutuq uchun ochkolar.

- П -

Палка –	tayoqcha.
Палка гимнастическая –	gimnastika tayoqchasi.
Парашют –	parashut, balandlikdan yerga tushish tezligini kamaytiruvchi moslama.
Парашютный спорт –	parashundan sakrash sporti turi.
Пари –	garov, baxs.
Парирование –	qaytarish, daf qilish.
Парирование удара –	zarbani qaytarish, daf qilish.
Парная –	juftlik.
Парная игра –	juftlik o’yin.
Пароль –	mahfiy so’z, buyum.
Партия –	bir o’yin, bir o’yin bo’limi.
Партнер –	sherik.
Парус –	yelkan.
Парусная гонка –	yelkanli poyga.
Парусник –	yelkanli kema.

Парусный спорт	–	yelkanli qayiq sporti.
Пас	–	uzatish, oshirish (to'pni).
Пасовать	–	uzatib berish. Sport o'yinlarida to'pni sherigiga uzatib berish.
Пат	–	pot (shaxmat o'yinida alohida durang holat).
Патрон	–	o'q (otish uchun moslangan o'q).
Пациент	–	mijoz.
Педагог	–	tarbiyachi, o'qituvchi, ustoz.
Педагогика	–	Pedagogika, tarbiya va ta'lim berish haqidagi fan.
Педагогика спорта	–	sport pedagogikasi.
Первая передача	–	birinchi uzatish. To'pni egallagandan keyin birinchi uzatish.
Первая половина игры	–	o'yinni birinchi yarimi.
Первенство	–	birinchilik.
Перебежка	–	yugurishni takrorlash.
Перевес	–	ustunlik, qoli baland.
Переворот	–	to'ntarish (yon tomonga, oldinga, orqaga).
Перегрузка	–	ortiqcha yuklanish.
Передача	–	oshirish, uzatish (to'pni, shaybani).
Передача мяча	–	to'p uzatish.
Передача эстафетной палочки	–	estafeda tayoqchasini uzatish.
Передвижение	–	yurish, siljish, harakat qilish.
Передвижение в строю	–	safda yurish, harakat qilish.
Переигровка	–	qayta o'ynash.
Перекат	–	dumalash.
Перекат в вперед (назад)	–	oldinga (orqaga) dumalash, oshish.
Перекладина	–	yakka cho'p.
Перелезание	–	tirmalashib o'tish.
Перелёт	–	uchib o'tish.
Перемах	–	siltanib o'tish.

Переплывание	–	suzib o'tish.
Переплыть озеро	–	ko'lni suzib o'tish.
Переползание	–	emaklab o'tish.
Перерыв	–	tanaffus.
Перерыв в игре	–	o'yindagi tanaffus.
Перестроение	–	qayta saflanish.
Перетягивание	–	tortish.
Перетягивание каната	–	arqon tortish.
Перехват	–	olib qo'yish, qo'lga tushirish, egallash.
Период	–	davr, bo'lim.
Период игры	–	o'yin bo'limi, davr.
Персональная защита	–	shaxsiy himoya.
Персональная опека	–	shaxsiy qo'riqlash.
Персональная ошибка	–	shaxsiy hato.
Персональное замечание	–	shaxsiy ogohlantirish.
Перспективный	–	kelajagi porloq, istiqbol.
Перспективный игрок	–	kelajagi porloq o'yinchi.
Перчатка	–	qo'lqop.
Петля	–	halqa.
Печень	–	jigar.
Пешечная атака	–	piyodalar hujumi.(shoxmotda)
Пешка	–	piyoda (shaxmatda eng kichik dona).
Пинг-понг	–	stol tennisi.
Питание	–	ovqatlanish.
Питательный пункт	–	ovqatlanish joyi.
Питьевой режим	–	suv tartibi. Suvni iste'mol qilishning foydali tartibi.
Плавание	–	suzish.
Плавки	–	kalta, tor tursik (suv sportlarida kiyiladigan sport kiyimi).
Плечо	–	yelka.
Пловец	–	suzuvchi.

