Pierwsza Ławka · zestaw działowy · zp · liceum i technikum

Dział 2

Zdrowie

Tryb życia, samopoczucie, choroby, objawy i leczenie, niepełnosprawność, uzależnienia; słowotwórstwo rzeczowników (-ness, -ity, -ment, -tion, -th), advice / information / news, rady (should, ought to, had better); intencja autora, przetwarzanie tekstu, e-mail. Dziewięć kart: słownictwo i gramatyka z wzorcowymi odpowiedziami, ćwiczenia, zadania typu maturalnego, dwie kartkówki (A i B) i sprawdzian (A i B) – z kluczem i zasadami oceniania. Nagranie MP3 i transkrypcje w zestawie.



Język angielski | klasa 3 LO i technikum | Dział 2 | zakres podstawowy (ZP)

	Karta	Rodzaj	Poziom	Zadania
1	**Zdrowie – najważniejsze wiadomości** Słownictwo, gramatyka w pigułce, wzorcowe odpowiedzi	Najważniejsze wiadomości	ZP	3 zad. · 12 pkt
2	**Zdrowie – ćwiczenia** Ćwiczę słownictwo, gramatykę i umiejętności z działu	Ćwiczenia	ZP	6 zad. · 26 pkt
3	**Zdrowie – zadania typu maturalnego** Polecenia i punktacja jak na maturze 2027	Zadania typu maturalnego	ZP	6 zad. · 27 pkt
4	**Kartkówka 1: Zdrowie – słownictwo i słowotwórstwo – grupa A** 15 minut · 11 pkt	Kartkówka	ZP	3 zad. · 11 pkt
5	**Kartkówka 1: Zdrowie – słownictwo i słowotwórstwo – grupa B** 15 minut · 11 pkt	Kartkówka	ZP	3 zad. · 11 pkt
6	**Kartkówka 2: Rady; advice, information, news – grupa A** 15 minut · 9 pkt	Kartkówka	ZP	3 zad. · 9 pkt
7	**Kartkówka 2: Rady; advice, information, news – grupa B** 15 minut · 9 pkt	Kartkówka	ZP	3 zad. · 9 pkt
8	**Sprawdzian: Zdrowie – grupa A** 45 minut · 33 pkt	Sprawdzian	ZP	8 zad. · 33 pkt
9	**Sprawdzian: Zdrowie – grupa B** 45 minut · 33 pkt	Sprawdzian	ZP	8 zad. · 33 pkt
10	**Transkrypcje nagrań** Rozdaj po wysłuchaniu nagrań	Ćwiczenia	ZP	1 zad. · 0 pkt

Jak korzystać z zestawu

- Karta 1: słownictwo tematyczne w tabelach, gramatyka w pigułce i wzorcowe rozwiązania z komentarzem – od niej warto zacząć.
- Karta 2 to ćwiczenia na tekstach (i nagraniu), karta 3 – zadania w formule matury 2027 (polecenia i punktacja jak w arkuszach CKE).
- Karty 4–7 to dwie kartkówki po 15 minut (słownictwo, gramatyka), każda w grupach A i B. Karty 8–9 to sprawdzian (45 minut) w grupach A i B – te same typy zadań i punktacja, inne treści.
- Klucz zawiera odpowiedzi z akceptowanymi wariantami i zasady oceniania w stylu CKE.
- Osobny plik „Powtórka" zbiera słownictwo, reguły, typowe błędy i test „Sprawdź się".
- Gdzie w pliku MP3: 1 – 0:10 (całość 2:47).

Oznaczenia

ZP	zakres podstawowy
ZR	zakres rozszerzony (treści tylko dla ZR)
(0–2 pkt)	liczba punktów możliwych do zdobycia za zadanie
Zadanie 4.1.	wiązka zadań do wspólnego materiału źródłowego
Jak to sprawdza CKE	typ zadania i typowy błąd ze sprawozdań CKE
Na maturze	wymagania z podstawy programowej, których dotyczy temat

Wymagania z podstawy programowej (Dz.U. 2024 poz. 1019)

