**0-9**

**1**βλ. και ***άσσος***ή ***point guard***ή ***play maker***: **1.** Θέση της περιφέρειας, που παίζει ο βασικός χειριστής της μπάλας στην ομάδα, ο παίκτης που κατεβάζει την μπάλα στο γήπεδο και από τον οποίον ξεκινά η επίθεση. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**1 προς 1** βλ. και ***1 on 1***ή ***απομόνωση***ή ***iso play***ή ***isolation***:  Κίνηση του επιτιθέμενου. Ο παίχτης επιλέγει να επιτίθεται στο καλάθι σημαδεύοντας τον αντίπαλό του. Συνήθως ο επιτιθέμενος μετακινείται προς τη μία πλευρά του γηπέδου, ενώ όλοι οι συμπαίχτες του κινούνται προς την απέναντι πλευρά δημιουργώντας διάδρομο. Η κίνηση αυτή επιδιώκει να δημιουργήσει ένα ευνοϊκό ματσάρισμα με έναν μόνο αντίπαλο για τον απομονωμένο παίχτη ή, σε διαφορετική περίπτωση, να προκαλέσει ένα αμυντικό double-team πάνω του, ώστε να δημιουργηθεί ένα ελεύθερο και ανοιχτό σουτ για έναν συμπαίκτη του.
**1 συν 1**Παλαιότερος κανόνας ρίψης βολών. Μετά την παράβαση φάουλ του αντιπάλου, ο παίκτης στον οποίον έγινε η παράβαση, έχει δικαίωμα για μία βολή. Αν ο παίχτης ευστοχήσει στην πρώτη βολή, τότε αποκτά το δικαίωμα και για μια δεύτερη.
**1 on 1** βλ. ***1 προς 1***ή ***απομόνωση***ή ***iso play***ή ***isolation***:  Κίνηση του επιτιθέμενου. Ο παίχτης επιλέγει να επιτίθεται στο καλάθι επιθετικό σημαδεύοντας τον αντίπαλό του. Συνήθως ο επιτιθέμενος μετακινείται προς τη μία πλευρά του γηπέδου, ενώ όλοι οι συμπαίχτες του κινούνται προς την απέναντι πλευρά. Η κίνηση αυτή επιδιώκει να δημιουργήσει ένα ευνοϊκό ματσάρισμα με έναν μόνο αντίπαλο για τον απομονωμένο παίχτη ή, σε διαφορετική περίπτωση, να προκαλέσει ένα αμυντικό double-team πάνω του, ώστε να δημιουργηθεί ένα ελεύθερο και ανοιχτό σουτ για έναν συμπαίκτη του.
**2** βλ. και ***δυάρι***ή ***shooting* guard**: **1.** Θέση που παίζει παίκτης της περιφέρειας, ο οποίος συνήθως ταυτόχρονα είναι και ο καλύτερος σουτέρ της ομάδας. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση και βοηθά συνήθως τον *play maker* στο κατέβασμα της μπάλας.
**3**βλ. και ***τριάρι***ή ***small forward***:  **1.** Θέση που παίζει παίκτης ανάμεσα στην περιφέρεια και την κορυφή της επίθεσης. Σκοπός της θέσης είναι να σκοράρει αλλά και να δίνει βοήθειες τόσο στα ριμπάουντ όσο και στην άμυνα. H θέση απαιτεί ταχύτητα, δύναμη και καλό σουτ από μέση και μακρινή απόσταση. Αποτελεί μία απο τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**3 on 3** βλ. και ***3×3***: Παραλλαγή του παιχνιδιού που παίζεται από δύο ομάδες των τριών παιχτών στο μισό γήπεδο. Πρόκειται για το πιο μαζικό αθλημα στον κόσμο σύμφωνα με μια μελέτη που διεξήχθη από την ESSEC για λογαριασμό της ΔΟΕ. Το άθλημα προωθείται και διαρθρώνεται σήμερα από τη *FIBA*, το διοικητικό όργανο του αθλήματος. Ο βασικός του διαγωνισμός είναι η ετήσια παγκόσμια περιοδεία *FIBA* 3×3, η οποία περιλαμβάνει μια σειρά Masters και ένα τελικό τουρνουά με απονομή χρηματικού επάθλου. Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα *FIBA* *3×3* είναι το υψηλότερο τουρνουά για τις εθνικές ομάδες *3×3.*
**3 point field goal** βλ. και ***3pt***ή ***τρίποντο***: Το εύστοχο σουτ που επιτυγχάνεται από τον παίχτη όταν έχει και τα δύο πόδια έξω από την γραμμή των τριών πόντων.
**3pt** βλ. και ***3 point field goal***ή ***τρίποντο***: Το εύστοχο σουτ που επιτυγχάνεται από τον παίχτη όταν έχει και τα δύο πόδια έξω από την γραμμή των τριών πόντων.
**3×3**βλ. και ***3 on 3***: Παραλλαγή του παιχνιδιού που παίζεται από δύο ομάδες των τριών παιχτών στο μισό γήπεδο. Πρόκειται για το πιο μαζικό άθλημα στον κόσμο σύμφωνα με μια μελέτη που διεξήχθη από την ESSEC για λογαριασμό της ΔΟΕ. Το άθλημα προωθείται και διαρθρώνεται σήμερα από τη *FIBA*, το διοικητικό όργανο του αθλήματος. Ο βασικός του διαγωνισμός είναι η ετήσια παγκόσμια περιοδεία *FIBA* 3X3, η οποία περιλαμβάνει μια σειρά Masters και ένα τελικό τουρνουά με απονομή χρηματικού επάθλου. Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα *FIBA 3×3* είναι το υψηλότερο τουρνουά για τις εθνικές ομάδες 3×3.
**4**   βλ. και ***τεσσάρι***ή ***power forward***:**1.** Θέση που παίζει παίκτης κυρίως κοντά στο καλάθι και σκοπός του είναι το σκοράρισμα μέσα κι έξω απ’ την ρακέτα, η συλλογή ριμπάουντ και η προστασία της ρακέτας στην άμυνα. Θέση που απαιτεί καλό σουτ από μέση απόσταση, δύναμη και γνώση του παιχνιδιού τόσο με πρόσωπο όσο και με πλάτη στο καλάθι. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**5** βλ. και ***πεντάρι***ή ***center***: **1.** Θέση που παίζει παίκτης κοντά στο καλάθι και σκοπός του είναι το σκοράρισμα μέσα στη ρακέτα, η συλλογή ριμπάουντ και η προστασία του καλαθιού στην άμυνα. Aπαιτεί ύψος, δύναμη και γνώση κυρίως με πλάτη στο καλάθι. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ. **2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.