Пловчиха	–	suzuvchi ayol.
Площадка	–	maydoncha.
Площадь ворот	–	darvoza maydoni.
Пляж	–	plyaj, daryo, ko'l, dengiz qirg'og'l (cho'milish, quyosh va havo nurlarini qabul qilish joyi).
Пляжный волейбол	–	plyaj voleyboli. (bu sport o'yini qum ustida o'ynaladi, odam soni 2 ga 2).
Победа	–	g'alaba, zafar.
Победитель	–	g'olib, yengib chiqqan.
Поворот	–	burilish.
Поворот туловища	–	gavda burulishi.
Повторная игра	–	takroriy o'yin.
Повторный удар	–	takroriy zarba.
Подача	–	uzatish (to'pni).
Подающий	–	uzatuvchi, kirituvchi.
Подающий мяч	–	to'pni o'yinga kirituvchi.
Подводный спорт	–	suv osti sporti.
Подготовительное упражнение	–	tayyorgarlik mashqlari.
Подготовка спортсмена	–	sportchini tayyorlash.
Подгруппа	–	kichik guruh.
Подножка	–	chalish, chalib yuborish.
Подсечка	–	chalib qo'yish (kurashda oyoq bilan chalib yiqitish).
Подстраховка	–	yordamga tayyor bo'lib turish.
Подтягивание	–	tortilish, ko'tarilish.
Подтягивание на перекладине	–	yakka cho'pda tortilish.
Подъём	–	ko'tarilish.
Поединок	–	o'zaro kurash, olishuv.
Поединок борцов	–	kurashchilar olishuvi.
Поза	–	tanlangan holat.
Позиционная борьба	–	qulay joy tanlash uchun kurash.
Позиция	–	vaziyat.

Показательный номер –	ko'rgazmali chiqish.
Поклонник –	muhlis, ishqiboz.
Поле –	maydon, dala.
Полевой игрок –	maydondagi o'yinchi.
Положение –	nizom.
Положение соревнований –	musobaqa nizomi.
Полу шпагат –	yarim shpagat.
Полузащитник –	yarim himoyachi.
Полуповорот –	yarim burilish (45 ° ga burilish).
Полуфинал –	yarim final.
Полшага –	yarim qadam.
Поперёк –	ko'ndalang.
Поражение –	mag'lubiyat.
Порядок игры –	o'yin tartibi.
Построение –	saflanish.
Построение в колонну –	kalonnaga saflanish. Bir-birining orqasidan turib saflanish.
Построения в шеренгу –	qatorga saflanish. Bo'y bo'yi bilan chap tomondan saflanish.
Пот –	ter.
Потеря –	yo'qotish, ajralish, marhum bo'lish.
Потеря мяча –	to'pni oldirib qo'yish, yo'qotish.
Потеря очка –	ochko yo'qotish, boy berish.
Поход –	safar.
Походный шаг –	oddiy qadam tashlash, yurish.
Почётное звание –	faxriy unvon.
Почётный –	faxriy.
Почки –	buyrak.
Пояс –	bel, belbog', kamar.
Правила –	qoida.
Правила игры –	o'yin qoidasi.
Праздник –	bayram, tantana.

Праздник спорта	–	sport bayrami.
Превосходство	–	ustunlik.
Предварительные игры	–	saralash o'yinlari.
Предварительный	–	saralash, dastlabki.
Предплечье	–	bilak.
Предупреждение	–	ogohlantirish.
Преимущество	–	ustunlik.
Претендент	–	davogar.
Приём	–	qabul, usul (sportda).
Приз	–	sovrin.
Призовое место	–	sovrinli o'rin.
Прикладное плавание	–	biriktirilgan suzish holati.
Прикладной	–	biriktirilgan, amaliy.
Прикладные упражнения	–	biriktirilgan mashqlar.
Присед	–	cho'kkayish.
Приседание	–	cho'kkayib o'tirib turish.
Приставной шаг	–	juftlama qadam.
Прицеливание	–	nishonga olish.
Пробег	–	poyga, kim o'zar.
Пробежка	–	ortiqcha qadam (basketbolda, qo'l to'pida).
Прогноз	–	oldindan aytib berish.
Продолжительность матча	–	o'yinga ajratilgan vaqt.
Проигранная игра	–	yutqazilgan o'yin.
Проиграть	–	yutkazish, yengilish.
Производственная гимнастика	–	ishlab chiqarish gimnastikasi.
Произвольная программа	–	ixtiyoriy dastur.
Произвольные упражнения	–	ixtiyoriy mashqlar.
Промах	–	hato.
Прорыв	–	yorib o'tish.
Протест	–	norozilik (yozma ravishda beriladi).
Противник	–	raqib, qarshi tomon.
Протокол	–	bayonnoma.