- **P I.11** zdrowie (np. tryb życia, samopoczucie, choroby, ich objawy i leczenie, niepełnosprawność, uzależnienia);
- **P II.5** znajduje w wypowiedzi określone informacje;
- **P II.7** wyciąga wnioski wynikające z informacji zawartych w wypowiedzi;
- **P III.2** określa intencje nadawcy lub autora tekstu;
- **P III.4** znajduje w tekście określone informacje;
- **P V.7** wyraża i opisuje uczucia i emocje;
- **P V.9** wyraża pewność, przypuszczenie, wątpliwości dotyczące zdarzeń z teraźniejszości i przyszłości;
- **P VII.9** prosi o radę i udziela rady;
- **P VII.13** wyraża uczucia i emocje (np. radość, smutek, niezadowolenie, złość, zdziwienie, nadzieję, obawę, współczucie);
- **P VIII.2** przekazuje w języku obcym nowożytnym lub języku polskim informacje sformułowane w tym języku obcym;
- **P XIII** Uczeń stosuje strategie komunikacyjne (np. domyślanie się znaczenia wyrazów z kontekstu, identyfikowanie słów kluczy lub internacjonalizmów) i strategie kompensacyjne, w przypadku gdy nie zna lub nie pamięta wyrazu (np. upraszczanie formy wypowiedzi, zastępowanie innym wyrazem, opis, wykorzystywanie środków niewerbalnych).
- **P XIV** Uczeń posiada świadomość językową (np. podobieństw i różnic między językami).

Materiał oryginalny – nie jest kopią materiałów CKE ani podręczników. Podstawa programowa LO i technikum (Dz.U. 2018 poz. 467 w brzmieniu Dz.U. 2024 poz. 1019), wariant III.1.P (zakres podstawowy, B1, B1+ w rozumieniu) i III.1.R (zakres rozszerzony, B2, B2+ w rozumieniu). Wymagania: III.1.P: I.11; II.5, II.7; III.2, III.4; V.7, V.9; VII.9, VII.13; VIII.2; XIII; XIV. Do użytku własnego i pracy z własnymi uczniami.

Zdrowie – najważniejsze wiadomości

Słownictwo, gramatyka w pigułce, wzorcowe odpowiedzi

ZP KARTA 1/10

Imię i nazwisko: ..... Klasa: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 12 pkt

Najważniejsze wiadomości · 12 pkt

Przypomnij sobie

Objawy (symptoms)	Choroby i urazy	Leczenie
have a headache / a sore throat / a temperature / a cough / a runny nose	a cold, flu, an allergy, food poisoning	take medicine / painkillers, stay in bed, get a prescription
feel sick / dizzy / weak; my back hurts	a broken arm, a sprained wrist, a cut	see a doctor, have an operation, put a plaster on

I've got a temperature (= mam gorączkę); *be allergic to nuts*; *recover from flu*.

- **Tryb życia:** *a healthy / an unhealthy lifestyle, a balanced diet, get enough sleep, stay active, cut down on sugar, be addicted to, give up smoking*. **Niepełnosprawność:** *a person with a disability, a wheelchair user, be visually impaired* (unikamy słów obraźliwych).

Przyrostek	Od	Rzeczownik
-ness	ill, weak, happy, aware	illness, weakness, happiness (y → i), awareness
-ity	able, active, possible, disabled	ability, activity, possibility, disability
-ment	treat, improve, develop	treatment, improvement, development
-tion / -ion	prevent, infect, prescribe, operate	prevention, infection, prescription, operation
-th	strong, long, wide, true, warm	strength, length, width, truth, warmth

Uwaga na zmiany pisowni: *able → ability, prescribe → prescription, strong → strength*.

- **Rzeczowniki niepoliczalne:** *advice, information, news* – bez *a/an* i bez liczby mnogiej, czasownik w liczbie pojedynczej: *The doctor gave me some good advice. The news is good.* Jedna rada / informacja: *a piece of advice / information*. Błędy: *an advice, advices, informations, The news are…*
- **Rady: should / ought to** + bezokolicznik – zwykła rada: *You should drink more water. You ought to see a doctor.* Przeczenie: *shouldn't*, *ought not to*. **had better ('d better)** + bezokolicznik bez *to* – mocna rada w konkretnej sytuacji, często z ostrzeżeniem: *You'd better stay in bed, or you'll feel worse. You'd better not eat that.* Prośba o radę: *What should I do? Do you think I should…?*
- **Strategia – intencja autora (III.2).** Zapytaj: po co powstał tekst? Ostrzec (*Do not…, Remember to…*), poradzić (*should, 'd better*), przeprosić, zachęcić, poinformować. Słownictwo z tekstu w złej opcji to częsta pułapka – liczy się cel całego tekstu.
- **Przetwarzanie (VIII.2).** Gdy odpowiadasz po polsku na podstawie angielskiego tekstu, przekaż sens, nie tłumacz słowo w słowo. Podaj tylko informacje, o które pyta polecenie – dodatkowe, błędne informacje mogą odebrać punkt.

