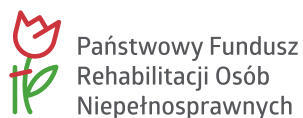




BARBARA LEWANDOWSKA
ALEKSANDRA ORCHOWSKA
ANNA RAJEWSKA
SANDRA TOCZONY-ŻBIKOWSKA
ALEKSANDRA LIDIA ZAŁUSTOWICZ

NEUROAKTYWNI

Ćwiczenia stymulujące pracę mózgu



Projekt współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych
będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego

© Copyright by Fundacja ORCHidea Neuro wsparcie, Poznań 2025

Redakcja
Piotr Orchowski

Korekta
Magdalena Grela-Tokarczyk

Projekt okładki i opracowanie typograficzne
Katarzyna Bordziuk

Wydawca
Fundacja ORCHidea Neuro wsparcie
siedziba: ul. Bukowa 55c, 62-052 Walerianowo
gabinety i biuro: ul. Hetmańska 15-19c, 60-254 Poznań
tel. 601 493 705, e-mail: biuro.fundacjaorchidea@gmail.com
www.fundacjaorchidea.pl

Druk
Empir Krystyna Rafał Kłonkowski
ul. E. Szczanieckiej 14a, 60-216 Poznań

**Przedstawione treści wyrażają poglądy realizatora projektu
i nie muszą odzwierciedlać oficjalnego stanowiska
Samorządu Województwa Wielkopolskiego**

ISBN 978-83-966429-4-3

WSTĘP

Publikacja „Neuroaktywni” powstała jako odpowiedź na potrzebę stworzenia narzędzia wspierającego proces neurorehabilitacji osób, które doświadczyły uszkodzeń mózgu. W swojej praktyce klinicznej obserwuję, że skuteczna rehabilitacja neurologiczna wymaga nie tylko usprawniania funkcji motorycznych, ale również systematycznej i celowanej stymulacji procesów poznawczych.

Utrata sprawności w zakresie pamięci, uwagi, zdolności językowych czy myślenia logicznego wpływa bezpośrednio na jakość życia, poczucie autonomii oraz zdolność do samodzielnego funkcjonowania. Odpowiednio dobrane ćwiczenia neuroaktywne mogą znacząco wspomóc proces reedukacji, plastyczności neuronalnej oraz adaptacji do nowych warunków życiowych.

Niniejsza publikacja stanowi kompleksowy zestaw zadań, które zostały opracowane tak, aby wspierały wieloaspektową aktywizację mózgu. Zadania zawarte w książce uwzględniają różnorodne funkcje poznawcze, od prostych operacji językowych, poprzez ćwiczenia pamięci i koncentracji, aż po bardziej złożone zadania problemowe. Fundacyjne doświadczenie pokazuje, że taka zróżnicowana forma treningu poznawczego sprzyja nie tylko odbudowie utraconych funkcji, lecz także kompensacji i wykorzystaniu nowych strategii adaptacyjnych. Ta publikacja nie zastępuje terapii prowadzonej przez specjalistów, lecz stanowi cenne jej uzupełnienie, pozwalając na regularną i samodzielną pracę chorego, także w warunkach domowych.

Choć głównymi adresatami „Neuroaktywnych” są osoby w procesie neurorehabilitacji, materiały te mogą znaleźć zastosowanie również u innych grup odbiorców. Seniorzy, osoby aktywne zawodowo czy wszyscy, którzy dążą do utrzymania swojej sprawności poznawczej i profilaktyki zaburzeń poznawczych, odnajdą tu wartościową bazę ćwiczeń dla codziennej gimnastyki umysłu. Włączenie systematycznej aktywności intelektualnej do rytmu dnia sprzyja nie tylko kondycji mózgu, ale również poprawia samopoczucie, zwiększa motywację i wzmacnia poczucie sprawności.

Chciałbym złożyć serdeczne podziękowania współautorkom, które włożyły ogrom pracy w przygotowanie materiałów do niniejszej publikacji. Ich wiedza, doświadczenie i zaangażowanie sprawiły, że publikacja jest dziełem spójnym i użytecznym zarówno dla chorych, jak i dla terapeutów. Podziękowania kieruję również do osoby odpowiedzialnej za skład i korektę techniczną materiału. Dbłość o przejrzystość i estetykę publikacji nadała jej formę, która sprzyja pracy z tekstem i ćwiczeniami. To właśnie konsekwentne działania zespołowe kształtują jakość całości.

Dziękujemy Samorządowi Województwa Wielkopolskiego oraz Regionalnemu Ośrodkowi Polityki Społecznej w Poznaniu za zaufanie i możliwość realizacji zadania pn. „Wiedza to siła”, w ramach którego powstała niniejsza publikacja.

Praca nad „Neuroaktywnymi” była dla całego zespołu źródłem ogromnej satysfakcji. Każdy etap, od koncepcji, poprzez tworzenie zestawów ćwiczeń, konsultacje z ekspertami, którymi w fundacji są Podopieczni, którzy sami doświadczyli trudności, wynikających z uszkodzenia mózgu, aż po finalny kształt publikacji, pozwalał doświadczać, jak w praktyce łączy się wiedza naukowa z realnymi potrzebami osób podejmujących wysiłek neurorehabilitacji. Mamy nadzieję, że niniejsza książka stanie się nie tylko wsparciem w terapii, lecz także inspiracją do podejmowania wyzwań terapeutycznych.

Z przekonaniem, że systematyczna aktywność poznawcza jest fundamentem lepszego funkcjonowania i niezależności, oddajemy „Neuroaktywnych” w Państwa ręce.



Piotr Orchowski
Specjalista neurolog
Prezes Fundacji ORCHidea Neuro wsparcie

ĆWICZENIE NR 1

Przeczytaj tekst: Dzień z życia pana Marka.

W sobotę pan Marek wstał o godzinie siódmej. Był ciepły, letni poranek, na niebie świeciło słońce, a w powietrzu czuć było zapach świeżo skoszonej trawy. Postanowił, że to idealny dzień na ruch na świeżym powietrzu.

Zjadł śniadanie – płatki owsiane z miodem i suszonymi śliwkami oraz wypił kubek kawy zbożowej. Do plecaka zapakował książkę, butelkę wody i dwie gruszki. Wyciągnął z garażu rower i postanowił pojechać do pobliskiego lasu. Wyjechał tuż po godzinie ósmej.

Po drodze spotkał swojego sąsiada pana Antoniego, który wracał z targu z koszykiem pełnym świeżych owoców i warzyw. Po krótkiej rozmowie pojechał dalej. Zatrzymał się dopiero pod starym dębem, gdzie usiadł na ławce i relaksował się, słuchając śpiewu ptaków. Napił się wody, zjadł gruszkę i zaczął czytać książkę. Tak się wciągnął w czytanie swojego ulubionego kryminału, że nie zauważył upływającego czasu.

Do domu wrócił około południa zmęczony, ale zadowolony, że aktywnie spędził czas.

A. Wypisz wszystkie czasowniki, które występują w powyższym tekście. Pamiętaj, że czasownik to wyraz, który określa czynność, stan lub proces.

.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			

B. Przyporządkuj wypisane czasowniki z tekstu do poniższych kategorii.

Czynności fizyczne (działania ciała, ruch lub zmiany miejsca):

Czynności związane z myśleniem i decydowaniem (procesy umysłowe, refleksja, analizowanie sytuacji):

Czynności związane z percepcją (postrzeganie rzeczywistości za pomocą zmysłów):

C. Na podstawie przeczytanego tekstu ułóż wydarzenia w porządku chronologicznym i ponumeruj je od 1 do 9. (Postaraj się zrobić to z pamięci, bez ponownego czytania tekstu).

Usiadł pod drzewem	
Wstał rano	
Spotkał sąsiada	
Czytał książkę	
Spakował plecak	
Zjadł śniadanie	
Słuchał śpiewu ptaków	
Wyruszył rowerem	
Wrócił do domu	

D. Przeczytaj tekst jeszcze raz. Następnie postaraj się uzupełnić brakujące wyrazy, nie zaglądając do tekstu podczas uzupełniania.

W sobotę pan wstał o godzinie Był ciepły, letni poranek, na niebie , a w powietrzu czuć było zapach świeżo trawy. Postanowił, że to idealny dzień nana świeżym powietrzu.

Zjadł śniadanie – z miodem i suszonymi śliwkami oraz kubek kawy zbożowej. Do zapakował książkę, butelkę wody i dwie z garażu rower i postanowił pojechać do lasu. Wyjechał tuż po ósmej.

Po drodze spotkał swojego pana Antoniego, który wracał z targu z pełnym świeżych owoców i Po krótkiej rozmowie pojechał dalej. Zatrzymał się pod starym dębem, gdzie usiadł na ławce i się, słuchając śpiewu ptaków. Napił się wody, zjadł i zaczął czytać książkę. Tak się wciągnął w swojego ulubionego kryminału, że nie upływającego czasu.

Do domu wrócił około zmęczony, ale zadowolony, że spędził czas.

E. Odpowiedz na poniższe pytania, podając jak najwięcej szczegółów. Mogą to być informacje zawarte w tekście, ale możesz także pobudzić swoją wyobraźnię i dopisać własne pomysły.

1. Co znajdowało się / co mogło znaleźć się w plecaku pana Marka?

.....

.....

2. Jakie warzywa i owoce mógł mieć pan Antoni w koszyku?

.....

.....

3. O czym mogła być książka pana Marka?

.....

.....

4. Jakie emocje mógł odczuwać pan Marek, w trakcie wycieczki?

.....

.....

5. Jakie dźwięki towarzyszyły panu Markowi, w trakcie odpoczynku?

.....

.....

6. Jakie inne aktywności pan Marek mógłby podjąć, gdyby nie wybrał wycieczki rowerowej?

.....

.....

F. Znajdź synonimy i wytłumacz znaczenie następujących słów z tekstu.

Słowa	Synonimy	Znaczenie
relaksować się		
pobliski		
targ		
świeżo skoszona trawa		
zmęczony		
kryminał		
upływający czas		
ulubiony		
zadowolony		
idealny dzień		

G. Wyraż swoją opinię i uzasadnij ją, odpowiadając na poniższe pytania – pisemnie lub ustnie.

1. Co sądzisz o wyborze sposobu spędzania wolnego czasu przez pana Marka?

.....

.....

.....

2. Jakie korzyści z aktywności fizycznej dostrzegasz w tym tekście? Czy uważasz, że są one ważne w życiu codziennym?

.....

.....

.....

3. Pan Marek spotkał swojego sąsiada. Jakie znaczenie mają spotkania z sąsiadami? Czy uważasz, że utrzymywanie takich relacji społecznych jest ważne?

.....

.....

.....

H. Stwórz profil pana Marka, korzystając z informacji zawartych w tekście oraz własnych skojarzeń i wyobraźni. Uzupełnij poniższe dane w tabeli.

Imię i nazwisko	
Wiek	
Wzrost / sylwetka	
Kolor włosów / oczu	
Strój	
Zainteresowania	
Cechy charakteru	

- I. Napisz własną wersję historii, zmieniając 5 wybranych elementów (np. imię bohatera, śniadanie, kierunek wycieczki itd.). Zachowaj podobną długość tekstu do przeczytanego powyżej.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ĆWICZENIE NR 2

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Mikrofala.

W mikrofalach należy podgrzewać żywność w pojemnikach do tego przeznaczonych. Jeśli podgrzewamy w pojemnikach papierowych lub plastikowych, należy obserwować kuchenkę. Nie należy podgrzewać w pojemnikach metalowych. W kuchenkach mikrofalowych nie powinno się podgrzewać jajek w skorupkach i całych jajek na twardo, ponieważ mogą eksplodować nawet po zakończeniu podgrzewania w kuchenke. Kuchenki mikrofalowej nie należy myć myjkami parowymi. Wyciągając żywność z kuchenki, należy być ostrożnym, ponieważ zarówno naczynie, jak i żywność mogą być gorące.

1. W jakich pojemnikach można podgrzewać żywność?
2. W jakich opakowaniach nie powinno się wkładać żywności do mikrofal?
3. Jak należy czyścić kuchenkę?
4. Jakiej żywności nie wolno podgrzewać w kuchenke?
5. Na co należy uważać, wyjmując żywność?

ĆWICZENIE NR 3

Przeczytaj poniższe słowa, następnie zasłoń je i powtórz od tyłu (od ostatniego słowa do pierwszego).

Przykład: DOM – KSIĄŻKA – KRZESŁO

Odpowiedź: KRZESŁO – KSIĄŻKA – DOM

- JABŁKO – SŁOŃCE – WAZON
- GAZETA – CHLEB – FOTEL
- KIELISZEK – ROWER – DOM – WĄSY
- KOT – WSTAŻKA – OGÓREK – KOPERTA
- KSIĘŻYC – AUTOBUS – PAPIER – DRZEWO – NOŻYCHY
- GRUSZKA – DRZWI – SAMOCHÓD – ZEGAREK – WIATR
- KINO – PALEC – ŁYŻKA – ULICA – OKULARY – TRAWA
- NIEBO – KSIĄŻKA – RĘKA – OKNO – POMIDOR – SPODNIĘ
- FILIŻANKA – SKLEP – SZKOŁA – BUTY – LAS – DŁUGOPIS – CIASTO
- KURTKA – RZĘKA – KLUCZE – KURA – PARASOL – KRAWAT – POCIĄG

ĆWICZENIE NR 4

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Stacja kolejowa.

Pociąg Bachus InterCity relacji Poznań Główny - Gdynia Główna odjedzie z peronu pierwszego, przy torze trzecim, o godzinie 13.35. Przewidywany czas podróży to 3.55 minut. Pociąg nie zatrzymuje się na wszystkich stacjach. Pociąg ma opóźnienie 15 minut, za powstałe opóźnienie serdecznie przepraszamy.

1. Z jakiej stacji odjeżdża pociąg?
2. O której godzinie jest odjazd pociągu?
3. Z jakiego peronu odjeżdża pociąg?
4. Dokąd jedzie pociąg?
5. Jaka jest nazwa pociągu?
6. Jak długi jest czas podróży?
7. Jak duże jest opóźnienie?
8. O której godzinie pociąg będzie na miejscu?
9. Czy pociąg zatrzymuje się na wszystkich stacjach?
10. Z którego toru odjeżdża pociąg?

ĆWICZENIE NR 5

Przeczytaj listę słów z różnych kategorii, a następnie wpisz w tabelę poniżej wyrazy, które pasują do podanej kategorii.

GRUSZKA STÓŁ MŁOTEK KROWA SUKIENKA JABŁKO SZAFA ŚRUBOKRĘT
KRZESŁO KANAPA TRUSKAWKA PIŁA LEW KOSZULA WINOGRONO
BIURKO SPODNIE KACZKA WISIENKA ŚWINKA NOŻYCHY KOMODA
WKRĘTARKA PAPUGA BLUZKA POMARAŃCZA SŁOŃ ŁÓŻKO KAPELUSZ
POMIDOR KAMIZELKA ŚLIWKI OBCĘGI TYGRYS FOTEL MALINY
SKARPETKI PIŁA SPÓDNICA

Kategoria	Słowa
Owoce	
Meble	
Narzędzia	
Zwierzęta	
Odzież	

ĆWICZENIE NR 6

Wykonaj poniższe działania arytmetyczne w pamięci i podaj wynik końcowy.

1. Zaczynij od 15, dodaj 7, odejmij 4, dodaj 9

Odpowiedź:

2. Zaczynij od 20, odejmij 8, dodaj 15, odejmij 6

Odpowiedź:

3. Zaczynij od 30, dodaj 12, odejmij 7, dodaj 8, odejmij 13

Odpowiedź:

4. Zaczynij od 100, dodaj 27, odejmij 60, dodaj 14, dodaj 8, odejmij 9, pomnóż przez 2

Odpowiedź:

5. Zaczynij od 16, podziel przez 4, dodaj 59, dodaj 23, podziel przez 2

Odpowiedź:

ĆWICZENIE NR 7

Dopisz przeciwieństwa – wyrazy o przeciwnym znaczeniu.

cichy	
wczesny	
odważny	
suchy	
twardy	
grzeczny	
smutny	
czysty	
prawdziwy	
szeroki	
gładki	
lekki	
stromy	
zapomnieć	
wolny	
skomplikowany	

ĆWICZENIE NR 8

Przeczytaj tekst: Spacer, które porządkują myśli.

Słońce zachodziło powoli, delikatnie oświetlając dachy i gałęzie starych drzew w parku. Marta co wieczór chodziła tą samą ścieżką – 20 minut spokojnego marszu w rytmie własnego oddechu. Czasem szła sama, innym razem z sąsiadką lub bratem. Nie chodziło o dystans, ale o rytuał, który dawał wytchnienie.

Park znajdował się niedaleko jej bloku. Po jednej stronie alejki rosły wysokie topole, po drugiej – rozciągał się staw, przy którym często przysiadły kaczki. Powietrze pachniało zielenią i chłodem ziemi. Marta miała przy sobie niewielki krokomierz – nie dla wyniku, ale z ciekawości, ile codziennie przechodzi bez wysiłku.

Spacer był dla niej chwilą porządkowania myśli. To wtedy przypominała sobie, co jeszcze musi zrobić, albo po prostu rozglądała się i uczyła uważności – jaki kolor mają liście, jak szurają buty o żwir, co mówi dziecko w oddali. To był czas nie dla obowiązków, ale dla siebie.

Lekarze mówią, że regularny ruch usprawnia krążenie i pracę mózgu. Doświadczenia Marty to potwierdzały, bo po spacerze myślała jaśniej, łatwiej skupiała się na książce czy planowaniu następnego dnia. Wiedziała, że nie trzeba iść szybko – wystarczy iść świadomie.

A. Odpowiedz na pytania pełnymi zdaniami.

- Gdzie codziennie spacerowała Marta?

.....

- Co rośło po jednej stronie alejki w parku?

.....

- Dlaczego Marta nosiła krokomierz?

.....

- Co według Marty dawały jej spaceru?

.....

- Jakie dźwięki i zapachy towarzyszyły jej podczas spaceru?

.....

B. Dokończ zdania.

- Marta chodziła na spaceru wieczorem, żeby

.....

- Po spacerze łatwiej było jej

.....

- W parku rosły

.....

- Marta nie spacerowała dla wyniku, ale dla

.....

- Chodzenie było dla niej

.....

C. Wskaż prawdziwą (P) lub fałszywą (F) odpowiedź.

Marta spacerowała po lesie daleko od domu. P/F

Codziennie chodziła tą samą ścieżką. P/F

Miała przy sobie zegarek i lornetkę. P/F

Spacerowały jej uporządkować myśli. P/F

Park był głośnym i zatłoczonym miejscem. P/F

Ruch może wspomagać pracę mózgu. P/F

D. Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

- spacer – ruch – kanapa – marsz
- drzewo – topola – klon – paragon
- myśl – plan – kartka – skupienie
- krokomierz – pulsometr – skarpetka – zegarek
- park – alejka – ścieżka – kuchnia
- zapach – oddech – wiatr – rysunek
- skupienie – rozkojarzenie – uważność – spokój
- wieczór – spacer – noc – komputer

ĆWICZENIE NR 9

Skreśl wszystkie litery „P” występujące przed literą „A” w ciągach podanych poniżej.

Przykład: W ciągu P A K O → skreślamy „P”.

SPPAFALPKRPPCNAAAFOANCEPMKPWZPATLPP
PLODPAPOPUUBACZAAAAHKYAAAPOKPMPADKA
AALAPFHPAUTLHAFRPMPMFHESPPWEUTFPPAP
ASTPPYPAPTKAPMPGYEFATBCFKNAUMZPZAA
AAALWAPLFYAARZDLEAGSNBMEAPEMDPHHBMK
PAEPACPEPYBAAYRDAUPREFLZTFAPKSPLYAC
SGAYA OOFFRPTYPZPGZPMONLLHMSAABZMPZP
PSEAYKAAGAATUOAREPPUPGLCYYWBRRNCAYZ
WNANPMFUAFRPPWDBPPUABAMMHYCKAE EWZUP
KAAASPPUWZZRZPMAAPAGANPKPAAMP GHAPZW
GZEPWPAKMCLPPCNPAP EAPRNWMAHAPCNPPPU
LFTRYACPTDMSPAYTELLKAHYPHMBPYLHAABN
CKUAAGEABPAUWPPCZPBATAWUHCPAKYYAAOA
BDPWPADCPAPAPAPRPCPALKKGPPAKSALPABU
CPBNKTAKZTADOYSRGPBYGPALHUYFLHRPRF
YUAPPYLPZBEAPPAEZAAAWBHCGDPDMNYAYPL
ASLSPMCAADAAAPGSPWPZOSNDAYMARSTRAPE
PBFYE EPKYTEAAHAAOPDRMEAAZEAAAYFALPRF
DMAZPM EPAKPHANKDFAAAAKADPFDBARPPPCU
PPAGZSYESYWPSFPAAPAZPDAAUEYNPW AARW

ĆWICZENIE NR 10

Znajdź i wykreśl wyraz, który nie pasuje do pozostałych.

- gitara – pianino – kontrabas – altówka – skrzypce
- zielony – czerwony – brązowy – fioletowy – niebieski
- poniedziałek – wtorek – sierpień – środa – czwartek
- pomarańcza – banan – limonka – cytryna – grejpfrut
- kotara – sufit – krzesło – kanapa – kaloryfer
- jesień – luty – lato – wiosna – zima
- likier – ajerkoniak – kakao – nalewka – wino
- kołdra – koc – śpiwór – poduszka – narzuta
- roleta – żaluzja – prześcieradło – wertikale – firana
- czapka – opaska – kapelusz – spodnie – kask
- krzesło – skrzynia – komoda – szuflada – szafa
- kubek – szklanka – karafka – kieliszek – literatka
- marchew – jabłko – seler – ogórek – burak
- banan – cytryna – pomarańcza – gruszka – melon
- tygrys – żbik – kot – puma – wilk
- Przemyśl – Radom – Pobiedziska – Poznań – Piła
- lipa – sosna – brzoza – wierzba – klon
- śliwka – bakłażan – winogrono – cytryna – figa
- ponczo – płaszcz – kamizelka – kombinezon – kurtka
- sok – woda – herbata – kawa – jogurt

- borówka – jagoda – malina – borowik – poziomka
- wiśnia – jabłko – gruszka – banan – śliwka
- storczyk – fiołek – róża – wiśnia – stokrotka
- wiertarka – klucz – młotek – śrubokręt – brokuł
- środa – luty – wtorek – czwartek – piątek
- brukselka – burak – brokuł – ziemniak – batat
- winogrono – winorośl – winda – wiosło – winyl
- środa – czwartek – piątek – sobota – tydzień
- kanapa – sofa – fotel – łóżko – wersalka
- młotek – motek – kotek – żółwik – psotek
- koszula – bluza – spodnie – bluzka – T-shirt
- klucz – klamka – zamek – wizjer – wycieraczka
- czarny – brązowy – fioletowy – biały – szary
- luty – marzec – kwiecień – maj – październik
- śrubokręt – młotek – piła – wiertarka – poziomica
- styczeń – zima – luty – grudzień – wiosna
- spodnie – koszula – marynarka – kamizelka – szlafrok
- sierpień – marzec – luty – wiosna – czerwiec
- krzesło – stół – fotel – taboret – hoker
- stół – regał – kanapa – fotel – półka

ĆWICZENIE NR 11

Przeczytaj tekst i zapamiętaj.

„Zawsze próbował pracować. Każdego dnia próbował i nie udawało mu się. Obwinił o to Paryż, miasto oferujące najlepsze na całym świecie warunki do pracy pisarskiej, i wciąż wydawało mu się, że jest gdzieś miejsce, gdzie on i Zelda mogliby znów być ze sobą szczęśliwi. Myślał o Riwierze, jaką była, zanim ją zabudowano, z pięknymi połączeniami niebieskiego morza, piaszczystymi plażami, sosnowymi lasami i górami Esterel schodzącymi do samego morza. Taką ją zapamiętał z czasów, kiedy ją z Zeldą odkryli, zanim wszyscy zaczęli tam wyjeżdżać na lato.

Scott opowiedział mi o Riwierze i przekonywał, że następnego lata moja żona i ja musimy tam pojechać, a on znajdzie nam niezbyt drogie lotnisko i będziemy obaj codziennie ciężko pracować, pływać, leżeć na plaży, opalimy się na brązowo i będziemy pić tylko po jednym aperitifie przed lunchem i przed kolacją. Zelda będzie tam szczęśliwa, powiedział. Uwielbiała pływać i świetnie nurkowała, i podobało jej się takie życie, i będzie chciała, żeby pracował, i wszystko będzie cudowne. On, Zelda i córeczka pojadą tam tego lata.

Próbowałem go nakłonić, żeby pisał opowiadania tak dobrze, jak tylko potrafi, zamiast, jak sam przyznał, dopasowywać je do jakiegoś wzorca”.

Fragment powieści Ernesta Hemingwaya „Ruchome święto”

Tłumaczenie Miłosz Biedrzyński, Wydawnictwo Marginesy

Uzupełnij luki w tekście. Jeśli nie znasz odpowiedzi, zajrzyj do oryginału obok.

„Zawsze próbował..... Każdego dnia i nie udawało mu się. Obwiniął o to Paryż, miasto oferujące najlepsze na całym świecie warunki do pracy pisarskiej, i wciąż mu się, że jest gdzieś miejsce, gdzie on i Zelda mogliby znów być ze sobą szczęśliwi. Myślał o Riwierze, jaką była, zanim ją....., z pięknymi połaciami niebieskiego morza, piaszczystymi plażami, sosnowymi lasami i górami Esterel schodzącymi do samego morza. Taką jąz czasów, kiedy ją z Zeldą....., zanim wszyscy zaczęli tamna lato.

Scott mi o Riwierze i przekonywał, że następnego lata moja żona i ja musimy tam....., a on nam niezbyt drogie letnisko i będziemy obaj codziennie ciężko....., na plaży,się na brązowo i będziemy tylko po jednym aperitifie przed lunchem i przed kolacją. Zelda będzie tam szczęśliwa, powiedział. Uwielbiałai świetnie nurkowała, i podobało jej się takie życie, i będzie chciała, żeby....., i wszystko będzie cudowne. On, Zelda i córeczka pojedą tam tego lata.

Próbowałem go żeby opowiadania tak dobrze, jak tylko potrafi , zamiast, jak sam przyznał, dopasowywać je do jakiegoś wzorca”.