Протокол соревнований	–	musobaqa bayonnomasi.
Проход	–	o'tish, o'tish yo'li.
Проход слева (справа)	–	chap (o'ng) tomondan o'tish.
Прыжок	–	sakrash.
Прыжок в воду	–	suvga sakrash.
Прыжок в высоту	–	balandlikka sakrash.
Прыжок в длину с места (с разбега)	–	joyidan turib (yugurib kelib) uzunlikka sakrash.
Прыжок с шестом	–	langar bilan sakrash.
Прямо шагом марш!	–	olg'a yuring!
Прямой удар	–	to'g'ridan zarba berish.
Психологическая подготовка	–	ruhiy tayyorgarlik.
Психология	–	ruhiyat.
Психология спорта	–	sport psixologiyasi.
Пулевая стрельба	–	o'q otish (sport turi).
Пульс	–	tomir urish.
Пуля	–	o'q.
Пьедестал	–	shoxsupa.

- P -

Работа сердца	–	yurak ishlashi.
Работа способность	–	ish qobiliyati.
Работа способность сердца	–	yurak ish qobiliyati.
Работа способность физическая	–	jismoniy ish qobiliyati.
Равновесие	–	muvozanat.
Равновесие на левой (правой) ноге	–	chap (o'ng) oyoqda tik turib muvozanat saqlash.
Равновесие тела	–	tananing muvozanati.
Равномерно	–	birday, barobar, bir me'yorda.
Равномерность	–	bir tenglik, barobarlik.
Равняйсе!	–	tekislaning (tekislan).

Разметка –	belgilash.
Разметка дорожки –	yo'laklarni belgilash.
Разминка –	qizitish (sportda maxsus tanlangan jismoniy mashqlar yig'indisi).
Разминочные упражнения –	qizitish mashqlari.
Разница мячей –	to'plar nisbati, farqi.
Разомкнись! –	yoyiling!
Разомкнутый строй –	orasi ochiq saf.
Разряд –	daraja (sport turi bo'yicha beriladigan daraja).
Разрядник –	darajali sportchi.
Ракетка –	raketka, tennis o'yinlarida qo'llaniladigan anjom.
Рапира –	rapira, qilichbozlik musobaqasida ishlatiladigan sport quroli.
Рапирист –	qilichbozlik musobaqalarida tushadigan sportchi kishi.
Рапиристка –	sportchi ayol (qilichbozlik sportida).
Распорядок –	tartib.
Раунд –	bo'im (boks musobaqalarida ishlatiladigan ibora).
Реванш –	o'ch olish (yengish uchun takror uchrashuv).
Регби –	regbi, jamoali sport o'yin.
Регбист –	regbi o'yinchisi.
Резкий удар –	shiddatli zarba.
Результат –	natija, samara.
Рекорд –	record, sportda ko'rsatilgan eng yuqori natija.
Рекордный вес –	eng og'ir vazn (og'ir atletika sport turida eng og'ir shtangani ko'tarish).
Рефери –	hakam.
Решающий гол –	hal qiluvchi to'p.
Рикошет –	sapchib ketish.
Рикошет мяча –	to'pning sapchib ketishi.

Ритиул –	odat.
Ритм –	ritm, harakat bo'laklarining qiymatlari ritm deb ataladi.
Ритм движения –	harakat ritmi.
Ритмическая гимнастика –	ritmik gimnastikasi. (Sport gimnastikasining turlaridan biri).
Розыгрыш мяча –	to'pni o'yinga kiritish.
Ростомер –	bo'yni o'lchash anjomi.
Руки вверх –	qo'llar yuqoriga.
Руки вперед (назад, вниз, в стороны) –	qo'llar oldinga(orqaga, pastga, yon tomonlarga).
Руки за голову (за спину) –	qo'llar bosh orqasida (bel orqasida).
Рулетка –	ruletka, masofani o'lchash uchun moslangan asbob.
Рупор –	rupor, odam ovozi kuchaytiradigan texnik moslama.
Ручной мяч –	qo'l to'pi ("Gandbol").
Рывок –	siltab, zo'r berib harakat qilish.
Рюкзак –	halta, turistlar va alpinistlar ishlatadigan qop, halta.

- С -

Сабля –	qilich, kesadigan va sanchiydigan sport quroli.
Садись! –	O'tiring!
Сальто –	salto, sakrab havoda oyoqni bosh tomondan oshirib, yerga oyoq bilan tushish mashqi.
Сальто в перед (назад) –	oldinga (orqaga) salto. Tik turgan holatdan yuqoriga siltab sakrab orqa, oldiga aylanib bajarish.