Przykłady z rozwiązaniem

Przykład 1. **Utwórz rzeczownik: *Exercise gives you ___ (strong).***

strength – przyrostek -th i zmiana samogłoski (o → e). *strongness* nie istnieje – 0 pkt.

Przykład 2. **Popraw błąd: *Can you give me an advice?***

Can you give me some advice / a piece of advice? – *advice* jest niepoliczalne, więc bez *an*.

Przykład 3. **Transformacja (limit 4 wyrazy): *It's a good idea for you to see a dentist.* (OUGHT) *You ___ a dentist.***

ought to see – po *ought* zawsze *to*. *ought see* – 0 pkt.

Przykład 4. **Wybierz:** ***It's starting to rain. You (had better / ought) take an umbrella.***

had better – po *had better* bezokolicznik bez *to*; po *ought* brakowałoby *to*.

Zadania

Zadanie 1. (0–4 pkt) ..... / 4

Dopasuj objawy (1–4) do rad (a–d).

1. I've got a sore throat.
2. I feel dizzy.
3. I've cut my finger.
4. I can't sleep at night.

a) You should put a plaster on it.

b) You shouldn't use your phone in bed.

c) You'd better drink some warm tea with honey.

d) You ought to sit down for a moment.

1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____

Zadanie 2. (0–5 pkt) ..... / 5

Utwórz rzeczowniki od podanych wyrazów.

1. ill → _____
2. treat → _____
3. able → _____
4. long → _____
5. prevent → _____

Zadanie 3. (0–3 pkt) ..... / 3

Wybierz właściwą formę.

1. The news (is / are) very good – the operation was a success.
2. She gave me (an / some) advice about my diet.
3. I need (an information / some information) about the vaccine.

Zdrowie – ćwiczenia

Ćwiczę słownictwo, gramatykę i umiejętności z działu

ZP

KARTA 2/10

Imię i nazwisko: ..... Klasa: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 26 pkt

Ćwiczenia · 26 pkt

Zadanie 1. (0–4 pkt) ..... / 4

Posłuchaj nagrania 1. Zaznacz, które zdania są zgodne z treścią nagrania (T – True), a które nie (F – False).

1. Maja has a high temperature.	T	F
2. Maja went to bed late at the weekend.	T	F
3. Igor's headaches disappeared after he started wearing glasses.	T	F
4. Maja is happy about the change of the test date.	T	F

Zadanie 2. (0–6 pkt)

Przeczytaj artykuł z gazetki szkolnej i wykonaj zadania.

Five days without phones

Last month our school tried something unusual: a week without phones. From Monday to Friday we left our phones in lockers at 8 a.m. and took them back after the last lesson. Most of us were sure it would be a disaster.

The first two days were difficult. Some students kept reaching for their pockets during the break. But on Wednesday the school nurse noticed an improvement: fewer students came to her with headaches. In the canteen people actually talked to each other, and someone even brought a chess set.

Not everyone was happy. Several parents complained that they couldn't contact their children, so the school now lets students call home from the office. The head teacher says the experiment will be repeated in spring, but this time students will help to plan it.

Gazetka szkolna The Corridor – tekst własny

Zadanie 2.1. (0–4 pkt) ..... / 4

Zaznacz, które zdania są zgodne z treścią tekstu (T – True), a które nie (F – False).

1. At the beginning most students expected the experiment to go well.	T	F
2. The nurse saw fewer students with headaches during the week.	T	F
3. All parents liked the idea of the phone-free week.	T	F
4. Students will take part in planning the next experiment.	T	F

Zadanie 2.2. (0–2 pkt) ..... / 2

Jaki problem zgłosili rodzice i jak szkoła go rozwiązała? Odpowiedz po polsku.