ĆWICZENIE NR 12

Ułóż poniższe zdania w logiczną kolejność, aby powstała spójna historia.

Historia nr 1

Zrobiła sobie kawę.
Obudziła się bardzo wcześnie.
Poszła do sklepu po mleko.
Nie było mleka w lodówce.
Wróciła do domu.

Historia nr 2

Udekorowała ciasto świeczkami.
Dokończyła pieczenie.
Zabrakło cukru.
Pożyczyła cukier od sąsiadki.
Pieкла ciasto na urodziny.

Historia nr 3

Wyszedł z domu.
Spakował plecak.
Wstał wcześnie rano.
Zjadł śniadanie.
Poszedł do szkoły.

Historia nr 4

Sąsiad przyszedł z zapasowym kluczem.
Otworzył drzwi i wszedł do środka.
Czekał pod drzwiami.
Zgubił klucze do mieszkania.
Zadzwoił do sąsiada.

Historia nr 5

Zrobiło się ciemno.
Znalazła psa za krzakami.
Wyszła na spacer z psem.
Pies pobiegł za kotem.
Zabrała ze sobą latarkę.

Historia nr 6

Dojechał na czas.
Zadzwoił po taksówkę.
Spóźnił się na autobus.
Wyszedł na przystanek.
Wszedł na spotkanie służbowe.

ĆWICZENIE NR 13

Podejmij wyzwanie: Rozsypanka liczbowa.

W poniższej rozsypance liczby zostały zapisane cyfrą i słownie. Twoim zadaniem jest odnalezienie wszystkich liczb oraz uporządkowanie ich w ciągi matematyczne, takie jak:

- Ciąg rosnący
- Ciąg liczb parzystych i nieparzystych
- Ciąg arytmetyczny

Zapoznaj się z rozsypanymi liczbami i wykonaj zadania znajdujące się pod nimi.

1 trzycztery2osiemjeden3pięć4dwadwa5jeden9siedem2jeden4trzy5dwa8siedemjedenaście5sześćdwanaście4pięć4dwa7jeden7piętnaściedwadzieścia1trzy6jeden1dwa3czternaście8trzydwajedendwa8dziesięć1dwa3jedenaście6siedem4dwanaściedwadzieścia3cztery5dwa7jeden8dziesięć4czternaścietrzyosiem2siedem9pięćjeden8dwadzieścia4pięć9szesnaście4jeden2osiemosiemnaście5jeden1jedenaściepiętnaście3dwa7cztery3osiem4pięć8osiemdwaosiemnaście2pięć8dwa3cztery6dziewięćdziewiętnaście1trzy4dwadziwiećdziesięć2dwa3trzy8siedemdziewięć9sześć

A. Wypisz wszystkie liczby zapisane cyfrą w kolejności ich występowania w rozsypance (łącznie z powtórzeniami).

.....

.....

.....

.....

.....

B. Wypisz wszystkie liczby zapisane słownie w kolejności ich występowania w rozsypance (łącznie z powtórzeniami).

.....

.....

.....

.....

.....

C. Wpisz do tabeli sześć liczb, które najczęściej występują w rozsypance. Podaj, ile razy każda z nich się pojawia.

LICZBA	ILOŚĆ

D. Uporządkuj wszystkie odnalezione liczby (zarówno zapisane cyfrą, jak i słownie) w kolejności rosnącej. Każdą liczbę wypisz tylko raz.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

E. Liczby, które nie pojawiają się w powyższym ciągu, to:

.....

.....

.....

F. Wymień liczby parzyste i nieparzyste w kolejności malejącej:

PARZYSTE

.....

NIEPARZYSTE

.....

ĆWICZENIE NR 14

Uzupełnij tabelę o brakujące dane.

- Wpisz brakujące liczby w ciągu arytmetycznym.
- Wskaż różnicę w ciągu arytmetycznym.
- Podaj pierwszy wyraz danego ciągu.
- Utwórz trzy własne ciągi arytmetyczne z liczb odnalezionych w rozsypance. Ciągi te muszą różnić się od tych już wpisanych w tabeli.

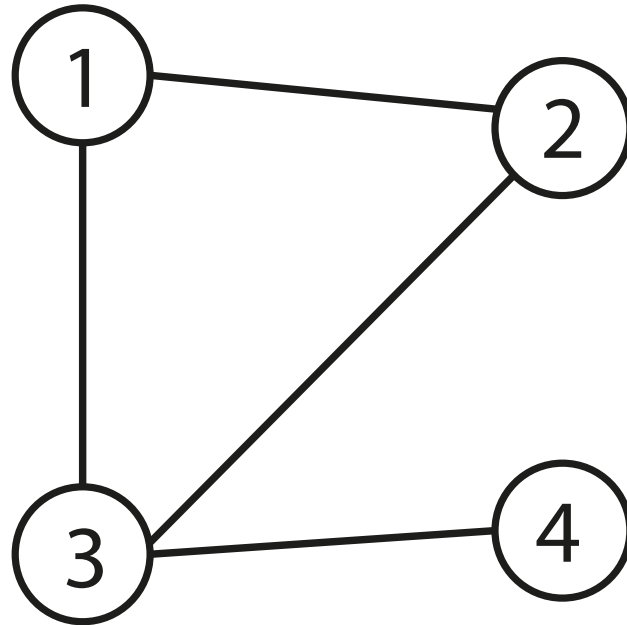
Ciąg arytmetyczny	Różnica	Pierwszy wyraz
3,____, 11, _____, 19	4	_____
_____, 8, 14, _____	_____	2
5, _____, _____, 20	5	_____
_____, _____, _____, _____	_____	_____
_____, _____, _____, _____	_____	_____
_____, _____, _____, _____	_____	_____

Wskazówka:

Ciąg arytmetyczny to ciąg liczb, w którym każda liczba różni się o stałą wartość od poprzedniej. Ta stała wartość nazywa się różnicą.

ĆWICZENIE NR 15

Przyjrzyj się przez 30 sekund rysunkowi z zaznaczonymi punktami, następnie zasłoń rysunek i spróbuj narysować go z pamięci poniżej.



ĆWICZENIE NR 16

W przeciągu 2 minut spróbuj rozwiązać jak najwięcej zadań w jednej rundzie, postaraj się liczyć w pamięci, nie korzystaj z kalkulatora.

Runda 1: zapisz tutaj, ile zadań udało Ci się rozwiązać w przeciągu 2 minut.

.....

$7 + 5 = \underline{\quad}$

$13 - 6 = \underline{\quad}$

$8 + 9 = \underline{\quad}$

$15 - 7 = \underline{\quad}$

$4 + 12 = \underline{\quad}$

$11 - 3 = \underline{\quad}$

$9 + 6 = \underline{\quad}$

$14 - 8 = \underline{\quad}$

$5 + 13 = \underline{\quad}$

$12 - 4 = \underline{\quad}$

$6 + 7 = \underline{\quad}$

$10 - 2 = \underline{\quad}$

$3 + 14 = \underline{\quad}$

$16 - 9 = \underline{\quad}$

$2 + 11 = \underline{\quad}$

$17 - 5 = \underline{\quad}$

$8 + 7 = \underline{\quad}$

$15 - 6 = \underline{\quad}$

Runda 2: zapisz tutaj, ile zadań udało Ci się rozwiązać w przeciągu 2 minut.

.....

$24 \div 3 = \underline{\quad}$

$6 \times 4 = \underline{\quad}$

$18 \div 2 = \underline{\quad}$

$7 \times 5 = \underline{\quad}$

$36 \div 6 = \underline{\quad}$

$9 \times 3 = \underline{\quad}$

$45 \div 5 = \underline{\quad}$

$8 \times 7 = \underline{\quad}$

$8 \times 7 = \underline{\quad}$

$54 \div 9 = \underline{\quad}$

$12 \times 2 = \underline{\quad}$

$32 \div 4 = \underline{\quad}$

$5 \times 6 = \underline{\quad}$

$27 \div 3 = \underline{\quad}$

$11 \times 3 = \underline{\quad}$

$63 \div 7 = \underline{\quad}$

$4 \times 9 = \underline{\quad}$

$48 \div 8 = \underline{\quad}$

Runda 3: zapisz tutaj, ile zadań udało Ci się rozwiązać w przeciągu 2 minut.

.....

$34 + 17 = \underline{\quad}$

$52 - 29 = \underline{\quad}$

$16 \times 3 = \underline{\quad}$

$84 \div 4 = \underline{\quad}$

$47 + 58 = \underline{\quad}$

$93 - 47 = \underline{\quad}$

$12 \times 8 = \underline{\quad}$

$96 \div 6 = \underline{\quad}$

$68 + 75 = \underline{\quad}$

$105 - 58 = \underline{\quad}$

$14 \times 7 = \underline{\quad}$

$144 \div 12 = \underline{\quad}$

$83 + 39 = \underline{\quad}$

$120 - 67 = \underline{\quad}$

$9 \times 11 = \underline{\quad}$

$156 \div 13 = \underline{\quad}$

$76 + 89 = \underline{\quad}$

$132 - 74 = \underline{\quad}$

ĆWICZENIE NR 17

Przeczytaj tekst: Poznań – miasto tradycji i nowoczesności.

Poznań to jedno z najstarszych i najważniejszych miast w Polsce. Położony nad Wartą, stanowi istotny ośrodek gospodarczy, akademicki i kulturalny Wielkopolski. Choć znany jest z nowoczesnych targów, dynamicznego rozwoju oraz innowacyjnych firm, nie traci swojego historycznego charakteru.

Serce miasta bije na Starym Rynku, gdzie codziennie w południe zbierają się turyści, by obejrzeć słynne poznańskie koziołki. Dwa mechaniczne koziołki trykające się rogami na wieży ratusza to jeden z najbardziej rozpoznawalnych symboli miasta. W pobliżu znajdują się kolorowe kamienice, klimatyczne kawiarnie i restauracje, a także ciekawe muzea.

Poznań to również ważny ośrodek akademicki. Działa tu wiele uczelni, m.in. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza i Politechnika Poznańska. Dzięki temu miasto tętni młodością, szczególnie na Jeźyczach, Wildzie czy Łazarzu, dzielnicach, które przeżywają swój renesans.

Mieszkańcy Poznania słyną z zaradności i gospodarności. Tu się nie marnuje, tylko „kombinuje”, jak coś wykorzystać ponownie. Wielu poznaniaków z dumą pielęgnuje lokalną gwarę. Na przykład, jeśli ktoś powie, że „szneka z glancem” to jego ulubiona przekąska, nie chodzi mu o nic dziwnego – to po prostu drożdżówka z lukrem. A jeśli poprosi w sklepie o „bamberski bajzel”, możliwe, że mówi o lokalnej sałatce jarzynowej, choć niektórzy używają tego wyrażenia także na określenie... bałaganu.

Poznań to miasto, w którym historia łączy się z nowoczesnością, a gwarowe słowa spotykają się z językiem globalnych firm. To miejsce, które warto poznać niezależnie od tego, czy jesteś turystą, studentem czy mieszkańcem z dziada pradziada.

A. Odpowiedz na pytania pełnymi zdaniami.

Nad jaką rzeką leży Poznań?

.....

Co dzieje się codziennie w południe na Starym Rynku?

.....

Jakie uczelnie działają w Poznaniu?

.....

Z czego znani są mieszkańcy Poznania?

.....

Co oznacza „szneka z glancem”?

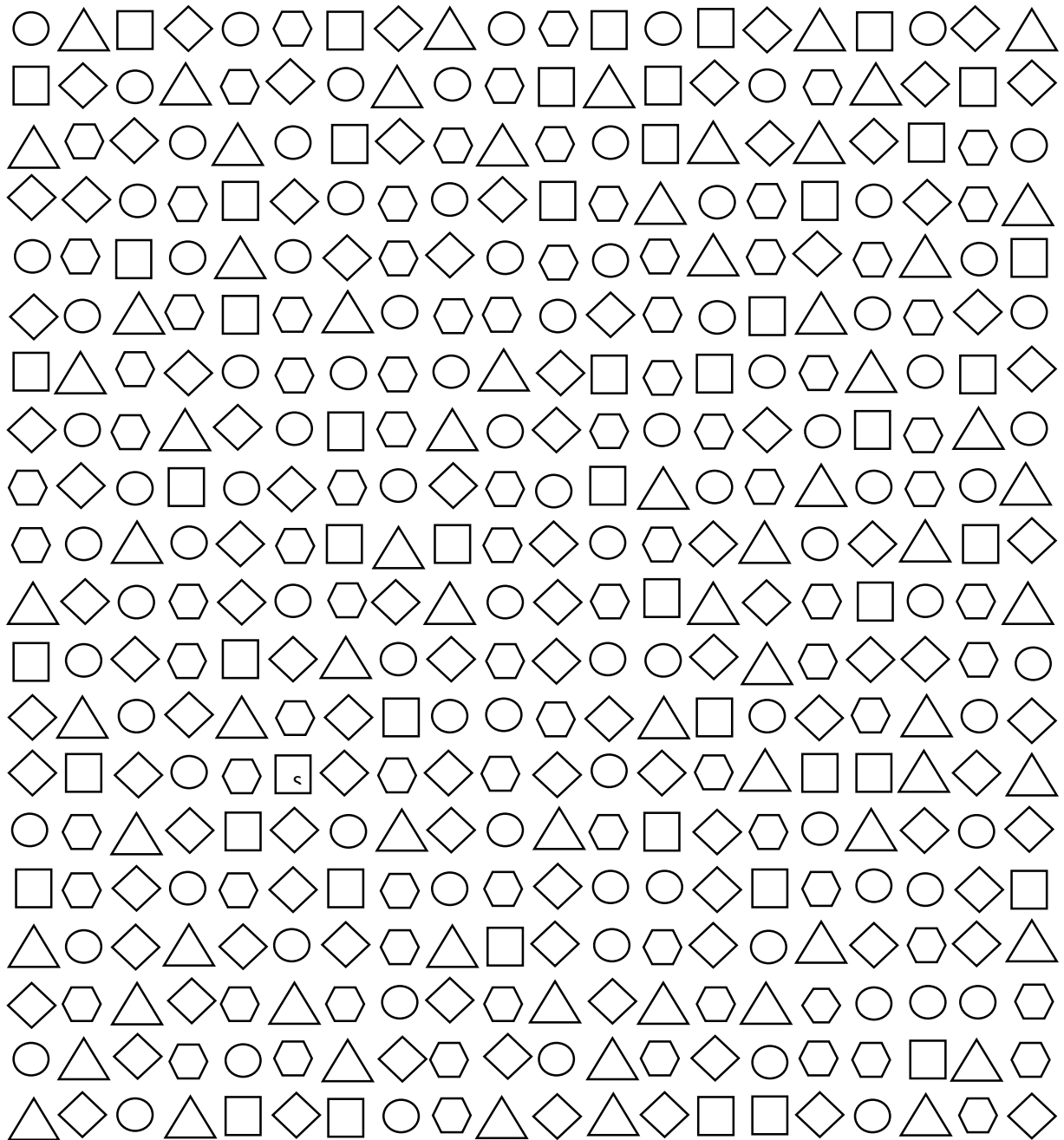
.....

B. Uzupełnij zdania z tekstu.

- Koziołki trykają się rogami na wieży
- Poznań to ważny ośrodek
i
- W centrum miasta znajdują się kamienice i klimatyczne
- Dzielnice takie jak Jeżyce, Wilda i Łazarz przeżywają swój
- „Bamberski bajzel” to inaczej lub

ĆWICZENIE NR 18

Wykreśl jak najszybciej wszystkie kwadraty, zmierz, ile czasu zajęło Ci wykonanie zadania, i zapisz wynik poniżej.



Twój wynik:

ĆWICZENIE NR 19

Uzupełnij luki właściwym wyrazem z pary podanej w nawiasie.

- To rozwiązanie jest bardzo

(efektywne / afektywne)

- W filmie była pokazana scena

(aluzja/iluzja)

- Musimy to mieszkanie do naszych potrzeb.

(adaptować / adoptować)

- Ten pies został ze schroniska.

(adoptowany / adaptowany)

- Profesor wygłosił obronę tradycyjnych wartości.

(apologię / apologetę)

- To działanie było nieuczciwe.

(moralnie / modalnie)

- Powiedział mi miły

(komponent/komplement)

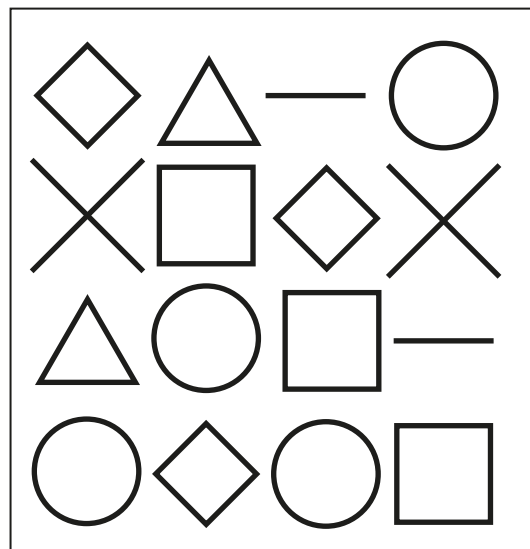
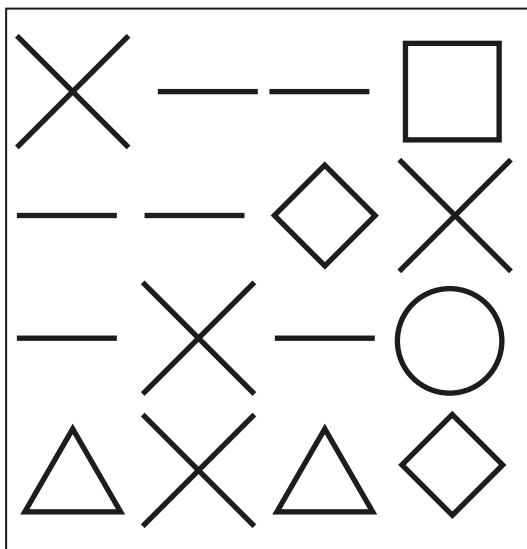
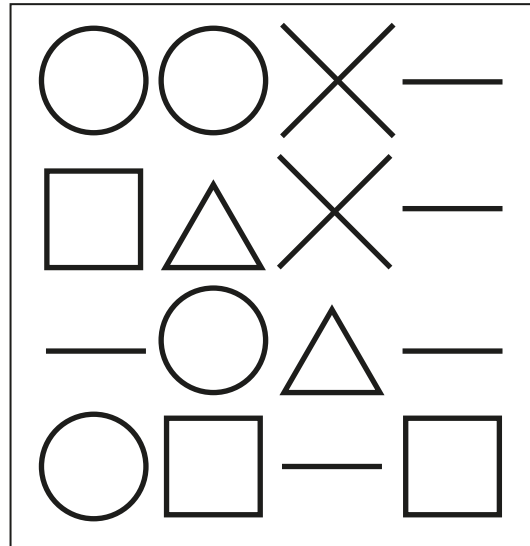
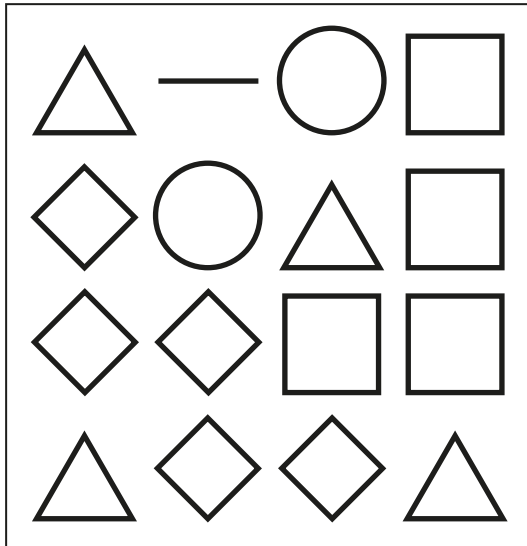
ĆWICZENIE NR 20

Dopisz odpowiednik języka ogólnopolskiego do wyrazów z gwary poznańskiej.

bimba	
kejter	
bździągwa	
pyry	
wiara	
gzik	
chynchy	
tytka	
bajzel	
ryczka	
bryle	
zimne nóżki	

ĆWICZENIE NR 21

Połącz w pary identyczne figury. Dwie figury nie mają pary. (Przyjrzyj się dokładnie kształtom i postaraj się odnaleźć ich odpowiedniki).

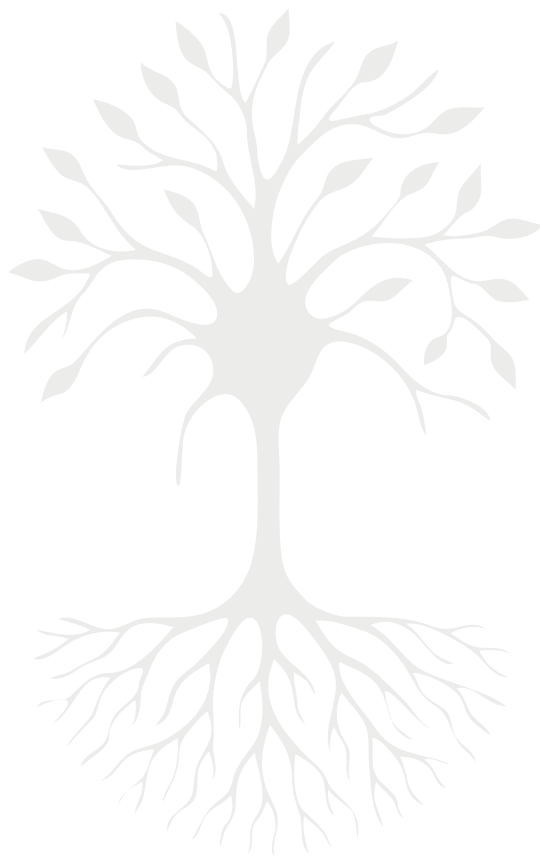


ĆWICZENIE NR 22

Uzupełnij tekst brakującymi czasownikami.

- Jutro pociągiem do Poznania.
- Anna konfitury ze smażonych pomidorów.
- Muszę zegarek, ponieważ się spóźnia.
- Bartek ładowarki do telefonu, ponieważ ma już bardzo słabą baterię.
- Wczoraj muzeum oraz lody na rynku razem z babcią.
- Trzeba kwiaty, ponieważ mają sucho.
- Kajtek do brata z telefonu stacjonarnego, ponieważ jego telefon się
- Mama sukienkę dla córki na studniówkę.
- Kaja i Lena w zoo i tygrysy oraz inne dzikie zwierzęta.
- Piesek moich sąsiadów jest bardzo miły, ale ciągle głośno
- Krysia lubi koty, ale ma alergię na sierść, dlatego sobie rybki.
- Jowita w góry i będzie się na Rysy.
- Cała rodzina Nowakowskich lubi..... nad morze, dlatego będą w tym roku greckie wyspy.
- W poniedziałek do lekarza, ponieważ boli mnie gardło i gorączkę.

- Wieczorem lubię książki kryminalne.
- Alojzy chętnie wieczorami w brydża, ale nie lubi w pokera.
- Babcia Anna ma problemy z kręgosłupem i do sanatorium, gdzie zabiegi borowinowe oraz masaże. Będzie też w basenie oraz na spacer.
- W ogrodzie należy chwasty oraz trawnik, ponieważ jest już bardzo wysoka trawa.
- Tomek chętnie muzyki z kolegami w piątkowe wieczory.
- Olek hokej.



ĆWICZENIE NR 23

Dokończ zdania rzeczownikami.

- Lubię chodzić na długie
- Mama upiekła pyszny
- Janek jeździ zimą na
- Ramona siedzi na twardym
- Krzysztof jest mechanikiem i naprawia
- Anna chce zmienić fryzurę, dlatego idzie do
- Robert piecze najlepsze.....
- Tata ugotuje dziś dla całej rodziny pyszny.....
- Chodźmy na spacer nad
- Razem latem łowimy
- Co wieczór gramy.....
- Uczę się grać na
- Mam problemy z fizyką, muszę się zapisać na dodatkowe.....
- Boli mnie biodro, dlatego idę do

- Krzewy magnolii pięknie
- Daj kartkę papieru, muszę napisać
- Zaparzę Ci gorącej
- Chodź ze mną do sklepu na
- Popsuł mi się telefon, dlatego muszę kupić
- W telewizji emitują mój ulubiony
- Chodźmy razem do kawiarni na
- Janka haftuje piękne
- Ryszard musi sobie zacerować
- Jadę do przychodni po przepisane
- Pociąg do Warszawy odjeżdża z
- Anna czyta ciekawą

ĆWICZENIE NR 24

Przeczytaj tekst: Komunikat dla alergików.

Stężenie pyłku pokrzywy nadal jest wysokie, jednak będzie spadać. Zgodnie z przewidywaniami stężenie pyłku bylicy spadło już do niskiego poziomu. Stężenie pyłku traw, ambrozji i babki jest nadal wysokie.

Osoby uczulone na alergeny pyłku bylicy powinny unikać stosowania przypraw i wybranych warzyw (seler, marchew – surowe) oraz owoców tzw. egzotycznych (kiwi, arbuz, melon), jeżeli obserwowały u siebie objawy po tych pokarmach.

Objawy, które mogą się pojawić, to: pieczenie, świąd warg, języka, gardła, uczucie mrowienia w obrębie jamy ustnej, obrzęk.

-
1. Czy stężenie pyłku pokrzywy jest wysokie, czy niskie?
 2. Czy osoby uczulone na pokrzywę mogą swobodnie udawać się w miejsca, gdzie rośnie?
 3. Czy obecnie pyli trawa, ambrozja i babka?
 4. Jakich przypraw obecnie powinny unikać osoby uczulone?
 5. Jakie mogą pojawić się objawy po takich pokarmach, jak owoce egzotyczne czy wybrane przyprawy?

ĆWICZENIE NR 25

Uzupełnij zdania. Jeśli potrafisz, znajdź więcej niż jeden czasownik.

- Nożyczkami można
- Łyżeczką można
- Nożem można
- Wentylator służy do
- Przy stole można
- Okno można
- Komputer można
- Kwiaty należy
- Głos w telewizorze można
- Film można
- Radia można
- Na krześle można
- Światło można
- Rybę można
- Długopisem można
- Budzik można
- W kościele można się

- Dom można
- Książkę można
- List można.....
- Łóżko można
- Podłogę można.....
- Herbatę można
- Buty można
- Szklanka służy do
- Widelec służy do
- Kolczyki można
- Młotkiem można
- Szafę można
- Obrączkę można
- W lodówce można
- W saunie można
- Na basenie można
- Po górach można
- Do śmietnika można
- Piosenkę można.....