Самбист –	sambochi. Sambo kurash turi bilan shug'ullanuvchi odam.
Самбистка –	sambochi ayol.
Самбо –	sambo, kurash turi.
Само страховка –	o'zini ehtiyotlash.
Санний спорт –	chana sporti.
Сауна –	hammom. Sportda kuchni tiklash, hordiq chiqarish maqsadida foydalaniladigan hammom.
Сборная команда –	terma jamoa.
Сборный –	terma.
Сборы –	yig'in (musobaqadan oldin o'tkaziladigan o'quv mashg'ulotlari).
Свободный удар –	erkin zarba (erkin to'p tepish futbolda).
Сгибание рук (ног) –	qo'llarni (oyoqlarni) bukish.
Сгонка веса –	vaznni kamaytirish.
Сед –	o'tirish. Oyoqlarni to'g'ri tutib o'tirish holati.
Секундант –	maslahatchi, maslahat beruvchi. (Boks, kurash sport turlarida).
Секундомер –	sekundomer, vaqt oralig'ini soniya bilan o'lchaydigan asbob.
Секция –	to'garak.
Секция по видам спорта –	sport turlari bo'yicha to'garak.
Сердечно сосудистая система (С.С.С) –	yurak qontomir tizimi (YQT).
Сердечный толчок –	yurak urushi, turtkisi.
Сердечный цикл –	yurak sikli. Yurakning qisqarish va bo'shashish davri.
Сердце –	yurak.
Сетка –	to'r. sport o'yinlarida ishlatiladigan anjom (basketbol, futbol, tennis).
Сила –	kuch.

Сила внутренняя (внешняя) –	ichki (tashqi) kuch.
Сила динамическая (статическая) –	dinamik (statik) kuch.
Сила тяжести –	og'irlik kuchi.
Силач –	polvon, baquvvat, kuchli odam.
Система игры –	o'yin tizimi, tartibi.
Система розыгрыша –	musobaqa o'tkazish tizimi, tartibi.
Система физического воспитания –	jismoniy tarbiya tizimi.
Ситуация –	ahvol, vaziyat.
Скакалка –	arg'imchoq. Sakrash uchun mo'ljallangan uzun yoki kalta arqon.
Скалолаз –	qoyagir, qoyaga chiquvchi odam.
Скалолазание –	qoyaga chiqish sporti.
Скамейка –	kursi.
Скамейка запасных –	zaxiralar kursisi.
Скачки –	ot poygasi.
Скачок –	sapchib sakrash.
Скорость –	tezlik.
Скорость бега –	yugurish tezligi.
Скорость плавания –	suzish tezligi.
Скорость прыжка –	sakrash tezligi.
Слалом –	slalom. Chang'ida balandlikdan uchib tushish sport turi.
Слон –	fil, sipoh (shoxmot donasi).
Смелость –	botirlik.
Смена сторон –	tomonlarni almashtirish.
Смешанный –	aralash.
Смешенная пара –	aralash juftlik (akrobatikada, tennisda).
Смирно! –	rostlaning!
Снайпер –	mergan.
Совершенствование –	mukammallashtirish.
Согнут ноги –	oyoqlarni bukish.
Согнуть руки –	qo'llarni bukish.

Сомкнись! –	jamlaning! Yig'iling!
Сомкнутый строй –	zich saf.
Соотношение мячей –	to'plar nisbati.
Соперник –	raqib.
Соревнование –	musobaqa.
Соревновательный метод –	musobaqa usuli.
Соскок –	sakrab tushish.
Соскок вперед (назад) –	oldinga (orqaga) sakrab tushish.
Соскок прогнувшись –	bukilib sakrab tushish.
Соскок углом –	burchakli sakrab tushish.
Сосуды –	tomirlar.
Спарринг –	sparring, (Boks, kurash turlarida erkin kurash, jang o'tkazish).
Спарринг партнер –	sparring sherik.
Спартакиада –	Sportning bir necha turlarini o'z ichiga olgan musobaqa.
Спасатель –	qutqaruvchi.
Специализация –	ixtisoslanish, ixtisoslashtirish. Sportda tanlagan biron bir sohani chuqur o'rganish.
Специальная способность –	maxsus qobiliyat.
Специальная физическая подготовка –	maxsus jismoniy tayyorgarlik.
Спорт –	sport.
Спортивная медицина –	sport tibbiyoti.
Спортивная площадка –	sport maydonchasi.
Спортивная тактика –	sport taktikasi.
Спортивная техника –	sport texnikasi.
Спортивная тренировка –	sport mashg'uloti.
Спортивная федерация –	sport federatsiyasi.
Спортивная форма –	sport kiyimi.
Спортивная честь –	sport sharafi.
Спортивное звание –	sport unvoni.
Спортивное мастерство –	sport mahorati.

