

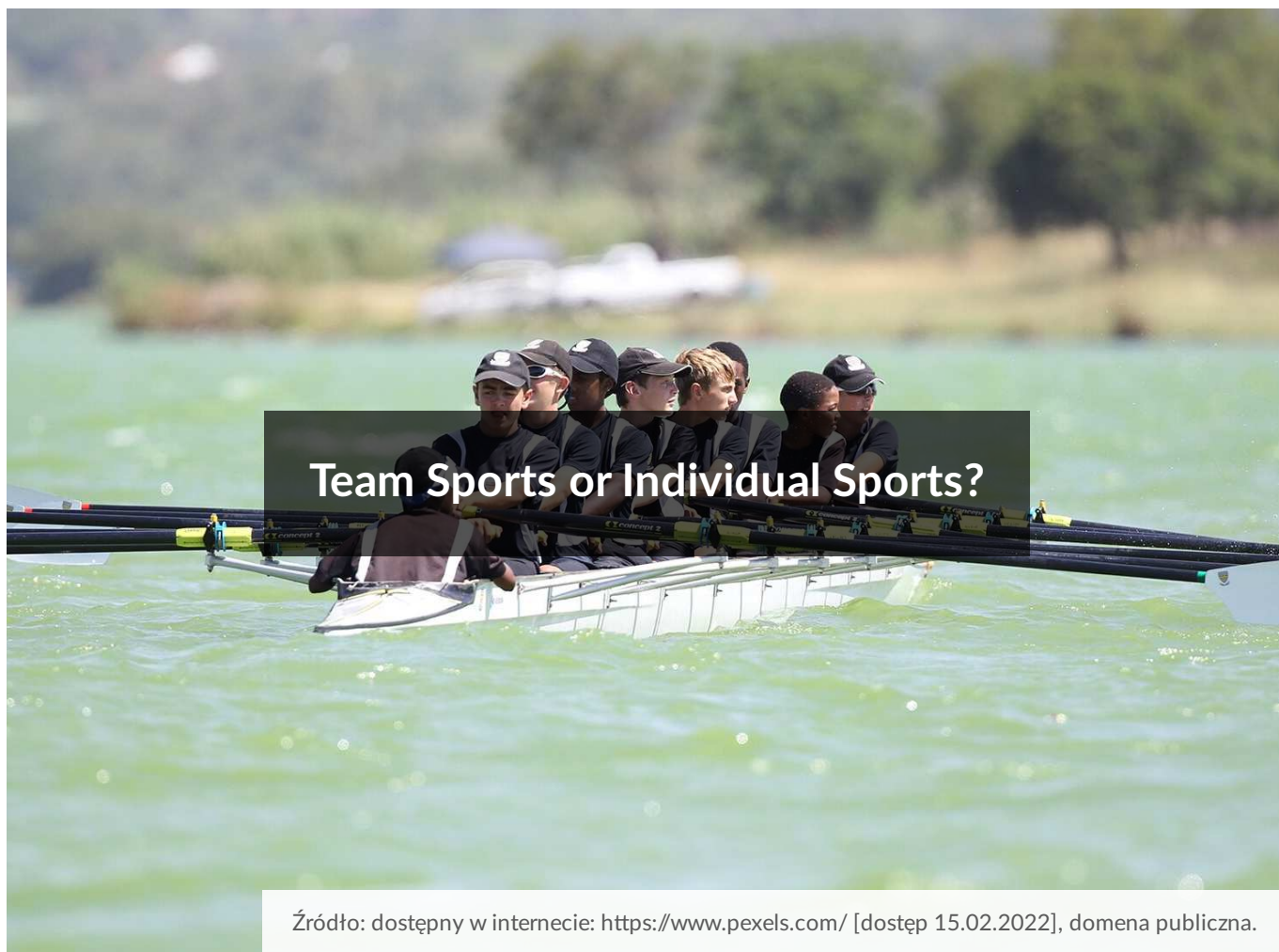


Team Sports or Individual Sports?

- [Wprowadzenie](#)
- [Przeczytaj](#)
- [Ilustracja interaktywna](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Słownik](#)
- [Dla nauczyciela](#)

Bibliografia:

- Źródło: Daria Wieliczko, licencja: CC BY-SA 3.0.