**A**

**απομόνωση** βλ. και ***1 προς 1***ή ***1 on 1***ή ***iso play***ή ***isolation***: Κίνηση του επιτιθέμενου. Ο παίχτης επιλέγει να επιτίθεται στο καλάθι επιθετικό σημαδεύοντας τον αντίπαλό του. Συνήθως ο επιτιθέμενος μετακινείται προς τη μία πλευρά του γηπέδου, ενώ όλοι οι συμπαίχτες του κινούνται προς την απέναντι πλευρά. Η κίνηση αυτή επιδιώκει να δημιουργήσει ένα ευνοϊκό ματσάρισμα με έναν μόνο αντίπαλο για τον απομονωμένο παίχτη ή, σε διαφορετική περίπτωση, να προκαλέσει ένα αμυντικό *double-team* πάνω του, ώστε να δημιουργηθεί ένα ελεύθερο και ανοιχτό σουτ για έναν συμπαίκτη του.
**αμυντικό γλίστρημα**βλ. και ***προωθητικό βήμα*** ή ***advance step***:Αμυντική κίνηση κατά την οποία ο αμυνόμενος κινεί το μπροστινό του πόδι προς την κατεύθυνση κίνησης του επιτιθέμενου και το πίσω του πόδι ακολουθεί γλιστρώντας προς τα εμπρός.
**άσσος**βλ. και***1***ή ***point guard***ή***play maker***:**1.** Θέση της περιφέρειας, που παίζει ο βασικός χειριστής της μπάλας στην ομάδα, ο παίκτης που κατεβάζει την μπάλα στο γήπεδο και από τον οποίον ξεκινά η επίθεση. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.

**B**

**βασική γραμμή**  βλ. και ***τελική γραμμή*** ή ***baseline***ή***end line***: Η γραμμή που οριοθετεί το γήπεδο σε κάθε άκρη του.
**βρήκε αέρα** βλ. και ***air ball***: Σουτ το οποίο, χωρίς καμία παρεμβολή από αμυνόμενο, καταλήγει άστοχο, χωρίς να ακουμπήσει το στεφάνι ή το ταμπλό.

**Δ**

**δυάρι**βλ. και ***2***ή ***shooting guard***: **1.** Θέση που παίζει παίκτης της περιφέρειας, ο οποίος συνήθως ταυτόχρονα είναι και ο καλύτερος σουτέρ της ομάδας. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση και βοηθά συνήθως τον *play maker* στο κατέβασμα της μπάλας.
**δυνατή πλευρά**  βλ. και ***πλευρά της μπάλας*** ή ***ball side*** ή ***strong side***:  Η μισή, κάθετη πλευρά του γηπέδου στην οποία βρίσκεται η μπάλα. Το αντίθετο της δυνατής πλευράς είναι η *αδύνατη πλευρά*.