Miejsce na odpowiedź

Zadanie 3. (0–5 pkt) ..... / 5

Uzupełnij zdania rzeczownikami utworzonymi od wyrazów w nawiasach.

1. The doctor said there was no (possible) _____ of an infection.
2. After the accident she slowly got her (strong) _____ back.
3. Regular exercise can lead to a big (improve) _____ in your mood.
4. The (prevent) _____ of illnesses is cheaper than their treatment.
5. Tiredness and (weak) _____ are common symptoms of flu.

Zadanie 4. (0–4 pkt) ..... / 4

Uzupełnij zdania wyrazami z ramki. Jeden wyraz jest zbędny.

sore	allergic	prescription	down	up

1. I've got a _____ throat and I can't speak.
2. He is _____ to cats, so he can't visit us.
3. The doctor gave me a _____ for some antibiotics.
4. You should cut _____ on sweets and fizzy drinks.

Zadanie 5. (0–4 pkt) ..... / 4

Uzupełnij rady, wpisując *should*, *ought* albo *had*.

1. You _____ to wear a helmet when you cycle.
2. You _____ better leave now, or you'll miss the bus.
3. You _____n't eat so much before going to bed.
4. We _____ better not tell Mum about the fall.

Zadanie 6. (0–3 pkt) ..... / 3

Popraw błędy w zdaniach z rzeczownikami niepoliczalnymi.

1. She gave me two good advices. → _____
2. The news are terrible. → _____
3. I found many informations online. → _____

Zdrowie – zadania typu maturalnego

Polecenia i punktacja jak na maturze 2027

ZP KARTA 3/10

Imię i nazwisko: Klasa: Data: Wynik: ..... / 27 pkt

Zadania typu maturalnego · 27 pkt

Zadanie 1. (0–3 pkt)

Przeczytaj trzy teksty. Z podanych odpowiedzi wybierz właściwą, zgodną z treścią tekstu. Zakreśl A, B albo C.

Three short texts

Tekst 1. *Dear students, from Monday the school canteen will no longer sell fizzy drinks. Water will be free at the new fountains on every floor. We hope this small change will make a big difference to your health. –* School Council

Tekst 2. *Kasia, I'm so sorry I didn't come to your party. I had a high temperature and spent the whole weekend in bed. I've got a present for you – can I bring it tomorrow? Hugs, Ewa*

Tekst 3. *Feeling stressed before exams? Join our free workshop on Thursday at 4 p.m. in room 12. A psychologist will show you simple breathing exercises that really work. No registration needed – just come along!*

Teksty własne

Zadanie 1.1. (0–1 pkt) ..... / 1

The aim of Text 1 is to

A. inform students about a change in the canteen.

B. ask students to stop drinking water.

C. complain about students' unhealthy habits.

Zadanie 1.2. (0–1 pkt) ..... / 1

In Text 2 Ewa

A. invites Kasia to a party.

B. apologises and explains why she was absent.

C. asks Kasia how she is feeling.

Zadanie 1.3. (0–1 pkt) ..... / 1

Text 3 was written to

A. warn students about the dangers of stress.

B. describe a psychologist's job.

C. encourage students to take part in an event.

Zadanie 2. (0–2 pkt) ..... / 2

Na podstawie tekstu 1 odpowiedz po polsku na pytanie: *Co szkoła zmienia i jaki jest cel tej zmiany?*

Miejsce na odpowiedź

PIERWSZA ŁAWKA

Sprawdzian: Zdrowie – grupa A

45 minut · 33 pkt

ZP KARTA 8/10

Imię i nazwisko: ..... Klasa: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 33 pkt

Sprawdzian · 33 pkt

Zadanie 1. (0–4 pkt)

Przeczytaj tekst. Zaznacz, które zdania są zgodne z jego treścią.

My sister's illness

Two years ago my sister Lena was diagnosed with diabetes. She was fourteen and at first she refused to accept it. She hid her sweets, forgot to check her blood sugar and didn't want anyone at school to know.

Everything changed after a summer camp for teenagers with the same illness. For the first time she met people who had to think about every meal just like her. They laughed about it, shared tips and gave each other advice.