Team Sports or Individual Sports?

Źródło: dostępny w internecie: <https://www.pexels.com/> [dostęp 15.02.2022], domena publiczna.

Sporty drużynowe czy sporty indywidualne?

Każdy z nas ma inny, niepowtarzalny charakter i swoje preferencje. Niektórzy wybierają spędzanie czasu samotnie, a inni w grupie przyjaciół. Podobnie jest z uprawianiem sportu. Jedni wolą trenera i ćwiczenia indywidualne, a inni – grę w drużynie. Jakie są wady i zalety każdego z tych wariantów? Czego taki sport może wymagać od ciebie, a co ci może zaoferować? W tym e-materiale poznasz zarówno zdanie na ten temat ludzi uprawiających oba typy sportów, jak i opinie ich trenerów.

Twoje cele

- Na podstawie wysłuchanych i przeczytanych tekstów rozwiniesz i utrwalisz słownictwo związane z różnicami w sportach indywidualnych i drużynowych, a nowo poznanych wyrazów użyjesz w różnych kontekstach komunikacyjnych.
- Po wysłuchaniu nagrań przedstawiś zalety i wady sportów indywidualnych i drużynowych.

- Używając poznanych wyrazów, napiszesz e-mail, w którym zarekomendujesz wybrany sport.

Przeczytaj

Team sports or individual sports? Basketball or tennis? If you want to know which sport to choose, this e-material will help you with making the right decision!



What are the advantages of team sports?

Źródło: dostępny w internecie: <https://freepik.com/> [dostęp 15.02.2022], domena publiczna.

Exercise 1

Do the puzzle and write the names of all the sports that the balls represent. Are they team sports or individual sports?



Źródło: dostępny w internecie: www.freepik.com [dostęp 2.02.2022], domena publiczna.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

You're going to read two opinions of teenagers, Aisha and Tim, talking about their experience with practising basketball and tennis. Read the text, do the exercises and think if you have any similar experience.

” Daria Wieliczko

Team Sport Or Individual Sport --- Which One Is Best For Me?

Aisha and Tim from our school's basketball and tennis sections will tell you about their experience and convince you that their sport is the best.

Aisha: Team sports rule! I am a basketball player and I love it. I used to be very shy, so I couldn't make friends easily. When my PE teacher asked me to join the school's basketball team, I had many doubts. But then I finally decided to give it a go. [Working together](#) with other players helped me to open up to people. When I [focused on team effort](#) to win a game, I didn't have to think about how shy I was. I also became a lot more trustful because in a team you have to rely on each other. There is nothing more [uniting](#) a group of friends than working together to [achieve a common goal](#). The best thing is that they count on you, but everyone [plays their designated role](#). So when you win, you celebrate your wins together. When you lose, it is easier to accept defeat together and not blame yourself for it. Also, [being competitive](#) used to be very stressful for me. But I learnt that I [contribute to victory](#) as much as anyone else. That is why, competing has become much less stressful. The only downside of me playing in a basketball team is that my parents constantly worry about me. It is because it is much [easier to get an injury](#) than by playing an individual sport. I once broke my finger and they were so worried that I don't know who was more in pain: me or them? LOL.

Tim: If you are like me, then you don't like spending time with many people at one go. I have Asperger's syndrome and for me, playing a team sport is a "no-no." I really don't like all the shouting and touching, it makes me nervous. I have [learnt to depend on myself](#) and I like training alone or having [individual sessions with the coach](#). Playing tennis has all these. Such [personalised training](#) is great for

me. I also love doing things according to a plan, it gives me comfort and peace of mind. So, before training, my coach helps me with [setting my personal goals](#), both short-term and long-term ones. My [short-term goals](#) will cover today and any time between now and in 3 months' time. My [long-term goals](#) will be set for half a year and more. The sport has also helped me to have [better organisational](#) and [decision-making skills](#). Although having [no support from the team](#) when losing or winning can sometimes be [more emotionally challenging](#), I don't take wins and [defeats](#) that personally. [Solo athletes](#) have [stamina](#) and [willpower](#) and that is who I am.

Źródło: Daria Wieliczko, licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 2

Match the phrases with their definitions.

at one go

in one single action

It's a "no-no" for me.