**Ε**

**εναλλασσόμενη κατοχή**  βλ. και ***alternating posession***:  Κανόνας κατά τον οποίον η κατοχή της μπάλας πηγαίνει προς την επίθεση που δείχνει ένα βελάκι στην γραμματεία και του οποίου η κατεύθυνση αλλάζει μετά την χρήση του. Αντικατέστησε τους κανόνες τζάμπολ για τις περιπτώσεις κατά τις οποίες η μπάλα θεωρείται διεκδικούμενη κι από τις δύο ομάδες.
**επαναφορά από την βασική γραμμή** βλ. και ***επαναφορά από την τελική γραμμή*** ή***baseline out of bounds play***:  Η επαναφορά της μπάλας που γίνεται από την βασική ή τελική γραμμή κοντά στο καλάθι του αντιπάλου.
**επαναφορά από την τελική γραμμή**βλ. και ***επαναφορά από την βασική γραμμή***ή***baseline out of bounds play***: Η επαναφορά της μπάλας που γίνεται από την βασική ή τελική γραμμή κοντά στο καλάθι του αντιπάλου.

**K**

**καλαθόσφαιρα**βλ. και ***καλαθοσφαίριση*** ή ***basketball***:  Ομαδικό άθλημα κατά το οποίο δύο ομάδες, αποτελούμενες από 5 παίκτες έκαστη, προσπαθούν να σκοράρουν πόντους βάζοντας μια μπάλα μέσα από ένα κυκλικό δίχτυ στερεωμένο σε ένα μεταλλικό δαχτυλίδι σε κάθε μεριά του γηπέδου.
**καλαθoσφαίριση**βλ. και ***καλαθόσφαιρα*** ή ***basketball***:  Ομαδικό άθλημα κατά το οποίο δύο ομάδες, αποτελούμενες από 5 παίκτες έκαστη, προσπαθούν να σκοράρουν πόντους βάζοντας μια μπάλα μέσα από ένα κυκλικό δίχτυ στερεωμένο σε ένα μεταλλικό δαχτυλίδι σε κάθε μεριά του γηπέδου.
**κόψιμο**  βλ. και ***cut***:  Η κίνηση παίχτη χωρίς την μπάλα.
**κόψιμο προς το καλάθι** βλ. και ***basket cut***:  Η κίνηση παίχτη χωρίς την μπάλα προς το καλάθι.

**Μ**

**μπάλα μπάσκετ**βλ. και ***basketball***: Μεγάλη μπάλα που χρησιμοποιείται για το παιχνίδι της καλαθοσφαίρισης. Είναι σφαιρικού σχήματος,ζυγίζει από 567 μέχρι 650 γρ. και έχει στα πρωταθλήματα ενηλίκων διάμετρο από 74 μέχρι 78 εκ.
**μπάλα-μπάλα**  βλ. και ***ball***:  Αμυντικός όρος. Ο αμυνόμενος παίχτης, φωνάζοντας “μπάλα μπάλα!”, ειδοποιεί του συμπαίκτες του πως παίζει άμυνα στον επιτιθέμενο που έχει την μπάλα. Συνηθίζεται να χρησιμοποιείται η φράση από τον αμυνόμενο ιδιαίτερα σε περίπτωση που ο επιτιθέμενος έχει εξαντλήσει την ντρίμπλα του και ο αμυνόμενος τον πιέζει με σκοπό να καταστεί η μπάλα διεκδικούμενη.
**μπρος-πίσω**βλ. και ***backcourt violation***:  Παράβαση που δίνεται κατά την επίθεση, όταν η μπάλα ακουμπήσει στο πίσω μισό του γηπέδου (*backcourt*) αφού έχει περάσει στο μπροστά μισό του γηπέδου (*frontcourt*) κι εφόσον δεν έχει υπάρξει τελευταία επαφή της με αμυνόμενο παίχτη.

**Π**

**πάγκος**βλ. και ***bench***:  **1.** Οι (αναπληρωματικοί) παίχτες που κάθονται δίπλα στην πλαϊνή γραμμή 2. Το παγκάκι ή τα καθίσματα στα οποία κάθονται οι παίχτες κατά την διάρκεια του αγώνα ή κατά το τάιμ άουτ.
**παράβαση 8 δευτερολέπτων**βλ. και ***backcourt violation***: Παράβαση που δίνεται κατά την επίθεση, όταν η επιτιθέμενη ομάδα δεν καταφέρει να περάσει την μπάλα από την κεντρική γραμμή του γηπέδου μέσα σε οκτώ (8) δευτερόλεπτα από την επαναφορά.
**πεντάρι** βλ. και ***5***ή ***center***: **1.** Θέση που παίζει παίκτης κοντά στο καλάθι και σκοπός του είναι το σκοράρισμα μέσα στη ρακέτα, η συλλογή ριμπάουντ και η προστασία του καλαθιού στην άμυνα. Απαιτεί ύψος, δύναμη και γνώση κυρίως με πλάτη στο καλάθι. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ. **2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**πλευρά της μπάλας** βλ. και ***δυνατή πλευρά*** ή ***ball side*** ή ***strong side***: Η μισή, κάθετη πλευρά του γηπέδου στην οποία βρίσκεται η μπάλα. Το αντίθετο της πλευράς της μπάλας είναι η *πλευρά βοήθειας*.
**προσποίηση πάσας** βλ. και ***ball fake*** ή ***pass fake***:  Απότομη κίνηση του επιτιθέμενου, με σκοπό να προκαλέσει την κίνηση του αμυνόμενου προς μία κατεύθυνση, έτσι ώστε να ελευθερωθεί ο διάδρομος για πάσα προς την άλλη κατεύθυνση.
**προωθητικό βήμα**βλ. και ***αμυντικό γλίστρημα*** ή ***advance step***: Αμυντική κίνηση κατά την οποία ο αμυνόμενος κινεί το μπροστινό του πόδι προς την κατεύθυνση κίνησης του επιτιθέμενου και το πίσω του πόδι ακολουθεί γλιστρώντας προς τα εμπρός.