Now Lena is sixteen and she talks openly about her illness. Last month she even gave a short presentation to her class. She says the hardest part was not the injections, but feeling different – and that she doesn't feel different any more.

Marcel, 18 – tekst własny

Zadanie 1.1. (0–4 pkt) ..... / 4

Zaznacz, które zdania są zgodne z treścią tekstu (T – True), a które nie (F – False).

1. At first Lena didn't want people at school to know about her illness.	T	F
2. Lena went to the camp with her whole class.	T	F
3. At the camp Lena met other teenagers with diabetes.	T	F
4. Lena still feels very different from other people.	T	F

Zadanie 2. (0–2 pkt)

Na podstawie tekstu z zadania 1 wybierz właściwą odpowiedź. Zakreśl A, B, C albo D.

Zadanie 2.1. (0–1 pkt) ..... / 1

What helped Lena most at the camp?

A. Meeting people with the same problem.

B. Lessons with a doctor.

C. Being away from her family.

D. Learning to cook healthy meals.

Zadanie 2.2. (0–1 pkt) ..... / 1

The writer's main purpose is to

A. warn readers about sugar.

B. show how his sister learnt to live with her illness.

C. complain about summer camps.

D. explain how to treat diabetes.

PIERWSZA ŁAWKA

Zadanie 6. (0–3 pkt) ..... / 3

Wybierz właściwą formę.

1. The news (was / were) a shock to everyone.
2. You (had better / ought) call your mum.
3. I need (an information / some information).

Zadanie 7. (0–3 pkt) ..... / 3

Twoja koleżanka chce zacząć zdrowiej się odżywiać. Napisz po angielsku trzy rady dla niej. Użyj *should*, *ought to* i *had better* (każdego jeden raz).

Miejsce na odpowiedź

Zadanie 8. (0–12 pkt) ..... / 12

Twój brat zachorował przed ważnymi zawodami. Napisz e-mail do kolegi z Irlandii, w którym:

- opiszesz objawy choroby brata
- napiszesz, jak się czuliście, gdy okazało się, że brat nie wystartuje
- przedstawisz przypuszczenia, czy brat zdąży wyzdrowieć przed kolejnymi zawodami
- poprosisz kolegę o radę, jak pocieszyć brata

Oceniane będzie: Kryteria jak na maturze PP (informator CKE 2024/2025): treść 0–5, spójność i logika 0–2, zakres środków językowych 0–3, poprawność środków językowych 0–2 – razem 12 pkt. Długość: 100–150 wyrazów.

PIERWSZA ŁAWKA

CO JESZCZE JEST W ŚRODKU

Zdrowie – kartkówki, sprawdzian i karty pracy z powtórką, język angielski, klasa 3 LO i technikum (zakres podstawowy)

Podgląd pokazał 9 z 28 stron. Pełna wersja: 28 stron A4, PDF do druku i DOCX do edycji.

- Karta 1: Zdrowie – najważniejsze wiadomości – 3 zadania, 12 pkt
- Karta 2: Zdrowie – ćwiczenia – 6 zadań, 26 pkt
- Karta 3: Zdrowie – zadania typu maturalnego – 6 zadań, 27 pkt
- Karta 4: Kartkówka 1: Zdrowie – słownictwo i słowotwórstwo – grupa A – 3 zadania, 11 pkt
- Karta 5: Kartkówka 1: Zdrowie – słownictwo i słowotwórstwo – grupa B – 3 zadania, 11 pkt
- Karta 6: Kartkówka 2: Rady; advice, information, news – grupa A – 3 zadania, 9 pkt
- Karta 7: Kartkówka 2: Rady; advice, information, news – grupa B – 3 zadania, 9 pkt
- Karta 8: Sprawdzian: Zdrowie – grupa A – 8 zadań, 33 pkt
- Karta 9: Sprawdzian: Zdrowie – grupa B – 8 zadań, 33 pkt
- Karta 10: Transkrypcje nagrań Karta 1 zbiera słownictwo i gramatykę działu z wzorcowymi odpowiedziami, karta 2 to ćwiczenia, karta 3 – zadania w formule matury 2027.

Kup pełną wersję – plik od razu na e-mail
pierwszalawka.pl/material/angielski-liceum-klasa-3-dzial-02-zdrowie