It's something I cannot accept or do.

I don't take it personally.

I'm not offended by or angry with it.

Team sports rule!

Team sports are the best!

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 3

Scan the text again and match the sentences with the correct person.

1. Tim:

Likes working alone with the coach.

Wasn't excited about meeting new people in the past.

2. Aisha:

Can make better decisions now.

Plays an equal part in winning and losing than others.

Likes working with others to achieve success.

Can have more injuries.

Doesn't think playing solo is stressful.

Likes to have every day planned.

Exercise 4

Match the verbs with their definitions.

contribute to victory	to be successful in something
achieve a goal	to help win a game
depend on someone	to have a part in playing a sport
play a role	to count on somebody
get an injury	to hurt a part of the body while doing a sport

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 5

Read the sentences and choose one correct word for each sentence.

1. Mark had a career as a coach.
2. It takes a lot of to run a marathon.
3. You have to be very to do well in sport these days.
4. Her made Iga a great tennis player.
5. He couldn't play longer because of a serious .

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Słownik

achieve a common goal

/ ə'tʃi:v ə 'kɒmən ɡəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

osiągnąć wspólny sukces

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

being competitive [be competetive]

/ 'bi:ɪŋ kəm'petətɪv / / 'bi kəm'petətɪv /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

konkurowanie [konkurować]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

better decision-making skills

/ 'betə dɪ'sɪʒŋ ,meɪkɪŋ skɪlz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

lepsze umiejętności podejmowania decyzji

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

better organisational skills

/ 'betər ,ɔːgənəɪ'zeɪʃnəl skɪlz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

lepsze umiejętności organizacyjne

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

celebrate wins together

/ 'selɪbreɪt wɪnz tə'geðə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

wspólnie świętować zwycięstwo

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

contribute to victory

/ kən'trɪbjʊ:t tu 'vɪktəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

przyczynić się do zwycięstwa

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

defeats [defeat]

/ dɪ'fi:tʃ / / dɪ'fi:t /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

porażki [porażka]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

easier to get an injury

/ 'i:zɪə tu 'get ən 'ɪndʒəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

łatwiej doznać kontuzji

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

focused on team effort [focus on team effort]

/ 'fəʊkəst 'ɒn ti:m 'efət / / 'fəʊkəs 'ɒn ti:m 'efət /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

skoncentrowany/skoncentrowana na wysiłku zespołowym [skoncentrować się na wysiłku zespołowym]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

individual sessions with the coach

/ ,ɪndɪˈvɪdʒʊəl 'seʃnz wɪð ðə kəʊtʃ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

sesje indywidualne z trenerem [sesja indywidualna z trenerem]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

learnt to depend on myself [learn to depend on yourself]

/ lɜːnt tu dɪˈpend ˈɒn maɪˈself / / lɜːn tu dɪˈpend ˈɒn jɔːˈself /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

nauczyłem/nauczyłam się polegać na sobie [nauczyć się polegać na sobie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

long-term goals [long-term goal]

/ ˈlɒŋ tɜːm ɡəʊlz / / ˈlɒŋ tɜːm ɡəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

cele długoterminowe [cel długoterminowy]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

more emotionally challenging

/ mɔ: ɪ'məʊʃənəli 'tʃæləndʒɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

być większym wyzwaniem emocjonalnym

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

no support from the team

/ 'nəʊ sə'pɔ:t frəm ðə ti:m /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

brak wsparcia ze strony drużyny

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

personalised training

/ 'pɜ:sənəlaɪzd 'treɪnɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

trening spersonalizowany, dopasowany do osoby

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

plays their designated role [play their designated role]

/ 'pleɪz ðeə 'deɪɡneɪtɪd rəʊl / / 'pleɪ ðeə 'deɪɡneɪtɪd rəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

odgrywa wyznaczoną rolę [odgrywać wyznaczoną rolę]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

setting personal goals [set personal goals]

/ 'setɪŋ 'pɜːsənəl ɡəʊlz / / 'set 'pɜːsənəl ɡəʊlz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

ustalanie celów osobistych [ustalać cele osobiste]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

short-term goals [short-term goal]