Спортивные игры –	sport o'yinlari.
Спортивный инвентарь –	sport anjomlari (uskunalari, asboblari).
Спортивный календарь –	sport kalendari, jadvali.
Спортивный праздник –	sport bayrami.
Спортсмен –	sportchi.
Спортсменка –	sportchi ayol.
Спринт –	qisqa masofaga yugurish.
Спринтер –	qisqa masofaga yuguruvchi sportchi.
Спринтерская гонка –	qisqa masofali poyga.
Спринтерская дистанция –	qisqa masofa.
Средняя дистанция –	o'rta masofa.
Стадион –	o'yingoh.
Стайер –	uzoq masofaga yuguruvchi odam.
Стайерская дистанция –	uzoqqa yugurish masofasi.
Становись! –	saflanish!
Старт –	start.
Стартёр –	startyor. Start beruvchi hakam.
Стартовая колодка –	start tirgagi. Start olganda oyoqlarni tirab turadigan moslama(yengil atletika).
Стартовая линия –	start chizig'i. start beriladigan chiziq.
Старший судья –	katta, bosh hakam.
Стиль –	uslub.
Стой! –	to'xtang! To'xta!
Стойка –	tik holat, tik turish.
Стойка борца (боксера) –	kurashchining (bokschining) tik turish holati.
Стойка основная –	asosiy turish, asosiy holat.
Страховка –	ehtiyotlash (sportchi mashq bajarayotganida unga yordam berishga tayyor turish).
Стрелок –	mergan.
Стрельбище –	otish joyi.
Строевой шаг –	saf qadami, shaxdam qadam.

Строевые упражнения –	saf mashqlari. Safda turgan joyda bajariladigan mashqlar.
Строевым шагом марш! –	shaxdam qadam bosing!
Строй –	saf.
Сударга –	tomir tortishish.
Судейский коллегия –	hakamlar hay'ati.
Судейский свисток –	hakamlik hushtagi.
Судейство –	hakamlik.
Судья –	hakam.
Судья на ковре –	gilamdagi hakam.
Судья на поле –	maydondagi hakam.
Сумо –	sumo. Yaponcha milliy kurash.
Сустав –	bo'g'im.
Счет –	hisob.

- Т -

Таблица рекордов –	rekordlar jadvali.
Таблица соревнований –	musobaqalar jadvali.
Таблица чемпионата –	championat jadvali.
Табло –	tablo (habar taxtasi). Sport musobaqalari borishi haqidagi habar, ma'lumot beradigan habar taxtasi.
Тайм –	bo'lim, qism.
Тайм-аут –	taym-aut. Tanaffus.
Талант –	iste'dod.
Татами –	tatami, kurash gilami.
Темп –	tezlik darajasi, sur'at.
Темп боя –	jangning sur'ati.
Темп движения –	harakat sur'ati.
Температура –	harorat.
Температура тела –	tana harorati.
Теннис –	tennis (sport o'yini).

Теннис мужской (женский) –	erkaklar (ayollar) tennis.
Теннисист –	tennisch.
Теннисистка –	tennis o'ynaydigan ayol.
Теоретическая подготовка –	nazariy tayyorgarlik.
Терминология –	atama.
Техника метания –	uloqtirish texnikasi.
Техника удара –	zarba berish texnikasi.
Техническая ошибка –	texnikaviy hatolik.
Технический футболист –	mohir futbolchi.
Тир –	tir. (o'q otish uchun qurilgan maxsus jihozlangan joy).
Титул –	unvon.
Толчок –	turtki, turtish.
Традиционные соревнования –	an'anaviy musobaqalar.
Традиционный –	an'anaviy.
Традиция –	an'ana.
Трамплин –	sakragich, (sportchilarni sakrash kuchini oshiradigan moslama).
Трамплин гимнастический –	gimnastika sakratgichi.
Трамплин для прыжков в воду –	suvga sakrash sakratgichi.
Трасса –	yo'l (musobaqalar o'tkazish uchun belgilab qo'yilgan joy).
Трек –	trek (veliosiped musobaqalari o'tkaziladigan maxsus qurilgan sport inshooti).
Тренажёр –	trenajor (ular yordamida odamlar har xil mashqlar bilan shug'ullanadi).
Тренер –	murabbiy.
Тренировка –	mashg'ulot, mashq qilish.
Тренировка ежедневная –	kundalik mashg'ulot.
Тренировка круглогодичная –	yil davomidagi mashg'ulot.
Триумф –	kata g'alaba, zafarga erishish.
Троеборье –	uch kurash. Bu ot sportining bir turi.