- Wiersz można
- Na pianinie można
- Piłą można
- Zdjęcia można
- Farbami można
- Paznokcie można
- Sukienkę można
- Krawat można
- W łóżku można
- Na plaży można
- Po górach można
- Na nartach można
- Na koncercie można
- Na drutach można
- W kinie można
- W teatrze można
- W tramwaju można
- W hotelu można

ĆWICZENIE NR 26

Przeczytaj tekst: Szczęśliwa rozsypanka.

A. W poniższej tabeli ukrytych jest dwanaście synonimów słowa „szczęście”. Twoim zadaniem jest wykreślić je. Synonimy mogą być zapisane pionowo, poziomo oraz wspak.

G	M	F	R	U	B	T	W	L	P	D	B	W	J	A
R	L	R	P	A	P	O	W	O	D	Z	E	N	I	E
U	A	Y	R	W	C	R	A	K	J	B	R	L	D	J
S	T	S	Z	C	Z	Ę	Ś	L	I	W	O	Ś	Ć	E
F	M	U	Y	R	T	Ć	K	P	B	D	P	C	Ś	B
O	R	K	J	G	A	S	E	C	K	U	S	J	O	T
R	K	H	E	N	A	T	S	O	G	O	Ł	B	N	L
T	U	C	M	W	Ś	Y	P	D	B	W	A	K	L	K
U	T	J	N	D	L	B	T	F	Ś	K	P	A	Ś	H
N	S	E	O	R	J	O	R	A	D	O	Ś	Ć	Y	C
A	D	K	Ś	H	K	R	P	R	T	P	D	R	M	S
T	T	R	Ć	B	J	B	J	T	R	B	Ć	T	O	R
J	K	Z	P	R	W	O	T	B	Ć	K	W	S	P	P
K	D	E	Ś	Z	A	D	O	W	O	L	E	N	I	E
O	Ś	P	R	Z	ż	F	D	W	S	W	L	A	M	Z

B. Wpisz do tabeli odnalezione w powyższej rozsypance literowej synonimy słowa „szczęście”. Następnie uporządkuj je w kolejności alfabetycznej.

1.	2.	3.
4.	5.	6.
7.	8.	9.
10.	11.	12.

C. Przyporządkuj wyszukane synonimy słowa „szczęście” do odpowiadających im antonimów. Wpisz je w puste miejsca.

	←	BANKRUCTWO
	←	KLĘSKA
	←	DYSKOMFORT
	←	CIERPIENIE
	←	NIEPOWODZENIE
	←	UBÓSTWO
	←	PECH
	←	FRUSTRACJA
	←	SMUTEK
	←	NIESZCZĘŚCIE
	←	NIEPOKÓJ
	←	PORAŻKA

D. Zastanów się, co dla Ciebie oznacza „szczęście”. Wypisz 5 rzeczy, które uważasz za źródła szczęścia w swoim życiu.

.....

.....		
.....		
.....		

E. Wybierz jedną z tych rzeczy i opisz ją w kilku zdaniach – jak się czujesz, kiedy ją doświadczasz? Dlaczego jest dla Ciebie ważna?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

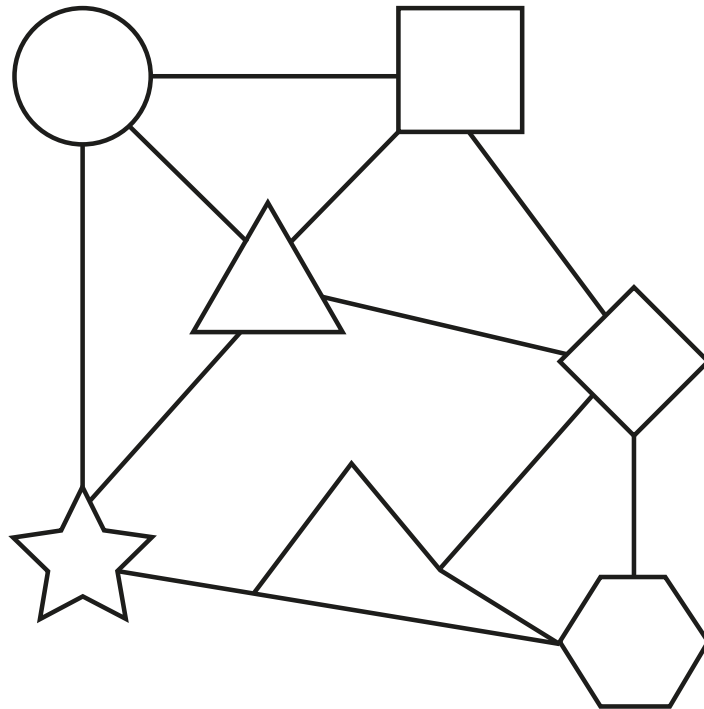
.....

F. W poniższych zdaniach brakuje pojedynczych słów. Uzupełnij każde zdanie jednym z odpowiednich synonimów słowa „szczęście” znalezionym w rozsypance. Napisz je w odpowiedniej formie gramatycznej.

- Praca w ogrodzie to dla mnie ogromna nic tak nie relaksuje jak obcowanie z naturą.
- Po latach ciężkiej pracy stał się dla mnie nie tylko nagrodą, ale dowodem na to, że warto było się starać.
- Młody przedsiębiorca zbił na swojej pomysłowości związanej z ekologicznymi produktami codziennego użytku.
- Choć w młodości były dla mnie wygrane w zawodach, dzisiaj największym sukcesem jest cieszenie się zdrowiem i bliskością rodziny.
- Z ogromnym patrzę na postępy, które udało się osiągnąć w naszym wspólnym projekcie.
- Po kilku nieudanych próbach, ten nagły naprawdę mnie zaskoczył i poczułam/em się wyjątkowo.
- Dzięki wytrwałości i ciężkiej pracy moje życie stało się pełne..... i satysfakcji.
- Wakacje spędzone w tym miejscu były jak podróż do „krainy wiecznej”, pełne uśmiechu i beztroski.
- Po zakończeniu leczenia czułam/em ogromną że mogę znów normalnie funkcjonować i cieszyć się życiem.
- Codzienna medytacja pozwala mi poczuć....., który wypełnia moje myśli spokojem i równowagą.
- Z okazji urodzin życzę Ci dużo zdrowia, szczęścia, radości oraz w każdej dziedzinie życia.
- Trzymam za Ciebie kciuki. Działaj z energią i wiarą w siebie -..... w wykonywaniu zadań z książki pt. „Neuroaktywni”!

ĆWICZENIE NR 27

Przyjrzyj się przez 45 sekund rysunkowi z zaznaczonymi punktami, następnie zasłoń rysunek i spróbuj narysować go z pamięci poniżej.



ĆWICZENIE NR 28

Wykreśl jak najszybciej wszystkie litery M, zmierz, ile czasu zajęło Ci wykonanie zadania, i zapisz wynik poniżej.

M	N	K	W	T	M	M	V	G	Y	U	P	O	B	P	N	N	U	W	A
N	V	M	W	S	X	G	K	L	O	M	N	Q	W	M	K	A	Z	D	U
J	M	B	V	M	F	M	D	E	X	O	T	W	S	Z	O	T	M	H	P
O	M	B	H	F	Y	J	I	V	G	E	F	C	V	E	X	M	N	I	M
Y	H	I	F	M	C	D	M	S	K	J	M	N	T	Y	N	V	G	P	W
X	M	M	B	F	I	Y	B	M	N	V	R	N	M	O	W	L	V	C	W
M	I	D	Z	V	C	E	M	I	J	O	P	B	V	N	W	M	K	H	W
M	L	V	M	W	G	F	V	B	N	N	C	O	I	T	A	A	L	K	M
N	H	B	M	N	H	M	J	M	U	G	B	J	N	M	N	V	G	W	L
V	I	D	A	X	O	V	B	J	K	I	Y	M	V	M	F	B	H	G	E
W	M	O	L	K	U	M	F	V	E	T	M	N	H	U	M	N	L	O	P
I	F	V	K	M	N	G	T	Y	M	J	N	B	M	Q	S	S	A	N	M
H	N	B	M	F	D	Q	S	A	X	Z	K	I	B	M	H	X	P	L	H
N	B	F	M	V	D	M	N	U	I	M	N	R	E	D	S	B	J	W	P
M	W	M	E	D	N	P	N	J	M	I	V	D	F	M	L	I	M	O	J
V	F	G	M	M	M	N	B	V	F	H	T	W	M	D	L	N	B	M	N
O	M	U	P	N	J	H	B	M	V	G	F	T	R	C	M	V	B	H	W
W	K	O	H	M	W	M	N	M	P	K	O	H	B	V	M	J	N	B	G
Y	O	I	N	B	A	G	B	H	M	N	G	C	D	F	R	M	T	P	O

Twój wynik:

ĆWICZENIE NR 29

Przeczytaj uważnie tekst: Wczesny poranek nad rzeką.

Rzeka płynęła leniwie, odbijając różowe promienie wschodzącego słońca. Był chłodny poranek, z tych, które pachną rosą i mokrą trawą. Piotr i jego córka Lena szli wzdłuż brzegu, prowadząc rowery. Zatrzymali się przy starym drewnianym pomoście, skąd rozciągał się widok na mglistą taflę wody.

Piotr wyjął z plecaka niewielkie śniadanie – bułki z miodem i butelkę soku jabłkowego. Lena usiadła na plecaku, owinięta w polarową bluzę. Nie spieszyli się. Ten poranny rytuał był dla nich ważniejszy niż jakikolwiek plan dnia.

Kiedy słońce wspięło się wyżej, wskoczyli na rowery i odjechali w kierunku lasu, zostawiając za sobą ciszę poranka i pachnący wilgocią brzeg.

A. Odpowiedz pełnymi zdaniami.

- Jaka była pora dnia?

.....

- Kto towarzyszył Piotrowi?

.....

- Co zjedli na śniadanie?

.....

- Co zrobili po śniadaniu?

.....

- Jak wyglądało miejsce, gdzie się zatrzymali?

.....

B. Dokończ zdania.

Piotr i Lena szli

Na pomoście rozciągał się widok

W plecaku znajdowały się

Poranny rytuał był dla nich

Po śniadaniu

C. Wskaż prawdziwą (P) lub fałszywą (F) odpowiedź.

Piotr i Lena jechali na rowerach przez cały czas. P/F

Śniadanie zjedli na drewnianym pomoście. P/F

Pogoda była deszczowa i wietrzna. P/F

Po śniadaniu wrócili do domu. P/F

Rzeka była zamarznięta. P/F

D. Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

rower – kierownica – kask – widelec

plecak – termos – bluza – suszarka

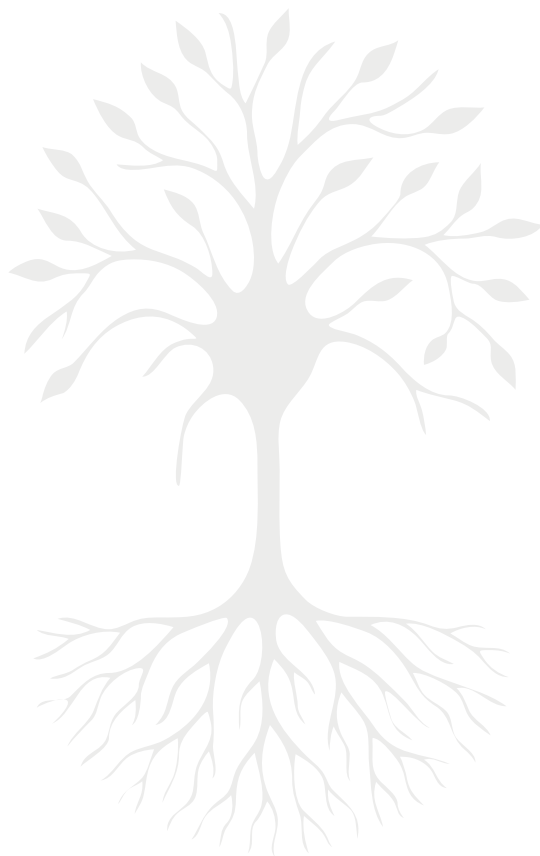
trawa – rosa – asfalt – słońce

pomost – rzeka – kładka – winda

poranek – świt – zmierzch – brzask

E. Uzupełnij zdania odpowiednią formą czasownika w nawiasie.

- Piotr i Lena (prowadzić) rowery wzdłuż brzegu.
- Dziewczyna (usiąść) na plecaku i owinęła się bluzą.
- Słońce (wschodzić) powoli nad rzeką.
- Po śniadaniu oboje (wsiąść) na rowery.
- Widok z pomostu (być) wyjątkowo piękny.



ĆWICZENIE NR 30

Twoim zadaniem będzie odczytanie zakodowanej wiadomości. Poniżej znajduje się klucz – każdemu symbolowi odpowiada jedna litera. Według podanego klucza odkoduj ukrytą wiadomość, zapisując poniżej odpowiednią literę pod każdym symbolem.

Litera	Symbol	Litera	Symbol	Litera	Symbol
A	○	I	☯	R	☾
Ą	□	J	♣	S	☀
B	△	K	♪	Ś	★
C	◇	L	🎵	T	🌸
Ć	★	Ł	✈	U	▲
D	♠	M	✉	W	▼
E	♣	N	✍	X	◐
Ę	♥	Ń	✌	Y	◑
F	◆	O	✂	Z	❖
G	☂	Ó	🖋	Ż	⦿
H	☁	P	🚩	ż	⦿

Zakodowana wiadomość:

🌸☾♣✍☯✍☂ ✉✉❖☂▲ ♣♣☀🌸 🎵🎵▲◇❖✂▼◑,

.....

🚩✂✍☯♣▼○⦿ ◆▲✍🎵◇♣♣ 🚩✂❖✍○▼◇❖♣,

.....

♠❖☯○✈○♣□ ✍○♣🎵♣🚩☯♣♣ ☂♠◑ ☀□

.....

☾♣☂▲🎵○☾✍☯♣ ☀🌸◑✉▲🎵✂▼○✍♣.

.....

ĆWICZENIE NR 31

Przeczytaj tekst, a następnie odpowiedz na pytania: Niezwykły przypadek starego zegara.

W starym domu na skraju wsi stał zegar, który – według lokalnych opowieści – potrafił przewidywać przyszłość. Nie był to zegar nowoczesny ani szczególnie piękny – wręcz przeciwnie, miał popękane wskazówki i zmatowiałe szkło, a jego tyknięcie przypominało bardziej stukot niż delikatny rytm czasu. Mieszkańcy twierdzili, że za każdym razem, gdy miał się wydarzyć jakiś przełomowy moment – narodziny lub zaginięcie – zegar zatrzymywał się dokładnie minutę przed zdarzeniem. Choć nikt nie potrafił tego naukowo wyjaśnić, ludzie zaczęli traktować zegar z niepokojem, ale też z szacunkiem. Pewnego dnia dom został sprzedany obcemu mężczyźnie. Nowy właściciel, nie wierząc w przesady, wyrzucił zegar na strych. Od tamtej pory mieszkańcy nie wiedzieli, czy zegar zatrzymuje się jak do tej pory. Niektórzy mówili, że było słychać jego stukot w nocy. I właśnie taki głośny stukot obudził wszystkich mieszkańców 1 stycznia o 5:58 rano. A o 6:00 była już cisza i okazało się, że ...

PYTANIA DO TEKSTU

- Gdzie znajdował się zegar?

.....

.....

- Jakie było jego niezwykle działanie?

.....

.....

- Co robił zegar na minutę przed ważnym wydarzeniem?

.....

.....

- Jak zareagowali mieszkańcy na tę właściwość zegara?

.....

.....

- Co zrobił nowy właściciel z zegarem?

.....

.....

- Jak myślisz, dlaczego ludzie nadal mówią o stukocie zegara?

.....

.....

- Czy wierzysz, że przedmioty mogą mieć „pamięć”?

.....

.....

- Wymień 3 przymiotniki, które opisują zegar.

.....

.....

- Co symbolizuje zegar w tej historii?

.....

.....

Napisz własne zakończenie tej opowieści (2-3 zdania).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

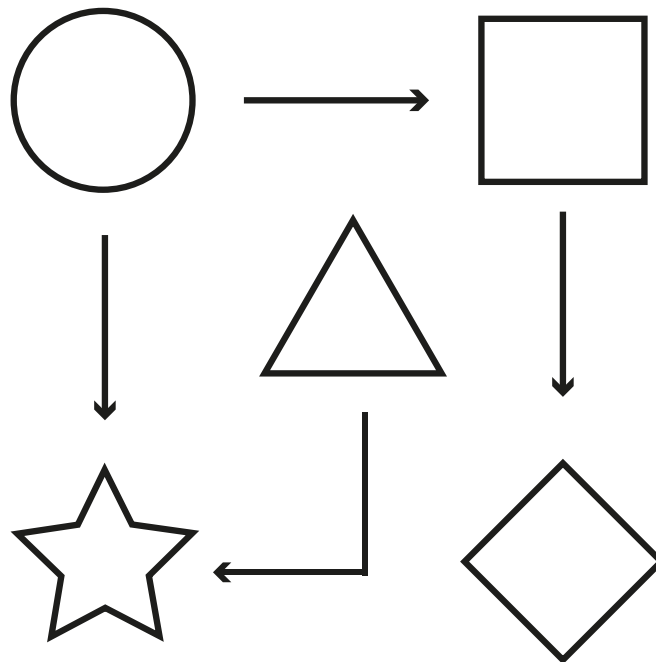
.....

.....

.....

ĆWICZENIE NR 32

Przyjrzyj się przez 45 sekund rysunkowi z zaznaczonymi punktami, następnie zasłoń rysunek i spróbuj narysować go z pamięci poniżej.



ĆWICZENIE NR 33

W każdym zdaniu znajduje się ukryty błąd logiczny lub językowy. Znajdź go i popraw zdanie tak, by miało sens.

Wczoraj widziałam twojego brata w sklepie, mimo że wyjechał rano.

.....

.....

Każdy z uczniów oddali swoje prace nauczycielce.

.....

.....

Zanim poszliśmy do kina, oglądaliśmy film w kinie.

.....

.....

Kiedy dorośnie, zostanie lekarzem, ponieważ od zawsze leczył ludzi.

.....

.....

Po przebudzeniu wypłem kawę i poszedłem spać.

.....

.....

Otworzyłem parasol, mimo że padało.

.....

.....

Dzisiaj pada śnieg, dlatego wczoraj miałem ze sobą rękawiczki.

.....

.....

Nikt z zaproszonych gości nie przyszli na czas.

.....

.....

Pociąg odjechał punktualnie z dziesięciominutowym opóźnieniem.

.....

.....

Poszłam do sklepu, bo zabrakło mi mleka, którego jeszcze nie kupiłam.

.....

.....

W niedzielę codziennie chodzimy na spacer.

.....

.....

On powiedziała, że spóźni się na spotkanie.

.....

.....

Mama ugotował zupę, ale nie zdążył jej podać.

.....

.....

Widziałem, jak ptak siedzieli na drzewie.

.....

.....

Po kolacji jeszcze nie zdążyłam zjeść deseru.

.....

.....

Włożył buty i zaczął jeść śniadanie na dworze.

.....

.....

Dzieci szedł szybko do szkoły, bo padało.

.....

.....

Zawsze nigdy nie mówię o swoich planach.

.....

.....

Samochód był czerwony, chociaż miał zielony kolor.

.....

.....

To był największy najmniejszy problem w jego życiu.

.....

.....

ĆWICZENIE NR 34

Z podanych wyrazów ułóż poprawne, sensowne zdanie. Uwaga – możliwych jest kilka wersji.

- książka – wieczór – czytać – lubić – cichy

.....

.....

- pies – szczekać – podwórko – listonosz – rano

.....

.....

- rower – naprawić – ojciec – garaż – wczoraj

.....

.....

- mleko – nalać – filiżanka – gorące – ostrożnie

.....

.....

- uczennica – pisać – sprawdzian – dokładnie – długo

.....

.....

ĆWICZENIE NR 35

Wyjaśnij znaczenia zapisanych wyrazów, a następnie ułóż z nimi zdania.

radość

.....

.....

szczęście

.....

.....

rozbawienie

.....

.....

zadowolenie

.....

.....

wesołość

.....

.....

satysfakcja

.....

.....

spełnienie

.....

.....

duma

.....

.....

nadzieja

.....

.....

niepokój

.....

.....

onieśmielenie

.....

.....

złość

.....

.....

zniecierpliwienie

.....

.....

smutek

.....

.....

przygnębianie

.....

.....

zachwyt

.....

.....

zdziwienie

.....

.....

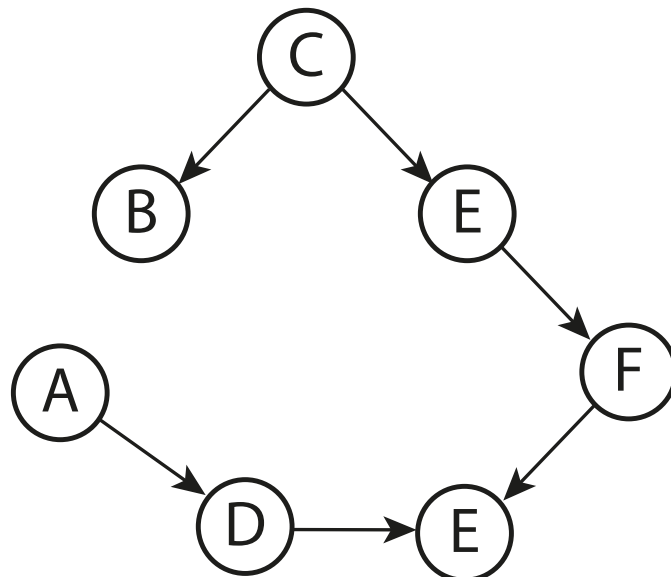
rozczarowanie

.....

.....

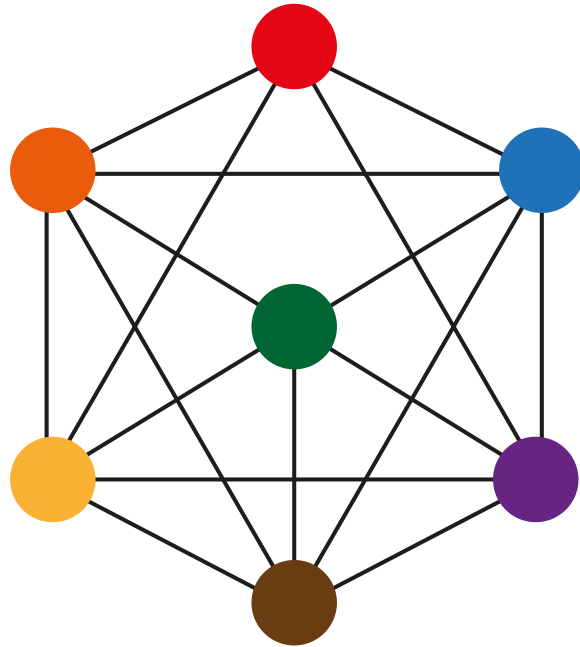
ĆWICZENIE NR 36

Przyjrzyj się przez 45 sekund rysunkowi z zaznaczonymi punktami, następnie zasłoń rysunek i spróbuj narysować go z pamięci poniżej.



ĆWICZENIE NR 37

Przyjrzyj się przez 1 minutę rysunkowi z zaznaczonymi punktami, następnie zasłoń rysunek i spróbuj narysować go z pamięci poniżej.



ĆWICZENIE NR 38

Zmierz się z zadaniem: Strzałkowy zawrót głowy.

- A. W poniższej tabeli znajdują się strzałki skierowane w różnych kierunkach. Twoim zadaniem jest policzyć ile razy występuje każda z poniższych strzałek. Zapisz liczbę każdej z nich.

→	↙	→	↑	↘	←	↙	→	↙	←
↙	→	↘	→	↓	↑	→	↑	↓	↘
←	→	↓	←	↑	↙	↓	→	→	↑
↑	→	↘	→	↘	↓	↑	↘	→	←
↓	↑	→	↙	←	↘	→	←	↑	↙
↘	→	←	→	↘	↑	↓	↙	↓	→
←	↙	↘	↑	←	↙	↘	→	→	↑
↑	→	↑	↘	↓	→	↓	↑	↓	←
↙	↓	↙	←	→	↘	↙	←	↘	↙
→	↑	←	↘	←	↙	↑	→	←	↑

- w górę:
- w dół:
- w prawo:
- w lewo:
- ukośnie w dół w prawo:
- ukośnie w dół w lewo:

Policz wszystkie strzałki znajdujące się w tabeli. Postaraj się zrobić to jak najszybciej.

- SUMA wszystkich strzałek:

B. Każdej strzałce nadano wartość punktową. Policz sumę punktów wszystkich strzałek znajdujących się w tabeli. Podsumowanie wpisz w tabelę poniżej.

 = 7 pkt	 = 3 pkt	 = 13 pkt
 = 10 pkt	 = 20 pkt	
 = 5 pkt	 = 8 pkt	
 = 4 pkt	 = 2 pkt	
 = 1 pkt	 = 6 pkt	

WZÓR STRZAŁKI	ILOŚĆ	SUMA PUNKTÓW
		
		
		
		
		
		
		
		
		
		
		
SUMA CAŁOŚCI:		

ĆWICZENIE NR 39

Zmierz się z zadaniem: Co było przyczyną, a co skutkiem?

A. Poniżej znajdziesz opisy sytuacji z różnych dziedzin życia. Twoim zadaniem jest:

1. Określić, co jest przyczyną, a co skutkiem opisywanego zdarzenia.
2. Uzasadnić związek logiczny pomiędzy nimi, czyli wyjaśnić, jak jedno zdarzenie doprowadziło do drugiego.
3. Zastanowić się, czy można było uniknąć skutku:
 - jeśli TAK – napisz, w jaki sposób.
 - Jeśli NIE – napisz „Nie ma potrzeby unikania skutku, ponieważ jest on pozytywny”.