/ 'ʃɔ:t tɜ:m gəʊlz / / 'ʃɔ:t tɜ:m gəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

cele krótkoterminowe [cel krótkoterminowy]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

solo athletes [solo athlete]

/ 'səʊləʊ 'æθli:ts / / 'səʊləʊ 'æθli:t /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

sportowcy grający w pojedynkę [sportowiec grający w pojedynkę]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

stamina

/ 'stæmɪnə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

wytrzymałość

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

uniting

/ ju'naɪtɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

jednoczący/jednocząca

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

willpower

/ 'wɪlpəʊə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

siła woli

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

working together [work together]

/ ,wɜ:kɪŋ tə'geðə / / 'wɜ:k tə'geðə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

wspólna praca [pracować wspólnie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DcHTP2SPB>

Nagranie dźwiękowe

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0

Dziennik

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Ilustracja interaktywna

The picture below shows two sports, gymnastics and volleyball. Play interviews with the coaches of these sports and check what they have to say about playing solo or playing on a team.



A team or not a team? That is the question!

Źródło: dostępny w internecie: <https://freepik.com/> [dostęp 1.06.2023], domena publiczna.

Exercise 1

Choose which sports are individual sports and which team sports.

1. Individual sports:

volleyball

ice hockey

ski jumping

football

handball

ice skating

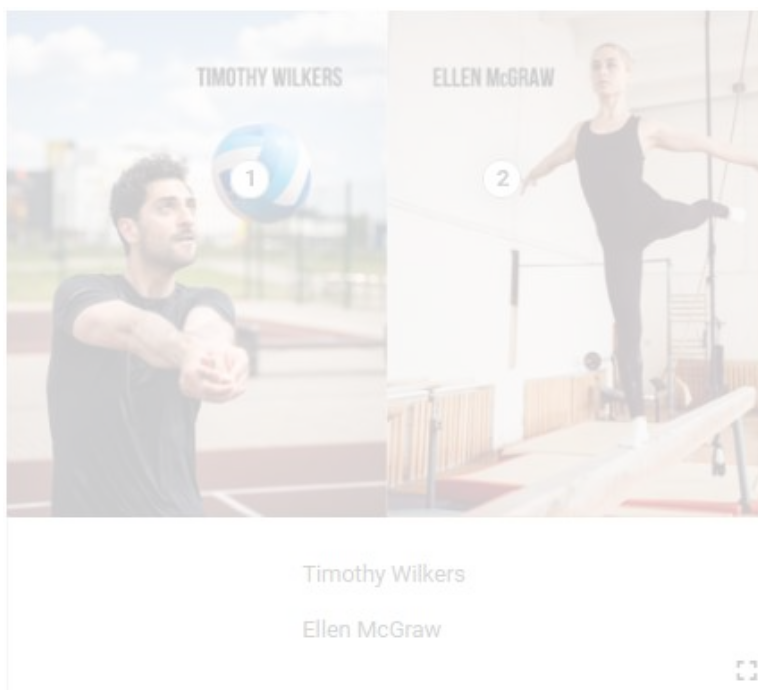
karate

gymnastics

2. Team sports:

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Here are interviews with two coaches talking about their sports, gymnastics and volleyball. Click on the pictures and play the recordings. Then, do the exercises.



Zasób interaktywny dostępny pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1GyYucwd>

Źródło: dostępny w internecie: www.freepik.com [dostęp 24.07.2022], domena publiczna.

Exercise 2

Based on the recording read the sentences and type in either T for (Timothy) or E for (Ellen) for each sentence.

1. is a coach of gymnastics.
2. used to play football.
3. made friends while training.
4. changed sports.
5. turned to sport because of his/her energy.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 3

Match the correct endings of sentences.

Ellen loves gymnastics because she believes	sport changes people.
Timothy trains a team which has a real	that he became a coach.
Timothy loved volleyball so much	team spirit.
Timothy hasn't always been into	gymnastics.
Ellen looks and feels great because of	volleyball.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 4

Complete the sentences with the words from the recording. The first letters have been given.