**Σ**

**σημαδεύω** βλ. και ***aim***: Έκφραση που χρησιμοποιείται για να περιγράψουμε την πρόθεση του επιτιθέμενου να επιτεθεί πάνω σε συγκεκριμένο αντίπαλο *(«ο γκαρντ σημαδεύει τον αντίπαλο σέντερ»)* ή σε συγκεκριμένο σημείο *(«σημαδεύει το μπροστινό πόδι του αντιπάλου»)*.
**συν μία (βολή)** βλ. και ***and 1***:Ποινή με ελεύθερη βολή που κερδίζει ο επιτιθέμενος κατά την προσπάθεια του σκοραρίσματος κι αφού έχει επιτύχει καλάθι.

**T**

**ταμπλώ**  βλ. και ***backboard***: Η ορθογώνια επιφάνεια που βρίσκεται, τοποθετημένη κάθετα, πίσω από την στεφάνη και την υποστηρίζει.
**τελική γραμμή**  βλ. και ***βασική γραμμή*** ή ***baseline*** ή ***end line***:  Η γραμμή που οριοθετεί το γήπεδο σε κάθε άκρη του.
**τεσσάρι**βλ. και ***4***ή ***power forward***: **1.** Θέση που παίζει παίκτης κυρίως κοντά στο καλάθι και σκοπός του είναι το σκοράρισμα μέσα κι έξω απ’ την ρακέτα, η συλλογή ριμπάουντ και η προστασία της ρακέτας στην άμυνα. Θέση που απαιτεί καλό σουτ από μέση απόσταση, δύναμη και γνώση του παιχνιδιού τόσο με πρόσωπο όσο και με πλάτη στο καλάθι. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ. **2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**τριάρι**βλ. και ***3***ή ***small******forward***:**1.** Θέση που παίζει παίκτης ανάμεσα στην περιφέρεια και την κορυφή της επίθεσης. Σκοπός της θέσης είναι να σκοράρει αλλά και να δίνει βοήθειες τόσο στα ριμπάουντ όσο και στην άμυνα. Η θέση απαιτεί ταχύτητα, δύναμη και καλό σουτ από μέση και μακρινή απόσταση. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**τρίποντο**βλ. και ***3 point field goal***ή ***3pt***: Το εύστοχο σουτ που επιτυγχάνεται από τον παίχτη όταν έχει και τα δύο πόδια έξω από την γραμμή των τριών πόντων.

**Χ**

**χειριστής της μπάλας**βλ. και ***ball handler***:  Ο παίκτης που χειρίζεται την μπάλα. Συνήθως πρόκειται για τον *point guard* κατά το ξεκίνημα της επίθεσης.

