

PILKA KOSZYKOWA

CHARAKTER GRY	1
PRZEPISY	
Boisko	2
Tablice	4
Kosze	6
Piłka	6
Gracze i ich zastępcy	7
Komisja sędziowska i jej obowiązki	8
Mianownictwo gry	10
Prawidła gry	14
Liczenie punktów	18
Piłka za linią	19
Piłka przetrzymana	20
Rzut wolny	21
Rzut karny	22
PILKA KOSZ. DLA KOBIET	26
TECHNIKA GRY	28
TAKTYKA GRY	37
ZAPRAWA	44

PILKA SIATKOWA

CHARAKTER GRY	47
PRZEPISY	
Cel gry	48
Boisko	48
Przybory	51
Drużyna	52
Komisja sędziowska i jej obowiązki	54
Mianownictwo	56
Zasady gry	58

	<i>str.</i>
Zagrywka	61
Zmiana miejsc i strata piłki	63
Obliczanie punktów	64
Wyniki i czas trwania gry	64
Wybór „gry” i boiska	66
Zmiana pola „gry” i „zagrywki”	67
Dyskwalifikacja	67
Strona formalna gry	68
Spis wykroczeń i błędów technicznych	68
TECHNIKA	69
TAKTYKA	72
ZAPRAWA	77

SZCZYPIORNIAK

WSTĘP	81
PRZEPISY	
Boisko	82
Przybory	86
Drużyna	86
Gry	87
Zatrzymywanie, oddawanie..., wybijanie piłki	88
Zdobycie bramki	91
Spalony	92
Rzut z linii bocznej	93
Rzut z rogu	94
Rzut od bramki	94
Rzut wolny pośredni	95
Rzut wolny bezpośredni	96
Rzut karny	97
Rzut sędziowski	98
Sędzia główny	99
Sędzia linjowy	100

	<i>str.</i>
TECHNIKA GRY	102
TAKTYKA GRY	103

HAZENA

WSTĘP	107
PRZEPISY	
Boisko	107
Piłka	110
Drużyna	111
Gra	111
Zdobycie bramki	112
Piłka „poza granicami”	112
Teren działania	114
Rzut piłki z autu	115
Rzut piłki od bramki	115
Rzut z rogu	116
Sposoby gry piłką	118
Bramkarz	120
Gra ciałem	120
Strzał do bramki	122
Rzut wolny	124
Rzut karny	126
Rzut sporny	128
Wykluczenie z gry	130
Prawa i obowiązki sędziego	131
UWAGI TECHNICZNE	134

PALANT AMERYKAŃSKI

WSTĘP	137
PRZEPISY	
Boisko	138

	<i>str.</i>
Piłka	142
Palant	142
Gracze	142
Miotacz	145
Gra	148
Gra nierozstrzygnięta	148
Zwycięstwo drużyny	148
Gracze rezerwowi	149
Wybór boiska	149
„Piłka dobra“ — „Piłka zła“	149
Piłka martwa	152
Piłka jest spalona	152
Zatrzymanie piłki	153
Zaliczanie punktów	153
Błąd palantowego	154
Palantowy jest spalony	154
Bieg do met	155
Porządek zajmowania met	156
Gracz zajmuje metę	156
Kiedy można, a kiedy nie można wyruszać z mety	157
Powrót do met	158
Biegnący zostaje „spalony“	159
Powrót do mety	161
Miotacz wyczekuje	161
Sędzia	161
Ogłaszanie gry i przerw	162
Liczenie punktów	163
Nieprzewidziane wypadki	164
TECHNIKA GRY	164
TAKTYKA GRY	167
UBIÓR	170