

PE WORD BANK
POLISH

Basketball	Koszykówka
Dribble	Kozłować (piłkę)
Lay-up	Dwutakt, rzut z dwutaktu
Hold	Przytrzymać, trzymać
Bounce	Odbijać
Shoot	Strzelić, rzucać (w kierunku)
Mark (marking an opponenent)	Kryć, pilnować (przeciwnika),
Teams	Drużyny
Zone	Strefa
Man – to – man	Jeden na jednego
Defence	Obrona
Offence	Atak
Pass	Podać
Ball	Piłka
Net	Siatka
Foul	Faul, faulować

PE WORD BANK
POLISH

Football	Piłka Nożna
Dribble	Dryblować
Pass	Podać
Kick	Kopnąć
Midfielder	Zawodnik środka pola, pomocnik
Attacker	Napastnik, atakujący
Striker	Napastnik
Goal Keeper	Bramkarz
Match	Mecz
Header	Główka
Bibs	Kamizelki, koszulki, znaczniki
Formation	Formacja, szyk
Tactics	Taktyka
Goals	Bramki, gole
Net	Bramka, gol
Corner	Róg, narożnik
Corner	Rzut różny
Free Kick	Rzut wolny
Penalty	Rzut karny

PE WORD BANK
POLISH

Swimming	Pływanie
Breaststroke	Styl klasyczny, żabka
Front Crawl	Kraul
Backstroke	Styl grzbietowy
Streamline	Optywowy kształt
Floats	Pływadełka, unosić się na wodzie
Kicking	Kopanie nogami
Water	Woda
Dive	Skok do wody, nurkowanie
Push and Glide	Odepchnij się i pływ
Legs	Nogi
Arms	Ręce, ramiona
Breathing	Oddychanie
Hip	Biodro
Straight	Prosty

PE WORD BANK
POLISH

Badminton	Badminton
Serve	Serw, serwis, serwować, podanie
Forehand	Forhend
Backhand	Bekhend
Overhead Clear	Wybicie piłki znad głowy
Drop shot	Piłka ścięta
Footwork	Praca nóg
Singles	Singel, gra pojedyncza
Doubles	Debel, gra podwójna
Court	Kort
Net	Siatka
Shuttle	Lotka
Follow through	Wykończenie uderzenia
Smash	Smeczować, ścinać, uderzać
Racket	Rakieta, uderzać rakieta
Grip	Chwył, sposób trzymania rakiety

PE WORD BANK
POLISH

Hockey	Hokej
Stick	Kij, laska
Ball	Piłka
Team	Drużyna
Short corner	Krótki róg
Long corner	Długi Róg
Pass	Podać
Dribble	Lekko uderzać, prowadzić krążek
Position	Pozycja
Striker	Napastnik
Shoot	Strzelać
Scoring Area	Strefa bramkowa/punktowa
Centre Circle	Koło środkowe
Pass back	Podać/podanie do tyłu
Indiana Dribble	Drybling w stylu Indiana
Reverse pass	Podanie do tyłu

PE WORD BANK
POLISH

Rugby	Rugby
Ball	Piłka
Tackle	Szarża, blok
Try	Przyłożenie
Line-out	Wybicie piłki, ustawienie autowe
Scrum	Młyn
Spin Pass	Podkręcone podanie
Pass	Podanie, podawać
Positions	Pozycje, położenia
Touch	Dotykać, aut
Waist	Talia, pas
Rules	Zasady, reguły
High	Wysoko
Low	Nisko
Team-work	Praca zespołowa
Referee	Sędzia, arbiter
Back Pass	Podanie do tyłu
Knock on	Rzut do przodu

PE WORD BANK
POLISH

Gymnastics/dance	Gimnastyka/taniec
Balance	Równowaga, utrzymywać równowagę
Tuck	Wciągać, przyciągać, wsuwać
Pike	Pozycja łamana, wyskok w pozycji łamanej
Body tension	Napięcie ciała
Star	Gwiazda
Box	Skrzynia, kozioł
Spring Board	Odkocznia
Rings	Obręcze
Floor	Podłoga, parkiet
Mat	Mata
Somersault	Przewrót, salto
Hands	Dłonie, ręce
Straight	Prosty
Cartwheel	Gwiazda, przerzut bokiem
Headstand	Stanie na głowie
Handstand	Stanie na rękach
Run	Bieg, biec
Cannon	Karambol, zderzyć się z czymś
Symmetrical	Symetryczny
Point	Punkt, koniuszek, czubek
Toes	Palce u nóg
Arc	Łuk
Hip-hop	Muzyka hip hopowa
Break-dancing	Breakdance
Music	Muzyka
Stop	Zatrzymać się, przestać,

PE WORD BANK
POLISH

Fitness	Sprawność Fizyczna
Treadmill	Bieżnia (ruchoma)
Cross-trainer	Orbiter eliptyczny, elipsa
Bike	Rower, rower stacjonarny
Rowing machine	Ergonometr wiosłarski, maszyna wiosłarska
Strength	Siła
Stamina	Wytrzymałość
Flexibility	Giętkość, elastyczność
Weights	Ciężarki
Music	Muzyka
Heart-Rate	Tętno
Muscles	Mięśnie
Joints	Stawy
Body	Ciało
Equipment	Sprzęt, wyposażenie
Safety	Bezpieczeństwo
Maximum	Maksymalny
Heart	Serce
Lungs	Płuca
Blood	Krew

PE WORD BANK
POLISH

Athletics	Lekkoatletyka
Run	Bieg, biegać
Jog	Biegać (w celach rekreacyjnych) , (wolny) bieg
Relay	Sztafeta
Discus	Dysk, rzut dyskiem
Javelin	Oszczep, rzut oszczepem
Long Jump	Skok w dal
High Jump	Skok wzwyż
Metres	Metry
Long distance	Długie dystanse, długodystansowy
Sprint	Sprint, wyścig krótkodystansowy
Aerobic	Tlenowy, do aerobiku
Anaerobic	Beztlenowy
Stride	Krok, kroczyć (zamaszyście, energicznie)
Levers	Drażki
Arms	Ramiona
Legs	Nogi
Team	Drużyna