Тройной прыжок	–	uch qatlab sakrash. Yengil atletikaning bir turi.
Трофей	–	o'lja. Sportda qo'lga kiritilgan sovrin, mukofot.
Туловище	–	gavda, tana.
Туризм	–	sayohat.
Турист	–	sayyoh, sayohat qiluvchi odam.
Турне	–	safar.
Турнир	–	turnir (sport musobaqasi).
Тяжелая атлетика	–	og'ir atletika.
Тяжелоатлет	–	og'ir atletikachi.
Тяжеловес	–	og'ir vazn.

- У -

Угловой удар	–	burchakdan to'p tepish.
Угол	–	burchak.
Угол атаки	–	hujum burchagi.
Удаления	–	chetlatilish.
Удаленный игрок	–	chetlatilgan o'yinchi.
Удар	–	zarba.
Удар по воротом	–	darvozaga tepish, zarba berish.
Удар головой (ногой)	–	bosh (oyoq) bilan zarba berish.
Удар мяча ногой (головой)	–	to'pni oyoq (bosh) bilan urish.
Удар свободный	–	erkin zarba.
Удар от ворот	–	darvozadan to'p tepish.
Удар справа (слева)	–	chapdan (o'ngdan) zarba berish.
Удержание	–	ushlab turish (kurashda qiyin holda ushlab turish).
Удушение	–	bo'g'ish (dzyudo kurashida ishlatiladi).
Узбекская национальная борьба	–	O'zbek Milliy Kurashi.
Узбекский Государственный институт физической культуры (УзГОСИФН)	–	O'zbekiston Davlat Jismoniy Tarbiya Instituti (O'zDJTI).

Универсиада –	universiada (talabalar o'rtasida o'tkaziladigan sport o'yinlari).
Упор –	tayanch.
Упор присев –	cho'kkayib tayanish.
Упор согнувшись –	engashib turib tayanish.
Упор, лежа (стоя) –	yotib (tik turib) tayanish.
Упражнение –	mashq.
Упражнение на коне (на бревне) –	otda (yakkacho'p) ustida mashq bajarish.
Упражнение на перекладине –	yakkacho'pda mashq bajarish.
Урок –	dars.
Урок физического воспитания –	jismoniy tarbiya darsi.
Ускорение –	tezlanish.
Условие –	shart-sharoit.
Условный бой –	shartli jang (boks mashg'ulotida bo'ladi).
Условный противник –	shartli raqib.
Условный рефлекс –	shartli reflex.
Усталость –	charchash.
Утомление –	toliqish, qattiq charchash.
Утренняя гимнастика –	ertalabki gimnastika (badantarbiya mashqlari).
Ухо –	quloq.
Уход от захвата –	ushlashdan chiqib ketish, qutilish (kurashda).
Уход с ковра –	gilamdan chiqib ketish (kurashda).
Уход с моста –	ko'prikdan qutilish (kurashda).
Участник –	ishtirokchi, qatnashuvchi.
Участник соревнований –	musobaqa ishtirokchisi, qatnashchisi.
Учебно-тренировочное занятие –	o'quv mashq qildirish mashg'uloti.
Ушиб –	jarohat.
- Ф -	
Фаза –	faza (harakatning eng kichik elementi).