1. A is a player who plays behind the main defenders.
2. A beam is a piece of equipment used in gymnastics.
3. The first hit in volleyball is usually a .
4. Exercising on a pommel was my favourite at school.
5. When he performs, he always gives his best .

shot

bump

llibero

balance

horse

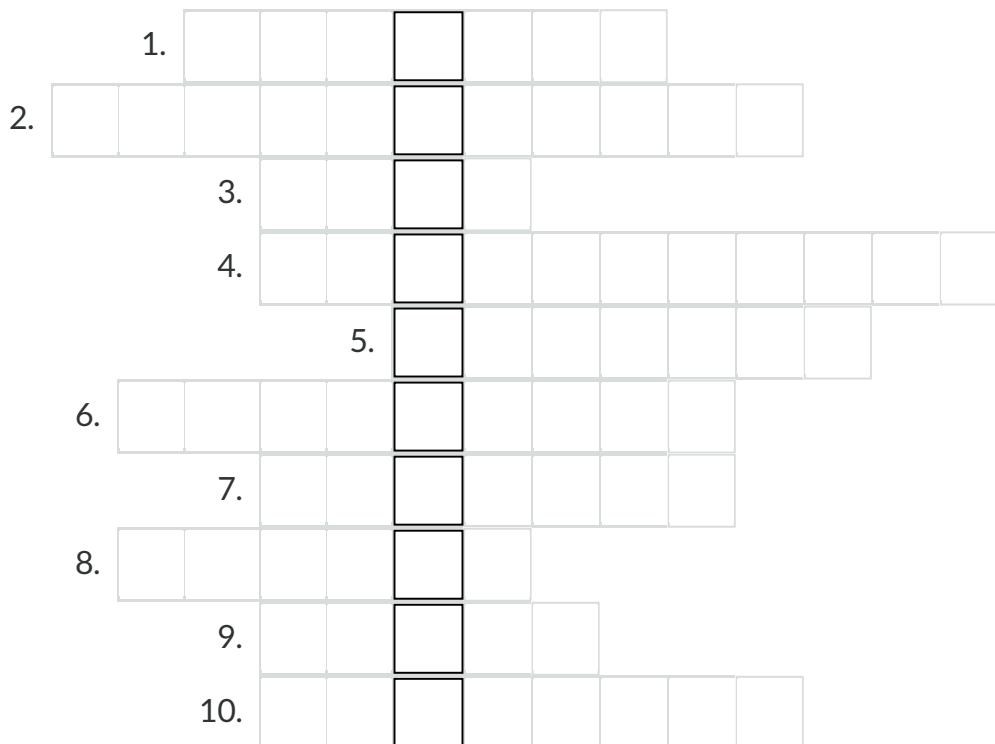
Sprawdź się

Show exercises:   

Exercise 1



Complete the crossword and find the hidden word.



1. Zwycięstwo
2. Wymagający
3. Cel
4. Zmuszający do rywalizacji
5. Wytrwałość
6. Siła woli
7. Jednoczący
8. Kontuzja
9. Ścięcie (uderzenie w siatkówce)
10. Napastnik, atakujący

Exercise 2



Match the words to form correct phrases.

personalised	spirit
balance	challenging
emotionally	beam
team	training
long-term	goals
decision-making	skills

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 3



Drag and drop the words to the correct places in the sentences.

1. I have learnt to on myself and I like training alone.
2. I used to be so energetic and I was never tired so I to sport.
3. The sport has also helped me to have better organisational .
4. My long-term will be set for half a year and more.
5. I learnt that I contribute to as much as anyone else.

turned

goals

depend

victory

skills

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 4



Read the sentences and choose one correct word for each sentence.

1. Tom was very and always wanted to win.
2. My are also my friends.
3. His made Robert a great football player.
4. It was such a great . France won 3-0.
5. In individual sports you learn to on yourself.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 5



Study the sentences below and fill in the gaps with the correct words.

1. Josh doesn't like kicking a ball. He prefers using his hands, that's why he really enjoys .
2. Martha is a very brave person. She isn't afraid of heights and she wants to try ski this winter.
3. It's good to know how to defend yourself. My cousin trains twice a week and he knows how to fight.
4. Hannah is good at stretching. She does almost every day.
5. I've never tried . I'm scared to fall down on ice.
6. Lisa is a bit shy. She prefers playing individually with her coach.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 6



Read the sentences and mark them T or F.

