



2h

Jak Pan / Pani myśli, jakie samopoczucie mają osoby na rysunkach? Proszę dać im odpowiednią radę.



lekcja
13

Gramatyka

3.

CD

3a

Oto dekalog zdrowego człowieka. Proszę uzupełnić tekst, a następnie wysłuchać nagrania i sprawdzić, czy wyrazy w ramce zostały wpisane w odpowiednim miejscu i formie.

woda *regularnie* sport *owoce*
jedzenie *alkohol* stres *międy*
mleko *papierosy*

1. Jedz dużo *owoców* i warzyw!
2. Jedz w spokoju! w pośpiechu szkodzi!
3. Nie jedz posiłkami!
4. Pij co najmniej 2 litry dziennie!
5. Pij, ale tylko to, które ma mniej niż 1% tłuszczu!
6. Nie nadużywaj
7. Ćwicz to zdrowie!
8. Spotykaj się z ludźmi. Kontakty z innymi to lekarstwo na
9. Nie pal
10. Rób badania!

TRYB ROZKAZUJĄCY

2. osoba liczby pojedynczej oraz 1. i 2. osoba liczby mnogiej

Koniugacja -ę, -esz

Temat 2. osoby liczby pojedynczej

piszę, piszesz	pisz! piszmy! piszcie!
piję, pijesz	pij! pijmy! pijcie!
biorę, bierzesz	bierz! bierzmy! bierzcie!

Jeśli temat kończy się na dwie spółgłoski, dodajemy -ij.

ciągnę, ciągniesz	ciągnij! ciągnijmy! ciągnijcie!
śpię, śpisz	śpij! śpijmy! śpijcie!

Koniugacja -ę, -ysz, -ę, -isz

Temat 2. osoby liczby pojedynczej

suszę, suszysz	susz! suszmy! suszcie!
radzę, radzisz	radź! radźmy! radźcie!
robię, robisz	rób! róbmy! róbcie!

Koniugacja -m, -sz

Temat 3. osoby liczby mnogiej

gram, grasz, grają	graj! grajmy! grajcie!
---------------------------	------------------------

UWAGA!

wyjątek:

być	bądź! bądźmy! bądźcie!
mieć	miej! miejmy! miejcie!

Zdanie rozkazujące

Jedz dużo mięsa! To zdrowe!

Zjedz kanapkę! Cały dzień tylko pracujesz i pracujesz!

Po przeczeniu używamy tylko czasowników niedokonanych.

Nie jedz dużo mięsa! To niezdrowe.

Nie jedz kanapki, pójdziemy do restauracji.



3b

Na podstawie dekalogu zdrowego człowieka proszę przygotować w parach krótkie wystąpienie na wybrany temat, skierowane do grupy (proszę użyć form trybu rozkazującego), a następnie je wygłosić. Każda para ma tylko 1 minutę.

Tematy:

1. Wpływ stylu życia na nasze zdrowie.
2. Jeśli chcesz żyć 100 lat...
3. Sport to zdrowie.
4. Zdrowa dieta podstawą dobrego samopoczucia.

Styl życia ma ogromny wpływ na nasze zdrowie. Człowiek, który jest aktywny fizycznie i zdrowo się odżywia, żyje dłużej. Jeździcie samochodami? Sprzedajcie je natychmiast i kupcie rowery!



3c

Proszę udzielić odpowiedniej rady.



Boli mnie głowa i gardło. *Idź do lekarza.*

- a) Jestem za gruby.
- b) Jestem strasznie głodny.
- c) Mam już dość tej pracy. Chciałbym już iść do domu.
- d) Jestem za mało wysportowany.



Wezmę jeszcze jedną tabletkę. Może pomoże... *Nie bierz tak dużo lekarstw!*

- a) Mam ochotę na papierosa. Kiedy pracuję, dużo palę.
- b) To już moje czwarte piwo.
- c) Uwielbiam hamburgery. Mogę je jeść codziennie.
- d) Dzisiaj byłam pięć godzin na aerobiku!

3d

Proszę dokończyć zdania według podanego wzoru:

Jeżeli jest ci smutno, to ... *zadzwoń do mnie*

- a) Jeżeli jest ci zimno, to
- b) Jeżeli masz katar, to
- c) Jeżeli nie lubisz jeździć na rowerze, to
- d) Jeżeli masz często złe samopoczucie, to
- e) Jeżeli jesteś meteoropatą, to
- f) Jeżeli jesteś za gruba, to
- g) Jeżeli masz problemy z koncentracją, to