**A**

**ACB** βλ. και ***Liga ACB***:  Η κορυφαία κατηγορία της Ισπανίας. Τα αρχικά σημαίνουν *Αsociacion de Clubes de Baloncesto* (Ομοσπονδία Σωματείων Καλαθοσφαίρισης)
**advance step** [ədˈvæns stɛp]  βλ. και ***αμυντικό γλίστρημα*** ή ***προωθητικό βήμα***:  Αμυντική κίνηση κατά την οποία ο αμυνόμενος κινεί το μπροστινό του πόδι προς την κατεύθυνση κίνησης του επιτιθέμενου και το πίσω του πόδι ακολουθεί γλιστρώντας προς τα εμπρός.
**aim** [eɪm] βλ. και ***σημαδεύω***:  Έκφραση που χρησιμοποιείται για να περιγράψουμε την πρόθεση του επιτιθέμενου να επιτεθεί πάνω σε συγκεκριμένο αντίπαλο *(«ο γκαρντ σημαδεύει τον αντίπαλο σέντερ»)* ή σε συγκεκριμένο σημείο *(«σημαδεύει το μπροστινό πόδι του αντιπάλου»)*.
**air ball**[ɛr bɔl]  βλ. και ***βρήκε αέρα***: Σουτ το οποίο, χωρίς καμία παρεμβολή από αμυνόμενο, καταλήγει άστοχο, χωρίς να ακουμπήσει το στεφάνι ή το ταμπλό.
**alley oop**[æli up]:  Επιθετικός συνδυασμός, κατά τον οποίον ένας παίκτης ρίχνει την μπάλα κοντά στο καλάθι, ενώ ένας συμπαίκτης του κάνει άλμα, πιάνει την μπάλα στον αέρα και αμέσως πετυχαίνει ένα καλάθι, συνήθως με κάρφωμα. Το alley oop συνδυάζει σημαντικά για το άθλημα στοιχεία, όπως η ομαδική συνεργασία, η σωστή πάσα, και ο συγχρονισμός.
**alternating possession** [ˈɔltərˌneɪtɪŋ pəˈzɛʃən]  βλ. και ***εναλλασσόμενη κατοχή***:  Κανόνας κατά τον οποίον η κατοχή της μπάλας πηγαίνει προς την επίθεση που δείχνει ένα βελάκι στην γραμματεία και του οποίου η κατεύθυνση αλλάζει μετά την χρήση του. Αντικατέστησε τους κανόνες τζάμπολ για τις περιπτώσεις κατά τις οποίες η μπάλα θεωρείται διεκδικούμενη κι από τις δύο ομάδες.
**and 1**  [ænd wʌn]  βλ. και ***συν μία (βολή)***:Ποινή με ελεύθερη βολή που κερδίζει ο επιτιθέμενος κατά την προσπάθεια του σκοραρίσματος κι αφού έχει επιτύχει καλάθι.
**assist** [əˈsɪst]:  Η πάσα από την οποία προέρχεται καλάθι και αποδίδεται στον παίκτη που πασάρει την μπάλα στον σκόρερ.
**away**[əˈweɪ]:  Εκτός έδρας.