Sentence	True	False
Basketball and volleyball are team sports.	☐	☐
Pommel horse is a piece of equipment used in tennis.	☐	☐
In volleyball you hit the ball three times.	☐	☐
In team sports it's easier to get an injury.	☐	☐
In gymnastics you can use different equipment, for example a racket.	☐	☐

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 7



Write one-sentence answers to the questions.

1. What sport is better for you: a team sport or individual sport? Why?

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

2. Is being competitive with your teammates a good thing or a bad thing? Why?

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Exercise 8



Write to your friend from England who wants to make a decision about playing an individual or a team sport. In the e-mail:

- explain the main differences between playing solo or playing for a sports team;
- describe at least one disadvantage of playing both types of sports;
- recommend which sport (team or individual) this person should choose.

Your answer should be 50–120 words long.

Słownik

Słownik

achieve a common goal

/ ə'tʃi:v ə 'kɒmən ɡəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

osiągnąć wspólny sukces

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

balance beam

/ ,bæləns bi:m /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

równoważnia

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

be into

/ bi 'ɪntə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

być czymś zainteresowanym/zainteresowaną

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

being competitive [be competitve]

/ 'bi:ɪŋ kəm'petətɪv / / 'bi kəm'petətɪv /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

konkurowanie [konkurować]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

better decision-making skills

/ 'betə dɪ'sɪʒn ,meɪkɪŋ skɪlz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

lepsze umiejętności podejmowania decyzji

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

better organisational skills

/ 'betər ,ɔ:gənər'zeɪʃnəl skɪlz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

lepsze umiejętności organizacyjne

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

bump

/ bʌmp /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

przyjęcie zagrywki dolnej (w siatkówce)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

celebrate wins together

/ 'selɪbreɪt wɪnz tə'geðə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

wspólnie świętować zwycięstwo

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

contribute to victory

/ kən'trɪbjʊ:t tu 'vɪktəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

przyczynić się do zwycięstwa

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

defender

/ dɪ'fendə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

obrońca/obrończyni

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

defeats [defeat]

/ dɪ'fi:ts / / dɪ'fi:t /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

porażki [porażka]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

easier to get an injury

/ 'i:ziə tu 'get ən 'ɪndʒəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

łatwiej doznać kontuzji

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

focused on team effort [focus on team effort]

/ 'fəʊkəst 'ɒn ti:m 'efət / / 'fəʊkəs 'ɒn ti:m 'efət /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

skoncentrowany/skoncentrowana na wysiłku zespołowym [skoncentrować się na wysiłku zespołowym]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

give your best shot

/ gɪv jə 'best ʃɒt /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

dać z siebie wszystko

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

individual sessions with the coach

/ ˌɪndɪˈvɪdʒʊəl ˈseʃnz wɪð ðə kəʊtʃ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

sesje indywidualne z trenerem [sesja indywidualna z trenerem]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

learnt to depend on myself [learn to depend on yourself]

/ lɜːnt tu dɪˈpend ˈɒn maɪˈself / / lɜːn tu dɪˈpend ˈɒn jɔːˈself /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

nauczyłem/nauczyłam się polegać na sobie [nauczyć się polegać na sobie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

libero

/ 'li:bərəʊ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

libero (jeden z graczy w siatkówkę; jego/jej zadaniem jest tylko gra obronna; jest wyspecjalizowany/wyspecjalizowana w przyjmowaniu zagrywek)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

long-term goals [long-term goal]

/ 'lɒŋ tɜ:m gəʊl / / 'lɒŋ tɜ:m gəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

cele długoterminowe [cel długoterminowy]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

more emotionally challenging

/ mɔ: ɪ'məʊʃənəli 'tʃæləndʒɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

być większym wyzwaniem emocjonalnym

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

no support from the team

/ 'nəʊ sə'pɔ:t frəm ðə ti:m /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

brak wsparcia ze strony drużyny

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

personalised training

/ 'pɜ:sənəlaɪzd 'treɪnɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

trening spersonalizowany, dopasowany do osoby

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

plays their designated role [play their designated role]

/ 'pleɪz ðeə 'deɪɡneɪtɪd rəʊl / / 'pleɪ ðeə 'deɪɡneɪtɪd rəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

odgrywa wyznaczoną rolę [odgrywać wyznaczoną rolę]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

pommel horse

/ 'pʌm| hɔ:s /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

koń z lękami (sprzęt do gimnastyki)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

setting personal goals [set personal goals]

/ 'setɪŋ 'pɜːsənəl ɡəʊlz / / 'set 'pɜːsənəl ɡəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

ustalanie celów osobistych [ustalać cele osobiste]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

short-term goals [short-term goal]

/ 'ʃɔːt tɜːm ɡəʊl / / 'ʃɔːt tɜːm ɡəʊl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

cele krótkoterminowe [cel krótkoterminowy]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

sign someone up

/ 'saɪn 'sʌmwʌn ʌp /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

zapisać kogoś na coś

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

solo athletes [solo athlete]

/ 'səʊləʊ 'æθli:ts / / 'səʊləʊ 'æθli:t /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

sportowcy grający w pojedynkę [sportowiec grający w pojedynkę]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

spike

/ spaɪk /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

trzecie uderzenie, mające na celu atak (w siatkówce)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

stamina

/ 'stæmɪnə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

wytrzymałość

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

team spirit

/ ti:m 'spɪrɪt /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

duch zespołu

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

turn to

/ 'tɜ:n tu: /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

skłonić się ku

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

uniting

/ ju'naɪtɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

jednoczący/jednocząca

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

willpower

/ 'wɪlpəʊə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

siła woli

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

working together [work together]

/ ,wɜ:kɪŋ tə'geðə / / 'wɜ:k tə'geðə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

wspólna praca [pracować wspólnie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DvCfvJ6ni>

Nagranie dźwiękowe

Dla nauczyciela

Autorka e-materiału: Daria Wieliczko

Autorka scenariusza: Zuzanna Ładyga-Michalska

Przedmiot: język angielski

Temat zajęć: *Team Sports or Individual Sports?* / Sporty drużynowe czy sporty indywidualne?

Grupa docelowa: klasa 8 szkoła podstawowa

Podstawa programowa:

Cele kształcenia – wymagania ogólne I, II, III, IV, V

Treści nauczania – wymagania szczegółowe I.1, I.10, II.5, III.4, V.2, V.3, V.6, VII.9, VII.14, VIII.1

Poziom nauczania: podstawowy

Kształtowane kompetencje kluczowe:

1. [K1] kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji
2. [K2] kompetencje w zakresie wielojęzyczności
3. [K4] kompetencje cyfrowe
4. [K5] kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się

Cele operacyjne:

1. Uczeń stosuje słownictwo związane ze sportami drużynowymi i indywidualnymi.
2. Uczeń potrafi wymienić cechy charakterystyczne sportów drużynowych i indywidualnych.
3. Uczeń formułuje wiadomość rekomendującą rówieśnikowi konkretny typ sportu.

Cele motywacyjne:

1. Uczeń stosuje słownictwo związane ze sportami w nowych kontekstach komunikacyjnych.
2. Uczeń kształtuje zrozumienie wpływu własnej osobowości na preferencje w zakresie wyboru aktywności fizycznej.
3. Uczeń rozwija wiedzę na temat wpływu osobowości na umiejętności: pracy zespołowej, indywidualnej i rywalizacji.

Strategie uczenia się:

1. strategie pamięciowe (obraz i dźwięk; skojarzenia myślowe, umieszczanie nowych słów w kontekście)
2. strategie kognitywne (ćwiczenie wymowy, analizowanie i rozbijanie zdań i zwrotów na mniejsze części)
3. strategie kompensacyjne (nauka poprzez używanie omówień i synonimów nieznanymi słów; domyślanie się znaczenia słów z kontekstu)

Metody/techniki nauczania:

1. metoda kognitywna
2. konektywizm
3. podejście komunikacyjne
4. podejście humanistyczne
5. zintegrowane nauczanie językowo-przedmiotowe
6. metoda podająca (praca z tekstem)

7. metoda cyfrowa (praca z użyciem komputera)
8. metoda praktyczna (ćwiczenia przedmiotowe)
9. metoda aktywizująca (ilustracja interaktywna, dyskusja w parach/na forum klasy)

Formy zajęć:

1. praca w parach
2. praca w grupach
3. praca całego zespołu klasowego
4. praca indywidualna