Фаза движения	–	harakat fazasi.
Фаза полёта	–	uchish fazasi.
Факел	–	mash'al.
Факультет	–	fakultet.
Фальстарт	–	falstart (noto'g'ri harakat (suzish, yugurish sport turlarida).
Федерация	–	federatsiya, birlashma, uyushma.
Ферзь	–	farzin (shoxmotda eng kuchli dona).
Фехтовальная дорожка	–	qilichbozlik yo'lakchasi.
Фехтовальщик	–	qilichboz.
Фехтовальщица	–	qilichboz ayol.
Фехтование	–	qilichbozlik.
Фигура	–	qomat, shakl.
Фигурист	–	figurachi sportchi.
Фигуристка	–	figurachi sportchi ayol.
Фигурный прыжок	–	figurali sakrash, shaklli sakrash.
Физиология	–	fiziologiya (bu tirik organism uning tizimlari, a'zolari va funksiyalarini boshqarish mexanizmlarini o'rganadigan fan).
Физическая культура	–	jismoniy madaniyat.
Физическая нагрузка	–	jismoniy yuklama.
Физическая подготовка	–	jismoniy tayyorgarlik.
Физические воспитания	–	jismoniy tarbiya.
Физическое развитие	–	jismoniy rivojlanish.
Физическое совершенствование	–	jismoniy takomillashtirish.
Финал	–	final, yakunlovchi, oxirgi.
Финалист	–	finalga chiqqan o'yinchi, jamoa.
Финальная игра	–	yakunlovchi o'yin.
Финальный матч	–	oxirgi o'yin.
Финальный свисток	–	yakunlovchi hushtak.
Финиш	–	marra.
Финишировать	–	marraga etib kelish.

Финишная лента –	marra tasmasi.
Финишный отрезок –	marra chizig'i.
Финишный рывок –	marraga zarb bilan tashlanish.
Финт –	chalg'itish, raqibni aldash harakati.
Флаг –	bayroq.
Фланг –	qanot, yon tomon.
Фланговая атака –	yon tomondan hujum.
Фол –	fol, hato (basketbol o'yinida shaxsiy va texnik fol ishlatiladi).
Фора –	imtiyoz, yengillik.
Форвард –	forvard(hujumchi).
Фристайл –	fristayl (tog' chang'l sport turning biri).
Функциональная система –	funksional tizimi.
Функция –	funksiya, faoliyat, vazifa.
Футболист –	futbolchi.
Футболка –	futbolchilar maykasi.
Футбольная команда –	futbol jamoasi.
Футбольное поле –	futbol maydoni.
Футбольный матч –	futbol o'yini.
Футбольный мяч –	futbol to'pi.
Футбольный сезон –	futbol mavsumi.

- X -

Хавбек –	xavbek, yarim himoyachi (futbol o'yinida).
Хват –	ushlash, tutish.
Хват сверху (снизу) –	ustidan (pastdan) ushlash.
Ход сильный –	kuchli yurish (shoxmotda).
Ход слабый –	bo'sh yurish (shoxmotda).
Ходьба –	yurish.
Хозяин –	mezbon, ho'jayin, ega.
Хозяин поля –	maydon egasi.
Хоккей на траве –	chim ustidagi hokkey, chim hokkeyi.

Хоккей с шайбой (с мячом) –	shaybali (to'pli) hokkey.
Хронометр –	xronometr (bu biror bir jarayonni o'lchaydigan asbob).
Художественная гимнастика –	badiiy gimnastika.

- Ц -

Цейтнот –	seytnot (shoxmot va shashka o'yinlarida mat etmasligi).
Цель –	nishon, mo'ljal (o'q otish sporti).
Центр –	markaz.
Центр зала (ковра) –	zalning (gilamning) markazi.
Центр массы тела –	jism og'irligining markazi.
Центр объёма тела –	jismning hajm markazi.
Центр поверхности –	tana, jismning yuza markazi.
Центр поля –	maydon markazi.
Центральная нервная система (ЦНС) –	markaziy asab tizimi (MAT).
Центральный нападающий –	markaziy hujumchi.
Центровой игрок –	markaziy o'yinchi.
Церемония –	marosim.
Церемония награждения –	taqdirlash marosimi.
Церемония открытия (закрытия) –	ochilish (yopilish) marosimi.

- Ч -

Частота –	tez-tez qaytalanish, takrorlanish, sodir bo'lish darajasi.
Частота дыхания –	nafas olish tezligi.
Частота пульса –	tomir urish, tebratish tezligi.
Частота сердцебиения –	yurak urish tezligi.
Чемпион –	champion (biror sport musobaqalarida birinchi o'rinni egallagan sportchi).
Чемпион Олимпийский игр –	Olimpiya o'yinlari g'olibi.

Чемпионат –	championat, birinchilik.
Численное превосходство –	son jihatidan ustunlik (sport o'yinlarida bir jamoa o'yinchisi maydondan chatlashtirilganda, raqib jamoasi son jihatdan stunlikka erishadi).
Член –	a'zo.
Чувство мяча –	to'pni sezish.
Чужое поле –	raqib maydoni.