**B**

**back cut (κόψιμο)** [bæk kʌt]  βλ. και ***back door***:(Εικ. 1)  Επιθετική τακτική που χρησιμοποιείται κυρίως όταν ο αμυνόμενος κλείνει την γραμμή πάσας, εμποδίζοντας το πέρασμα της μπάλας προς τον συμπαίχτη του επιτιθέμενου. Στην συγκεκριμένη τακτική, ο ελεύθερος παίχτης *κόβει* ανάμεσα στον αμυνόμενο και την *βασική γραμμή* προς το καλάθι και ο παίχτης που έχει την μπάλα του την σερβίρει πάνω στην πορεία του. Η συγκεκριμένη κίνηση απαιτεί μεγάλη δεξιότητα στο πασάρισμα από τον χειριστή της μπάλας κι εκρηκτικότητα από τον παίχτη που θα υποδεχτεί την μπάλα, ώστε αυτή η τακτική να είναι επιτυχημένη και να οδηγήσει σ’ ένα εύκολο καλάθι. Αυτός είναι και ο κύριος λόγος για τον οποίο αυτή η τακτική δεν χρησιμοποιείται ευρέως σε νεαρές ηλικίες.
**back door (κόψιμο)**   [bæk dɔr]  βλ. και ***back cut***: (Εικ. 1)  Επιθετική τακτική που χρησιμοποιείται κυρίως όταν ο αμυνόμενος κλείνει την γραμμή πάσας, εμποδίζοντας το πέρασμα της μπάλας προς τον συμπαίχτη του επιτιθέμενου. Στην συγκεκριμένη τακτική, ο ελεύθερος παίχτης *κόβει* ανάμεσα στον αμυνόμενο και την *βασική γραμμή* προς το καλάθι και ο παίχτης που έχει την μπάλα του την σερβίρει πάνω στην πορεία του. Η συγκεκριμένη κίνηση απαιτεί μεγάλη δεξιότητα στο πασάρισμα από τον χειριστή της μπάλας κι εκρηκτικότητα από τον παίχτη που θα υποδεχτεί την μπάλα, ώστε αυτή η τακτική να είναι επιτυχημένη και να οδηγήσει σ’ ένα εύκολο καλάθι. Αυτός είναι και ο κύριος λόγος για τον οποίο αυτή η τακτική δεν χρησιμοποιείται ευρέως σε νεαρές ηλικίες.
**back screen**  [bæk skrin]:  To *screen*στην πλάτη του αμυνόμενου.
**backboard** [ˈbækˌbɔd]  βλ. και ***ταμπλώ***:  Η ορθογώνια επιφάνεια που βρίσκεται, τοποθετημένη κάθετα, πίσω από την στεφάνη και την υποστηρίζει.
**backcourt**   [bækkɔrt]:  **1.** Το μισό του γηπέδου, στο οποίο αμύνεται η ομάδα. Αποτελεί το αντίθετο του *frontcourt*. **2.** Τα guard της ομάδας.
**backcourt violation** [bækkɔrt vaɪəˈleɪʃən]:  **1.** βλ. και ***μπρός-πίσω***: Παράβαση που δίνεται κατά την επίθεση, όταν η μπάλα ακουμπήσει στο πίσω μισό του γηπέδου (*backcourt*) αφού έχει περάσει στο μπροστά μισό του γηπέδου (*frontcourt*) κι εφόσον δεν έχει υπάρξει τελευταία επαφή της με αμυνόμενο παίχτη. **2.** βλ. και ***παράβαση 8 δευτερολέπτων***: Παράβαση που δίνεται κατά την επίθεση, όταν η επιτιθέμενη ομάδα δεν καταφέρει να περάσει την μπάλα από την κεντρική γραμμή του γηπέδου μέσα σε οκτώ (8) δευτερόλεπτα από την επαναφορά.
**ball** [bɔl]  βλ. και ***μπάλα-μπάλα***:  Αμυντικός όρος. Ο αμυνόμενος παίχτης, φωνάζοντας “μπάλα, μπάλα!”, ειδοποιεί του συμπαίκτες του πως παίζει άμυνα στον επιτιθέμενο που έχει την μπάλα. Συνηθίζεται να χρησιμοποιείται η φράση από τον αμυνόμενο ιδιαίτερα σε περίπτωση που ο επιτιθέμενος έχει εξαντλήσει την ντρίμπλα του και ο αμυνόμενος τον πιέζει με σκοπό να καταστεί η μπάλα διεκδικούμενη.
**ball fake**   [bɔl feɪk]  βλ. και ***προσποίηση πάσας*** ή ***pass fake***: Aπότομη κίνηση του επιτιθέμενου, με σκοπό να προκαλέσει την κίνηση του αμυνόμενου προς μία κατεύθυνση, έτσι ώστε να ελευθερωθεί ο διάδρομος για πάσα προς την άλλη κατεύθυνση.
**ball handler**[bɔl ˈhændlər]  βλ. και ***χειριστής της μπάλας***:  Ο παίκτης που χειρίζεται την μπάλα. Συνήθως πρόκειται για τον *point guard* κατά το ξεκίνημα της επίθεσης.
**ball hog**[bɔl hɑg]:  Περιπαικτικός όρος που χαρακτηρίζει παίκτη που δεν πασάρει την μπάλα.
**ball reversal** [bɔl rɪˈvɜrsəl]:  Επιθετικός όρος που χαρακτηρίζει την πάσα από την μία πλευρά του γηπέδου στην άλλη.
**ball side**   [bɔl saɪd]  βλ. και ***δυνατή πλευρά*** ή ***πλευρά της μπάλας*** ή ***strong side***:  Η μισή, κάθετη πλευρά του γηπέδου στην οποία βρίσκεται η μπάλα. Το αντίθετο της ball side είναι η *help side*.
**banana cut (κόψιμο)** [bəˈnænə kʌt ]:  (Εικ. 2) Επιθετική τακτική κατά την οποία ο ελεύθερος παίχτης *κόβει* σε ανοιχτή καμπύλη είτε προς το καλάθι, είτε από το καλάθι προς τα έξω. Η κίνηση αυτή γίνεται συνήθως όταν η ανάπτυξη της άμυνας της αντίπαλης ομάδας δεν επιτρέπει ανοιχτούς διαδρόμους, Το κόψιμο banana μπορεί, σ’ αυτές τις περιπτώσεις, να αποτελέσει λύση, καθώς δεν δείχνει άμεσα την πρόθεση του παίχτη, ο οποίος με αυτόν τον τρόπο είτε καταφέρνει να βρεθεί σε πλεονεκτική θέση για τελείωμα, είτε τραβάει την άμυνα πάνω του, ανοίγοντας διάδρομο για τους συμπαίκτες του.
**bank shot** [bæŋk ʃɑt]:  Σουτ το οποίο χτυπάει στο *ταμπλό* πριν καταλήξει στο καλάθι ή βρει στη στεφάνη.
**baseball (πάσα)**  [ˈbeɪsˈbɔl]:  Εναέρια πάσα που γίνεται με το ένα χέρι σαν να πετάμε μπαλάκι του baseball. Χρησιμοποιείται κυρίως για μακρινές αποστάσεις.
**baseline** [ˈbeɪˌslaɪn]  βλ. και ***βασική γραμμή*** ή ***τελική γραμμή*** ή ***end line***:  Η γραμμή που οριοθετεί το γήπεδο σε κάθε άκρη του.
**baseline out-of-bounds play** [ˈbeɪˌslaɪn aʊt ʌv baʊndz pleɪ]  βλ. και ***επαναφορά από την βασική γραμμή*** ή ***επαναφορά από την τελική γραμμή***:  Η επαναφορά της μπάλας που γίνεται από την βασική ή τελική γραμμή κοντά στο καλάθι του αντιπάλου.
**basket** [ˈbæskət]:  Το καλάθι.
**basket cut**  [ˈbæskət kʌt]  βλ. και ***κόψιμο προς το καλάθι***: Η κίνηση παίχτη χωρίς την μπάλα προς το καλάθι.
**Basket League**   [ˈbæskət lig]:  Το ελληνικό πρωτάθλημα καλαθοσφαίρισης, γνωστό και ως **Α1 Εθνική κατηγορία**, το οποίο αναφέρεται και ως **Stoiximan.gr Basket League**, λόγω της υφιστάμενης χορηγίας του από τη Stoiximan.gr, είναι η ανώτερη διοργάνωση καλαθοσφαίρισης στην Ελλάδα. Διοργανώνεται από τον ΕΣΑΚΕ υπό την εποπτεία της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης (ΕΟΚ). Εννέα σύλλογοι έχουν κερδίσει τον τίτλο. Ο τρέχων πρωταθλητής είναι ο Παναθηναϊκός (35ος τίτλος).
**basketball** [ˈbæskətˌbɔl]:  **1.** βλ. και ***καλαθοσφαίριση*** ή ***καλαθόσφαιρα***: Ομαδικό άθλημα κατά το οποίο δύο ομάδες, αποτελούμενες από 5 παίκτες έκαστη, προσπαθούν να σκοράρουν πόντους βάζοντας μια μπάλα μέσα από ένα κυκλικό δίχτυ στερεωμένο σε ένα μεταλλικό δαχτυλίδι σε κάθε μεριά του γηπέδου.  **2.** βλ. και ***μπάλα* *μπάσκετ***ή***μπάλα του μπάσκετ***:  Η μπάλα που χρησιμοποιείται για το άθλημα της καλαθοσφαίρισης. Είναι σφαιρικού σχήματος, ζυγίζει από 567 μέχρι 650 γρ. και έχει διάμετρο από 74 μέχρι 78 εκ.
**Basketball Bundesliga**  [ˈbas·ket·ball bun·des·li·ga]  βλ. και ***BBL***:  Tο κορυφαίο εθνικό πρωτάθλημα της Γερμανίας.
**Basketball Champions League**   [ˈbæskətˌbɔl ˈʧæmpiənz lig]  βλ. και ***Champions League***:  διεθνής καλαθοσφαιρική διοργάνωση συλλόγων της *FIBA* στην οποία συμμετέχουν οι ευρωπαϊκές ομάδες καλαθοσφαίρισης. Η πρώτη διοργάνωση ξεκίνησε το Σεπτέμβριο του 2016.
**Basketball League Belgium Division I**βλ. και ***BLB*** ή ***Division I***:  Tο κορυφαίο εθνικό πρωτάθλημα του Βελγίου.
**BBL**  βλ. και ***Basketball Bundesliga***: Tο κορυφαίο εθνικό πρωτάθλημα της Γερμανίας.
**bench**[bɛnʧ]  βλ. και ***πάγκος***:  **1.** Οι (αναπληρωματικοί) παίχτες που κάθονται δίπλα στην πλαϊνή γραμμή  **2.** Το παγκάκι ή τα καθίσματα, στα οποία κάθονται οι παίχτες κατά την διάρκεια του αγώνα ή κατά το τάιμ άουτ.
**BLB**βλ. και ***Basketball League Belgium Division I*** ή ***Division I***:  Tο κορυφαίο εθνικό πρωτάθλημα του Βελγίου.

