

Д. З. Бейсенов
М. Чныбаев

**СПОРТ
ТЕРМИНОЛОГИЯСЫНЫҢ
ҚАЗАҚША - ОРЫСША СӨЗДІГІ**

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ
МИНИСТРЛІГІ
ҚАЗАҚ МЕМЛЕКЕТТІК ҚЫЗДАР ПЕДАГОГИКАЛЫҚ
УНИВЕРСИТЕТІ**

Д.З.Бейсенов

М.Чныбаев

Спорт терминологиясының қазақша – орысша сөздігі

«Қыздар университеті» баспасы
Алматы, 2015

ӘОЖ 796(038)

КБЖ 75.7я2

Б 38

*Баспаға Қазақ мемлекеттік қыздар педагогикалық университетінің
Редакциялық баспа кеңесі мақұлдап ұсынған*

Д.З.Бейсенов., М.Чныбаев

Б 38 Спорт терминологиясының қазақша – орысша сөздігі.
Д.З.Бейсенов. М.Чныбаев – Алматы: «Қыздар университеті»
баспасы, 2015. – 54 бет.

ISBN 978- 601-224-786-2

Сөздік, спорт терминологиясының қазақша-орысша сөздігі, күнделікті өмірімізде өте көп қолданылатын спорт терминдері және спортпен шұғылданған кездерімізде үнемі кездесіп отыратын сөздер. Спорт өмірінде жиі қолданысқа енетін терминдер қамтылған бұл кітап студент қауымына арналған.

ISBN 978- 601-224-786-2

ӘОЖ 796(038)

КБЖ 75.7я2

© Д.З.Бейсенов., М.Чныбаев, 2015
© «Қыздар университеті» баспасы, 2015

Алғы сөз

Бұл - Спорт терминологиясының казакша-орысша сөздігі, күнделікті өмірімізде өте көп қолданылатын спорт терминдері және спортпен шұғылданған кездерімізде үнемі кездесіп отыратын сөздер екендігін көреміз. Сөздік жеке сөздерден және сөйлемдерден тұратындығын ауыз-екі тілде көп қолданатындығымызды айта кеткеніміз жөн. Сөздік оқытушылар мен көпшілік қауымға дене шынықтыру мен спорт туралы байланыста болғанда кеңінен қолданысқа ие болады.

Сөздікті құрастырғандағы мақсатымыз негізінен дене шынықтыру мен спорт мамандарына көмек ретінде және оқытушыларға сабақ барысында мемлекеттік тілде өткізулеріне және Қазақстан халықтарының күнделікті өмірлерінде егемендік және тәуелсіздік алғаннан кейінгі уақыттарынан бері қолданысқа көбірек ие болғандығы болып табылады.

Қазіргі қоғамда мемлекеттік тіліміз өте жоғары деңгейге көтеріліп, барлық салада және барша жұртшылық арасында зор беделге ие болуда. Сонымен қоса спорт саласындағы мамандар арасында және дене шынықтыру мен спорттың бұқаралық сипатқа ұласуы мемлекеттік тілді дұрыс қолдануды да талап етеді. Сол себепті бұл сөздік бүгінгі таңда қазақ және орыс тіліндегі спорт терминдерінің аса қажеттілігін аңғартады.

Қазак алфавиті

Аа	Әә	Бб	Вв	Гг	Ғғ	Дд	Ее
Ёё	Жж	Зз	Ии	Йй	Кк	Ққ	Лл
Мм	Нн	Ңң	Оо	Өө	Пп	Рр	Сс
Тт	Уу	Ұұ	Үү	Фф	Хх	Һһ	Цц
Чч	Шш	Щщ	Ъъ	Ыы	Іі	Ьь	Ээ
Юю	Яя						

А

- Адам анатомиясы – анатомия человека
- Адамның қан тамырлары– кровеное системы
- Айналу – круг – движения по окружность
- Айналым – круг – длина по кругу
- Айналып тұру – поворот
- Айналып өту – обводка противника (в спортивных играх)
- Айыптау – наказание – штраф за нарушение правила
- Алаңды алмастыру – перемена сторон (в спортивных играх)
- Алдап ұру – обманный удар (в волейболе)
- Алғашқы дәрігерлік көмек – первая медицинская помощь
- Алшақтық – интервал, расстояния по фронт
- Аралық - интервал (расстояние по фронту)
- Арнайы шыдамдылық – специальная выносливость
- Ауа – воздух
- Аумақ – зона
- Ауыспалы кезең – период цикла
- Айқас- схватка
- Алтын медаль – золотая медаль
- Арттыру –улучшить
- Аралық – дистанция
- Ату – стрельба
- Ауыр – тяжелый
- Атқыш –стрелок
- Атыс алаңы – стрельбище
- Ауа жетпегендей бола ма? – у вас есть чувство нехватки воздуха ?
- Аяғыңызды (қолыңызды) бүгіңіз (жазыңыз) – ногу (руку)
- Аралық – интервал
- Алдын ала берілетін әмір – предварительная команда
- Артқа бұрыл – кругом
- Адым бас - шагом марш
- Артымнан ер – за мной
- Аяқты біркелкі ал – идти в ногу
- Арақашықтықты ұлғайт – увеличить дистанцию
- Аға – старший
- Ағай –уважительное отношения к старшему

- Адақтау – доделать, завершить, закончить
- Азшылық – меньшинство
- Аймақ – край, территория, зона
- Айнала жүгіру – бегать кругом
- Айналдыру – вертеть, вращать
- Айналма – поворот, изгиб
- Айналма қозғалыс – вращательное движение
- Айналу –вертеться, кружиться
- Активтік – активность
- Ақпа құлақ – невнимательный, рассеянный
- Ақыл –ум
- Ақыл айту – дать совет
- Ақырын –тихий, тихо
- Ақырын жүру –медленно идти
- Алақан –ладонь
- Алаң –полщадь
- Аландау –отвлекаться
- Алға жжіберу – продвинуть (вперед)
- Алда –впереди
- Алдағы –предстоящий, передний
- Алдан жүруші – впереди идущий
- Алды –передняя часть
- Алқа –круг
- Алқаға тұрындар – становитесь в круг
- Алқыну –запыхаться
- Алшақ –раздвигтый, расставленный широко
- Аяқты алшақ қойындар - ставте ноги на ширене пиг
- Араласу –смешиваться
- Арқа – спиня, задняя сторона
- Арт –зад
- Артта қалу – отставать
- Артында –позади
- Артыңа қара – оглянись назад
- Артқы –задний, последний
- Артық – лишний
- Асығу – торопиться, спешить

- Асық –щиколотка
- Асық жілік – бедрення кость
- Аттам –мере длины в один шаг
- Атгандыру – снаряжать в поход
- Аттану –выступать в поход
- Аттанысу –отправиться совместно
- Аттау – перешагивать
- Аударыстыру –переворагивать, перемешивать
- Аулақ – подальше, всторону
- Ауу –сваливаться
- Ауыз –рот, усття
- Ауызға алу –вспоминать, обратить внимание
- Ауық –чуточку
- Ауырлату –осложнять
- Ауырлық –тяжесть, вес
- Ауырту –причинять боль
- Ауыстыру – обменять, переставить
- Ауысу –перемещаться, быть переставленным
- Аша –развилаина, раздвоенный
- Ашылу –открываться
- Аяқ –нога
- Аяқтану – встать, подняться на ноги
- Аял –промедление
- Аялдау –подождать личить дистанция

Ә

- Әрекет – действие
- Әріптес – партнер
- Әріптестер – партнеры
- Әуесқойлар спорты – любительский спорт
- Әдеп – вежливость
- Әдепсіздік – невоспитанность
- Әдет – привычка
- Әдеттену – приобретать навык, привыкать
- Әдіс – метод, прием
- Әзір – готов, готовый
- Әзір болу – быть готовым
- Әл – сила, мощь
- Әлі жету – осилить
- Әлдену – стать сильным, мощным
- Әлсіз – слабый, бессильный
- Әлінше – по силе возможности
- Әрекет – действие, старание, попытка
- Әрекеттену – действовать, пытаться
- Әрең – едва-едва
- Әркім – каждый кто всякий
- Әттеген-ай – увы, жаль, досадно
- Әлемдік жарыс – всемирные соревнования
- Әмбебап – универсал

Б

- Байқап көру – попробовать, пробные упражнения, выстрелы и т.д.
- Бақылау – контроль
- Бақылау сынағы – испытания контрольные
- Бақылау уақыты – контрольное время
- Бақылау мерзімі – контрольный срок
- Бас жүлде – главный приз
- Бейімділік – способности
- Белсенділік – инициативность
- Белсенді студент – активный студент
- Бет – фронт