Środki dydaktyczne:

1. komputer z dostępem do internetu i z głośnikami
2. zasoby multimedialne zawarte w e-materiale
3. tablica interaktywna
4. urządzenia (laptopy, tablety) dla poszczególnych uczniów

PRZEBIEG LEKCJI:

Faza wprowadzająca:

1. W ramach przygotowania do lekcji uczniowie tworzą układankę w *Exercise 1* (Przeczytaj) i odpowiadają na pytanie z ćwiczenia.
2. Nauczyciel pyta uczniów:
 - *What other team sports do you know?*
 - *What other individual sports do you know?*
 - *Which team/individual sports do you play?*

Uczniowie dzielą się opiniami podczas wspólnej dyskusji.

Faza realizacyjna:

1. Uczniowie czytają tekst *Team Sport Or Individual Sport – Which One Is Best For Me?* Wykonują *Exercise 2* (Przeczytaj) i odpowiadają na pytania:
 - *Which sport is best for you?*
 - *Are you more like Aisha or like Tim?*
2. Uczniowie wykonują *Exercise 2 i 3* (Przeczytaj), a następnie sprawdzają odpowiedzi w parach i podają je na forum klasy. Uzasadniają je, powołując się na cytaty z tekstu.
3. Uczniowie ponownie czytają tekst i wybierają prawidłowe odpowiedzi w *Exercise 4 i 5* (Przeczytaj). Sprawdzają odpowiedzi w parach, w większych grupach i na forum klasy (dyskusja po angielsku). Ustalają wspólną wersję poprawnych odpowiedzi, które następnie prezentują nauczycielowi.
4. Uczniowie rozmawiają w parach na temat preferencji sportowych i odpowiadają na pytania: *Do you prefer team or individual sports? Why?* Po zakończeniu rozmów chętni uczniowie opowiadają na forum klasy o preferencjach kolegi/koleżanki z pary.
5. Uczniowie wykonują *Exercise 1* (Ilustracja interaktywna). Chętna osoba nanosi odpowiedzi na tablicę multimedialną.
6. Uczniowie zapoznają się z treścią ilustracji interaktywnej i wpisują prawidłowe odpowiedzi w *Exercise 2* (Ilustracja interaktywna). Chętni odczytują odpowiedzi na forum klasy.
7. Uczniowie ponownie słuchają nagrań do ilustracji i wykonują w parach *Exercise 3* (Ilustracja interaktywna). Chętne osoby podchodzą do tablicy multimedialnej i nanoszą odpowiedzi.
8. Uczniowie, pracując w parach, wykonują *Exercise 4* (Ilustracja interaktywna). Podają odpowiedzi na forum klasy, a nauczyciel nanosi je na tablicę multimedialną.

Faza podsumowująca:

Uczniowie rozmawiają w grupach trzy-, czteroosobowych na tematy z *Exercise 7* (Sprawdź się):

- *What sport is better for you: a team sport or individual sport? Why?*
- *Is being competitive with your teammates a good thing or a bad thing? Why?*

Uczniowie dzielą się opiniami w grupach, starając się używać słownictwa z ilustracji. Na zakończenie przedstawiciele każdej z grup prezentują na forum klasy wnioski. Następnie uczniowie porównują opinie i analizują spostrzeżenia kolegów/koleżanek z klasy.

Praca domowa:

1. Uczniowie wykonują *Exercise 1–6* (Sprawdź się).
2. Uczniowie wykonują pracę pisemną na temat z *Exercise 8* (Sprawdź się): *Write to your friend from England who wants to make a decision about playing an individual or a team sport. In the e-mail:*
 - *explain the main differences between playing solo or playing for a sports team;*
 - *describe at least one disadvantage of playing both types of sports;*
 - *recommend which sport (team or individual) this person should choose.*

Your answer should be 50–120 words long.

Materiały pomocnicze: Ilustracja interaktywna z e-materiału.

Wskazówki metodyczne opisujące różne zastosowania danego multimedium:

W ramach pracy domowej uczniowie układają sześciowyrazową krzyżówkę ze słownictwem z ilustracji interaktywnej. Na przyszłej lekcji uczniowie wymieniają się w parach krzyżówkami i je rozwiązują.