**C**

**center**[‘sɛntər]  βλ. και ***πεντάρι***ή ***center***:**1.** Θέση που παίζει παίκτης κοντά στο καλάθι και σκοπός του είναι το σκοράρισμα μέσα στη ρακέτα, η συλλογή ριμπάουντ και η προστασία του καλαθιού στην άμυνα. Aπαιτεί ύψος, δύναμη και γνώση κυρίως με πλάτη στο καλάθι. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ. **2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**Champions League** [‘ʧæmpiənz lig]  βλ. και ***Basketball Champions League***:  Διεθνής καλαθοσφαιρική διοργάνωση συλλόγων της *FIBA*στην οποία συμμετέχουν οι ευρωπαϊκές ομάδες καλαθοσφαίρισης. Η πρώτη διοργάνωση ξεκίνησε το Σεπτέμβριο του 2016. Η τρέχουσα πρωταθλήτρια είναι η Τενερίφη.
**cut**  [kʌt]  βλ. και ***κόψιμο***:  Η κίνηση παίχτη χωρίς την μπάλα προς το καλάθι.

**D**

**Division I** βλ. και ***Basketball League Belgium Division I*** ή ***BLB***:  Tο κορυφαίο εθνικό πρωτάθλημα του Βελγίου.

**E**

**end line** [ɛnd laɪn]  βλ. και ***βασική γραμμή*** ή ***τελική γραμμή*** ή ***baseline***:  Η γραμμή που οριοθετεί το γήπεδο σε κάθε άκρη του.