- Ш -

Шаг –	qadam.
Шаг быстрее (медленный) –	tez (sekin) qadam tashlash.
Шаг в лево (в право) –	chap (o'ng) tomonga qadam tashlash.
Шаг в сторону –	yonga qadam tashlash.
Шаг вперед (назад) –	oldinga (orqaga) qadam tashlash.
Шаг на месте –	turgan joyda qadam tashlash.
Шаг строевой –	saf qadami.
Шагом марш! –	qadam bosing!
Шайба –	shayba (shaybali hokkeyda o'ynaladigan sport anjomi).
Шанс –	imkon, urunish.
Шах –	kisht berish (shoxmotda).
Шеренга –	qator.
Шире шаг! –	yirik qadam tashla!
Ширина колонны –	kalonnaning kengligi.
Ширина строя –	saf kengligi.
Широкая стойка –	oyoqlarni keng yozib tik turish.
Шлем –	shlem. Sportchilarning bosh kiyimi.
Шпагат –	shpagat (oyoqlarni yon tomonga to'liq yozib o'tirish holati).

Шприц –	shprits (ukol qiladigan asbob).
Штанга –	shtanga (og'ir atletikada ishlatiladigan asbob).
Штраф –	jarima.
Штрафная площадь –	jarima maydoni.
Штрафное очко –	jarima ochkosi.
Штрафной бросок –	jarima otish, tashlash to'pi (basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida).
Штрафной удар –	jarima zarbasi (futbolda).

- Щ -

Щит –	qalqon (basketbol o'yinida ishlatiladigan anjom).
Щитки –	qalqoncha (futbolda oyoqlar suyaklarini zarbadan saqlash uchun ishlatiladigan anjom).

- Э -

Экс чемпион –	sobiq chempion.
Элита спорта –	sport elitasi (sport sohasida mashxur bo'lgan sportchilar guruhi yoki qatlami).
Эмблема –	emblema, timsol, shartli belgi.
Эндшпиль –	endshpil (o'yin oxiri, yakunlanish qisimi, shoxmot o'yinida).
Эрудит –	erudit (ko'p bilimli odam, zo'r bilim sohibi).
Эрудиция –	bilimdonlik, o'qimishlilik.
Эстафета –	estafeta (sportchilar bir-biriga ma'lum narsani uzatib o'tkaziladigan sport musobaqasi).
Эстафетная палочка –	estafeta tayoqchasi.
Этап –	bosqich, davr.

Этюд – etyud (shoxmot va shashka o'yinida sun'iy tuzilgan holat).

- Ю -

Юниор – yunior, yosh sportvchi.

Юноша – o'spirin.

Юношеские соревнования – o'spirinlar musobaqasi.

Юношеский разряд – o'spirinlar razryadi (darajasi).

Юный спортсмен – o'spirin sportchi.

- Я -

Явное преимущество – yakkaxol ustunlik.

Ядро – yadro (yengil atletika musobaqalarida ishlatiladigan yumaloq temir uskuna, anjom).

Язык – til.

Яма – chuqur.

Яма для прыжков – sakrash uchun chuqur (yengil atletika musobaqalarida alohida sakrash uchun qum bilan to'ldirilgan chuqur).

Яхта – Yaxta, yelkan

Яхт-клуб – yaxtachilar klubi (yaxta sporti bilan shug'ullanuvchilar klubi).

Яхтсмен – yaxtachi, yaxta kema haydovchi sportchi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. S.F.Magrupov, N.M.Mamatov – Русско-узбекский словарь. Toshkent, “Matbuot nashriyoti” 1984 yil.
2. A.A.Azizov – Русско-узбекский краткий словарь. Toshkent, O'qituvchi nashriyoti 1988 yil.
3. F.N.Nasriddinov, A.Sh.Qosimov Toshkent, O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya institutining nashriyoti bo'limi 1992 yil.
4. R.Doniyorov, Z.Ramazanov – jismoniy-siyosiy atamalar ruscha-o'zbekcha qisqacha lug'ati. Toshkent, “Fan nashriyoti” 1994 yil.

XODJANOV AZIZ RAXIMOVICH

“Jismoniy tarbiya va sport atamalarining ruscha-o‘zbekcha
lug‘ati”

(Uslubiy qo‘llanma)

Bosishga ruhsat etildi _____. Qog‘oz olchami 60x84 – 1/16

Hajmi 3,6 bosma taboq. 15 nusxa. Buyurtma №_____.

TIMI bosmaxonasida chop etildi.

Toshkent – 100000. Qori-Niyoziy ko‘chasi 30uy.