- Бой – рост (длина тело)
- Бойжазба – разминка
- Бадам – шат
- Босансу – расслабление
- Бөлініп ойнау – двухсторонняя игра
- Буынды созып алу – повреждение связок суставов
- Буын шығуы- вывих
- Бұлшық еттер – мышцы
- Бұлшық еттің жыртылуы – разрыв мышцы
- Бұрандама – зигзаг
- Бұрылу – поворот
- Бір ауық дем ал – чуточку отдохни
- Бағу – воспитывать
- Байқау – следить, наблюдать
- Байсал – спокойствие, покой
- Байымдылық – толковый, содержательный
- Бақталас – соперник, конкурент
- Былдырлау – говорить неясно
- Балпандау – шагать грузно, неуклюже
- Балтыр – икры (ноги)
- Балтыры бесіктей – его икры толстые
- Балуан – борец
- Бап – уход
- Баптау – тренировать
- Балты жүйрік – тренированный скакун
- Барлық – весь, все
- Бармақ – палец
- Бас бармақ - большой палец
- Барынша – по возможности
- Барыс – направление
- Бас – голова
- Бас ию – склонить голову, подчинят переклоняться
- Бас қосу – совещаться, совместно обсуждать
- Бас тарту – уклоняться
- Бас алдырмау – не давать передышки
- Басқа – другой

- Басқаша – иначе
- Басқаша айтқанда – иными словами, иначе говоря
- Басқыш – лесница, ступень
- Баспалдақ – ступенька
- Бастама – начало
- Бастаушы – ведущий, направляющий
- Басып озу – перегнать
- Басшы – руководитель, переводчик
- Басым – сильнее, больше
- Батпансу – зазнаваться, ставить себя выше
- Батыс – запад
- Баулу – приугать, воспитывать
- Баурау – осваивать, входить курс дела
- Бауыр – печень
- Бауырмал – отзывчивый, добрый
- Башбай – пальцы ног
- Баяндау – рассказывать, излагать, повествовать
- Баянды – верный, постоянный, стабильный
- Баянсыз – непостоянный, изменчивый
- Баяу – медленный, тихий
- Баяулату – замедлять движение, понижать
- Баяулық – медлительность
- Баяусу – умолять, притихать, замедлять
- Баяусыту – понижать
- Бәлкім – возможно, может быть
- Бәрі бір – все равно
- Бәсекелесу – конкурировать друг с другом
- Бәсеңдеу – затихать, утихать
- Бәстесу – спорить, поспорит
- Без – железа
- Безендеу – метаться
- Безілдек – нетерпеливый
- Безу – убегать, избегать
- Бейжай – неудобный, беспокойный
- Бейнетқор – трудолюбивый
- Бейіл – нрав, характер

- Бейімделу – приспособливаться, адаптировать
- Бейімдену – склоняться, наклоняться, прилаживаться
- Бейімді – ловкий, способный, обходительный
- Бекем - прогнй,крепкий, устойчивый
- Беку – укрепляться, окрепнуть
- Бел – поясница
- Белбеу – пояс
- Белгі – признак, знак
- Белгілеу – метить, помогать, обозначать
- Белдеме – позвоночник
- Белдесу – бороться
- Белді – сильный, основной
- Бергі – ближний
- Беру – давать, дать, отдавать
- Берік – крепкий, устойчивый
- Берілген – преданный
- Бет – лицо, физиономия, щека
- Беталыс – направление
- Бетбұрыс – поворот
- Бетпе-бет – лицом к лицу
- Беттесу - столкнуться лицом к лицу
- Билеу – танцевать
- Бипыл басу – ступать плавно
- Бозару – бледнеть, сереть
- Бой – рост, все тело,стань круче
- Бойлау – погружаться в воду во всей рост
- Бойлай - вдоль, по длине
- Бойлы – рослый, высокого роста
- Бойшаң – высокорослы, высокий
- Болбыр – вялый, бездеятельный
- Болғаны – все, всего
- Болдырғандық – усталость
- Болдыру – устать ,выбиваться из сил
- Болжау – предвидеть, предположить
- Болу – быть, бывать, стать
- Болымды – энергичный, сильный, положительный

- Болымсыз – неспособный, вялый, незначительный
- Болысу – заступаться, защищать
- Борсандау – неуклюжее бегать
- Борыш – долг, задолженность, обязанность
- Бос – свободный, пустой, порожений
- Босаң – вялый, слабый, расслабленный
- Босу – разбежаться, разбедаться
- Бөгелу – задерживаться, останавливаться
- Бөлек – часть, другой, отделиться, выделиться
- Бөлу – делить, разделить
- Буда – связка
- Булығу – задыхаться
- Бусану – потеть
- Буын – сустав, покаление
- Бұғана қабырға - ключица
- Бұзакы – хулиган, смутянь, скандалист
- Бұзу – портить, разрушать, ломать
- Бұл – это, эта, этот
- Бұландату – извиваться, кривляться, болтаться
- Бұлғактау – качаться, шататься, кокетничать
- Бұлку – делать резкие движения
- Бұлтактау – бросаться из стораны в сторону, мотаться
- Бұлғактамай түзу жүр – иди прямо, не качаясь
- Бұлшық, бұлшық ет – мускулы
- Бұралу – извиваться, ослабевать, виться
- Бұртандау – наступиться, выразить недовольство, дуться
- Бұрылу – поворачиваться
- Бұрылыс –поворот, изгиб
- Бүйір –бок
- Бүйірлеу - бить по бокам
- Бүктелу –быть свернутым, складываемым
- Бүктеу – свернуть, побеждать
- Бүкшендеу – горбиться
- Бүкшию – согнуться, сгорбиться
- Бүкірсымақ – сутуловатый
- Бүлдіргіш – разрушитель, вредитель, смутянь

- Бүрсию – ежться, горбиться
- Былай – так, этак
- Бұдан былай – после этого
- Бұлғалақтау – качаться,
- Былшыл – хлюпание, боятовня, пустославие
- Былықтыру – учинить беспорядок
- Бырқылдау – говорить невнятно, выражать
- Быт, быт-шыт болып тарап кеттіндер – разбегались кто куда ?
- Бытырау – рассеиваться, разбредаться, раздобляться, разгленяться
- Бытысу – смешаться, перепутаться
- Біз – мы
- Біздің – наш
- Бізде – у нас
- Білгізу – учить, объяснять, довести до соснаний
- Білгіш – знающий
- Білдіру – дать, знать, сообщить
- Білек – часть руки между локтями запястью
- Білместік – незнание, неумение
- Білу – знать, понимать, узнать
- Білімсіз – неуг, невежда
- Біліну – познаваться, выявляться
- Бірақ – но, однако
- Бірауыздан – единоголасно, организованно
- Бірге – вместе, совместно
- Бірдей – идентигный, одинаковый, равный
- Бірден – сразу, в один прием
- Біржакты – односторонней
- Бірлесу – объединяться, спалигиваться
- Бірнеше – несколько
- Бірсарынды – однообразный, однотипный
- Бірталай – значительный, изрядный
- Біртоға – крепкий
- Біртұтас – единый
- Бірігу – соединяться, объединяться
- Бірінші – первый, первая, первое

- Бітіру – кончатъ, заканчиватъ, уладить
- Бітісу – мириться, поити на обоюдные уступки
- Біту – кончатъ, заканчиватъ, заживатъ
- Біркатарлы – одношереножный
- Буыныңыз ашылып шығып кеткен – у вас открытый вывих
- Бағыттаушы – направляющий
- Бас – марш
- Баяулат – реже шаг
- Бірінші – екіншіге санал – на первый – второй расчитайтесь
- Бой сергіту – размяться
- Біріншілік – первенство

Г-Ғ

- Гуіл – свист
- Гуілдеу – гудеть свистеть (о ветре)
- Гүл – цветы
- Ғажаптану – удивляться
- Ғапу – прошение, извинение

Д

- Дайындық жаттығулары – подготовительные упражнения
- Дағды – навык
- Демікпе – одышка
- Дене жаттығуларының маңызы – содержания физических упражнений
- Дененің иілгіштігі – гибкость тела
- Дененің салмағы – масса тела
- Дененің қалпы – положение тела
- Дененің құрамы – состав тела
- Дене салмағының кіндігі – центр тяжести тела
- Дене тәрбиесі – физическая культура
- Дене тәрбиесі сабағы – урок физического воспитания
- Деміңізді толық шығарыңыз – сделайте полный вдох
- Деміңізді шығармай ұстап тұрыңыз - задержите дыхание
- Дабыр – шумный говор
- Дабырлау – шуметь громко говорить

- Дагдылану – упряжняться, приобретать навыки
- Дайын – готовый
- Дайын болу - быть готовым
- Дайындау – подготовить, заготовить
- Дайындық – подготовка, подготовленность
- Далбаса – тщетное старение, напрасная забота
- Даму – развиваться, расширяться расти
- Дамыл – передышка, который отдых
- Дамылдау – отдыхать, передохнуть
- Дамылсыз – без передышки, непрерывный
- Дамыту – развивать, продвигать вперед
- Дардай – громадный здоровенный
- Дарулану – лечиться, пользоваться лекарством
- Дарылдау – кричать, орать, издавать
- Дайындау – талантливый, одаренный
- Дау – тяжба
- Дау – шар – спор, раздор, тяжба
- Дауласу – спорить, судиться, дискутировать
- Дауыс – голос
- Дауыстау – громко произносить
- Даяр – готовый, готово
- Даярлану – готовиться, приготовиться
- Даярлық – подготовка, готовность
- Дәл – точно, как раз
- Дәлдеу – утогнать, конкретизировать, вняснять
- Дәмелену – питать надежду, надеяться
- Дәнекер – спаика, связь, перен-посредник
- Дәрмен – сила, мощь
- Дәрменді – сильный, мощный, энергичный
- Дәрт – страсть, влечение, стремление
- Дәртті – страстный, бодрый, жизнерадостный
- Дәртсіз – пассивный, вялый, инертный
- Дәрт – терпение, разрешение, позволение
- Дәу – великан, гигант
- Дегбір – терпение
- Дегбірлі – терпеливый

- Дегендей – как раз (вышлотат, как хотелось)
- Дейін – до, по
- Дем – дыхание
- Дем алу – дышать, отдыхать
- Демалыс – отдых
- Демалыс күні – выходной день
- Дембелше – коренастый,небольшого роста
- Демеу – подмогать, поддержать, помочь
- Демігу – страдать одышкой тяжело дыша
- Демікпе –одышка
- Денелі –рослый, крупный
- Денсаулық – здоровье
- Денсаулық сақтау – беречь здоровье
- Деңгей – уровень
- Дер кезінде – своевременно
- Дербес – отдельный ,самостоятельный, особый
- Дереу – тот час, быстро, вдруг
- Дес – сила, помощь
- Дес бермеу – не уступать
- Деу –сказать, молвить
- Дидар –вид лица
- Добалдай –неуклюжий
- Доғару – кончить
- Долдану - взбеситься, сердиться
- Долы – упрямый, вспыльчивый
- Домалану –кувыркаться, катиться
- Дос – друг
- Дөңгелеу – крутиться, вертеться
- Ду - шум
- Дуылдау –шуметь, гондеть
- Дұрыс – правильно, правильный, верно
- Дүбірлеу – производить топот, стучат
- Дыбыс – звук, голос
- Дыбыс беру – отликаться,отзываться
- Дінке – сила, энергия, мощь
- Дінкем құрды – я выбился из сил

- Дірілдеу – дрожать, трястись
- Денсаулық – здоровье
- Доп – мяч
- Доп беру – передача мяча
- Допты ұстау – ловля мяча
- Допты алып жүру – ведение мяча
- Допты тартып алу – выбивание мяча
- Дене шынықтырумен шұғылдану –заниматься физкультурой
- Дене шынықтыру – физзарядка
- Дене шынықтыру жаттығуларын жасау – делать физзарядку
- Дәл соққы – точный удар
- Дойбы – шашки
- Дабыл – гонг

Е

- Еңтігесіз бе? – у вас есть отдышка?
- Еркін тұр! – вольно!
- Еркін жүр! – вольным шагом!
- Екпінмен жүгіру – разбег
- Еңбек сіңірген спорт шебері – заслуженный мастер спорта
- Еркін күрес – вольная борьба
- Екпін күші – инерция
- Екі қатар сап – двухширеножный строй
- Еңкею – наклон
- Ерік – воля
- Есепке жатқызу – зачет
- Ебедей – ловкость, растренный
- Ебетейсіз – неуклюжий, нерастрополный
- Егер – если
- Ерегісу –препираться, спорт с кем-то
- Екпін – порыв, темп
- Екпіндеу – нестись стремительно, стремить и вперед
- Екшелеу – выбирать, отбирать
- Елгезек – чуткий сердечный, послушный
- Елең – внимание
- Елікпе – задорный, легко увлекающийся

- Еліктеу – подражать
- Емдеу – лечит
- Емпендеу – идти торапливо, стремительно
- Емтихан – экзамен
- Емшек – груди
- Енгізу – вводит, внедряет, включают
- Енді – теперь ; в настоящее время
- Ендігәрі – в следующий раз
- Ендігі – следующий, будущий
- Енжар – равнодушный, халатный, апатичный
- Ентелесу – напирать друг на друга
- Ентигу - запыхаться, дышать угасенно, страдать отдышкой
- Ең-самый, ең жақсы – самый хороший
- Еңбек-труд; кол еңбегі - ручной труд; дене еңбегі-физический труд
- Еңбекқор - трудолюбивый, работающий
- Еңбектеу - ползать
- Еңкейту - наклонять, пригибать
- Еңкею - наклоняться, пригибаться
- Еп - ловкость, ловкий прием
- Елсіз - неловкий, неуклюжий, неосторожный
- Елті - осторожный, ловкий, экономный
- Ерегісу - спорить, упрячиться, препираться
- Ереже - правило, положение
- Ерекше - особенно, особо
- Еркелік - баловство, избалованность
- Еркін - свободный, свободно
- Ертең - завтра
- Ертеңге - на завтра, на утро
- Еру - следовать, за кемто
- Ерігу - скучать, бситься
- Ерікті - доброволец
- Ерін-губа
- Есендесу-здороваться
- Есеп-счет, отчет, расчет

- Есептеу-считать, подсчитывать
- Есепшіл-расчетливый
- Ескеру-обратить внимание
- Есті-сознательный, умный
- Есім-имя
- Есінеу-зевать
- Есіркеу-сочувствовать, жалеть
- Есіту-слышать, услышать
- Етті-полный
- Еш-(отрицание) ни
- Ешкім-никто
- Ештеме-ничего
- Есептеме – зачет
- Есеп – счет
- Ең жақсы – лучший
- Ең нашар – худший
- Ертеңгілік гимнастика –утренняя гимнастика
- Емдік дене шынықтыру –лечебная физкультура

Ж

- Жамбас пен жілік буыны – тазобедренный сустав
- Жарты айналым – полуповорот т.е 450
- Жарып өту – прорыв
- Жарыс ережесі – правила соревнований
- Жарыс хаттамасы - протокол соревнований
- Жаттығудан шалдығу – перетренированность
- Жаттығуды талдау – анализ занятий
- Жаттығу жүйесі – структура тренировки
- Жаттығу қабырғасы – тренировочная стенка
- Жаттығудың өтуін байқау – наблюдение за тренировкой
- Жаттыққан – тренированность
- Жаттықтырушы – тренер
- Жеке бастың тазалығы – личная гигиена
- Жекелей жарыс – личные соревнования
- Жекелей - командалық жарыс – лично – командные соревнования
- Жеке нәтиже – личный результат

- Жел – ветер
- Жеңіл атлетика – легкая атлетика
- Жиналу – сбор, слияние
- Жолдорба – рюкзак
- Жұмысқа қабілеттілік – работоспособность
- Жұптасып жаттығу – парные упражнения
- Жүгіретін жол – беговая дорожка
- Жүгіріс дайындалу – приготовиться к забегу
- Жүзу – плавание
- Жүзу түрлері – способы плавания
- Жүйке – нервы
- Жүйке жүйесі- нервная система
- Жүктеме – нагрузка
- Жүктеу (күш түсетін) – нагрузка физическая
- Жүрдек жүру – спортивная ходьба
- Жүрек – сердце
- Жүру – ход
- Жігерлі дайындық - волевая подготовка
- Жүрегіңіздің тұсы ауырмай ма ? – У вас есть боль в области сердца?
- Жоғары – высокое
- Жүгіріп маған кел! – бегом ко мне!
- Жазылған сап – размкнутый строй
- Жарты айналым оң-ға! – пол оборота напра-во!
- Жарты айналым сол-ға! – пол оборота нале-во!
- Жүгіре бас! – бегом марш !
- Жаса бір! – делай раз!
- Жаса екі! –делай два!
- Жаса үш! – делай три!
- Жат! –ложись!
- Жабу-закрывать,запирать, заткнуть
- Жабысу-липнуть, хвататься, уцепиться
- Жағаласу-схватить друг друга за шиворот, драться
- Жағдай-условие, обстоятельство
- Жағдайсыз-неудобный, неудобное положение
- Жадау-тощий, худой, изнуренный

- Жаза-наказание
- Жазалау-привлекать к ответственности
- Жазу-развернуть, разгибать
- Жазықты-вина, проступок
- Жазылу-разминаться, размяться
- Жазылу-выздороветь
- Жай-просто,медленно,обыкновенный
- Жайқалу-колыхаться
- Жайлану-успокоиться,стать спокойным, устроиться
- Жайластыру-разместить, закончить
- Жайрату-расбрасывать, оставить неубранным,
- Жайша-так себе
- Жайырақ-позже, немного погодя
- Жақ-щека
- Жақ сүйек-челюсть, скула, сторона, край
- Жақсарту-улучшать
- Жақсы-хороший, добрый
- Жақтау-защищать, заступиться за кого-нибудь
- Жақтыру-заставить разжигать, топить, ободрить
- Жақын-близкий, близко, рядом
- Жақындағы-близкий, находящийся вблизи
- Жақындау-приближаться, подходить
- Жала-ложное обвинение, клевета
- Жалақор-клеузник, клеветник
- Жалбақтау-гремезно угождать, подхалимничать
- Жалған-ложь, вранье
- Жалғас-последующий, продолжение
- Жалғасу-связываться, присоединяться
- Жалғыз-один, единственный
- Жалқау-ленивый, лодырь
- Жалқаулану-лениться, лодырничать
- Жалтақ-нерешительный, боязливый
- Жалтару-отскочить в сторону, неожиданно избегать трудностей
- Жалығу-утомиться

- Жалыну-умолять, сильно упрашивать
- Жаман-плохой, дурной, скверный
- Жамандау-хулить, хаять, плохо отзываться
- Жамандық-зло, все отрицательное
- Жамырау-шуметь, гудеть
- Жан-душа, дух, живое существо
- Жан- бок, сторона, возле, при, около,
- Жанасу-соприкаться, приближаться
- Жамбас-таз, тазовая кость
- Жамбастау-лежать на боку, возлежать
- Жандандыру-оживить, воодушевить
- Жан-жақ-вокруг, кругом
- Жан-жақтан-со всех сторон
- Жанжал-ссора, спор, скандал
- Жансебіл-живущий, двужильный
- Жантарту-сочувствовать
- Жан-тәнімен-всей душой, всем существом
- Жанында-около, возле, при
- Жаңа-новый, свежий
- Жана жаттығу-новое упражнение
- Жаңадан-снова
- Жаңадан бастау-начинать снова
- Жаңалық-новость, новизна
- Жаңаша-по новому
- Жаңаша құру-перестроить по новому
- Жаңғалақ-забывчивый, безлаберный, шалопай
- Жаңылдыру-сбивать, путать, спутать
- Жаңылу-ошибаться, запутаться, заблудиться
- Жапа-притеснение, мучение, обида
- Жапа көру-терпеть обиду
- Жаппай-массовый, сплошной, всеобщий
- Жапыр-жұпыр-засуетиться, оживиться
- Жапыраю-сидеть согнувшись
- Жара-рана, язва
- Жарайды-ладно, хорошо
- Жарақат-ранение, рана, травма

- Жарамды-годный, пригодный
- Жарастық-соответствие, быть к лицу
- Жарасу-помириться,соответствовать,подходить
- Жарату-одобрить,использовать, употреблять, любить,сотворить,создать
- Жарау-подходить,быть тренированным
- Жария болу-стать известным,быть опубликованным
- Жариялау-объявить,провозглашать,обнародовать
- Жарқын-светлый,лучезарный, приветливый
- Жарлық-распоряжение, приказ
- Жармасу-ухватиться, уцепиться
- Жарты-половина
- Жару-расколоть, рассечь
- Жарық-грыжа
- Жарылу-половина
- Жарыс-соревнование,скачки,бега,соревнования
- Жарыстырушы-инициатор,руководитель соревнования
- Жас-молодой, юный, возраст
- Жасау-сделать,смастерить,сотворить,создать
- Жасқану-робеть,бояться, стесняться
- Жастық-молодость, подушка
- Жасық-робкий, неэнергичный,нерешительный
- Жасырыну-спрятаться, скрываться
- Жаттау-выучить наизусть
- Жауап-еще,опять
- Жә-ну, ну-ка, довольно
- Жәбірлену-терпеть обиду, обижаться
- Және-ещё, опять
- Жәрдем-помощь, содействие, пособие
- Жедел-спешно,экстренно
- Жек көру-ненавидеть, не любить
- Жеке-отдельный
- Жекпе-жек-поединок
- Жексұрын-противный,презираемый
- Желке-затылок
- Желкелеу-бить по затылку

- Желікпе-легкомысленный, ветреный
- Жең-рукав
- Жеңу-победить, одолеть, победа
- Жеңуші-победитель
- Жеңіл-легкий, легко
- Жеңілдеу-облегчиться
- Жеңілденді салмағы-вес стал легким
- Жеңілу-быть побежденным, поражение
- Жеңіліс-поражение
- Жеңімпаз-победаносный
- Жеңіс-победа
- Жеңісу-тягаться
- Жер-земля
- Жеркену-брызговать
- Жете-основательно, подробно, детально
- Жетекші-руководитель, ведущий
- Жетерлік-достаточный
- Жеткізу-доставить, довести, донести
- Жеткіліксіз-недостаточный, неудовлетворительный
- Жету-догнать, достигнуть, доехать
- Жетілу-достичь совершенства в чем-либо
- Жетіскендік-успехи, достижения
- Жиналу-собратся, готовиться
- Жиналыс-собрание
- Жинау-собирать, убирать
- Жинақылық-аккуратность
- Жиылу-собираться, приготавливаться
- Жиі-частый, часто, густой
- Жию-собирать, подбирать,убирать, накапливать
- Жуықтау-приближаться,подходить близко
- Жуырда-недавно, в скором времени
- Жуыту-приближать, допускать к себе
- Жұғысу-приблизиться, прикасаться, перейти
- Жұдырык-кулак
- Жұдырыктасу-драться (бить кулаками друг друга)
- Жұқа-тонкий

- Жұлқу-дергать, выдергивать
- Жұлқыласу-вступать в схватку
- Жұлу-рвать
- Жұлып алу-вырвать
- Жұлын-спинной мозг
- Жұмарлау-комкать, мять
- Жұмсақ-мягкий
- Жұмсау-смягчиться, израсходовать, послать за чем-нибудь
- Жұму-закрывать, зажмурить глаза
- Жұмыр-круглый
- Жұмыс-работа
- Жұптау-спарить (соединить в пару)
- Жұтқыншак-глотка
- Жұту-проглотить, поглащать, глотание
- Жүгірту-заставить бежать
- Жүгіру-бегать, бежать, бег
- Жүгіріс-бег, беготня, состязание в беге
- Жүгірісу-состязаться в беге
- Жымию-улыбаться, усмехаться, слегка улыбаться
- Жыпылдау-делать быстрые движения, действовать ловко, изворотливо
- Жырындылық-опытность, сноровка
- Жыту-удирать (убегать)
- Жіберу-отпустить, послать, отправить
- Жігер-воля, упорство, настойчивость
- Жігерлі-энергичный, настойчивый, интенсивный
- Жігерсіздік-безволие, слабование, инертность
- Жіктеу-классифицировать, группировать
- Жіліншік-голень
- Жоба-проект, намётки
- Жоғалту-потерять
- Жоғары-верх, вверх, высоко
- Жоғарылату-завысить оценку знаний, поднять высоко
- Жоғарылау-повышаться, поднимать верх
- Жоғарғы-верховой, верхний, вышеупомянутый
- Жойқын-сокрушительный

- Жоқ-нет
- Жол-дорога, путь,направление,прием, способ, линия, строка
- Жолау-подходить, приближаться
- Жолдас-товарищ, друг, спутник
- Жолығу-встречаться, повидаться
- Жорамал-предложение
- Жорта-нарочно, намеренно, специально
- Жорык-поход
- Жорыққа шығу-отправиться в поход
- Жоспар-план
- Жосу-двигаться массой, бежать кто-куда
- Жою-уничтожить, истребить, изжить
- Жөн-направление, простой, подходящий
- Жөн-жоба-указания, правила
- Жуантық-полный, упитанный, толставатый
- Жуас-смирный
- Жуасыту-усмирить, укоротить
- Жүдеу-худеть, изнуряться, истощаться
- Жүз-лицо, облик
- Жүзу-плавать, плавание
- Жүйке-нерв
- Жүрек -сердце
- Жүрексіз-трусливый, несмелый
- Жүректі-смелый, мужественный, храбрый
- Жүру-ходить
- Жаяу жүру-ходить пешком
- Жүріс-ходьба, ход
- Жыбырлау-шевелиться, произвольные сокращение мышц лица
- Жығылу-упасть, падение, быть побежденным
- Жығысу-совместно свалить, повалить
- Жылау-плакать, плач
- Жылдам-скоро, быстро
- Жылдамдық-скорость, быстрота
- Жылжу-медленно перемещаться,пермещаться
- Жылжымалы-подвижный,передвижной (о предмете)

- Жылжыңқырау-подвинуться еще больше
- Жылмаң-проводной, юркий
- Жылпос-изворотливый, юркий, ловкий
- Жылпылдау-выскальзывать, лицемерно угадать
- Жылу-потеплеть, разогреться
- Жылыну-согреваться, греться

3

- Затпен жаттығу – упражнение с предметами
- Зорлану – натуживание -Зақым-повреждение, увечье
- Залал-вред, ущерб, урон
- Замандас-современник
- Запыран-желч
- Зар-стремление, желание
- Зарығу-томиться, скучать, изнывать
- Заулату-быстро скачать
- Зауық-желание
- Зауқым жоқ-у меня нет желания
- Зая-зря, напрасно, на ветер
- Зәулім-высокий
- Зейін-способность, разум, внимание
- Зейінді-способный, смысленный, понятливый
- Зер-внимание
- Зер салу-обратить внимание
- Зерек-одаренный, способный, талантливый
- Зерттеу-исследовать
- Зеріғу-скучать
- Зиян-вред, ущерб, убыток
- Зиян ету-повредить
- Зиянкес-вредитель
- Зиянсыз-безвредный, безвредно
- Зорайту-увеличивать, укрупнять, усиливать
- Зорға-на силу, едва-едва
- Зорлық-насилие
- Зулату-что-то быстро делать

- Зымырау-мчаться, лететь стрелой
- Зырк ету-стучать (о сердце)
- Зырылдау-быстро вертеться, свистеть
- Зыт-вон
- Зіл-тяжесть, вес, печаль

И

- Иба-вежливость, учтивость, скромность
- Игеру-справиться, одолеть, освоить
- Игі-лучше, хорошо, добрый, полезный
- Игілік-доброе дело, благополучное начинание
- Игілікті-приносящий пользу
- Ие-хозяин
- Иек-подбородок
- Изеу-кивать, соглашаться
- Икем-склонность, умение, приспособленность
- Икемді-ловкий, приспособленный
- Имек-согнутый
- Имендеу-сутулиться, ходить согнувшись
- Имию-гнуться, сгибаться
- Инеу-сгибать
- Ирек-зигзаг
- Ирелендеу-извиваться, стать зигзагообразным
- Итермелеу-подталкивать, отталкивать
- Итеру-толкать, отталкивать
- Иық-плечо
- Иілу-гнуться, сгибаться, склоняться
- Ию-гнуть, сгибать, размякнуть
- Ирелену – змейка
- Иілгіштік – гибкость
- Иілу – наклон

К

- Кезең – этап
- Келмеу – неявка
- Кері бұрыл – поворот кругом
- Кесіп жүру – движение по диагонали

- Кеуде қанқасы – грудная клетка
- Көміртегі – углеводы
- Көрке гимнастика - художественная гимнастика
- Күнге күй – загар
- Күн сәулесі ваннасы – солнечные ванны
- Күн өту – тепловой удар
- Күнге қызу – солнечный удар
- Күшті жетілдіру жаттығулары – силовые упражнения
- Күй – ожог
- Командалық –командный
- Келу –прийти
- Көмірсулар - углеводы
- Кәсіби спорт – профессиональный спорт
- Келесі –следующий
- Көрсету –показать
- Күшті соққы – сильный удар
- Көкалдағы хоккей – хоккей на траве
- Кездесуде кім төрелік етті? – кто судил встречу?
- Күміс медаль – серебрянная медаль
- Көлік – транспорт
- Кеуде – грудь
- Күрес – борьба-Кілт – ключ
- Классикалық күрес – классическая борьба
- Кекіресіз бе? – у вас бывает отрыжка?
- Көп сайыстағы гимнастика – гимнастическое много борье
строй
- Кең адым – шире шаг
- Кәдік-рискованный, опасный, неопределенный
- Кәдімгідей-как следует, так, как подобает
- Кәміл-совершенно, точно, безусловно
- Кәрі-старый
- Кәсіп-промысел, занятие, профессия
- Кедергі-препятствие, преграда, барьер
- Кежеге-затылок
- Кежір-капризный, упрямый
- Кез-момент

- Кездесу-встретиться, встреча
- Кезек-очередь, смена, дежурство
- Кезектесу-чередоваться
- Кезекті-очередной
- Кезең-период, время
- Кейде-иногда
- Кейігіш-вспыльчивый, раздражительный, обидчивый
- Кейін-назад, после
- Кейінгі-задний, последний
- Кейіп-вид лица
- Кейіпті-красивый, симпатичный
- Кейіс-огорчение, недовольство, досада
- Кекею-важничать (задирать нос)
- Кектену-таить на кого-нибудь злобу, месть
- Кекті-обиженный
- Кекшіл-злопамятный, мстительный
- Кекшілдік-мстительность, злопамятность
- Кекір-упрямый, неуступчивый
- Келбет-черты лица, облик, осанка
- Келбетті-красивый, статный, представительный
- Келесі-следующий, последующий
- Келешек-будущее
- Келтіру-приводить, позволить, приходить
- Келу-приходить
- Келісті-соответствующий, приятный
- Келістіру-мирить, приладить
- Келісу-договориться, прийти к согласию
- Келісім-соглашение
- Кем-меньше, хуже
- Кемсіту-унижать
- Кемтар-нетрудоспособный, неполноценный
- Кемтік-пробел, недочет
- Кему-уменьшаться, убавляться
- Кемшілік-недостаток, невхатка
- Кемік-мозговая кость, костный мозг
- Кемтілген-заниженный

- Кеңес-совет, совещание
- Кеңею-расширяться
- Кеңсірік-переносица
- Кеңірдек – дыхательное горло
- Кептеу – втискивать, напяливать
- Кепіл – порука, ругательство
- Керегінше – в меру необходимости
- Керек – нужно, надо, надобно
- Керемет – необычный, очень, изумительный
- Керең – глухой
- Керу – обратно, назад
- Керілік – упрямство, консерватизм
- Керісу – спорить, ссориться
- Кеселді – больной, болезненный
- Кесімді – обусловленный, точный, окончательный
- Кесір – вред, зло
- Кету – уходит, удаляться
- Кимелеу – толкать, расталкивать
- Киіну – одеваться
- Көз – глаза, око, ушко, исток, источник, начало
- Көзқарас – взгляд, мировоззрение
- Көзілдірік – очки
- Көмек – помощь, подмога, оказать помощь
- Көнбіс – выносливый, послушный
- Көнігу – привыкать, смириться
- Көңіл – желание, внимание, настроение
- Көңілді – радостный, интересный
- Көп – много, множество, масса, долго
- Көптік- большой сбор, множество
- Көргенсіздік-невоспитанность, грубость, неугливость
- Көркем-художественный, изящный
- Көрме-выставка
- Көрсету-указать, показать
- Көру-видеть, увидеть
- Көрікті-красивый, изящный
- Көріну-показаться, являться

- Көрісу-видаться, встречаться, здороваться друг с другом
- Көсілу-протянуть, вытянуть ноги
- Көтеру-поднять, повесить
- Көшірме-выписка, копия
- Куәлік-свидетельство
- Күбірлесу-беседовать в полголоса
- Күдер-надежда, упование, отгаиваться
- Күдіктену-сомневаться
- Күжбан-громадина
- Күжірейту-выпягивать
- Күйгелектену-нервничать, раздражаться, горячиться
- Күйкентай-кобчик
- Күйрету-разрушать, ломать
- Күйіну-горевать, печалиться
- Күлегеш-хохотун, любитель посмеяться
- Күлдіру-смешить
- Күлкі-смех
- Күлімдеу-улыбаться
- Күмән-сомнение, подозрение
- Күн-солнце, день, число, случай, погода
- Күнара-через день
- Күнә-вина, проступок, недостаток
- Күнәлі-виноватый, грешный
- Күн бойы-целый день
- Күнде-ежедневно
- Күндес-соперница
- Күндеу-завидовать, ревновать
- Күндіз-днем
- Күншығыс-восток
- Күншіл-завистливый
- Күрделі-сложный, значительный, важный
- Күрес-борьба
- Күресу-бороться
- Күретамыр-вена
- Күш-сила, тяжесть
- Күшену-тужиться

- Күшею-усиливаться, стать сильным
- Күшсіз-бессильный, слабый, немацный
- Күшті-сильный, мощный
- Кібіртік-нерешительный, тихий, боязливый
- Кідіру-задержаться, остановиться
- Кіжіну-грозит, угрожать, сердиться
- Кілбию – выглядеть
- Кім – кто, кім бар – кто есть?
- Кінәлі – виноватый
- Кіндік – пуп, перен. центр
- Кіргізу – пустить, разрешить войти, звести, устроить определить
- Кірпік – ресница
- Кісі – человек
- Кішкене – маленький, немного
- Кішінейіл – скромный, обходительный, учтивый, вежливый
- Қола медаль – бронзовая медаль
- Қарсылас –противник
- Қайталау –повторить
- Қан тарату – разминка
- Құрамы - состав
- Қақпа – ворота
- Қорғаныс – защита
- Қорғаушы – защитник
- Қақпада тұру – стоять в воротах
- Қосалқы – запасной
- Қонақ үй – гостиница
- Қабат – этаж
- Қыжылдау қашан болады ? – когда у вас бывает изжоги ?
- Құжатыңызды беріңіз – прошу ваш документ
- Құл болады – есть
- Қатар –шеренга
- Қатарға тұр – встать в
- Қысқа адым – короче шаг
- Қалыпты адым – полный шаг
- Қабырға – ребро

- Қажалу – ссадиня
- Қазақтың ұлттық спорт түрлері – казахские национальные виды спорта
- Қайта секіру – повторный прыжок
- Қақпа – ворота
- Қалқан – щит
- Қалыпқа келу кезеңі – восстановительный период
- Қан айналымы – кровообращение
- Қанталау – ушиб, гематома
- Қаптал – фланг
- Қаптал сызығы – боковая линия
- Қарсы беттегі сызық – лицевая линия
- Қарсы жүру – движение напротив
- Қатар – строй
- Қатарласу – шеренга
- Қатардағы жаттығулар – строевые упражнения
- Қатардың ені – ширина строя
- Қателесулер – ошибки (в спорте)
- Қабак – веко, хмурый, сердитый, край, берег
- Қабыл алу – принять, согласиться
- Қабыну – воспалиться
- Қабырға – ребро, стена
- Қабілет – способность
- Қағажу – отстранение, отчуждение
- Қағу – стучать, стучаться, хлопать, биться, обивать
- Қағысу – столкнуться, конфликтовать
- Қадағалау – следить, проверять
- Қадам – шаг, бір қадам алға – шаг вперед
- Қадап: аяқты қадап басу – твердо ступать ногами
- Қадау – воткнуть, вонзить, пришивать
- Қадір – уважение, достоинство, почёт
- Қажу – натереть, стирать, изнашивать
- Қажет – необходимость, надо
- Қажу – утомиться, уставать
- Қажыр – сила, упорство, энергия

- Қажырлылық – стойкость, энергичность, упорство
- Қажырсыз – вялый, слабый, неэнергичный
- Қазба – придиричивый
- Қазбалау – донимать, надоедать словами
- Қай – какой
- Қайғы – печаль, горе, скорбь
- Қайда – куда, где
- Қайдан – откуда
- Қайқайту – выгибать назад, вытягивать
- Қайқаю – откинуться назад, вытягиваться
- Қаймығу – робеть, стесняться, воздержаться
- Қайран – жаль, увы, удивленный
- Қайрат – энергия, кипучая сила
- Қайраттандыру – подбодрить, вдохновить, воодушевить
- Қайсар – настойчивый, негибемый, непоколебимый
- Қайсы – который, қайсысы – который из них
- Қайта – опять, наоборот, повторно
- Қайтадан – снова
- Қайталау – повторять
- Қайтару – вернуть, возвратить, прогонять, возместить
- Қайту – возвратиться, вернуться
- Қақайту – выгибать (туловище назад)
- Қақпашы – вратарь, привратник
- Қақсау – твердить, надоедливо повторять, бляеть, ныть
- Қақтығу – столкнуться, ударяться о что-нибудь
- Қалай – как
- Қалам – ручка
- Қалау – класть
- Қалаушы – выбирающий, кладщик
- Қалдық – остаток
- Қалдыру – оставить, пропустить
- Қалжың – шутка, забава
- Қалжырау – обессилить, сильно утомиться,
- Қалқалау – прикрывать, защищать
- Қалқию – едва стоять на ногах
- Қалтаңдау – суетиться, торопиться

- Қалтырау – дрожать, трястись
- Қалу – остаться
- Қалшию – столбенеть, замереть, упереться (как бык)
- Қалық – отстающий
- Қалыптандыру – править, добиваться привития определенных навыков
- Қам – забота, страдание, печаль
- Қамдану – готовиться, позаботиться, принять меры
- Қамқор – шеф, опекун, покровитель
- Қамқорлық – шефство, покровительство
- Қамығу – печалиться, огрочаться, чувствовать обиду
- Қан – кровь
- Қанағат – удовлетворение, довольствоваться малым
- Қанау – эксплуатировать, угнетать, кровоточить
- Қандай? – какой, какое?
- Қансырау – истикать кровью, быть обескровленным
- Қанталаум – покрываться кровоподтеками, покраснеть
- Қанша? – сколько?
- Қаңғыру – бродить, шататься
- Қап, сен ме? – вот я тебя (возглас сожаления)
- Қапа – огорчение, печаль
- Қапалы – опечаленный, огорченный, тоскующий
- Қапсағай – сухощавый рослый, (о человеке),
- Қапы – неожиданно, врасплох
- Қар – снег, предплечье
- Қарай – соответственно
- Қарайлау – ожидать, задерживаться, оглядываться
- Қаралу – быть рассмотренным
- Қарама: карама-қарсы – напротив, противоположены
- Қарану – оглядываться по сторонам
- Қараңғы – темно, темнота
- Қарапайым – скромный, обычный
- Қарар – решение, постановление
- Қарасу – помогать, оказывать
- Қарау – смотреть, гядеть, осматривать, принадлежать, нечестный, недобросовестный

- Қарашық-зрачок, зеница
- Қарғу – перепрыгнуть
- Қарқылдау-хохотать, смеяться громко, ккаркать
- Қарқын-темп, резвость
- Қарқындату-усилить темп
- Қарлығы-охрипнуть, хрипеть
- Қарыз-долг, заем, кредит
- Қарыздар-должник
- Қарын-желудок, живот
- Қарыс-мера длины
- Қарыспа-упрямый
- Қарысу-упрямиться, упорствовать, быть сведенной судорогой
- Қас-бровь, враг, настоящий, подлинный
- Қасақана-нарочно, со злым умыслом
- Қасақы-зловредный, злонамеренный
- Қасиет-свойство, достоинство, прок, польза
- Қаскүнемдік – вредительство, злонамерение
- Қасқаю-быть заметным
- Қасқайып қарсы тұрды-он встретил противника не колеблясь
- Қастасу-враждовать друг сдругом
- Қастық-враждебность, вражда, злодеяне
- Қатал-строгий, требовательный
- Қатар-ряд, строгий, шеренга, подряд, подобный, рядом
- Қатарлас-параллельный
- Қатарласу – ровняться
- Қате-ошибка, ошибочно
- Қателесу-ошибиться
- Қатесіз-без ошибки, безошибочно
- Қатты-твердый, сильный, скупой, громко (говорить)
- Қатынасу-иметь связь, общаться
- Қауысу-сойтись, сходиться
- Қашан-когда, қашан да – всегда
- Қашу – убежать, избегать
- Қашықтау-отдаляться, удаляться
- Қиқарлық-упрямство
- Қимыл-движение, действие

- Қиналу-мучиться, замориться
- Қинау-мучить, пытать, истязать
- Қисактау-упрямство, каприз, кривизна
- Қисын-удобный случай, повод, основание
- Қитыктану-обидеться, быть задетым, упрямыться
- Қиянат-зло, пакость, вред, ущемление
- Қияпат-вид, физиономия
- Қозғалу-двигаться, шевелиться, прийти в движению
- Қозу-возбуждаться, раздражаться, возобновляться
- Қоқыту – сорить, кутать, запутать
- Қол – рука
- Қол көтеру-(поднять руки) голосовать, подчиняться
- Қолайлы-приемный, подходящий, возобновляться
- Қоланса-неприятный запах пота из подмышек
- Қолдану-употреблять, руководствоваться
- Қолдау-поддерживать, покровительствовать, поддержка
- Қолжету-достигнуть,добиться
- Қолқа-аорта
- Қолтық-подмышка
- Қолтықтау-взять по руку, поддержать кого-либо
- Қомпию-надуться, важничать
- Қоныш-голеница
- Қоңырау-звонок
- Қор-фонд
- Қор болу-страдать, опуститься, пасть
- Қорғалау-спасаться, стесняться, заступаться
- Қорғалақтық-трусость, нерешительность
- Қорғану – защищаться, обороняться, побаиваться
- Қорғаныс – оборона, самозащита,
- Қорғау – охранять,защищать, оборонять
- Қорғаушы – защитник
- Қорқақ – трус, трусливый
- Қорқыту – напугать, страшать, грозить
- Қорлау – оскорблять, глумиться, позорить
- Қоршау – окружить, загородить
- Қорытынды – вывод, заключение

- Қос – пара, парный, двойной
- Қосалқы – запасной, побочный, дублер
- Қостау – одобрить, поддержать
- Қосылу – присоединиться, сходиться
- Қосымша – дополнение, прибавление
- Қош – прощай, будь здоров
- Қошамет – одобрение, лестный отзыв
- Қуалау – гнаться, преследовать, гонять
- Қуану – радоваться
- Қуат – сила
- Қуатсыз – несильный, неэнергичный
- Қуаттану – сделаться сильным, крепким, мощным
- Қуғындау – преследование, преследовать
- Қуғыншы – преследующий, гонитель
- Қудырту – заставить погнаться
- Қулық – хитрость, обман
- Қуу – гнать, прогонять, выгонять
- Қуық – мочевого пузыря
- Құйымшақ – крестец
- Құйыну – обливаться водой, купаться
- Құйыршақ – конечная часть крестца
- Құлак – ухо
- Құлақтандыру – объявлять, извещать
- Құлау – свалиться, рухнуть
- Құлқын – глотка
- Құрмет – почет, уважение
- Құрсақ – живот, пузо
- Құттықтау – поздравлять
- Құшақ – объятия
- Құштар – имеющий влечение сильно увлеченный
- Қыжыраю – коситься
- Қызығу – заинтересованность, интерес
- Қызықтыру – заинтересовать, стимул
- Қылқыну – задыхаться, удушиться
- Қылжыр – упрямый
- Қымсыну – стесняться, смущаться

- Қынжылу – огорчаться
- Қыңқылдау – канючить, ворчать
- Қыпықтау – стесняться
- Қырғи – копчик
- Қырсау – ленивый
- Қырсық – невезение, упрямый, непослушный
- Қырсыз – бездельник
- Қырынан – боком, ребром
- Қырындау – подходить, приближаться боком
- Қысу – сжать, сжимать, прижимать
- Қысым – зажим
- Қимыл екпіні – темп движений
- Қимылды сипаттау – характер, особенность движения
- Қозғалыстың шапшандығы – скорость движения
- Қорғау – зачита
- Қорыту – обобщение
- Қорытынды баға – итоговая оценка
- Құрал – жабдық – инвентарь
- Құрама команда – сборная команда

Л-М

- Лек – колонна
- Лимфа жүйесі – лимфатическая система
- Лақтыру – метание
- Лек – колонна
- Лақтырушы – метатель (ница) -Лақтыру – кинуть
- Ләззат – удовольствие
- Лепілдеу – торопиться
- Лүпілдеу – угощенно биться
- Лықсу – опускаться, сесть
- Мағына – смысл, значение
- Маза – покой, спокойствие
- Мақау – непонятливый
- Мақсат – цель
- Мақтау – хвалить, хвала
- Мақұл – ладно

- Малдас, малдас кұрып отыру – сидеть поджав ноги под себя
- Мамырлау – ступать, ходить
- Маңдай – лоб
- Маңыз – смысл
- Марқаю – подрасти
- Машық – упражнение
- Машықтану – приобретать навыки
- Мә – на, бери
- Мәз – рад, доволен
- Мәлім – известный
- Мән – значение
- Мәселе – вопрос
- Мезгіл – время, пора
- Мезгілсіз – несвоевременно, невовремя
- Мейрам – праздник
- Мен – я
- Мертік – перелом кости, травма
- Мойын – шея
- Мойынсұну – послушаться
- Мұрат – идеал, цель
- Мүсінді – статный
- Мүше – часть тела
- Мығым – крепкий
- Мін – недостаток
- Міндет – задача
- Міне – вот
- Мінез – характер
- Мүшесі – член
- Мүлт кету – промах
- Мүз айдыны – каток
- Мәнерлеп сырғанау – фигурные катание
- Маған кел – ко мне
- Мен – я
- Менің жасағанымды жаса – делай как я
- Мадақтама – грамота
- Майлар – жиры
- Мақсат – цель

- Марапаттама – диплом (почетный документ)
- Машықтанғандық - упражняемость- изменения организма под действием упражнений
- Мәре – финиш
- Ми –мозг
- Мидың шайқалуы – сотрясение мозга
- Мұз – лед
- Мұз айдыны – катки ледяные
- Мүйіздену – мозоль
- Міндетті бағдарлама – обязательная программа
- Міндетті жаттығу – обязательные упражнения
- Мінез – характер
- Мәре –старт
- Мәреге тұрындар – на старт
- Мәре –финиш
- Мәреге келу – финишировать

Н-О

- Назар аудару – внимание
- Нығыздалған доп – набивной мяч
- Назар – внимание
- Намыс – честь
- Намыссыз – человек без чувства собственного достоинства
- Нарлық – благородство
- Науқас – болезнь
- Нешінші? – который?
- Нағыз – плотный, крепкий
- Нәтиже –результат
- Негізгі – основной
- Найза лақтыру – метание копья

О

- Олимпиядалық ойындар – олимпийские игры
- Ойыншы – игрок
- Орындылатын әмір – исполнительная команда
- Оң-ға! – напра-во!
- Оң-ға түзел! – равнение напра-во!
- Орнында адым бас! –на месте шагом марш!
- Оңға жазыл! –вправо разомкнись!
- Оңға сығыл! – вправо сомкнись!
- Оңға ығыс! – вправо принять!
- Ол неге өзін зорсынады ? –почему он считает себя лучше других ?
- Оған – ему, тому
- Озу – обогнать, опередить
- Ойлау – думать, мыслить, помышлять
- Ойнау –играть, забавляться, шутить
- Оқсу – чувствовать тошноту, тошнота
- Оқу – читать, учиться
- Оқыту – учить, обучать
- Ол – он, она, тот
- Олай – так
- Омақасу – падать кувырком
- Онан – оттуда, от него
- Онда – там, туда
- Оң – правый, лицевая сторона
- Оңай – легкий, нетрудный
- Оңға – направо, вправо
- Оралым – круг
- Ортада – в середине
- Орын – место, кстати, должность
- Осал – слабый, непрочный
- Осы – это
- Осылай – так, таким образом
- Осындай – такой же, подобный
- Осынша – сколько, столько
- Отыру – сидеть, садиться

- Отырысу – рассаживаться, сидеть вместе беседуя
- Ойлану – мышление
- Ойын – игра
- Ойынға қосу – подога
- Олимпиялық алау – олимпийский факел
- Олимпиялық ант – олимпийская клятва
- Олимпиялық от – олимпийский огонь
- Оң жақ – правая сторона
- Орта – середина
- Орта сызық - средняя линия
- Орнында тұру – стояние на месте

Ө

- Өзара әрекет ету – взаимодействие
- Өту –проход
- Өте жақсы –очень приятно
- Өзіңізді таныстырып өтіңізші – представьтесь, пожалуйста
- Өжет – упорный
- Өз: Өзім – я сам
- Өзгелену – отличаться, выделяться
- Өзгеріс – изменение, перемена
- Өзгеше – особенный, особенно, иначе, по-другому
- Өкпе – легкие
- Өкше – пятка, каблук
- Өкшелеу – преследовать
- Өкініш – раскаяние, сожаление
- Өлшем – мера, мерка, размер
- Өлшеу – мерить, взвешивать
- Өндірішек – глотка, горло
- Өң – облик, лицо, образ
- Өңеш – пищевод
- Өрлету – развивать, повышать
- Өрлеу – подняться верх
- Өрмелеу – лазить, карабкаться
- Өсу – расти, развиваться
- Өт – желчь

- Өте – очень,слишком
- Өтіну – просить, умолять
- Өтірік – ложь, ложный

П-Р

- Пайда – польза, выгода
- Пайдалы – полезный
- Пайдасыз – бесполезный
- Паракор – взяточник
- Парасатты – понятливый, разумный
- Пән – научная дисциплина, учебный предмет
- Пәрмен – сила
- Пысу – окрепнуть, закалиться
- Шкір – мнение, мысль
- Пішінді – стойкий, привлекательный
- Рахмет – спасибо
- Рас – правда
- Ренжу – обижаться, огорчаться
- Ренжіту – обидеть, огорчить
- Рет – порядок, раз, повод, выход, возможность
- Рух – дух
- Рұқсат – разрешение, позволение
- Рет- ретімен санал – по проядку рассчитайтесь

С

- Спортпен шұғылдану –заниматься спортом
- Сорабы – насос
- Соққы – удар
- Спорт шебері – мастер спорта
- Сорттық гимнастика - спортивная гимнастика
- Салмақ –вес
- Секіру ұзындыққа – прыжки в длину
- Секіру биіктікке – прыжки в высоту
- Секіру таякпен – прыжки с шестом
- Садакпен ату – стрельбаиз лука

- Сіз тек қана сіңіріңізді созып алғансыз – вы только растянули связки
- Сіздің әдеттегі қан қысымыңыз қандай ? – какое ваше обычное давление?
- Сіз – вы
- Сау болыңыз - до свидания
- Сәлеметсізбе – здравствуйте
- Сап түзе – становись
- Сап – строй
- Сығылған сап – сомкнутый строй
- Салмақ – вес
- Сап түзеу – построение
- Сапқа тұру – строй
- Сапты қадам – строевой шаг
- Сапты қайта құру – перестроение
- Саптың сырты – тыльная сторона строя
- Саяхат – экскурсия
- Сезіну – ощущения
- Сезіну шалттығы – быстрота реакции
- Секіргіштік – прыгучесть
- Секіретін жін – скакалка
- Секіретін орын – место для прыжков
- Секіру – прыжки
- Серпетін аяқ – толчковая нога
- Соққы – удар
- Солға бұрылу – поворот налево
- Соңғы – замыкающий
- Сөре – старт
- Спорт алаңшалары – спортивные площадки
- Спорт ардагері – ветеран спорт
- Спорт алаңы – орена спортивная
- Спорт белгісі – эмблема спортивная
- Спорт аяқ киімі – обувь спортивная
- Спорт доптары – мячи спортивные
- Спорт жарыстары – соревнования спортивный
- Спорт киімі – форма спортивная

- Спорт құрал – жабдықтары – спортивный инвентарь
- Спорт ғимаратары – спортивные сооружения
- Спорт нәтижелерін талдау – анализ спортивных результатов
- Спортпен айналысуға дәрігердің рұхсат бермеуі – медицинские противопоказания для занятия спортом
- Спорттық жаттығу – спортивная тренировка
- Спорттағы әдіс – спортивная техника
- Спорттағы жарақат – спортивная травма
- Спорттағы жетістік – спортивные достижения
- Спорттағы марапаттау – спортивное награждение
- Спорттағы төрешілік – судейство в спорте
- Спорт төрешісі – судья по спорту
- Спорттық дайындық – спортивная подготовка
- Спорттық нәтиже – спортивный результат
- Спорттық сылау – массаж спортивный
- Спорттық шеберлік – спортивное мастерство
- Сымбат – натура
- Сынақ – тест
- Сынақтан өту – тестирование
- Серкіреме – душ
- Саптан шық – выйти из строя
- Студенттердің алды – лучший из студентов
- Сабақтың барысы – ход занятий
- Сабақ – урок, задание
- Сабыр – терпение, выдержка
- Сағақ – изгиб образуемый шей и подбородком, часть горла
- Саған – к тебе, тебе
- Сактық – осторожность, сбережение
- Салмақ – вес
- Салт – обычаи
- Салу – положить
- Салыстыру – сравнивать
- Самай – висок
- Сан – бедро, ляжка
- Сана – сознание
- Саналу – считать

- Санасу – совместно считать
- Санау – считать
- Сап – строй, ряд, колона
- Сапа – качество
- Сасу – теряться
- Сасушылық – растерянность
- Саты – лестница, ступень
- Сатылау – подниматься или опускаться
- Саусақ – палец
- Сәл – немножко
- Сәлем – привет
- Сәлем айту – передать привет
- Сәтті – удачливый
- Себеп – причина, повод
- Себепсіз – без причины, без повода
- Сегізкөз – поясница
- Сезу – чувствовать

Т

- Табан – стопа
- Табан буыны – голеностопный сустав
- Таған – стойка
- Таза жеңіс – досрочная, чистая победа
- Талдау – анализ
- Тамыр соғысы – пульс
- Таралу – разведение, деление
- Таралу және бірігу – размышание и смыхание
- Тарау – дробление на две, три коллон
- Тартысатын арқан – канат для перитягивания
- Тән әзірлігі – физическая подготовленность
- Тәнге күш түсіру – физическая нагрузка
- Тән дайындығы – физическая подготовка
- Тән дамуы – физическое развитие
- Тән сапасы – физические качества
- Тән тәрбиесі – физическое воспитание
- Тәртіп – дисциплина

- Тәртіп бұзу – нарушения
- Тәртіптілік – дисциплинированность
- Тәсіл – тактика
- Тәсілдік дайындық – тактическая подготовка
- Тәсілдік қателіктер – тактические ошибки
- Тәсілдік шешім – тактическое решение
- Тепе- теңдік – равновесие
- Тершендік – потливость
- Тер шығару – потоотделение
- Тері –кожа
- Топбасшы –направляющий
- Топтасып жаттығулар – групповые упражнения
- Тор –сетка
- Төреші алқасы – судейская коллегия
- Тұзақ – петля
- Тұр! – стой!
- Тұрыс – стойка
- Түзел – равняйся
- Түзу –прямо
- Түсу – спуск
- Тоғыз қатар – сомкнутый строй
- Тынығу – отдых
- Тыныс алу – дыхание
- Тыныс алу жаттығулары – дыхательные упражнения
- Тынысты ұстау – задержка дыхания
- Тізе буыны – коленный сустав
- Тік тұр! – смирно!
- Танысуға рұхсат етіңіз! – разрешите представится !
- Тапаншамен ату – стрельба из пистолет
- Тез –быстро
- Төреші – судья
- Төрелік ету – судить
- Төмен – низкий
- Тең – ничейный
- Тез шаршайды – быстро устаёт
- Тор – сетка

- Тең ойын – ничья
- Тізе бұғу – сдаться
- Тара! – разойдись!
- Тіктел, Тік тұр! – смирно!
- Тұйықтаушы – замыкающий
- Түзел! – равняйся!
- Тура – прямо
- Тоқта! – стой!

У Ұ Ү Ф Х Ш

- Уақыт – время
- Ұзындыққа секіру – прыжки в длину
- Ұйқы - сон
- Ұпай – очки, счет, очков
- Ұпай – очко
- Ұзындыққа секіру – прыжки в длину
- Ұтыс - выигрыш
- Ұтылыс – проигрыш
- Үлкен башпай - большой палец
- Үйретіңізші-научите
- Футбол алаңы – футбольное поле
- Физкультурашы – физкультурник
- Хауыз – бассейн
- Халықаралық – международный
- Хауыздар – бассейны
- Шалыстырып аттау – скрестный шаг
- Шана - сани
- Шаңғы – лыжи
- Шегіну – отступление
- Шектен шығып кету – заступ
- Шомылу – купание
- Шыдамдылық – выносливость
- Шынтақ буыны – локтевой сустав
- Шынығу – закаливание
- Шыр айналу – круговое движение

- Шабуыл – нападение
- Шабуылшы –нападающий
- Шаңғы – лыжи
- Шаңғышы – лыжник
- Шаңғымен серуендеу – кататься на лыжах
- Шаңғы жолы – лыжня
- Шаңғы таяқтары – лыжные палки
- Шаңғы майы – лыжная мазь
- Іш еттері –брюшной пресс
- Ішкі органдар – внутренние органы
- Ішіңізге терең дем алыңыз – сделайте глубокий вдох
- 400 метрге жүгіру – бег на 400 метр

Қолданылған әдебиеттер тізімі:

1. Жолымбетов Ә.Ш, Құлназаров А.Қ Спорт терминінің түсіндірме сөздігі.-Алматы 2009-480 стр.

2. Қапалбеков. Б, Жонкешов.Б, Қазақша-орысша, орысша-қазақша/- сөздіктер.

3.Русско-казахский разговорник для спортсменов.– Алматы 2007-152 стр. Лингвострановедческий инновационный центр – «КИЕ»

4.Ә.Жолымбетов, А.Құлназаров Русско-казахский толковый словарь спортивных терминов. - Алматы 2008 -560 стр.

5.Строевые команды, рапорты и обращения между военнослужащими ответственные редакторы книги – профессора - Аманжолов К.Р, Нұсқабайұлы Ж. Алматы – Білім 2000 -72 стр. Х. Махмудов, Ғ.Мусабаев. Казахско – русский словарь Алматы-Өнер 1995, - 448 стр.