**I**

**iso play**[aɪso pleɪ]  βλ. και ***1 προς 1***ή ***1 on 1***ή **απομόνωση**ή ***isolation***: Κίνηση του επιτιθέμενου. Ο παίχτης επιλέγει να επιτίθεται στο καλάθι επιθετικό σημαδεύοντας τον αντίπαλό του. Συνήθως ο επιτιθέμενος μετακινείται προς τη μία πλευρά του γηπέδου, ενώ όλοι οι συμπαίχτες του κινούνται προς την απέναντι πλευρά. Η κίνηση αυτή επιδιώκει να δημιουργήσει ένα ευνοϊκό ματσάρισα με έναν μόνο αντίπαλο για τον απομονωμένο παίχτη ή, σε διαφορετική περίπτωση, να προκαλέσει ένα αμυντικό double-team πάνω του, ώστε να δημιουργηθεί ένα ελεύθερο και ανοιχτό σουτ για έναν συμπαίκτη του.
**isolation**[ˌaɪsəˈleɪʃən]  βλ. και ***1 προς 1***ή ***1 on 1***ή ***απομόνωση***ή ***iso play***:  Κίνηση του επιτιθέμενου. Ο παίχτης επιλέγει να επιτίθεται στο καλάθι επιθετικό σημαδεύοντας τον αντίπαλό του. Συνήθως ο επιτιθέμενος μετακινείται προς τη μία πλευρά του γηπέδου, ενώ όλοι οι συμπαίχτες του κινούνται προς την απέναντι πλευρά. Η κίνηση αυτή επιδιώκει να δημιουργήσει ένα ευνοϊκό ματσάρισα με έναν μόνο αντίπαλο για τον απομονωμένο παίχτη ή, σε διαφορετική περίπτωση, να προκαλέσει ένα αμυντικό double-team πάνω του, ώστε να δημιουργηθεί ένα ελεύθερο και ανοιχτό σουτ για έναν συμπαίκτη του.

**P**

**pass fake** [pæs feɪk]  βλ. και *προσποίηση πάσας* ή *ball fake* Aπότομη κίνηση του επιτιθέμενου, με σκοπό να προκαλέσει την κίνηση του αμυνόμενου προς μία κατεύθυνση, έτσι ώστε να ελευθερωθεί ο διάδρομος για πάσα προς την άλλη κατεύθυνση.
**play maker**[pleɪ ˈmeɪkər ] βλ. και *1*ή *άσσος ή point guard***1.** Θέση της περιφέρειας, που παίζει ο βασικός χειριστής της μπάλας στην ομάδα, ο παίκτης που κατεβάζει την μπάλα στο γήπεδο και από τον οποίον ξεκινά η επίθεση. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση**.**
**point guard**[pɔɪnt gɑrd ] βλ. και *1*ή *άσσος ή play maker***1.** Θέση της περιφέρειας, που παίζει ο βασικός χειριστής της μπάλας στην ομάδα, ο παίκτης που κατεβάζει την μπάλα στο γήπεδο και από τον οποίον ξεκινά η επίθεση. Αποτελεί μία απο τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση**.**
**power forward**[ˈpaʊər ˈfɔrwərd] βλ. και *4*ή *τεσσάρι***1.** Θέση που παίζει παίκτης κυρίως κοντά στο καλάθι και σκοπός του είναι το σκοράρισμα μέσα κι έξω απ’ την ρακέτα, η συλλογή ριμπάουντ και η προστασία της ρακέτας στην άμυνα. Θέση που απαιτεί καλό σουτ από μέση απόσταση, δύναμη και γνώση του παιχνιδιού τόσο με πρόσωπο όσο και με πλάτη στο καλάθι. Αποτελεί μία απο τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ. **2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.

**S**

**shooting guard**[ˈʃutɪŋ gɑrd] βλ. και *2*ή *δυάρι***1.** Θέση που παίζει παίκτης της περιφέρειας, ο οποίος συνήθως ταυτόχρονα είναι και ο καλύτερος σουτέρ της ομάδας. **2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση και βοηθά συνήθως τον play maker στο κατέβασμα της μπάλας.
**small forward**[smɔl ˈfɔrwərd] βλ. και *3* ή *τριάρι***1.** Θέση που παίζει παίκτης ανάμεσα στην περιφέρεια και την κορυφή της επίθεσης. Σκοπός της θέσης είναι να σκοράρει αλλά και να δίνει βοήθειες τόσο στα ριμπάουντ όσο και στην άμυνα. H θέση απαιτεί ταχύτητα, δύναμη και καλό σουτ από μέση και μακρινή απόσταση. Αποτελεί μία από τις 5 παραδοσιακές θέσεις στο μπάσκετ.**2.** Ο παίκτης που παίζει αυτή τη θέση.
**strong side**  [strɔŋ saɪd]  βλ. και *δυνατή πλευρά* ή *πλευρά της μπαλάς* ή *strong side* Η μισή, κάθετη, πλευρά του γηπέδου στην οποία βρίσκεται η μπάλα. Το αντίθετο της strong side είναι η *weak side*.

Pallinibc.wordpress.com-ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΑΛΛΗΝΗΣ