

Понятие	Пояснение
Начать дриблинг	Единственный способ, как игрок в баскетбол или гандбол может перемещаться по площадке, – это дриблинг. Дриблинг необходимо начинать уже с первого шага, когда опорная нога ещё не оторвана от пола.
Опорная нога	Нога нападающего, на которой он как без мяча, так и с мячом в руках, может выполнить и выпады, и повороты, перемещая вторую ногу. Опорная нога – та, которая при остановке игрока первая дотрагивается до пола.
Пробежка	Ситуация, когда игрок с мячом в руках выполняет больше одного шага. (Выполняя один шаг, нельзя отрывать от пола опорную ногу или же скользить по полу опорной ногой).
Стойка тройной угрозы	Стойка нападающего с мячом, из которой он может: 1) выполнить бросок по корзине, 2) выполнить передачу партнёру, 3) начать дриблинг.
Подкрутка мяча в броске	Действие, при выполнении которого мяч оставляет руку бросающего, перекачивается через три длинных пальца руки и, если он брошен правильно, начинает вращаться в противоположном полёту направлении.
Бросок одной рукой с места	Бросок мяча одной рукой в корзину. Вид броска, который позволяет игроку легче контролировать равновесие тела и соблюдать условия правильного броска. Рекомендуется начинающим.
Обманные движения (финты)	Обманные действия и движения с целью обмануть защитников, чтобы получить преимущество для попадания в корзину.
Двойной шаг	Шаг, в котором нападающий с мячом, двигаясь бегом к корзине, приземляется на правую ногу, хватает переданный (дриблинуемый) мяч в руки, затем исполняет следующий шаг и, оттолкнувшись одной ногой, выполняет прыжок для броска.
Аут	Положение, при котором мяч или игрок с мячом пересёк какую-либо из боковых или задних линий площадки.

Полудальний бросок одной рукой в прыжке	Бросок в корзину с более дальнего расстояния с использованием также мышечной силы ног, чтобы было возможно добросить мяч до корзины.
Передача на противоходе	Передача бегущему навстречу партнеру и захват мяча. Действие совершенствует передачи и особенно умение захвата мяча.
Выбивание мяча у выполняющего дриблинг нападающего.	Выбивание мяча в момент, когда он после отскока от пола ещё не достиг руки дриблингующего, чтобы отобрать у него мяч.
Игра 1:1 (один на один)	Игровая ситуация, в которой нападающий с мячом старается обыграть своего непосредственного опекуна и поблизости нет других игроков.
Борьба под корзиной	Получение (захват) отскочившего после неточного броска по корзине мяча. Обычно это делают в прыжке.
Стратегия	Планирование игры.
Тактика	Приёмы выполнения стратегического плана игры.