KATEGORIA TEMATYCZNA: ZDROWIE

Opis: Pani Jolanta przez kilka miesięcy ignorowała ból kręgosłupa. Z czasem ból nasilił się i konieczna była operacja.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: ŻYCIE CODZIENNE

Opis: Basia zasnęła i nie zdążyła na autobus. W pracy pojawiła się z godzinnym opóźnieniem.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: PODRÓŻE

Opis: Pan Piotr nie znał języka angielskiego. Miał trudności z porozumiewaniem się w hotelu i na lotnisku.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: EKOLOGIA

Opis: W mieście ograniczono ruch samochodów w centrum. Po miesiącu jakość powietrza wyraźnie się poprawiła.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: RELACJE MIĘDZYLUDZKIE

Opis: Pan Kazimierz regularnie pomagał sąsiadom. Gdy zachorował, sąsiedzi pomagali jemu.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: FINANSE

Opis: Pani Anna regularnie robiła zakupy bez planowania i często kupowała rzeczy, których nie potrzebowała. Po miesiącu okazało się, że przekroczyła budżet i zabrakło jej pieniędzy na rachunki.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: EMOCJE

Opis: Pan Krzysztof był często sfrustrowany i reagował złością na drobne nieporozumienia z bliskimi. Z czasem jego rodzina zaczęła unikać wspólnych rozmów i kontaktów.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA: BEZPIECZEŃSTWO

Opis: Pani Iwona wychodziła codziennie wieczorem na spacer, ale nigdy nie nosiła odblasków. Pewnego dnia kierowca nie zauważył jej na drodze i doszło do potrącenia.

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

B. Wybierz trzy kategorie tematyczne (możesz skorzystać z tych wymienionych powyżej lub zaproponować własne). Wymyśl i opisz nowe sytuacje z życia codziennego, w których występuje wyraźny związek przyczynowo-skutkowy.

KATEGORIA TEMATYCZNA:

Opis:

.....

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA:

Opis:

.....

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

KATEGORIA TEMATYCZNA:

Opis:

.....

Przyczyna:

Skutek:

Uzasadnienie:

.....

Czy można było tego uniknąć?

.....

C. Poniżej znajdziesz dwie informacje. Spróbuj samodzielnie określić możliwy związek przyczynowo-skutkowy.

- *Pani Elżbieta zaczęła codziennie spacerować po śniadaniu. Po kilku tygodniach miała lepszy nastrój i spała spokojniej.*

Jaki związek może łączyć te dwa zdania?

.....

.....

Co mogło być przyczyną?

.....

.....

Co mogło być skutkiem?

.....

.....

Uzasadnij związek między nimi.

.....

.....

- *Pan Tomasz rzucił palenie po 20 latach. Po kilku tygodniach zauważył, że łatwiej mu się oddycha i ma więcej energii.*

Jaki związek może łączyć te dwa zdania?

.....

.....

Co mogło być przyczyną?

.....

.....

Co mogło być skutkiem?

.....

.....

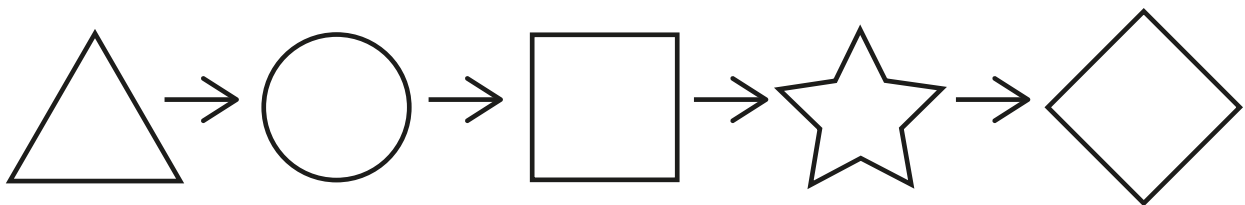
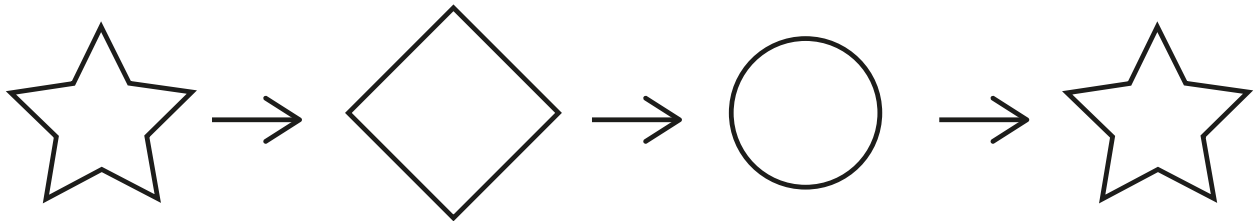
Uzasadnij związek między nimi.

.....

.....

ĆWICZENIE NR 40

Przyjrzyj się przez 20 sekund sekwencji wzorów przedstawionych poniżej, postaraj się zapamiętać sekwencję, następnie zasłoń ją i narysuj wzory w takiej samej kolejności w okienku poniżej.



Teraz zasłoń obie powyższe sekwencje wzorów, następnie spróbuj przypomnieć sobie obie i narysuj je, jedną po drugiej poniżej, zacznij od pierwszej sekwencji.

ĆWICZENIE NR 41

Wpisz miasto, które zostało przedstawione w opisie.

- Tam syrenka stoi i niczego się nie boi.

.....

- Miasto, gdzie koziołki rogami stukają się parami.

.....

- Tam krasnale siedzą i nad losem ludzi się biedzą.

.....

- Smok ogniem zionie w pieczarze swej co dzień.

.....

- Przy samym morzu stoi, a Neptun go trójzębem broni.

.....

- Słynie wszakże z tego paprykarza smacznego.

.....

- Tam, gdzie mężowie i niewiasty są skłonne zjeść pierniki wonne.

.....

- To miasto z tego słynie, że choć na nizinie, to cały czas płynie.

.....

- Ta wspaniała kraina makaron Lubella przypomina.

.....

ĆWICZENIE NR 42

Wypisz miasta z poprzedniego ćwiczenia i napisz, w jakich leżą województwach oraz w jakiej krainie geograficznej.

Np. Kraków – województwo małopolskie – Wyżyna Krakowsko-Częstochowska

MIASTO	WOJEWÓDZTWO	KRAINA GEOGRAFICZNA

ĆWICZENIE NR 43

GDY ZDANIE STAJE SIĘ NIETYPOWĄ, ZABAWNĄ HISTORIĄ ...

Dokończ poniższe zdania w sposób zaskakujący, żartobliwy lub poetycki. Liczy się Twoja pomysłowość i wyobraźnia.

Gdybym umiał/a latać to

.....

Najdziwniejszy dzień w moim życiu to

.....

Gdyby drzewa mogły mówić, powiedziałyby

.....

Gdybym zamienił(a) się w wiatr, to

.....

Gdyby moje myśli były instrumentem, to brzmiałyby jak

.....

Gdybym spotkał(a) siebie sprzed 20 lat, powiedział(a)bym

.....

Najbardziej zaskakujący prezent, jaki mógłbym/mogłabym otrzymać, to

.....

Gdyby mój portfel miał własne zdanie, to

.....

Gdyby lustro mogło mówić, pewnego dnia powiedziałoby mi

.....

Gdyby poniedziałek był zwierzęciem, to byłby

.....

Gdyby moje imię było kolorem, to miał(a)bym na imię

.....

Gdybym był(a) miejscem na mapie, to był(a)bym

.....

Gdyby moje wspomnienia miały kształt, byłyby

.....

Gdyby moja codzienność była filmem, to miałaby tytuł

.....

Gdyby cisza mogła mówić, powiedziałaby mi

.....

Gdybym mógł/mogła porozmawiać ze swoją przyszłością zapytał(a)bym

.....

Gdyby dzień miał smak, smakowałby jak

.....

ĆWICZENIE NR 44

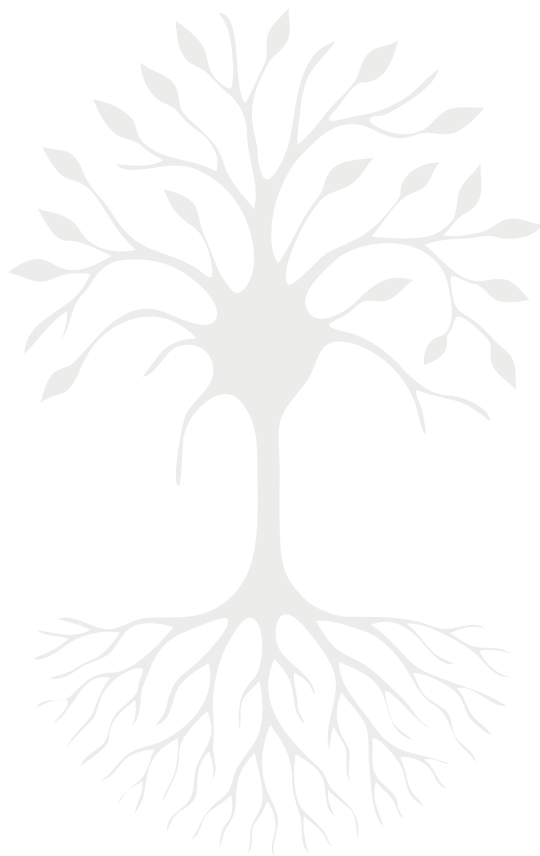
Napisz po pięć rzeczowników, czasowników i przymiotników z danej kategorii.

KATEGORIA	RZECZOWNIK	CZASOWNIK	PRZYMOTNIK
PIES	Np. owczarek	Np. szczeka	Np. podpalany
RYBA			
GRUSZKA			
AUTO			
MEBLE			
OGÓREK			
FARBA			
TALERZE			
ODZIEŻ			
KSIĄŻKI			

ĆWICZENIE NR 45

Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

- KOMINEK – OGIEŃ – ŚWIECA – KOMPUTER
- ŚCIANA – DREWNO – ŻYWICA – DYWAN
- ZUPA – WARZYWA – PRZYPRAWY – SUSZARKA
- WIATR – DESZCZ – ŚNIEG – MIKROFON
- KOC – ŁAWA – KSIĄŻKA – MOTOR



ĆWICZENIE NR 46

Przeczytaj tekst: Szalony dzień pani Lidki ;)

Wczoraj rano obudziłam się o godzinie 23:45, ponieważ zapomniałam wyłączyć budzik z niedzieli. W pierwszej chwili pomyślałam, że to jeszcze noc, ale skoro budzik zadzwonił, to najwyraźniej był już ranek.

Zeszłam do kuchni i zjadłam szybkie śniadanie, składające się z kawy, herbaty i zupy ogórkowej z makaronem w kształcie dinozaurów. Na deser – plasterek cytryny posypany cynamonem.

Byłam tak zadowolona, że postanowiłam wyjść na spacer. Ubrałam się w różową piżamę w czarnym kolorze, nie zapominając o kapciach w kształcie kaczuszek. Na zewnątrz padał śnieg, a termometr pokazywał 55 stopni Celsjusza. Na ulicy ludzie lepili bałwany w okularach przeciwsłonecznych, a dzieci rzucały się wodą zamiast śnieżkami.

W sklepie spożywczym kupiłam 3 kilogramy soku pomarańczowego, 2 litry schabu, 12 jajek w kartonie po 6 sztuk, 1 chleb bez glutenu, który jednak zawierał pszenicę, i papier toaletowy o smaku rumianku. Pani kasjerka, ubrana w strój kąpielowy, zapytała mnie, czy chcę zapłacić kartą czy gotówką, więc wybrałam przelew bankowy z terminem realizacji „gdy kura będzie znów prezydentem”.

Po powrocie do domu włączyłam telewizor, który pokazywał wiadomości z przyszłego tygodnia. Dowiedziałam się, że w poniedziałek będzie piątek, w środę odbędzie się weekendowy festyn z okazji wtorku, a w sobotę zostaną odwołane wszystkie czwartki do odwołania.

Na obiad przygotowałam sobie lody waniliowe z ziemniakami i ketchupem, udekorowane listkiem pieprzu. Do picia musztardę z sokiem malinowym.

Po posiłku postanowiłam się zdrzemnąć. Zasnęłam o 13:00 rano i obudziłam się o pięć minut przed jutrem.

**A. Odpowiedz pisemnie na pytania, odwołując się do treści przeczytanego tekstu.
Postaraj się odpowiedzieć pełnymi zdaniami.**

O której godzinie obudziła się pani Lidka?

.....

Co zjadła na śniadanie?

.....

Jak była ubrana, gdy wyszła na spacer?

.....

Co niezwykłego działo się na ulicy?

.....

Co kupiła w sklepie?

.....

W jaki sposób pani Lidka zapłaciła za zakupy?

.....

Co pokazywał telewizor?

.....

Co zjadła na obiad?

.....

O której godzinie poszła spać?

.....

Co według Ciebie było najbardziej absurdalne w tym dniu?

.....

B. W tabeli poniżej wypisz elementy, które są nielogiczne, sprzeczne z rzeczywistością lub absurdalne. Uzupełnij poniższą tabelę, wpisując je w odpowiednie kategorie, a następnie wyjaśnij, dlaczego uważasz, że dany element jest błędem lub zabawną nieścisłością.

KATEGORIA BŁĘDU	ELEMENT Z TEKSTU	WYJAŚNIENIE BŁĘDU, ABSURDU
Błędy czasowe i chronologiczne		
Sprzeczności pogodowe i środowiskowe		
Absurdy związane z zakupami i jedzeniem		
Nielogiczne zachowania i decyzje		
Nieścisłości językowe i stylistyczne		

ĆWICZENIE NR 47

Zapoznaj się z tekstem: Pogoda.

Piątek (9 października) będzie pochmurny. W zachodniej i północnej części kraju spodziewane są opady deszczu.

Najcieplej będzie na południu Polski. W Małopolsce, na Śląsku i w województwie świętokrzyskim termometry pokażą około 18 stopni Celsjusza. Im dalej na północ, tym chłodniej. W centrum kraju temperatura wyniesie 16 stopni, a na Pomorzu oraz Warmii i Mazurach – 15 kresek powyżej zera.

Wiatr słaby i umiarkowany. Nad morzem powieje w porywach do 60 km/h, z kierunków południowych i zachodnich, a w Sudetach porywy wiatru sięgną do 70 km/h.

-
1. Czy pogoda będzie deszczowa?
 2. W jakiej części kraju spodziewany jest deszcz?
 3. W jakiej części kraju będzie najcieplej?
 4. Czy będzie wiał ostry wiatr?
 5. Czy będzie słonecznie?
 6. Jaka będzie temperatura na Śląsku?
 7. Jaka będzie temperatura w centrum?
 8. Jaka będzie temperatura na Warmii?
 9. Jaka jest pora roku?
 10. Jaki jest miesiąc i dzień tygodnia w powyższej prognozie pogody?

ĆWICZENIE NR 48

Poniżej zapisane są nazwy kolorów napisane innym kolorem czcionki niż nazwa koloru, przeczytaj jak najszybciej podane poniżej słowa, ale podając nazwę koloru czcionki, którym zapisane jest słowo.

Poniżej przykład:

- **CZERWONY**: znaczenie słowa – CZERWONY, kolor czcionki – ZIELONY, poprawna odpowiedź – ZIELONY
- **CZARNY**: znaczenie słowa – CZARNY, kolor czcionki – NIEBIESKI, należy przeczytać – NIEBIESKI
- **ZIELONY ŻÓŁTY NIEBIESKI** – należy przeczytać następująco: CZERWONY, CZARNY, ŻÓŁTY

Przeczytaj poniższe słowa według podanej instrukcji.

CZARNY ŻÓŁTY CZERWONY NIEBIESKI POMARAŃCZOWY
BRĄZOWY ŻÓŁTY CZARNY CZERWONY CZERWONY NIEBIESKI
CZARNY CZARNY BIAŁY ŻÓŁTY RÓŻOWY CZARNY NIEBIESKI
ZIELONY ZIELONY CZARNY BIAŁY BRĄZOWY FIOLETOWY
BIAŁY ŻÓŁTY CZERWONY POMARAŃCZOWY NIEBIESKI ŻÓŁTY
CZARNY ZIELONY FIOLETOWY BIAŁY ZIELONY NIEBIESKI
CZERWONY CZARNY CZARNY RÓŻOWY BIAŁY BRĄZOWY CZARNY
CZERWONY ZIELONY NIEBIESKI CZARNY ŻÓŁTY BIAŁY CZARNY
ZIELONY FIOLETOWY BIAŁY BIAŁY ZIELONY POMARAŃCZOWY
CZARNY NIEBIESKI ZIELONY NIEBIESKI CZERWONY BIAŁY CZARNY
CZERWONY NIEBIESKI RÓŻOWY BRĄZOWY CZARNY

ĆWICZENIE NR 49

Utwórz wyrazy z podanych liter.

UKBEK	→		SOET	→	
AKAW	→		AZKO	→	
LNOK	→		SAKA	→	
LSAA	→		ILPA	→	
RKAP	→		ZAWA	→	
EMAW	→		AWLA	→	
IZMA	→		LOTAN	→	
OŃKO	→		TRTAA	→	
IWPO	→		IKWL	→	
GNOA	→		PEOL	→	

ĆWICZENIE NR 50

Przeczytaj poniższy tekst, następnie przeczytaj go jeszcze raz, starając się jak najszybciej wykreślić wszystkie litery A.

- ABY UTRZYMAĆ DOBRE FUNKCJONOWANIE POZNAWCZE, NALEŻY REGULARNIE ĆWICZYĆ UMYSŁ POPRZECZ ROZWIĄZYWANIE ZAGADEK I ŁAMIGŁÓWEK.
- CODZIENNE CZYTANIE KSIĄŻEK LUB ARTYKUŁÓW STYMULUJE POZNANIE I ROZBUDZA KREATYWNOŚĆ.
- UCZENIE SIĘ NOWYCH UMIEJĘTNOŚCI, TAKICH JAK GRA NA INSTRUMENCIE LUB NAUKA JĘZYKA OBCEGO, WSPOMAGA ROZWÓJ SIECI NEURONALNYCH.
- REGULARNA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA, W TYM SPACERY, JOGGING LUB JOGA, ZWIĘKSZA DOPŁYW TLENU DO MÓZGU I WSPIERA PLASTYCZNOŚĆ NEURONALNĄ.
- ZDROWA DIETA BOGATA W OMEGA-3, WARZYWA LIŚCIASTE I ORZECHY CHRONI KOMÓRKI MÓZGOWE I WSPIERA UKŁAD NERWOWY.
- UNIKANIE NADMIERNEGO STRESU POPRZECZ TECHNIKI RELAKSACYJNE, TAKIE JAK MEDYTACJA CZY ĆWICZENIA ODDECHOWE, ZMNIJSZA RYZYKO ZABURZEŃ POZNAWCZYCH.
- WYSTARCZAJĄCA I REGULARNA HIGIENA SNU JEST KLUCZOWA DLA KONSOLIDACJI WSPOMNIENI I REGENERACJI MÓZGU.
- UTRZYMYWANIE BOGATEGO ŻYCIA SPOŁECZNEGO, KONTAKTY Z PRZYJACIÓŁMI I RODZINĄ WZMACNIAJĄ FUNKCJE POZNAWCZE I ZMNIJSZAJĄ RYZYKO SPOŁECZNEJ IZOLACJI.
- KONTROLA POZIOMU CUKRU WE KRWI I REGULARNE BADANIA PROFILAKTYCZNE POMAGAJĄ ZAPOBIEGAĆ USZKODZENIOM MÓZGU.
- OGRANICZENIE SPOŻYCIA ALKOHOLU I UNIKANIE UŻYWANIA SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH CHRONIĄ PRZED PRZEDWCZESNYM STARZENIEM SIĘ MÓZGU.
- ŚWIADOME PRAKTYKOWANIE UWAŻNOŚCI (MINDFULNESS) UŁATWIA KONTROLĘ UWAGI I ZWIĘKSZA ODPORNOŚĆ NA DYSTRAKCJĘ.
- WYKORZYSTYWANIE NOWYCH TECHNOLOGII, JAK APLIKACJE TRENINGOWE, WSPOMAGA RÓŻNORODNOŚĆ ĆWICZEŃ POZNAWCZYCH.
- REGULARNE PRZERWY W PRACY UMYSŁOWEJ ZAPOBIEGAJĄ ZMĘCZENIU I WZMACNIAJĄ WYDAJNOŚĆ POZNAWCZĄ.
- PRAKTYKOWANIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW W RÓŻNYCH KONTEKSTACH ROZBUDZA MYŚLENIE KRYTYCZNE I ABSTRAKCYJNE.
- UTRZYMYWANIE RÓŻNORODNEGO TRYBU DZIENNEGO Z ELEMENTAMI NAUKI, TWÓRCZOŚCI I RELAKSU WZMACNIA OGÓLNĄ SPRAWNOŚĆ UMYSŁU.

Zasłoń teraz powyższy tekst i spróbuj przypomnieć sobie jak najwięcej informacji, które przeczytałeś/aś.

ĆWICZENIE NR 51

Dopasuj poniższe wyrazy do poszczególnych kategorii.

RÓŻA MOTOCYKL SZKOŁA TRAMWAJ DRZEWO OKNO KWIATKI SKARPETKA
SAMOCHÓD BUTELKA RYCERZ WIELBŁĄD ZEGAREK KOT KSIĄŻKA STOŁEK
ŚWIATŁO MOST PTASZEK ŁAWKA MOTYL GITARA RUROCIĄG FOTEL LAMPA
CHOINKA SŁOŃ PAPIER MOTORYNKA ROWER HULAJNOGA TULIPAN ANTYLOPA
KONSERWATOR MALARZ KOREPETYTOR RADIOSTACJA TYGRYS

ŻYWE	
NIEŻYWE	
DŁUGIE (więcej niż 6 liter)	
KRÓTKIE (mniej niż 6 liter)	
Z LITERĄ "R"	
BEZ LITER Y "R"	

ĆWICZENIE NR 52

Przeczytaj uważnie tekst: Wieczór w schronisku.

Ogień trząsał w kominku, rozświetlając wnętrze starego schroniska. Drewniane ściany pachniały żywicą, a zza okien widać było ciemność i śnieg. Ewa siedziała na ławie, owinięta w koc, z książką w dłoni. Obok niej Tomek mieszał coś w garnku stojącym na piecyku – prostą zupę z warzywami i przyprawami.

Nie musieli rozmawiać – wystarczały dźwięki ognia i spokojne tempo wieczoru. Za oknem zawodził wiatr, ale tu, w środku, było bezpiecznie. Kolacja miała smak ciepła i wspólnoty, a cisza nie była niezręczna – była ich wyborem.

A. Odpowiedz pełnymi zdaniami.

Gdzie rozgrywa się akcja?

.....

Co robiła Ewa?

.....

Co przygotowywał Tomek?

.....

Jakie dźwięki towarzyszyły wieczorowi?

.....

Jaka była atmosfera w schronisku?

.....

B. Dokończ zdania.

W schronisku panował

Ewa siedziała

Za oknem

Kolacja miała smak

Zupa była

C. Wskaż prawdziwą (P) lub fałszywą (F) odpowiedź.

Ogień płonął w piecu kaflowym. P/F

Ewa czytała książkę, a Tomek gotował. P/F

Za oknem padał śnieg i świeciło słońce. P/F

Kolacja była zimna i niemiła. P/F

W schronisku panował hałas. P/F

D. Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

- kominek – ogień – świeca – komputer
- ściana – drewno – żywica – dywan
- zupa – warzywa – przyprawy – suszarka
- wiatr – deszcz – śnieg – mikrofon
- koc – ława – książka – motor

E. Połącz w pary wyrazy o podobnym znaczeniu.

- | | |
|------------------|---------------|
| 1. bezpiecznie | a. ciepło |
| 2. spokojnie | b. pewnie |
| 3. wspólnota | c. harmonia |
| 4. rozgrzewający | d. razem |
| 5. cicho | e. bez hałasu |

Dopisz odpowiednie litery:

1	
2	
3	
4	
5	

ĆWICZENIE NR 53

Pogrupuj wyrazy według podanych poniżej nich cech. Każdy z wyrazów może być w kilku kategoriach.

róża, samolot, kot, jabłko, góra, zegar, delfin, wiadro, słońce, motyl, książka, most, papuga, rakieta, marchewka, krzesło, żaba, okulary, samochód, chmura, kaktus, agrest, kiwi, pies, papier ścierny, mrówka, byk, woda, ciasto, piasek, krem, nietoperz, asfalt, gołąb, lody, słoń

Żywe	
Nieożywione	
Małe	
Duże	
Gładkie	
Szorstkie	
Jadalne	
Niejadalne	

ĆWICZENIE NR 54

Ułóż zdanie, w którym każde kolejne słowo zaczyna się kolejną literą alfabetu (A, B, C...). Przykład: „Ala biega codziennie do eleganckiego fotela”.

A.....

B.....

C.....

D.....

E.....

F.....

G.....

H.....

I.....

J.....

K.....

L.....

L.....

M.....

N.....

O.....

P.....

R.....

S.....

T.....

U.....

W.....

Z.....

ĆWICZENIE NR 55

Opisz, co można zrobić z podanymi przedmiotami. Wymień jak najwięcej czynności.

Przykład:

Koc: przykryć się, usiąść na nim na trawie, zrobić pośłanie dla psa.

Pomarańcza	
Cukier	
Wstążka	
Masło	
Łańcuszek	
Telefon	
Czajniczek	
Strzykawka	
Opona	
Koszyk	

ĆWICZENIE NR 56

Wymień po pięć różnych nazw/rzeczy z danej kategorii.

WYSPY W EUROPIE

.....		
.....		

PÓŁWYSPY NA ŚWIECIE

.....		
.....		

MORZA W EUROPIE

.....		
.....		

JEZIORA NA ŚWIECIE

.....		
.....		

MASYWY GÓRSKIE W EUROPIE

.....		
.....		

PAŃSTWA BEZ DOSTĘPU DO MORZA W EUROPIE

.....		
.....		

ĆWICZENIE NR 57

Patrząc na rysunek, spróbuj podpisać wszystkie jego części.



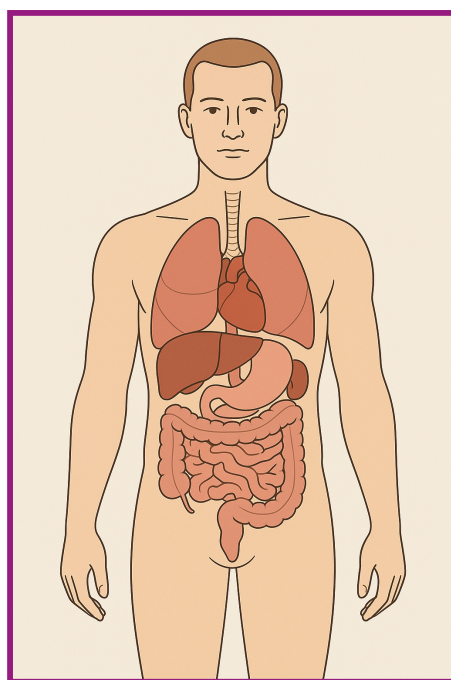
uszy, nos, pysk, zęby, język, szyja, klatka piersiowa,
brzuch, grzbiet, ogon, przednie łapy, tylne łapy



nadwozie, drzwi, maska, bagażnik, zderzaki, szyby,
koła, lusterka, reflektory



korzenie, pień, gałęzie, korona,
liście, kwiaty, owoce



serce, płuca, przełyk, tchawica i oskrzela, żołądek, wątroba,
pęcherzyk żółciowy, trzustka, jelito cienkie,
jelito grube, śledziona, nerki, pęcherz

ĆWICZENIE NR 58

Podaj po pięć przykładów pasujących do poniższych wyrazów.

COŚ	1	2	3	4	5
dużego					
ładnego					
miłego					
szalonego					
wciągającego					
rozkapryzonego					
wesołego					
kochanego					
głębokiego					
kwadratowego					
trójkątnego					
grającego					
cichego					
pasiastego					
drewnianego					
gładkiego					
porządnego					

COŚ	1	2	3	4	5
wiszącego					
plastikowego					
szklanego					
wiotkiego					
płynnego					
twardego					
owocowego					
czerwonego					
kanciastego					
kwiatowego					
porcelanowego					
stałego					
planowanego					
spontanicznego					
elektronicznego					
medycznego					
terapeutycznego					
śniadego					

ĆWICZENIE NR 59

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Karta do bankomatu.

W przypadku otrzymania karty do bankomatu przed pierwszym użyciem należy nadać jej indywidualny numer PIN. W tym celu można zadzwonić do konsultanta danego banku. Konsultant zweryfikuje klienta oraz numer karty, później uzgodni numer PIN. Następnie na numer telefonu wysłane zostanie 6-cyfrowe hasło, które należy wpisać na klawiaturze telefonu. Wówczas PIN zostanie poprawnie zapisany na karcie.

Można wówczas udać się do bankomatu i uruchomić kartę, wypłacając dowolną kwotę, lub udać się do sklepu i dokonać płatności z pomocą karty. Dokonując płatności, należy przyłożyć kartę do czytnika, następnie potwierdzić płatność wybranym numerem PIN.

-
1. Czy numer PIN nadają tylko u konsultanta w oddziale bankowym?
 2. Czy mogę nadać numer PIN poprzez konsultanta telefonicznie?
 3. Jakie są kolejne kroki nadania numeru PIN?
 4. Z ilu cyfr składa się hasło przesłane na telefon?
 5. Jeśli jest nadany numer PIN, czy można dokonać płatności w sklepie?

ĆWICZENIE NR 60

Twoim zadaniem będzie zaplanowanie dnia. Poniżej w tabeli podane są zadania do zrealizowania danego dnia, czas trwania danego zadania, jego priorytet oraz godziny, w których może zostać zrealizowane. Na podstawie podanych informacji ułóż plan dnia, tak aby zrealizować wszystkie zadania.

Nazwa zadania	Czas trwania	Priorytet	Godziny realizacji
Spotkanie z lekarzem	1h	Wysoki	9:00–17:00
Przygotowanie raportu miesięcznego	2h	Wysoki	8:00–12:00
Zakupy spożywcze	45 min	Średni	8:00–20:00
Opieka nad roślinami	30 min	Niski	8:00–18:00
Wizyta w banku	30 min	Wysoki	9:00–15:00
Ćwiczenia fizyczne	30 min	Średni	7:00–20:00
Telefon do rodziców	20 min	Średni	8:00–21:00
Przerwa obiadowa	1h	Wysoki	12:00–13:00
Odpowiedzi na maile	1h	Średni	8:00–17:00
Czytanie książki	45 min	Niski	18:00–22:00

Twój plan dnia:

Nazwa zadania	Godziny realizacji

ĆWICZENIE NR 61

Znajdź rym do podanych słów. Rym może być czasownikiem, rzeczownikiem lub przymiotnikiem.

Szklanek Myszka

Rybka Książka

Różyczka Mole

Kaszy Auto.....

Bułki Telefony.....

Lampeczki Świeczka

Bratek Pomarańcze.....

Stolik Listy

Balonik Kotek.....

Płytki Lodówka.....

Talerzyki Skala

Buty Rama

Wazon Mleko

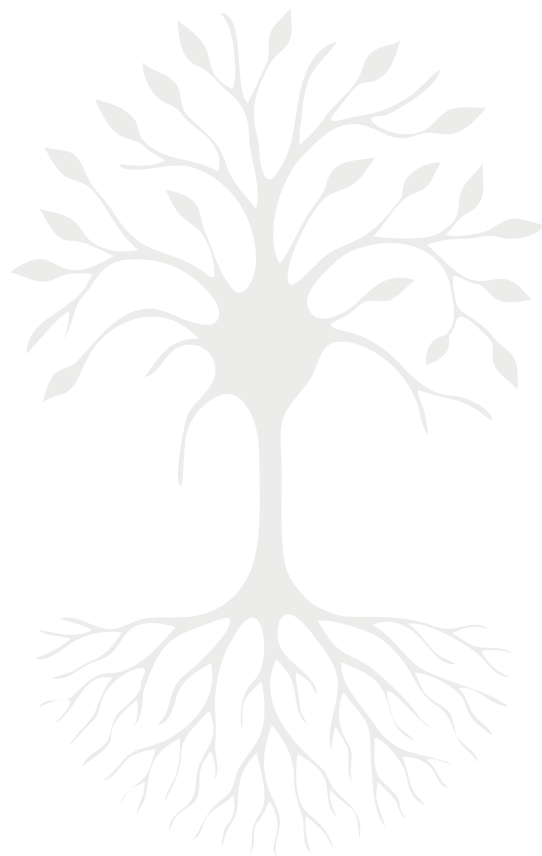
Sady..... Karta.....

Lalki Święto.....

Maliny Kawa.....

Dzieci Sarna

Wiosna Miłość.....



ĆWICZENIE NR 62

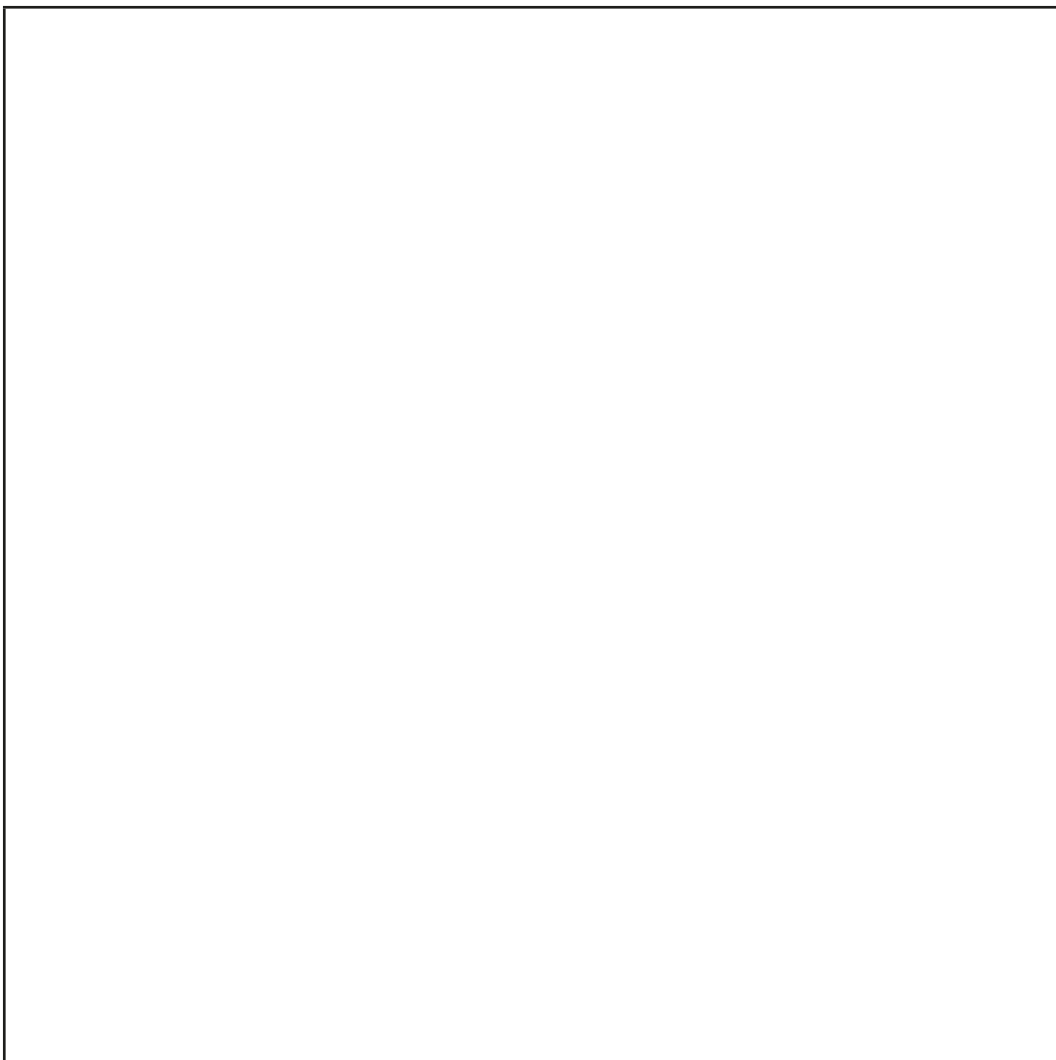
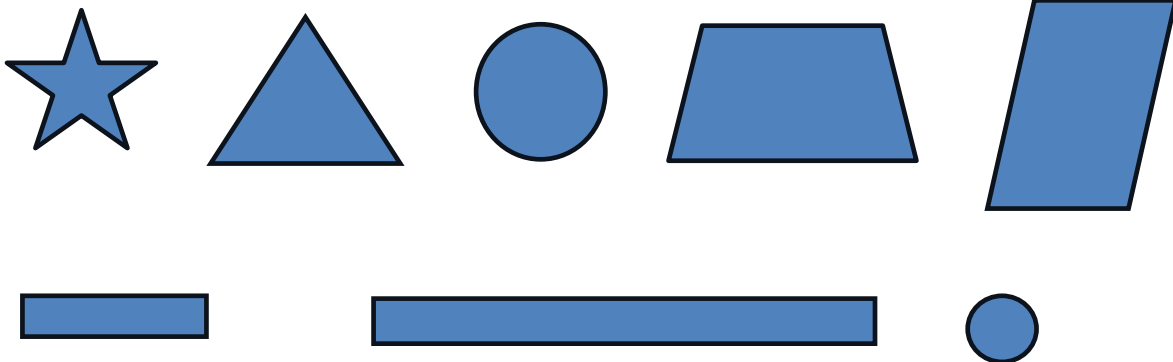
Połącz w pary.

Siedzieć	+		Mieszzać	+	
Leżeć	+		Kupować	+	
Pić	+		Rwać	+	
Jeść	+		Podlewać	+	
Jechać	+		Lecieć	+	
Stać	+		Wycierać	+	
Przeglądać	+		Zakładać	+	
Grać	+		Otwierać	+	
Budować	+		Obcinać	+	
Pisać	+		Ćwiczyć	+	
Czytać	+		Nosić	+	
Kroić	+		Zarabiać	+	
Łykać	+		Kosić	+	

Nóż Łyżka Trawa Siłownia Dom Auto
Paznokcie Krzesło Książka Komputer Pieniądze Okno
Spodnie Herbata Tabletki Gazeta Samolot Na baczność
Naczynia Kwiaty Zakupy Buty Kanapka Ząb List Łóżko

ĆWICZENIE NR 63

Poniższe figury trzeba umieścić w narysowanym na dole kwadracie. Zaplanuj rysunek tak, aby wszystkie figury zmieściły się w kwadracie i nie wystawały na zewnątrz kwadratu. Staraj się rysować figury w takim samym rozmiarze, jak te przedstawione poniżej.



ĆWICZENIE NR 64

Zapoznaj się z tekstem: Jak zachować się podczas upałów?

Upał to moment, gdy temperatura przekracza 30°C. Najgorętsze godziny są między 15:00 a 18:00, a promieniowanie UV jest najsilniejsze między 12:00 a 13:00. Rządowe Centrum Bezpieczeństwa przypomina o kilku ważnych zaleceniach, aby zadbać o zdrowie:

Ogranicz przebywanie na zewnątrz w pełnym słońcu.

Pij duże ilości wody.

Noś nakrycie głowy, aby uchronić się przed przegrzaniem i oparzeniami skóry głowy.

Zakładaj przewiewną i lekką odzież.

Nie zostawiaj zwierząt ani dzieci w samochodach.

Zasłaniaj okna w domach.

Pamiętaj o kremie z filtrem UV, wychodząc na zewnątrz.

Unikaj picia alkoholu, ponieważ powoduje odwodnienie organizmu.

Ogranicz wysiłek fizyczny i, jeśli to możliwe, pozostań w domu.

-
1. Powyżej jakiej temperatury pogoda określana jest jako upalna?
 2. W których godzinach jest najgoręcej?
 3. W których godzinach jest najsilniejsze promieniowanie UV?
 4. Jakie zalecenia wyznacza Rządowe Centrum Bezpieczeństwa?
 5. O czym należy pamiętać podczas upałów?
 6. Czy zaleca się wypicie piwa w upalny dzień?
 7. Czy należy się opalać o 12 w południe?
 8. Czy należy uprawiać ogródek lub grać w tenisa o 15.00 po południu w upalny dzień?

ĆWICZENIE NR 65

Z liter wyrazu „INTROLIGATOR” ułóż jak najwięcej słów o długości co najmniej 5 liter. Dodatkowe utrudnienie: każde kolejne słowo powinno zaczynać się ostatnią literą poprzedniego słowa.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

INTROLIGATOR

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ĆWICZENIE NR 66

Przed Tobą lista kroków potrzebnych do zorganizowania małego przyjęcia rodzinnego w ogrodzie (grill + deser + napoje). Kolejność jest teraz pomieszana. Przepisz kroki w odpowiedniej kolejności od rozpoczęcia przygotowań do podania jedzenia i napojów.

Kroki (w losowej kolejności):

- A. Ułożyć mięso i warzywa na tacach, posmarować marynatą
- B. Wstawić tort do lodówki do schłodzenia
- C. Rozłożyć krzesła i stół pod drzewem
- D. Zapalić węgiel drzewny w grillu i poczekać, aż zrobi się żar
- E. Przygotować napoje: schłodzić napoje w lodówce, nalać do dzbanków z lodem
- F. Umyć, obrać i pokroić warzywa na szaszłyki
- G. Ustawić patyczki do szaszłyków i nabić na nie pokrojone składniki
- H. Pokroić i rozłożyć ciasto na talerzyki wraz z widelczykami
- I. Ustawić talerze, sztucze, serwetki i szklanki na stole
- J. Umyć, wytrzeć i zabezpieczyć drewniany blat stołu przed tłuszczem

1.

.....

2.

.....

3.

.....

4.
-
5.
-
6.
-
7.
-
8.
-
9.
-
10.
-

ĆWICZENIE NR 67

Przeczytaj uważnie tekst: Letni wieczór na balkonie.

Balkon pachniał lawendą i ziołami w doniczkach. Był ciepły, letni wieczór. Na niebie widać było pierwsze gwiazdy, a miasto cichło powoli po całym dniu. Zofia siedziała w wiklinowym fotelu, z kubkiem herbaty z melisą. Obok niej – stary notes, w którym od lat zapisywała myśli.

W tle sączyła się spokojna muzyka, a powietrze niesło zapach grillowanego chleba od sąsiadów. Zofia zapisała jedno zdanie: „Cisza bywa najlepszą rozmową”. Potem po prostu patrzyła w niebo.

A. Odpowiedz pełnymi zdaniami.

- Gdzie siedziała Zofia?

.....

- Co znajdowało się obok niej?

.....

- Co sączyło się w tle?

.....

- Jaki zapach unosił się z sąsiedniego balkonu?

.....

- Co zapisała Zofia?

.....

B. Dokończ zdania.

Na balkonie pachniało

Zofia siedziała

W tle grała

W powietrzu unosił się

W swoim notesie

C. Wskaż prawdziwą (P) lub fałszywą (F) odpowiedź.

Zofia siedziała na dachu kamienicy. P/F

W tle słychać było głośną muzykę rockową. P/F

Zofia zapisała zdanie o ciszy. P/F

Herbata była z melisą. P/F

Wieczór był chłodny i wietrzny. P/F

D. Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

- balkon – fotel – parapet – skrzynia
- lawenda – mięta – bazylia – węgiel
- muzyka – cisza – rozmowa – młotek
- chleb – grill – zapach – kalkulator
- niebo – gwiazda – księżyc – lodówka

E. Znajdź w tekście i przepisz wyrazy należące do poniższych kategorii.

Przedmioty:

Rośliny:

Dźwięki:

Zapachy:

Czynności:

F. Do każdego wyrazu dopisz synonim (wyraz o podobnym znaczeniu).

cisza – ciemność –

chłodny – wielki –

szczęśliwy – pachnieć –

zmęczony – piękny –

mówić – odpoczywać –

szybko – gorący –

spokojny – miły –

ĆWICZENIE NR 68

Połącz znaki drogowe z właściwymi opisami.



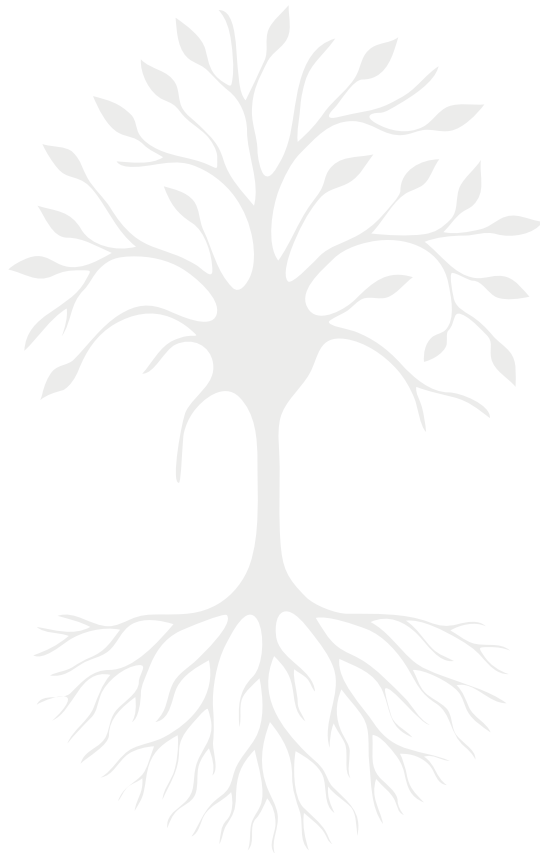
1. Przejście dla pieszych z sygnalizacją świetlną.
2. Zakaz ruchu.
3. Droga dla pieszych.
4. Przejście dla pieszych i przejazd dla rowerzystów.
5. Przejście dla pieszych.
6. Uwaga piesi.

ĆWICZENIE NR 69

Uzupełnij opowiadanie dowolnymi wyrazami.

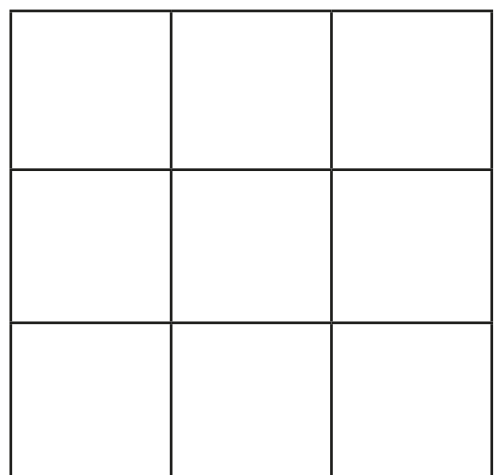
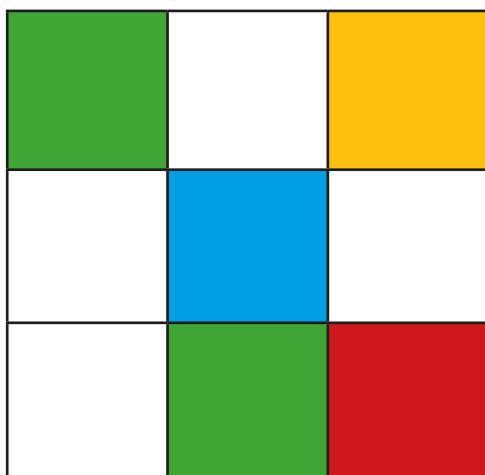
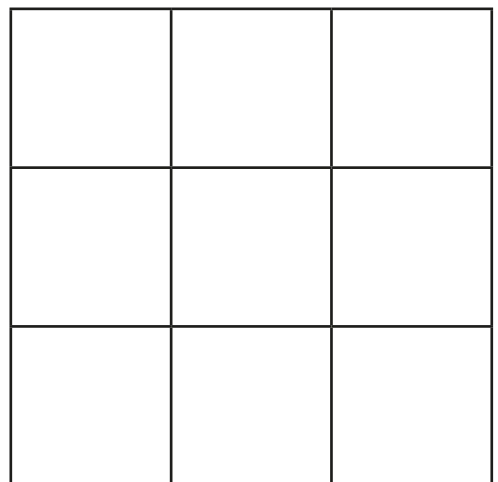
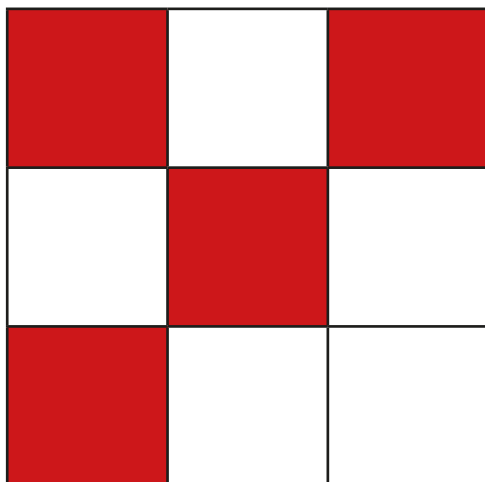
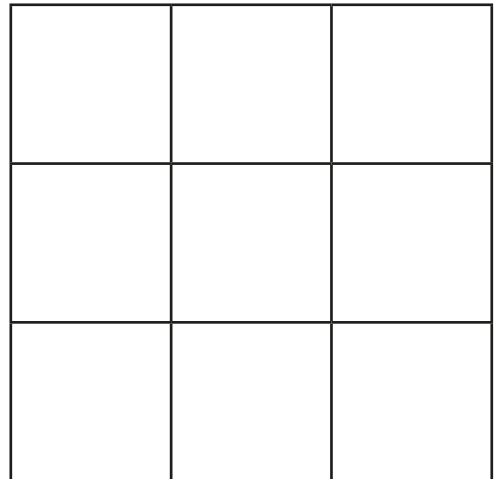
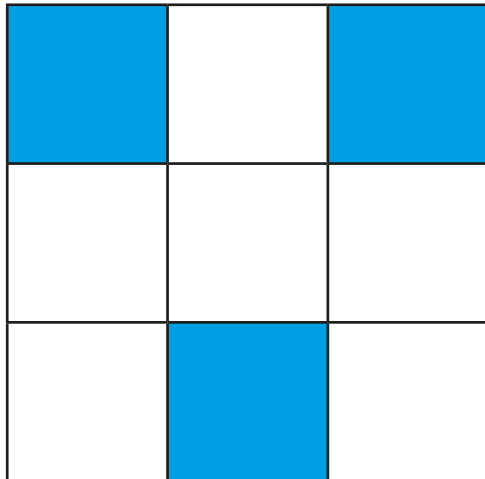
Barbara od lat marzyła o wyjeździe na , który mógłby być dla niej pierwszym oderwaniem się od codzienności. Codzienności, która od lat niczym się nie różniła. Rutyna wdarła się na do jej życia i uniemożliwiała jakiejkolwiek zmiany. Basia często wysłuchiwała opowieści swoich o dalekich wyprawach po Indonezji, Majorce czy weekendowych do znanych kurortów znajdujących na Wybrzeżu. Mogła tylko pomarzyć i sobie, jak sama siedzi na plaży pełnej ludzi, w dużym kapeluszu, wpatrując się w dal , który nie ma końca. I chociaż nie unikała , to siedziała tam sama ze sobą, tego najbardziej. I teraz nadszedł moment, w którym marzenie może się spełnić, Tom zadbał o Znali się od pół roku, ale nikt nie Basi jak on, mężczyzna jej Tom miał swoją firmę, która dla była pewną zagadką, gdyż jako przedszkolanka pracująca całe na etacie, nie rozumiała zasad obowiązujących w biznesie, a co dopiero w takim. Tom produkował jachty, był człowiekiem , z klasą, zawsze elegancki. Mógłby być z każdą , równie zamożną i elegancką jak on, a zdecydował się na związek z Basią. Ich poznanie było całkowicie przypadkowe, gdyż na jednym z organizowanych eventów były obecne rodziny z dziećmi i pracownicy Toma o ich bezpieczeństwo oraz brak nudy, zatrudniając do przedszkolanki. Jedną z nich była Barbara, która dorabiała sobie w ten sposób do swojej Kochała dzieci, chociaż swoich

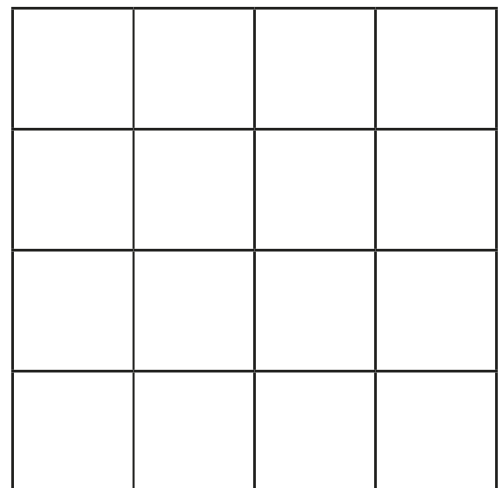
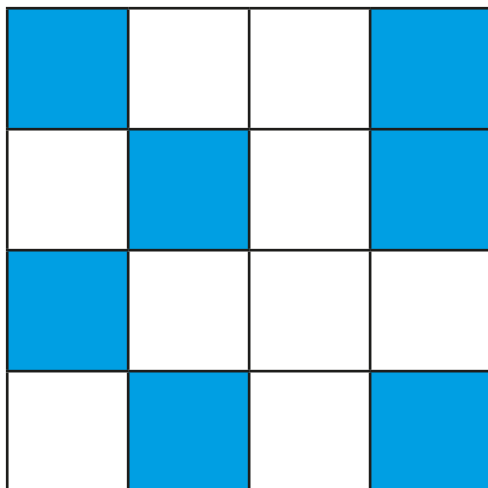
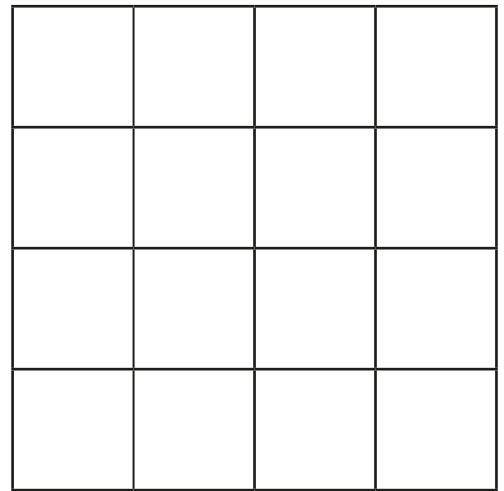
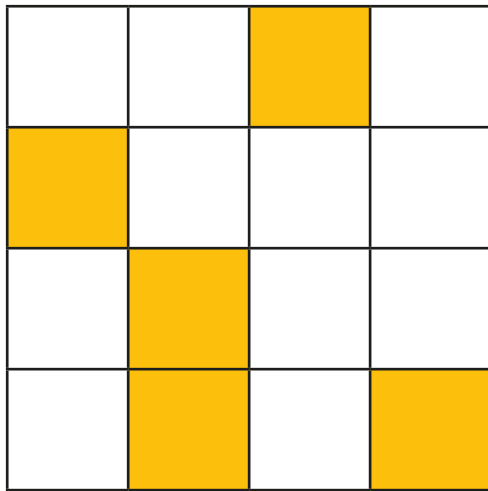
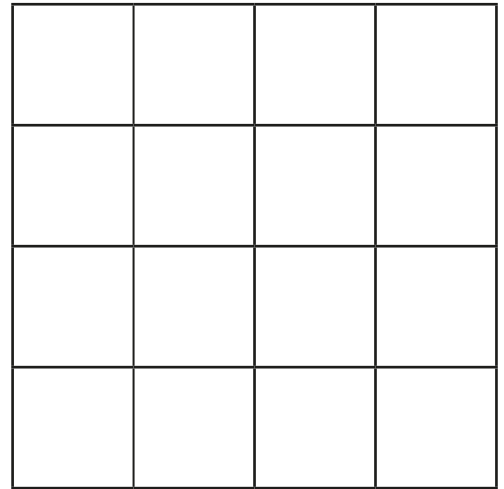
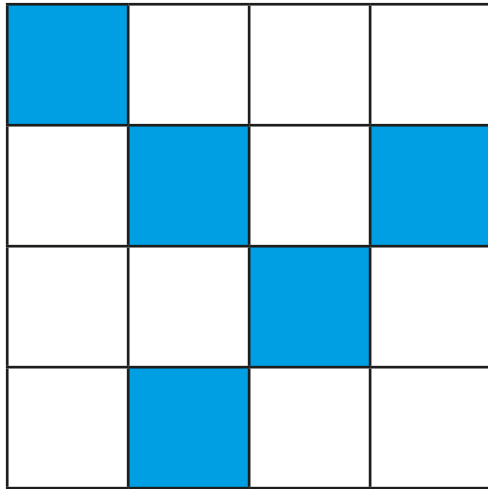
nie posiadała, ale o dwójce maluchów. Sama była jedynaczką, która straciła rodziców i została sama. Swoją cały czas poświęcała innych rodzin, oddając im całe swoje serce. Tom dostrzegł w Basi spokój i jak mówił, tryskającą dobroć, ale i pewną, delikatność. Ich pierwsza rozmowa była trochę niezręczna, gdyż jeden z chłopców, którym zajmowała się Barbara, nie do końca słuchał poleceń opiekunek i co chwilę próbował uciekać w stronę gości biznesowych. Jedną z ucieczek się w ramionach Toma, który złapał chłopca i podniósł wysoko nad swoją głowę. Basia czuła się niezręcznie, gdyż znalazła się wśród towarzystwa wytwornie kobiet i mężczyzn, gdy sama przebrana w strój królika wyglądała zabawnie.



ĆWICZENIE NR 70

Poniżej znajdują się matryce z zaznaczonymi kolorami kwadratami. Przyjrzyj się matrycy przez 30 sekund, zapamiętaj, gdzie znajdują się kolorowe kwadraty, następnie zasłoń wzór i postaraj się zaznaczyć kwadraty, które były kolorowe, na pustej matrycy umieszczonej obok.





ĆWICZENIE NR 71

Przeczytaj tekst znajdujący się poniżej, stosując zamiennie szybkie, wolne tempo oraz różne natężenie głosu.

Policz, ile razy w tekście występuje litera W.

„Wspomnienia wyspanego Wiktora”

Wróciłem wieczorem wymęczony. Wyciągnięty wygodnie westchnąłem. Wdech, wydech, wdech, wydech... Wyczuwam wytchnienie, wyluzowanie... wdech, wydech...

... W wielkanocny wieczór wuj Walerij wyciągnął wielką walizkę. Wiekowa walizka wnętrzem wyrażała wielomówność wujostwa. Wielobarwny widok wzruszał wszystkich wielebnych wieszczów. Walerij wierzył we wstęgi w walizce, wziął wieko, widząc wszystkie wstążki, wybrał właściwą. Wiatr wiał wieścią wiekową, wszechmoc wstęgi wbijała wzrok w warstwy walizki. Wieszcz Wasyl, wijąc wąsy, wiedział wszystko. Widmo wisiąco wszędzie. Wielekroć widzieli wszyscy walizkę, wibracyjne więzi wstrząsały wieszczami. Widzieli więzy wielkomiejskiej władczej wspólnoty. Wdowcy, wdówki, wdzięczyli wyćwiczone wersy wiersza „W wielkanocny wieczór”:

„Wczoraj wilki wyły,
wuja wielka wachta,
wieczór wielkanocny,
wieczera wydatna”.

Wydarzenie właśnie wydobyło wszechmoc wielkiej wielokolorowej wstęgi wuja Walerija. Widma wstały, wiły w wietrze wielkanocnym. Widziały wyczekiwaną wszechsiłę wszechpotężnego wieszczą Wasyla. Wieczera wolno wirowała wobec wstążki, wysysającej woalowaniem wolność wszystkich. Wstęga wiązała wieszczów węzłem więzi wszechmocy.

- Wspólna wędrówka wita widma – wrzeszczał Wasyl.
- Widma witają wszystkich – wołały.
- Wreszcie wolą Walerija weźmiecie Waszą wstęgę wszechmocy.
- Wasylu, wieki wstęga wisiała, wróżyła, wieści wszelkie wiała. Wraca wstęga w Widma włości, we właściwe wszechludzkości.
- Wiwat Wasyl, wiwat Widma, wiwat wszechludzkość wrażliwa!

Wnet wiatr wrota wywalił, wiał wszechmocnie, wstęgę wyrwał. Widma, Wasyl, wuj Walerij wiedzieli wszystko. Wszechmoc wstęgi wywiana. Wiatr, wijąc wdzięcznie, wyfrunął wolnością, wróżbą, wspomnieniem ...

- Wstawaj Wiktor! Wstaaaaawaj!!!! – woła Werka.
- Wstęga?! – wspomniał wybudzony Wiktor.
- Wstęga?! – wypowiedziała Werka. Wstawaj, WF, WOS wzywa! Wiecznie wymęczony! Wychodzimy!

Wiktor widzi – wszędzie widno, wstał wyspany. Werka wyczekuje w wozie, wypada wyjść. Wspomnienia Widma wrócą wnet... wieczorem...

W

ĆWICZENIE NR 72

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Nekrolog.

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że w wieku 95 lat odeszła na wieczny spoczynek Katarzyna Rydel, nasza mama, babcia, prababcia i praprababcia, zasłużona obywatelka miasta Pleszew.

Msza żałobna za zmarłą odbędzie się w kościele pw. Ścięcia św. Jana w Pleszewie o godzinie 10.00. Pogrzeb odbędzie się na Cmentarzu Komunalnym przy ulicy Kaliskiej w Pleszewie w dniu 20 maja 2025 roku o godzinie 11.00. Rodzinie i Bliskim składamy wyrazy głębokiego współczucia.

1. Kogo dotyczy ten nekrolog?
2. Gdzie odbędzie się msza żałobna?
3. Gdzie odbędzie się pogrzeb?
4. W jakim mieście mieszkała zmarła?
5. Ile przeżyła lat?
6. O której godzinie będzie pogrzeb?
7. W jakim dniu odbędzie się pogrzeb?
8. W jakim miesiącu odbędzie się pogrzeb?
9. Czy osoba zmarła była młodsza, czy starsza wiekiem?
10. Na jakiej ulicy jest cmentarz?

ĆWICZENIE NR 73

Dokończ zdania rzeczownikami, czasownikami lub przymiotnikami.

1. Mam za długie włosy muszę iść do
2. Lubię mrożoną
3. Michał napisałdo Agnieszki, gdzie opisał swoją wakacyjną.....
4. Mama kanapki z serem oraz pomidorem.
5. Krystian bardzo chętnieobrazy.
6. Ostatnio spotkałam się z Mariuszem i go o pomoc przy wymianie kontaktów.
7. Basia pyszne gołąbki z kapusty pekińskiej.
8. Codziennie rano zęby miętową pastą do zębów.
9. Mam komputer i muszę zanieść go do naprawy.
10. Ada książki kryminalne.
11. Bardzo lubimy..... seriale.
12. W Warszawie nowe muzeum historyczne.
13. Na koncercie cały czas piosenki razem z wokalistą.
14. Ola często w ogrodzie.
15. Na wycieczce wiele różnych zabytków.
16. Musisz ciepłą herbatę.

17. Rydze w tym pięknym zagajniku.
18. Stolarz wspaniały stół.
19. W tej restauracji..... gotuje pyszne pierogi.
20. Na mroźne dni najlepiej załóż ciepłą
21. Nie mogę się doczekać wspólnych
22. Ostatnio coraz więcej książek.
23. Hortensje należy często
24. Należy pamiętać o regularnych fizycznych.
25. Anna bardzo dobrze konno.
26. Pies Marysi ma futro.
27. W doniczce piękne kwiaty.
28. Nadchodzi jesień i musimy liście.
29. Latem częstonad morze i się na plaży.
30. Jutro są urodziny babci, dlatego pyszny tort.
31. Jagoda upiecze kaczkę z pyzami na urodzinowe.
32. Kupuję nowe auto, ponieważ już nie zostało dopuszczone do ruchu drogowego.
33. Poduszki mojej produkcji są wyjątkowo.....
34. Joanna zasadziła kwiaty w ogrodzie.

35. Sad wiśniowy wyjątkowo pięknie kwitnie w tym roku i rozsiewa wonny kwiatów.
36. Kamil zajmuje się renowacją mebli i właśnie biurko lakierem.
37. Należy okna, bo już są bardzo brudne.
38. Masz piękną sukienkę, wyglądasz w niej wyjątkowo
39. Chcę jechać na biwak do
40. Syn pani Janki w hokeja.
41. Tomasz już dwa lata próbuje palenie.
42. Kaktusy to wygodne kwiaty, bo nie trzeba ich często.....
43. Kasia pracuje na poczcie i listy oraz paczki.
44. Ziemniaki przed ugotowaniem należy ze skórki.
45. Pomidory malinowe mają wyjątkowy kolor.
46. Ciasto drożdżowe jest
47. Moja mama nosi tylko biżuterię.
48. Karol do pracy rowerem.
49. Lubię pić parzoną kawę.

ĆWICZENIE NR 74

Uzupełnij zdania przymiotnikami.

1. Twoja sukienka jest bardzo
2. W domu codziennie sprzątam i mam bardzo
3. Dziś padało i na drogach jest wyjątkowo
4. Latem w Grecji jest
5. Na zimę jadę do Włoch, jest tam wyjątkowo
6. Noszę protezę i nie mogę jeść orzechów, bo są za
7. Podłoga jest świeżo.....
8. Te fotele są duże i
9. Moja sąsiadka jest przyjacielska i
10. Natasza ma zadbane i włosy, które upina w kok.
11. Aleksander jest lekkoatletą i na 400 m szybko
12. Wczoraj skończyłam czytać książkę.
13. Trudno złapać rybę, ponieważ są
14. Krzesła należy wymienić, ponieważ są
15. Ta potrawa jest
16. Cytryna jest
17. Podaj mi cukier, lubię jak herbata jest
18. Krystyna kupiła torbę, bo wyjeżdża na wakacje.

19. Kazio stłukł filiżankę, która jest
20. Uważaj, ta szyba jest wyjątkowo
21. Zapal światło, bo jest
22. Za długo piekłam kurczaka i niestety jest
23. Ten kościół jest z XII wieku, jest już bardzo
24. Jeśli chcesz dokładkę, to poproś ciocię, dziś obiad jest
25. Mój sok jest
26. Chciałbym, żeby wakacje trwały
27. Lubię lody o smaku
28. Ubierz się ciepło, bo dziś jest
29. Nie możesz więcej solić tej zupy, bo będzie za
30. Jutro jest nasz dzień, będziemy startować w zawodach.
31. Lekarz, który przyjmuje w szpitalu, jest bardzo
32. Listy, które pisze ciotka Matylda, są zawsze bardzo
33. Ten taboret jest
34. Kuchnia jest w kolorze
35. Doniczka do pelargonii stoi na stole i jest
36. Robert nosi spodnie bo jest gorąco.
37. Koszula Adama jest i trzeba ją wyprasować.
38. Polecam pyszne pączki z nadzieniem różanym, są wyjątkowo

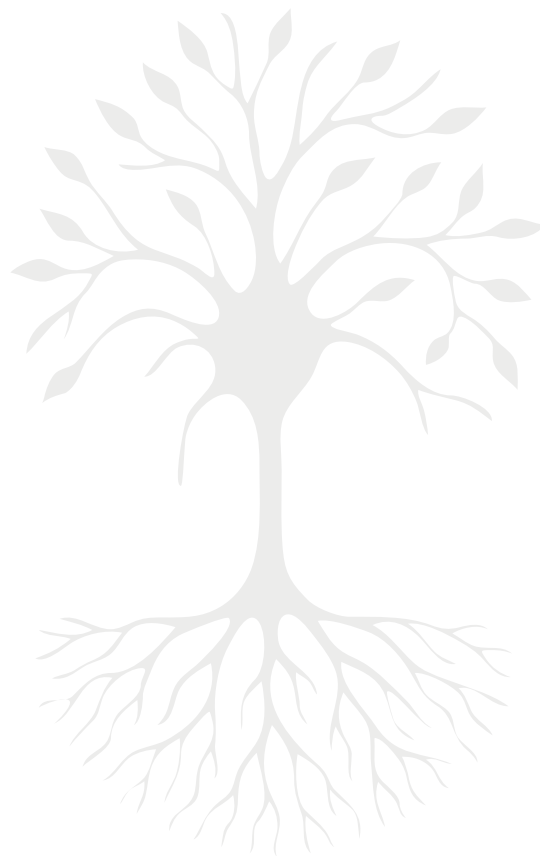
39. Schabowy z frytkami to dobry obiad, ale dla mnie zbyt
40. Moje włosy są za, muszę iść do fryzjera.
41. Złote pierścionki z brylantem są
42. Wakacje w Turcji nie są teraz aż tak
43. Ta koszula jest świeżo
44. Sandały Kariny są już na nią za
45. Musisz wymienić buty zimowe, bo te są za
46. Jesienią dni są coraz
47. Te żarówki są za
48. Kupiłam nowe ogrodzenie, ale nadal jest za i wchodzi na nasz teren psy od sąsiada.
49. Kamil ma czuprynę.
50. Ona ma oczy
51. Henio przyrządza kielbaski z grilla.
52. Moja działka jest, to tylko kawałek ogródka.
53. Oj, zahaczyłam spodniami o drut i dziura jest teraz
54. Kawa bez cukru jest
55. Ten nóż jest wyjątkowo
56. Musisz naostrzyć nożyczki bo są

ĆWICZENIE NR 75

Uzupełnij zdania w formie pytającej.

1. dobrze się czujesz?
2. godzina?
3. pojedziesz na wakacje?
4. polecisz mi do pracy?
5. umówiłeś się na randkę?
6. lubisz jeść na obiad?
7. robisz po południu?
8. masz buty?
9. schowałeś klucze?
10. masz rozmiar buta?
11. nosisz kapelusze?
12. kupujesz jabłka?
13. pójdziemy razem na spacer?
14. się dziś spotkamy?
15. lubisz chodzić do kina?
16. ostatnio byłeś u lekarza?
17. potrzebujesz mojej pomocy?
18. ci pomóc?

19. masz jakiś problem?
20. mówiłeś wczoraj wieczorem?
21. program lubisz najbardziej?
22. chciałbyś się spotkać?
23. odjeżdża pociąg?



ĆWICZENIE NR 76

Na podstawie poniższych przesłanek przyporządkuj każdej z trzech osób ich ulubiony kolor, zwierzę domowe oraz rodzaj muzyki. Wpisz rozwiązanie w tabelę „Odpowiedzi”.

PRZESŁANKI:

- *Osoba, która lubi kolor niebieski, nie ma kota.*
- *Kasia słucha rocka i nie trzyma psa.*
- *Osoba, która ma chomika, uwielbia kolor zielony.*
- *Tomek nie słucha popu i nie lubi koloru czerwonego.*

Osoby: Kasia, Tomek, Ola

Możliwe kolory: czerwony, niebieski, zielony

Zwierzęta: kot, pies, chomik

Muzyka: pop, rock, jazz

TABELA DO WYPEŁNIENIA:

Osoba	Kolor	Zwierzę	Muzyka
Kasia			
Tomek			
Ola			

ĆWICZENIE NR 77

Na podstawie poniższych przesłanek przyporządkuj każdej z czterech osób jej ulubiony napój, zwierzę domowe, weekendową aktywność oraz ulubiony deser. Wpisz rozwiązanie w tabelę „Odpowiedzi”.

PRZESŁANKI:

- *Osoba, która woli kawę, albo ma psa, albo spędza weekend na czytaniu.*
- *Bartek nie ma rybki i nie pije soku.*
- *Celina uwielbia lody i codziennie rano pije herbatę.*
- *Damian spędza weekend na rowerze, ale nie hoduje papugi.*
- *Właściciel kota naprzemiennie pije lemoniadę z wodą, a jego ulubionym deserem nie są ciastka.*
- *Osoba, która ma psa, unika ciasta i wybiera spędzanie czasu w ogrodzie.*
- *Lody nie są ulubionym deserem osoby, która hoduje rybkę.*
- *Anna nie je sałatki owocowej i nie trzyma kota.*

Osoby: Anna, Bartek, Celina, Damian

Możliwe napoje: kawa, herbata, sok, lemoniada

Zwierzęta: pies, kot, papuga, rybka

Aktywności: czytanie, ogród (ogrodnictwo), rower, malowanie

Desery: ciasto, lody, ciastka, sałatka owocowa

TABELA DO WYPEŁNIENIA:

Osoba	Napoje	Zwierzę	Aktywność	Deser
Anna				
Bartek				
Celina				
Damian				

ĆWICZENIE NR 78

Znajdź błędy w wyrazach i napisz obok poprawną formę.

	
RZABA	
PRZEDCZKOLE	
GORONCZKA	
FRÓKTOZA	
MARCHEF	
JAPKO	
DRZEM	
SAMOCHUT	
MRÓS	
KOLDŻADKA	
WIHER	
CZEJŚĆ	
SZEFC	
WETERINIASZ	

ĆWICZENIE NR 79

Przeczytaj uważnie zadanie i wykonaj kolejne kroki obliczeniowe, zapisując każdy etap. Podaj końcowy wynik.

Zadanie 1

„Marcin zebrał 48 znaczków. Postanowił wymienić część z nich z dwoma kolekcjonerami: pierwszemu dał $\frac{1}{4}$ swoich znaczków, a z pozostałych oddał drugiemu $\frac{1}{3}$. Ile znaczków zostało Marcinowi?”

► Marcin dał pierwszemu kolekcjonerowi:

$$48 \div 4 = \underline{\hspace{2cm}}$$

► Pozostało mu:

$$48 - \underline{\hspace{2cm}} = \underline{\hspace{2cm}}$$

► Z pozostałych oddał drugiemu kolekcjonerowi $\frac{1}{3}$:

$$\underline{\hspace{2cm}} \div 3 = \underline{\hspace{2cm}}$$

► Zostało mu ostatecznie:

$$\underline{\hspace{2cm}} - \underline{\hspace{2cm}} = \underline{\hspace{2cm}}$$

Odpowiedź końcowa: Marcinowi zostało znaczków.

Zadanie 2

„Ewa miała 360 zł. Najpierw wydała 20% swojej gotówki na książki, potem kupiła bilet na koncert za $\frac{1}{4}$ pozostałej kwoty, a resztę podzieliła równo na 3 dni, wydając codziennie taką samą kwotę. Ile złotych wydawała Ewa każdego dnia?”

► Wydatek na książki (20% z 360 zł):

$$360 \times 0,20 = \underline{\hspace{2cm}} \text{ zł}$$

► Pozostało po zakupie książek:

$$360 - \underline{\hspace{2cm}} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ zł}$$

► Wydatek na bilet ($\frac{1}{4}$ z pozostałej kwoty):

$$\underline{\hspace{2cm}} \div 4 = \underline{\hspace{2cm}} \text{ zł}$$

► Pozostało po zakupie biletu:

$$\underline{\hspace{2cm}} - \underline{\hspace{2cm}} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ zł}$$

► Kwota wydzielona na każdy z 3 dni:

$$\underline{\hspace{2cm}} \div 3 = \underline{\hspace{2cm}} \text{ zł}$$

Odpowiedź końcowa: Ewa wydawała każdego dnia $\underline{\hspace{2cm}}$ zł.

ĆWICZENIE NR 80

Przeczytaj tekst: Operacja Pilot.

Była sobota, dokładnie siódma trzydzieści rano. W małym miasteczku o nazwie Lipka wszystko wyglądało jeszcze na uśpione, choć słońce już od dłuższej chwili malowało złote smugi na dachach i ścianach domów. Jedynie pan Staszek, listonosz z wiecznym szalikiem w kratę, krążył po pustych ulicach, brzęcząc rowerowym dzwonkiem.

Jednak nie tylko on był na nogach. W kuchni małego, żółtego domu przy ulicy Klonowej numer 9 działały się rzeczy bardzo niezwykłe. Na stole, obok wielkiej miski płatków kukurydzianych, leżał plan – misternie narysowany plan akcji ratunkowej.

Siedzący przy stole dziewięcioletni Tymek, ubrany w polar z dinozaurem i czapkę kominiarkę, wyglądał, jakby właśnie szykował się do wyprawy w Himalaje. Obok niego, z powagą godną profesora, siedział jego chomik o imieniu Pucek. Chomik miał za zadanie... wywęszyć zaginionego pilota z samolotu zabawkowego, który od dwóch dni tkwił gdzieś w ogrodzie.

Tymek westchnął. „Zaczynamy operację ‘Pilot’. Wersja zimowa”, powiedział cicho, wstając i pakując do kieszeni latarkę, sznurek i cukierka na wypadek kryzysu energetycznego.

A. Odpowiedz na pytania pełnymi zdaniami.

Jaka była pora dnia i jaki dzień tygodnia?

.....

Kto był już na nogach w miasteczku Lipka?

.....

Co leżało na stole w kuchni?

.....

Kim jest Pucek i jaką ma rolę?

.....

Jak wygląda Tymek?

.....

B. Dokończ zdania na podstawie tekstu.

W sobotni poranek w miasteczku Lipka

Na stole, obok miski płatków, leżał

Tymek przygotowywał się do wyprawy tak, jakby

Chomik o imieniu Pucek miał

W kieszeni Tymek schował

C. Wskaż prawdziwą (P) lub fałszywą (F) odpowiedź.

W Lipce panowała zimowa zawierucha. P/F

Pan Staszek to listonosz, który jeździ rowerem. P/F

Tymek miał na sobie czapkę i polar z dinozaurem. P/F

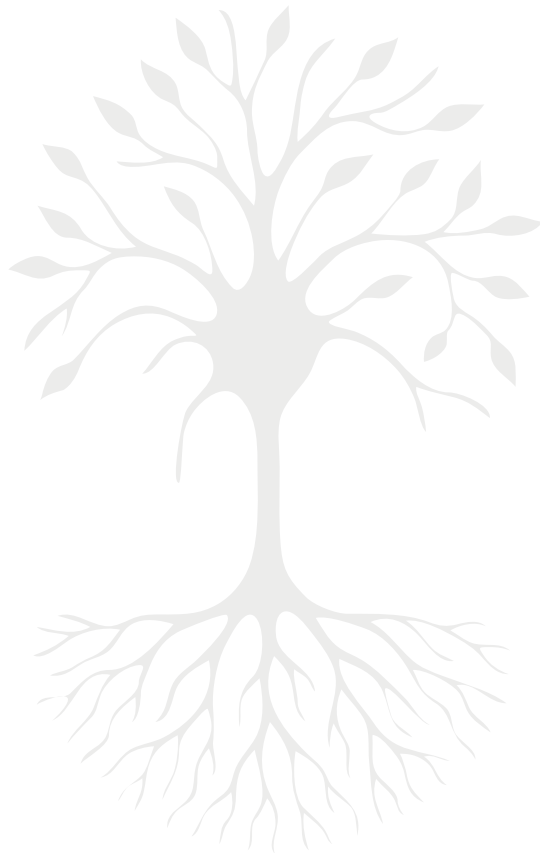
Plan akcji dotyczył wyprawy na zakupy. P/F

Pucek to mały piesek Tymka. P/F

Plan ratunkowy dotyczył odnalezienia zabawkowego pilota P/F

D. Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

- polar – szalik – kurtka – filiżanka
- chomik – królik – pies – komputer
- plan – mapa – schemat – lodówka
- płatki – mleko – śniadanie – opona
- zimno – śnieg – mróz – upał
- zabawka – gra – pilot – kalkulator
- czapka – komin – rękawiczki – widelec
- latarka – sznurek – cukierek – liść



ĆWICZENIE NR 81

Uzupełnij przepis na pierniki.

Oto prosty, tradycyjny przepis na pierniki:

Składniki:

- 500 g mąki p.....
- 200 g miodu
- 150 g cukru p.....
- 100 g masła
- 2 j.....
- 2 łyżki p..... do piernika
- opcjonalnie: 2–3 łyżki kakao (dla ciemniejszego koloru)
- 2 łyżeczki s..... oczyszczonej

Przygotowanie:

Podgrzej miód i m w rondelku, aż się połączą (nie gotuj!).

W m..... wymieszaj mąkę, c..... puder, sodę i przyprawę do p..... Dodaj j..... oraz przestudzoną mieszankę miodowo-maślaną.

Zagnieć gładkie ciasto, zawiń w folię i o..... na minimum 1 godzinę (najlepiej na całą noc do l.....). Rozwałkuj ciasto na g..... ok. 5 mm, wykrawaj f..... pierniczki.

Piecz w 180°C przez 8–10 m..... (aż się lekko zarumienią). Po ostudzeniu można u..... lukrem lub polewą czekoladową.

ĆWICZENIE NR 82

Czytając zdania, zwróć uwagę na czasowniki i rzeczowniki. Podkreśl czasowniki kolorem czerwonym, a rzeczowniki kolorem niebieskim. Zostań mistrzem łamańca językowego! Czytaj wyraźnie, coraz szybciej.

L.J. Kern, „ Wiersz, w którym syczy przez cały czas”

*Szczepan Szczygieł
z Grzmiących Bystrzyc
przed chrzcinami
chciał się przystrzyc.*

*Sam się strzyc
nie przywykł wszakże,
więc do szwagra
skoczył: „Szwagrze!*

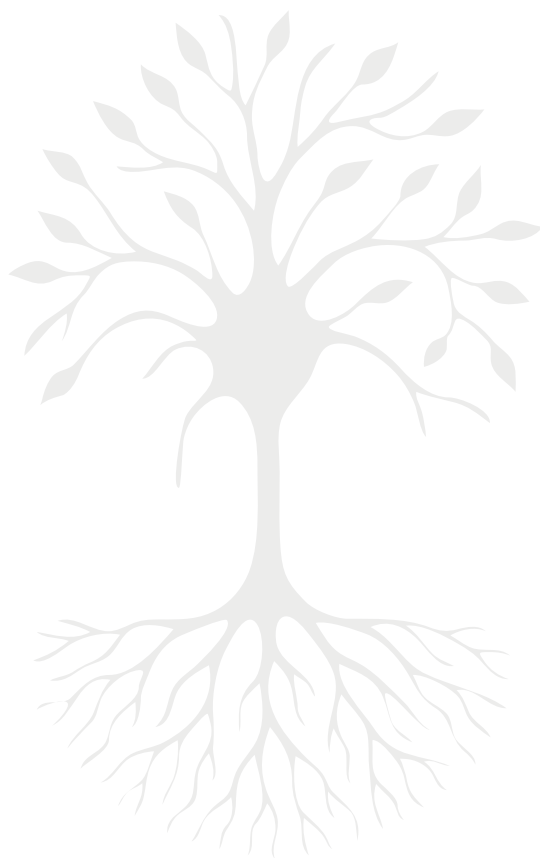
*Szwagrze, ostrzyż
mnie choć krzyne,
gdyż mam chrzciny
za godzinę”.*

*„Nic prostszego –
szwagier na to. -
Żono, brzytwę
daj szczerbatą!*

*W rżysko będzie
strzechę Szczygła
ta szczerbata
brzytwa strzygła...*

*"Usłyszawszy
straszną wieść,
Szczepan Szczygiet
wrzasnął: „Cześć!”*

*I przez grządki
poza szosą
niestrzyżony
prysnął w proso.*

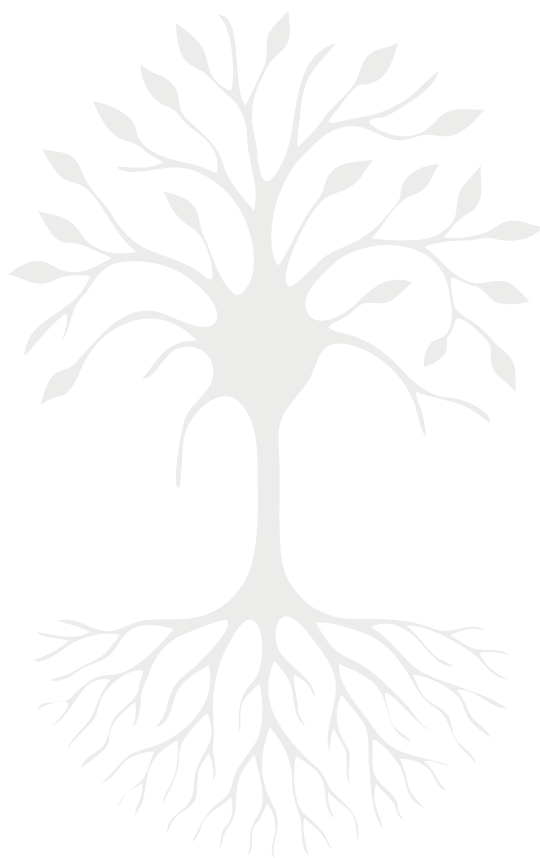


ĆWICZENIE NR 83

Uzupełnij zdania w formie pytającej, dokonując wyboru spośród poniższych wyrazów: Co, Czy, Czym, Czego, Z czym, Z kim, O kim, O czym?

- lubisz chodzić po górach?
- jest potrzebne do zrobienia placków ziemniaczanych?
- chciałbyś rozmawiać?
- masz jutro wolne?
- marzysz?
- masz tak dobre zdanie?
- chcesz w zamian za ten piękny obraz?
- do mnie przychodzisz?
- Ania lubi robić na wakacjach?
- pojedziesz do sanatorium?
- mówił wczoraj Adam przy brydżu?
- masz na myśli mówiąc o nowej pracy?
- będziesz jeździł na emeryturze?
- nie lubisz robić w domu?
- lubisz moją nową koleżankę Marysię?
- myślisz ?
- przeczytałeś już tę książkę?
- weźmiesz udział w konkursie?

- opłacisz czynsz?
- opowiadał dziadek Piotrek?
- obawiasz się na tym wyjeździe?
- ugotować na obiad?
- pójdziemy do teatru?
- nie umiesz naprawić?

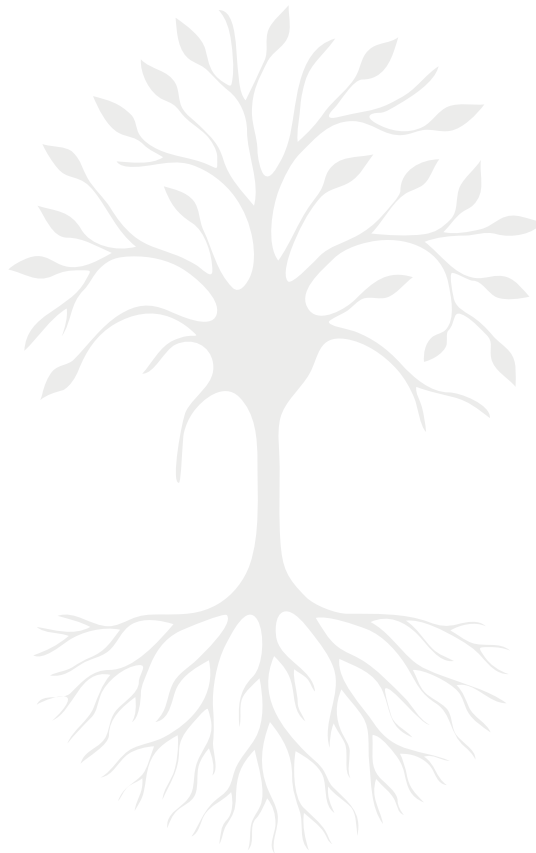


ĆWICZENIE NR 84

Uzupełnij zdania w formie pytającej, dokonując wyboru spośród poniższych wyrazów: Jak, Jaka, Jaki, Jakie, Dlaczego, Kto, Co, Gdzie, Kiedy?

- lubisz najbardziej ciastka?
- masz długi urlop?
- nie chcesz jechać nad jezioro?
- będziesz zwiedzać w Warszawie?
- pojedziesz do sanatorium?
- masz urodziny?
- masz na myśli?
- chciałbyś auto?
- nie jeździsz już rowerem?
- chodzisz na pływalnię?
- jedziesz do Austrii?
- jest twoja kuzynka?
- sadzisz różę?
- należy podcinać hortensje?
- musisz zrobić, żeby zdać egzamin?
- ci zalecił te leki?
- nie lubisz chodzić do fryzjera?

- lecimy na wczasy?
- schowałeś klucze?
- ma kod do naszego domofonu?
- kupić najlepsze pomidory?
- sprzedajesz auto?
- dojechać na dworzec?
- zapłaci za obiad?
- są zalecenia neurologa?

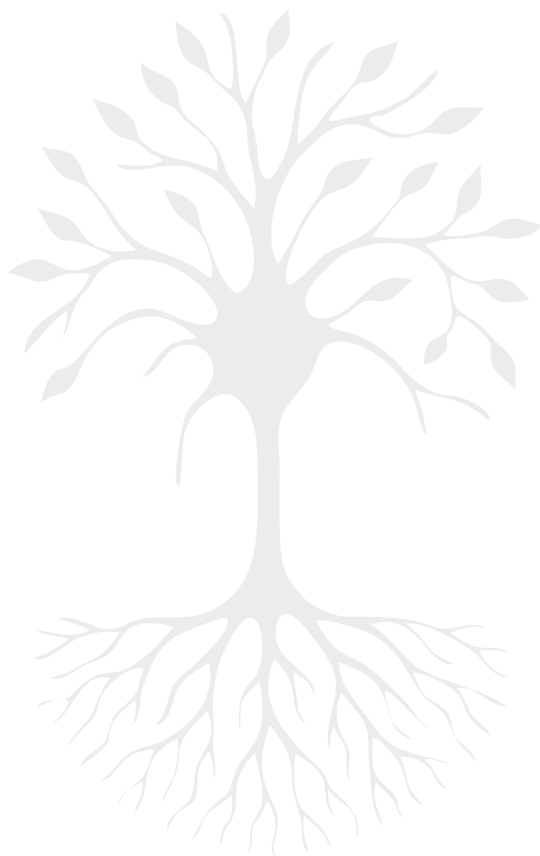


ĆWICZENIE NR 85

Uzupełnij zdania w formie pytającej, dokonując wyboru spośród poniższych wyrazów: Kto, Co, Dokąd, Po co, Gdzie, Kiedy?

- pójdziemy do teatru?
- kupiłaś tyle warzyw?
- ukradł hulajnogę?
- odjeżdża ten pociąg?
- idziesz na wyprzedaż do sklepu z narzędziami?
- będziesz mieszkać?
- masz zamiar zdać prawo jazdy?
- będzie wynajmował mieszkanie?
- będziemy jedli na podwieczorek?
- nam te duże kwiaty?
- pojechała ciotka Jadzia?
- będzie odbywał się festiwal?
- można wyplatać takie piękne koszyki?
- nasza córka tak urosła?
- leży Hamburg?
- prowadzi ta ścieżka?
- przejdziesz na emeryturę?

- ubierasz wysokie szpilki?
- chciałbyś jechać w podróż poślubną?
- dał Ci mój numer telefonu?
- to jest?
- położyłaś swoje okulary?
- masz zamiar się położyć spać?
- będzie nasz ulubiony program?
- robisz tyle bigosu?



ĆWICZENIE NR 86

Obok podanych wyrazów dopisz przynajmniej jedno podobieństwo i jedną różnicę między nimi.

PODOBIENSTWA		RÓŻNICE
	SAMOCHÓD MOTOCYKL	
	JABŁKO BANAN	
	LORNETKA OKO	
	KSIĄŻKA GAZETA	
	DOM MIESZKANIE	
	KASZTANOWIEC TULIPAN	
	SZCZOTKA GRZEBIEŃ	

ĆWICZENIE NR 87

Przeczytaj uważnie.

Masz budżet 100 zł i listę prezentów dla czterech osób. Każda osoba ma dwa możliwe upominki o różnej cenie i satysfakcji. Wybierz dokładnie po jednym prezencie dla każdej osoby tak, aby łączny koszt nie przekroczył 100 zł. Wpisz przy każdym imieniu wybraną opcję i oblicz sumę wydatków.

PREZENTY I KOSZTY:

- Mama: książka (25 zł) lub perfumy (45 zł)
- Tata: krawat (20 zł) lub portfel (35 zł)
- Siostra: biżuteria (30 zł) lub kosmetyki (15 zł)
- Brat: gra (40 zł) lub książka (18 zł)

ZADANIE:

1. Dla każdej osoby zaznacz w kolumnie „Twój wybór” opcję, którą chcesz kupić.
2. Wpisz w kolumnie „Wybrany prezent” nazwę przedmiotu, a w „Koszt (zł)” – jego cenę.
3. Na dole tabeli oblicz łączną sumę wydatków.
4. Upewnij się, że suma nie przekracza 100 zł.
5. Wpisz rozwiązania w tabeli.

Osoba	Opcja 1 (cena)	Opcja 2 (cena)	Wybrany prezent	Koszt (zł)
Mama	książka (25 zł)	perfumy (45 zł)		
Tata	krawat (20 zł)	portfel (35 zł)		
Siostra	biżuteria (30 zł)	kosmetyki (15 zł)		
Brat	gra (40 zł)	książka (18 zł)		
Suma wydatków				_____ zł

ĆWICZENIE NR 88

Masz 2 minuty na wymienienie jak największej liczby słów w każdej z podanych kategorii. Unikaj powtarzania tych samych słów. Zapisz odpowiedzi w poniższych polach.

Kategoria 1: Zwierzęta żyjące w wodzie (2 min)

.....

.....

.....

.....

.....

Kategoria 2: Przedmioty okrągłe (2 min)

.....

.....

.....

.....

.....

Kategoria 3: Słowa na literę „K” dłuższe niż 5 liter (2 min)

.....

.....

.....

.....

.....

ĆWICZENIE NR 89

Przyjrzyj się uważnie poniższej sekwencji wzorów i kontynuuj ją, wpisując brakujący element w ostatnim polu.

Przykład:

O OO OOO _____

Odpowiedź: OOOO

Zadania:

□ ○ □□ ○○ _____

★ ○ ★ ◇ ★ ○ _____

○□ △★ ○□ △★ ○□ _____

○□□ □△△ △○○ ○□□ □△△ _____

ĆWICZENIE NR 90

Przeczytaj tekst: Weekend w lesie.

Las pachniał wilgocią i świerkiem. Była sobota, późne popołudnie. Ścieżką wzdłuż jeziora szli razem Marta i Andrzej – w ciszy, bez pośpiechu, tak jakby każde ich słowo miało znaczenie, a każda chwila – ciężar spokoju.

Zatrzymali się na niewielkiej polanie, gdy dzień chylił się ku końcowi, pozostawiając na trawie długie, pomarańczowe cienie. Marta usiadła na pniu, poprawiając czapkę, a Andrzej wyjął z plecaka termos i dwa metalowe kubki. W środku była herbata z imbirem i goździkami – aromat, który zawsze przypominał im jesień w Beskidach.

Nie mówili wiele. Wystarczył szum wiatru w gałęziach, odgłos oddalającego się dziecięcia i zapach mokrej ziemi. Przed nimi był jeszcze cały wieczór – planowali usiąść przy ognisku, upiec kromki chleba na patyku i patrzeć w niebo. Takie właśnie mieli weekendy – ciche, pełne uważności i prostych gestów.

A. Odpowiedz na pytania pełnymi zdaniami.

Jaki był dzień tygodnia i pora dnia?

.....

Gdzie spacerowali Marta i Andrzej?

.....

Co znajdowało się w termosie?

.....

Co planowali zrobić wieczorem?

.....

Jak wyglądała polana, na której się zatrzymali?

.....

B. Dokończ zdania.

- Marta i Andrzej szli
- Na polanie dzień
- Andrzej wyjął z plecaka
- Herbata z imbirem i goździkami przypominała im
- Wieczorem planowali

C. Wskaż prawdziwą (P) lub fałszywą (F) odpowiedź.

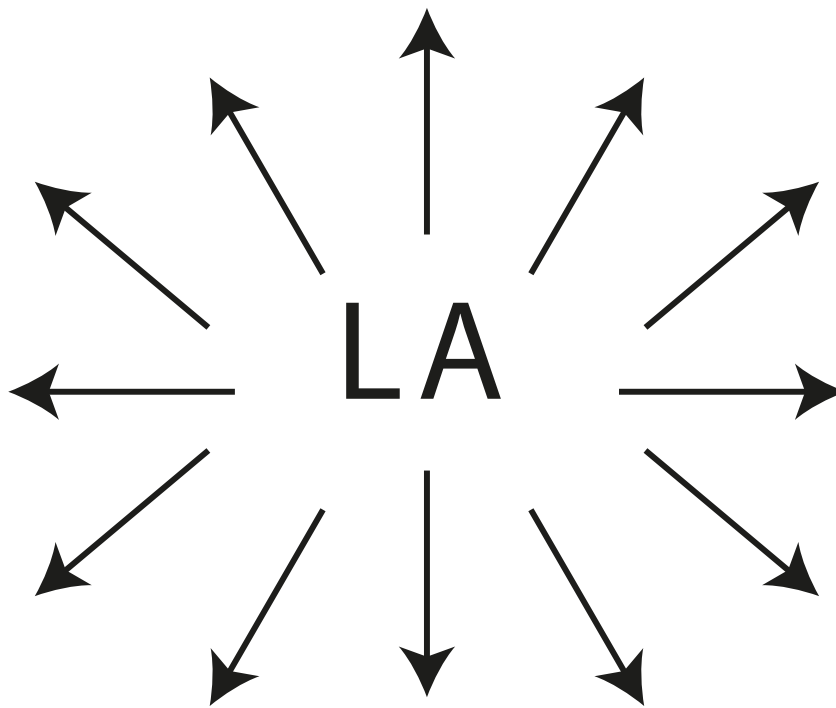
Marta i Andrzej spacerowali po lesie w niedzielę rano.	P/F
W termosie mieli kawę z mlekiem.	P/F
Marta siedziała na pniu, a Andrzej nalał herbaty.	P/F
Planowali ognisko i pieczenie chleba.	P/F
Dzięcioł krążył wokół polany.	P/F
Weekend pary był pełen pośpiechu i hałasu.	P/F

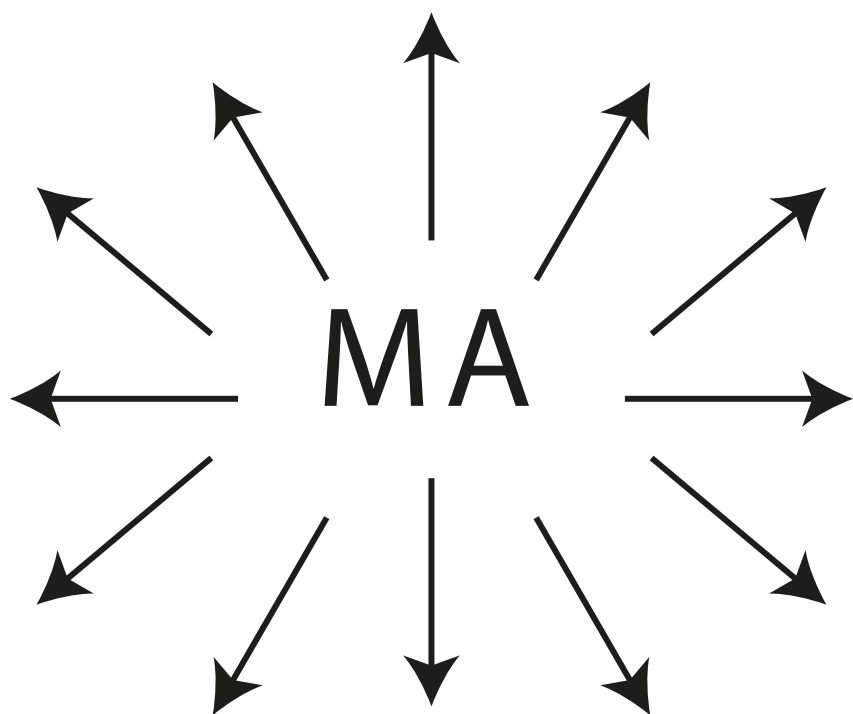
D. Wykreśl wyrazy, które nie pasują do pozostałych.

- termos – kubek – imbryk – koc
- patyk – ognisko – łopata – chleb
- szalik – czapka – but – widelec
- liść – gałąź – pień – wazon
- dzięcioł – sikorka – wróbel – delfin
- cisza – zgietk – spokój – wyciszenie
- woda – jezioro – plaża – wieżowiec
- sobota – weekend – tydzień – urlop

ĆWICZENIE NR 91

Utwórz wyrazy – rzeczowniki, zaczynając od danej sylaby.





ĆWICZENIE NR 92

Wpisz odpowiednie wyrazy w tabelę według wzoru. Wykorzystaj poniższe wyrazy.

cierpliwy, zarozumiały, czuły, niemiły, pracowity, leniwy, uczynny, gburowaty, hojny, wścibski, odważny, tchórzliwy, lojalny, nieuprzejmy, marudny, pogodny, chciwy, rozsądny, serdeczny, arogancki, wulgarny, pomocny, rzetelny, opryskliwy

cechy negatywne ☹️	cechy pozytywne 😊

ĆWICZENIE NR 93

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Gaśnica.

Należy sprawdzać datę ważności swojej gaśnicy. Gaśnicę należy przechowywać w odpowiednim miejscu – z dala od źródeł ciepła, otwartych płomieni, należy chronić ją przed wilgocią i uszkodzeniami mechanicznymi. Urządzenie powinno się znajdować w pomieszczeniu ogólnodostępnym.

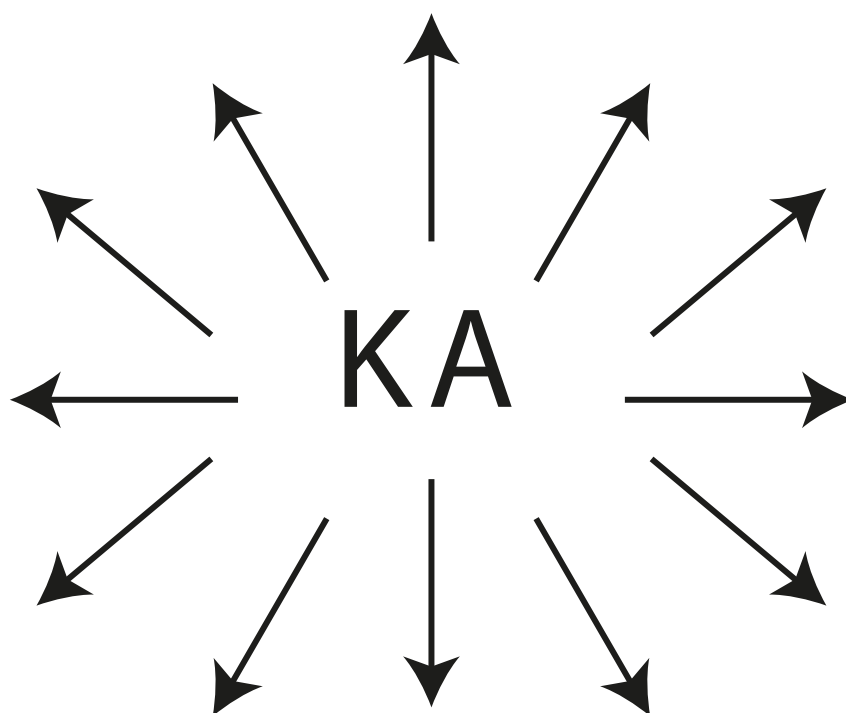
Przed użyciem należy się upewnić, że gaśnica jest sprawna i dobrze napełniona. Warto też wcześniej zapoznać się z instrukcją obsługi.

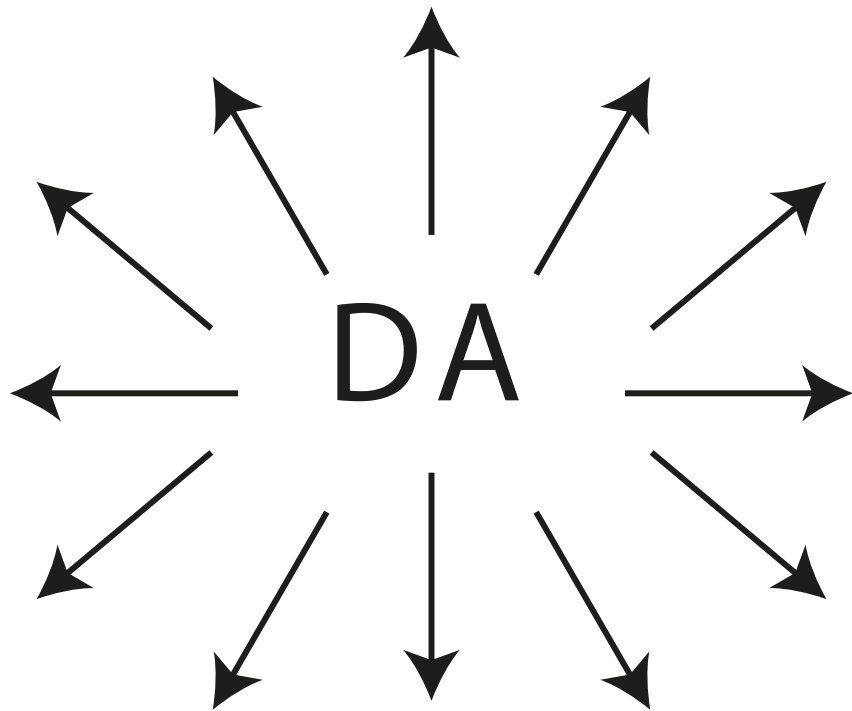
W razie pożaru trzeba zachować zimną krew, opanować emocje, uważnie obserwować palenisko i zbiornik. Postępować zgodnie z instrukcją i nie wykonywać gwałtownych ruchów.

-
1. Czy gaśnicę można przechowywać w każdym miejscu?
 2. Przed czym należy chronić gaśnicę?
 3. Co należy wykonać przed użyciem?
 4. Czy gaśnice mają datę ważności?
 5. W razie pożaru, co jest ważne, w przypadku użycia gaśnicy?

ĆWICZENIE NR 94

Utwórz wyrazy – rzeczowniki, zaczynając od danej sylaby.





ĆWICZENIE NR 95

Ostatnia sylaba podanego słowa rozpoczyna kolejne słowo. Znajdź po dwa słowa do podanych wyrazów.

Przykład

KOSZE-SZELKI-KILO-LODY

RANEK.....

WIADRO

RYBY

FALA

TRATWA.....

RYSY

WINO.....

RAMPA

GAZETA

KUBEK

RAMA

FARBA

RURY.....

ĆWICZENIE NR 96

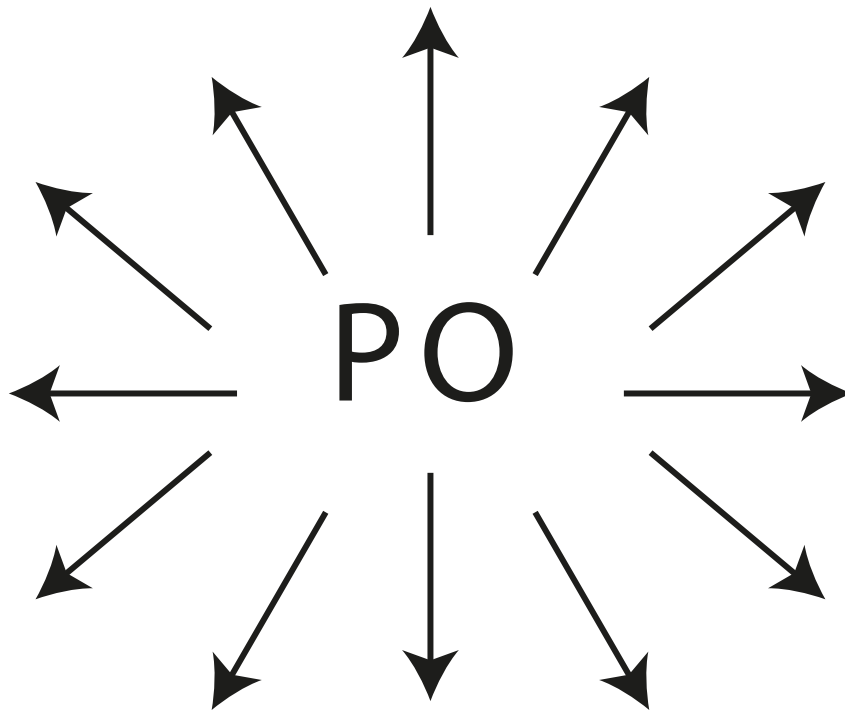
Opisz daną rzecz według schematu.

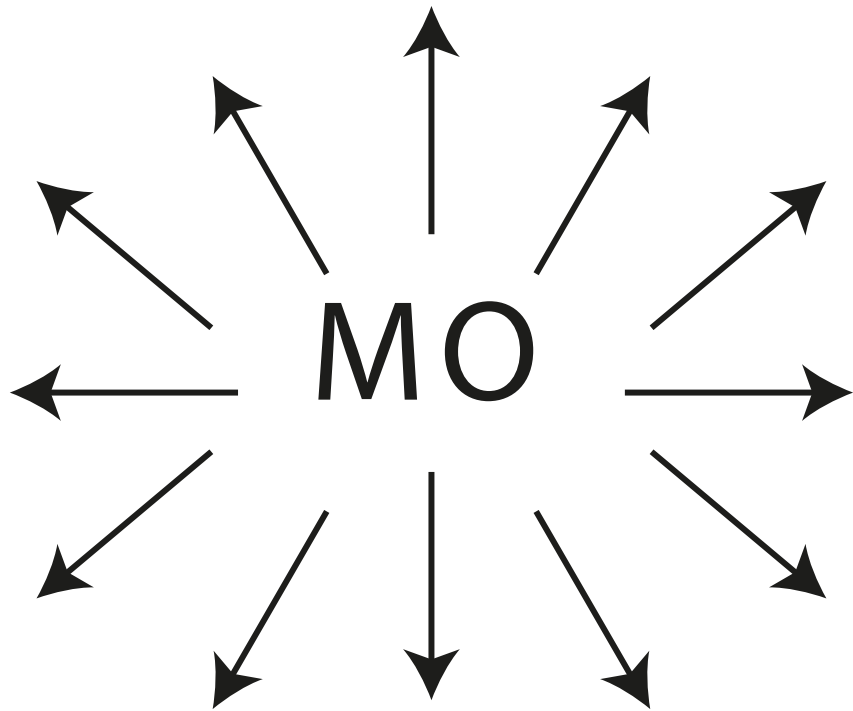
RZECZOWNIK	KSZTAŁT	KOLOR	Z CZEGO ZROBIONE?	DO CZEGO PODOBNE?	DO CZEGO SŁUŻY?
GRUSZKA					
STÓŁ					
KWIAT					
MOTOR					
KOT					

RZECZOWNIK	GDZIE MOŻNA KUPIĆ?	CO MOŻNA Z TYM ZROBIĆ?	GDZIE MOŻNA ZABRAĆ?	JAKIEJ JEST WIELKOŚCI?
KWIAT				
LASKA				
AUTO				
KSIĄŻKA				
ROWER				

ĆWICZENIE NR 97

Utwórz wyrazy – rzeczowniki, zaczynając od danej sylaby.





ĆWICZENIE NR 98

Do każdego wyrazu dopisz synonim – wyraz o podobnym znaczeniu.

adoptować	
efektowny	
iluzja	
prezes	
dyplomata	
ekonomiczny	
moralny	
czelność	
komplement	
zdrada	
apologia	
ewentualnie	
medal	
humanitarny	
patent	
inspiracja	

ĆWICZENIE NR 99

Do podanych początków wyrazów dopisz litery, tak aby powstały nowe rzeczowniki, czasowniki lub przymiotniki. Możesz utworzyć więcej niż jedno słowo.

CUD

BEZ

SŁO

ZD

PAM

DES

JUT

WOL

WIE

OCZ

ĆWICZENIE NR 100

Dopasuj i wpisz rodzaje i odmiany do określonych owoców i warzyw.

KORNISZONY, MALINOWE, MIRABELKA, BERA, ANTONÓWKA, LUBASZKA,
BAWOLE SERCA, WILLIAM, RENKŁODA, PAPIERÓWKA, KLAPSA, SZKLARNIOWE,
PAPRYKOWE, KOSZTELA, LUKASÓWKA, WĘGIERKA, KOKTAILOWE, GRUNTOWE

JABŁKO

.....

GRUSZKA

.....

ŚLIWKA

.....

POMIDOR

.....

OGÓREK

.....

ĆWICZENIE NR 101

Do podanych wyrazów dopisz jeden synonim i jeden antonim.

PRZYKŁAD: ŁADNY – PIĘKNY – BRZYDKI

Ciemny		
Miły		
Drewniany		
Szczupły		
Srogi		
Optymistyczny		
Równy		
Komediowy		
Komputerowy		
Jasny		
Drogi		
Uśmiechnięty		
Zrównoważony		
Elokwentny		
Drapieżny		

ĆWICZENIE NR 102

Przyjrzyj się każdemu zestawowi pojęć i wpisz w linii „Wspólna kategoria” abstrakcyjną cechę łączącą wszystkie trzy elementy.

Przykład:

„JABŁKO, GRUSZKA, BANAN”

Zidentyfikuj, co łączy wszystkie trzy wyrazy – jabłko i gruszka to owoce, a banan także jest owocem. Wpisz abstrakcyjną kategorię, która obejmuje wszystkie elementy – wspólna kategoria: **OWOCE**.

Zestaw 1	MIŁOŚĆ, NADZIEJA, STRACH
Wspólna kategoria:	
Zestaw 2	DEMOKRACJA, SPRAWIEDLIWOŚĆ, WOLNOŚĆ
Wspólna kategoria:	
Zestaw 3	PRZESZŁOŚĆ, TERAŹNIEJSZOŚĆ, PRZYSZŁOŚĆ
Wspólna kategoria:	
Zestaw 4	PYTANIE, ODPOWIEDŹ, DYSKUSJA
Wspólna kategoria:	
Zestaw 5	KŁADKA, MOST, TUNEL
Wspólna kategoria:	
Zestaw 6	ROZUMIENIE, WIEDZA, MĄDROŚĆ
Wspólna kategoria:	

ĆWICZENIE NR 103

Poniżej znajduje się lista 10 słów, przeczytaj słowa i postaraj się je zapamiętać.

Przeczytaj listę tylko jeden raz.

KRZESŁO JABŁKO BATERIA ŁÓŻKO PIES KSIĄŻKA SŁOŃCE

ZEGAR SAMOCHÓD MOST

Teraz zasłoń listę słów oraz tabelę, która znajduje się poniżej, i spróbuj przypomnieć sobie i zapisać jak najwięcej z nich:

.....

.....

.....

Ponownie zasłoń powyższą listę oraz słowa, które zapisałeś/aś, oraz zaznacz w tabeli wszystkie słowa, które znajdowały się na liście do zapamiętania (pomijając słowa, których nie było na liście).

☐	KRZESŁO	☐	TELEWIZOR	☐	KSIĘŻYC	☐	OKNO
☐	JABŁKO	☐	MOTOCYKL	☐	KWIATY	☐	DRZWI
☐	BATERIA	☐	KOT	☐	FOTEL	☐	OBRAZ
☐	ŁÓŻKO	☐	OKNO	☐	OŁÓWEK	☐	ROWER
☐	PIES	☐	TELEFON	☐	ZESZYT	☐	OKULARY
☐	KSIĄŻKA	☐	MARKER	☐	STOLIK	☐	BUTY
☐	SŁOŃCE	☐	LAMPA	☐	DRZEWO	☐	GITARA
☐	ZEGAR	☐	PORTFEL	☐	POCIĄG	☐	SZKLANKA
☐	SAMOCHÓD	☐	KLAWIATURA	☐	TORBA	☐	DŁUGOPIS
☐	MOST	☐	MONITOR	☐	TYGRYS	☐	LORNETKA

ĆWICZENIE NR 104

Przeczytaj tekst: Zdrowe jedzenie – paliwo dla mózgu i ciała.

Zdrowe odżywianie to nie tylko moda, ale sposób dbania o organizm i umysł. Dobrze zbilansowana dieta wspiera koncentrację, pamięć i zdolność logicznego myślenia. Szczególnie ważna jest dla osób zmagających się z osłabieniem funkcji poznawczych, a także dla tych, którzy chcą dłużej zachować sprawność umysłową.

Produkty takie jak orzechy, tłuste ryby (np. łosoś, makrela), zielone warzywa liściaste, owoce jagodowe czy pełnoziarniste pieczywo dostarczają składników odżywczych niezbędnych dla pracy mózgu – m.in. kwasów omega-3, witamin z grupy B i antyoksydantów. Również picie odpowiedniej ilości wody każdego dnia poprawia koncentrację i nastrój.

Warto zwracać uwagę na to, co jemy, ale też jak jemy – spokojnie, regularnie, bez pośpiechu. Jedzenie może być rytuałem, który łączy pokolenia – wspólne gotowanie czy przygotowywanie sałatki z sezonowych warzyw to nie tylko okazja do rozmowy, ale i trening pamięci, planowania oraz koordynacji.

Niezależnie od wieku, warto dbać o siebie od kuchni. Jedzenie to paliwo – a od jego jakości zależy, jak daleko zajedziemy.

A. Odpowiedz na pytania pełnymi zdaniami.

- Dlaczego zdrowe odżywianie jest ważne dla mózgu?
- Jakie produkty wspierają pracę mózgu?
- Co, oprócz jedzenia, wpływa pozytywnie na koncentrację?
- Dlaczego warto jeść wspólnie?
- Co zawierają tłuste ryby, co jest korzystne dla funkcji poznawczych?

B. Uzupełnij zdania z tekstu.

1. Zdrowe odżywianie to nie tylko moda, ale.....
2. Zielone warzywa liściaste i owoce jagodowe są źródłem
3. Wspólne gotowanie może być okazją do i
4. Kwasy omega-3 znajdują się m.in. w
5. Od jakości jedzenia zależy, jak

C. Uzupełnij luki właściwym wyrazem z pary w nawiasie.

- To warzywo jest bardzo dla zdrowia.
(odżywcze / odurzające)
- Regularne posiłki pomagają w pracy organizmu.
(regulacji / rywalizacji)
- Dieta bogata w warzywa i owoce to wybór.
(racjonalny / reaktywny)
- Jedzenie w pośpiechu może trawienie.
(zakłócić / zakwitnąć)
- Picie wody zapobiega
(odwodnieniu / odwołaniu)
- Przemyślany jadłospis to efekt dobrej
(organizacji / ornamentacji)
- Gotowanie razem może wzmacniać więzi
(rodzinne / roślinne)

ĆWICZENIE NR 105

Utwórz nowe wyrazy (przynajmniej 3) z liter tworzących poniższe słowa. Litery mogą powtarzać się więcej razy niż w słowie pierwotnym.

MATURALNY

GEODEZJA.....

POLICHROMATYCZNY

TRAWERS

POLECENIE

RACHUNKOWOŚĆ

PRZEKONYWANIE

KOLABORACJA

NAJWYŻSZY

KOMEDIODRAMAT

ĆWICZENIE NR 106

Uzupełnij zdania, wstawiając nazwę miesiąca, np. maj.

1. Zapalamy znicze w na grobach naszych bliskich.
2. to miesiąc Walentynek.
3. Nowy Rok jest w
4. W obchodzimy Boże Narodzenie.
5. W zakwitają pierwsze kwiaty.
6. Wiemy, że to na pewno bo dzieci rozpoczynają rok szkolny.
7. W zaczynają się wakacje!
8. Święto Konstytucji obchodzimy w
9. Jest to miesiąc, który kwiatem obsypuje cały nasz kraj, to zapewne
.....
10. Cieszymy się grzybobraniem oraz pięknymi kolorami jesieni w
11. Najczęściej na wakacje jeździmy w
12. W tym miesiącu kończą się żniwa, a wieś pachnie dożynkami, to na pewno
.....

ĆWICZENIE NR 107

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Pralka.

Pralka podczas transportu jest zabezpieczona w sposób specjalny. Po rozpakowaniu sprzętu wszelkie zabezpieczenia należy zdjąć. Dobrze jednak je zachować na wypadek ponownego transportu.

Pralka powinna stać na twardej, stabilnej i równej powierzchni – uginająca się podłoga czy dywan są niewskazane. Urządzenie nie może się opierać o ścianę ani o inne meble (należy zachować co najmniej 1 cm odległości od wszelkich obiektów). Należy zadbać również o odpowiednie wypoziomowanie pralki przez regulację wysokości nóg. Warto także na koniec sprawdzić stabilność urządzenia, dociskając każdy róg.

1. Czy pralka jest zabezpieczona podczas transportu?
2. Jak należy ustawić pralkę?
3. Czy przed pierwszym użyciem pralki należy ją odbezpieczyć?
4. Czy może stać na dywanie?
5. Czy urządzenie może się opierać o ścianę?
6. W jaki sposób ustawić pralkę?
7. W jakiej odległości pralka powinna stać od ściany?

ĆWICZENIE NR 108

Uzupełnij zdania, korzystając ze słów z ramki.

REGULARNIE, BIURKO, SZKOŁA, AUTO, OBIAD, WARZYWA, WYSIŁEK,
W KINIE, GARNEK, OGRÓD, OKNA, SIERŚĆ, PIEROGI, PARAPET,
TELEFON, SAMOŁOT, PODLEWAĆ

- Kwiaty należy
- Budowa domu wymaga
- Ten film będzie wyświetlany
- Dzieci we wrześniu rozpoczynają
- Alojzy ma piękny
- Długopisy leżą na
- Na autostradzie można szybko jechać
- Z uwagi na przyjazd gości, powinieneś umyć
- Chętnie kupię od Krzysztofa nowy
- Wazon stoi na
- Babcia Zofia gotuje pyszne
- Siostra Teofila lubić lepić
- Do Włoch polecimy
- Do gotowania potrzebne są nowe
- Mój pies ma ma długą
- Dla zdrowia należy jeść dużo
- zawierają dużo witamin

ĆWICZENIE NR 109

Ułóż zdanie z rozsypanki wyrazowej. Dla ułatwienia podano początek zdania zaznaczony wielką literą.

Ania, remont, domu, w, robi, swoim

.....

więc, spadają, jesień, liście, Nadchodzi, drzew, z

.....

.....

jedzie, Grecji, Olek, wakacje, na, by, zabytki, zwiedzać, leżeć, na, plaży, do, i

.....

.....

pięknie, kwitną, Surfinie, balkonie, Basi, całe, lato, na

.....

.....

jeździ konno, Matylda, oraz, w, zawodach, startuje, przez przeszkody

.....

.....

lubi, Mama, piec, torty, pyszne

.....

często, Babcia Arleta, na, wycieczki, jeździe, seniora, klubem, z

.....

.....

muszę, Jutro, kwiaty, przesadzić

.....

w góry, Wycieczki, popularne, są, seniorów, wśród

.....

.....

morzem, Nad, od, zapowiadali, jutra, upałów, falę

.....

.....

zajmuje się, Zdzisław, motorów, naprawą, 20 lat, od

.....

.....

kakao, Dzieci, zawsze, u, babci Jadzi, zawsze, piją

.....

.....

posprzątać, Należy, łazience, w

.....

ma, koty, cztery, Marysia

.....

lubi, śmietankowe, Olek, lody

.....

karmi, Jowita, codziennie, rybki, swoje

.....

.....

jest, Bartek, fotografem, i, w, zakładzie, pracuje, fotograficznym

.....

.....

kotlet, Najbardziej, lubię, schabowy, jeść

.....

ĆWICZENIE NR 110

Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania: Gofrownica.

Przed pierwszym użyciem należy oczyścić powierzchnię wilgotną ściereczką, z niewielką ilością płynu do naczyń. Nie należy myć w zmywarce. Po wyschnięciu należy posmarować kilkoma kroplami oleju. Nie dolewać oleju w trakcie pieczenia.

KORZYSTANIE:

1. Podłączyć gofrownicę do prądu.
2. Ustawić na równej powierzchni.
3. Nacisnąć przycisk „włącz”.
4. Zamknąć gofrownicę. Czekać, aż wskaźniki gotowości się zaświecą, oznacza to, że jest gotowa do użycia. Trwa to około 6 – 8 minut.
5. Zalać ciastem i czekać około 6 minut.

-
- Czy urządzenie należy myć w zmywarce?
 - Czy można je umyć?
 - W jaki sposób je umyć?
 - Czy należy je czymś smarować?
 - Jak włączyć urządzenie?
 - W jaki sposób widać, że urządzenie jest gotowe do użycia?
 - Ile czasu należy czekać, aby zalać je ciastem?
 - Ile czasu trwa pieczenie?
 - Gdzie postawić gofrownicę?

ĆWICZENIE NR 111

Wykreśl jak najszybciej wszystkie cyfry 6, zmierz, ile czasu zajęło Ci wykonanie zadania i zapisz poniżej.

7	8	9	6	4	3	4	0	1	6	9	8	5	6	7	4	5	6	9	6
0	5	4	8	7	9	2	4	6	5	7	4	3	6	0	9	8	7	9	4
6	7	5	9	9	4	5	0	9	8	6	9	3	7	1	0	3	2	7	4
8	9	5	7	6	4	3	9	2	0	1	8	9	5	5	8	7	4	5	9
6	0	3	1	8	3	9	0	4	8	1	7	7	9	8	3	3	0	9	1
1	2	7	6	8	9	5	7	4	3	1	0	9	6	8	7	9	5	4	4
0	9	4	3	8	7	6	3	8	7	4	9	9	8	7	4	3	5	6	0
2	8	7	9	9	8	5	4	3	6	5	8	7	3	1	1	9	8	3	1
8	9	6	7	5	4	0	9	8	0	3	2	1	5	4	6	7	5	9	8
7	3	2	2	6	5	8	9	8	7	0	9	0	8	9	7	9	5	4	3
7	3	5	4	8	6	5	7	4	6	5	3	7	1	7	6	9	4	3	1
0	3	2	5	4	9	5	7	4	8	7	2	0	9	9	4	8	6	9	3
1	0	4	5	9	8	7	2	5	6	6	9	8	0	5	4	3	6	8	0
0	9	7	8	4	5	6	3	9	4	3	5	2	1	8	5	9	8	3	7
0	9	6	3	2	8	7	9	5	4	9	6	2	4	1	3	2	8	7	0
5	7	4	9	3	2	4	0	5	7	8	4	3	8	0	1	1	4	8	7
0	8	7	9	5	4	3	8	1	2	3	4	8	7	9	5	4	9	0	3
5	2	6	8	9	4	5	3	6	0	9	7	4	8	3	8	1	2	9	5
8	4	2	9	0	5	8	1	3	5	2	3	9	5	1	3	0	7	6	8
1	0	5	9	7	3	8	4	7	1	0	0	7	5	6	3	2	1	9	8

Twój wynik:

ĆWICZENIE NR 112

Opisz siebie w czterech słowach.

Jestem

Jestem

Lubię

Lubię

ĆWICZENIE NR 113

Dokończ zdania, starając się odnieść je do siebie. Np. uwielbiam robić na drutach.

Zawsze staram się

Uwielbiam robić

Marzę, by pojechać

Jestem zadowolona/zadowolony, gdy

Często oglądam

Najczęściej spotykam się

Najbardziej nie lubię, gdy

Denerwuje mnie

Staram się poprawić w zakresie

Często wychodzę na spacer do

Przez okna mojego domu/mieszkania widzę

Najbardziej lubię jeździć na wakacje do

Najlepszą dla mnie porą roku jest (dlaczego?)

Bardzo mi zależy na

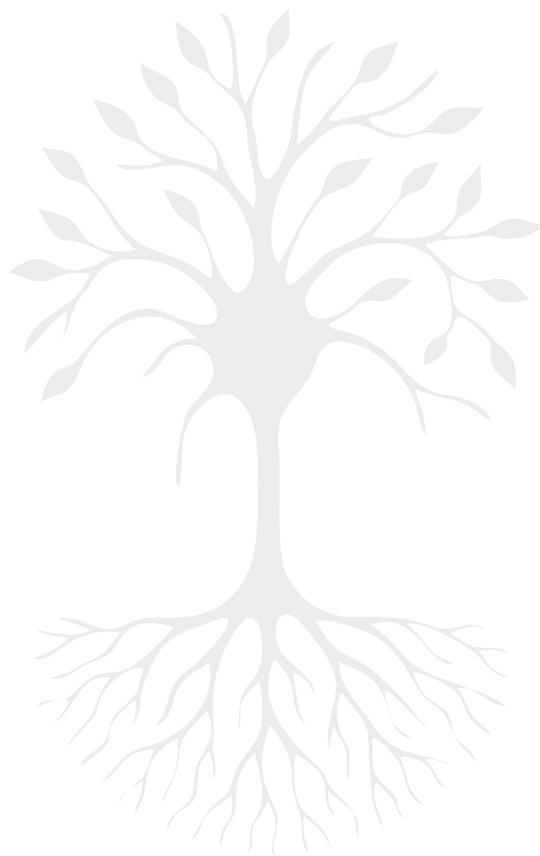
Moim najlepszym przyjacielem jest

Cieszę się z

Przepadam za

Czasami robię dla siebie małe przyjemności, np.

Lubię siebie za to, że



ĆWICZENIE NR 114

Opowiedz o sobie, kończąc zdania, np. jestem dumny z mojej hodowli roślin.

Jestem dumny z

Najbardziej lubię

Jestem dobry w

Uwielbiam robić

Mam umiejętność w zakresie

Moją mocną stroną jest

Mam talent do

Umiem robić

Wielokrotnie słyszałam/słyszałem, że umiem świetnie

Ostatnio nauczyłam/nauczyłem się

Świetnie sobie radzę z

Moim marzeniem jest

Uważam, że dobrze wykonuję

Zawsze lubiłam

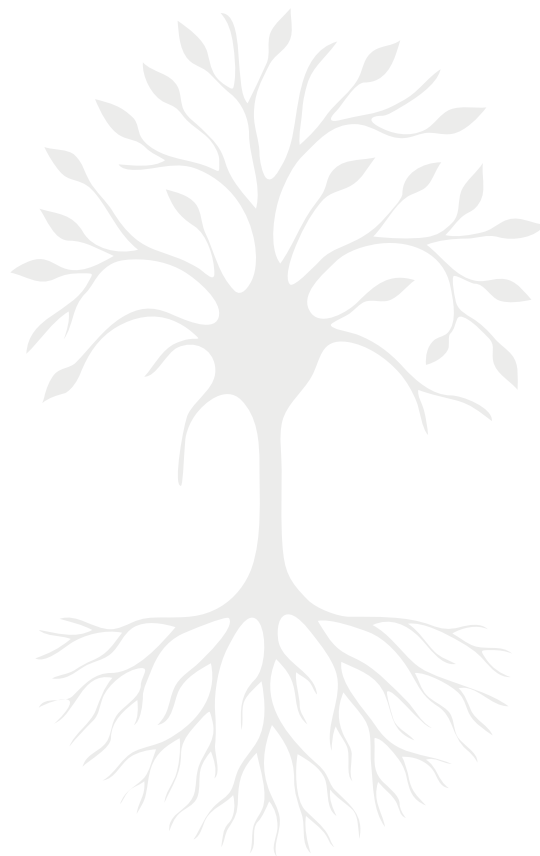
Moim największym sukcesem jest/są

Zawsze byłam/byłam najlepszy w

Cecha, która mnie wyróżnia, to

Inni lubią mnie za to, że

Lubię w sobie to, że



ĆWICZENIE NR 115

Opowiedz o sobie i swoich uczuciach. Postaraj się włączyć do tego ćwiczenia swoich najbliższych.

<i>Osoby</i>	<i>Moja ulubiona potrawa to</i>	<i>Mój ulubiony artysta to</i>	<i>Moje ulubione zajęcie</i>
<i>Ja</i>			
<i>Osoby</i>	<i>Z kim lubię rozmawiać/ przebywać</i>	<i>Miejsce, do którego chcę wracać to</i>	<i>Miejsce, które chciałbym zobaczyć to</i>
<i>Ja</i>			

