

Health - writing p. 72

PRZYDATNE ZWROTY

UDZIELANIE RAD

- **If I were you, I would ...** Gdybym był/była tobą, tobym...
- **If I were in your shoes, I would ...** Gdybym był/była na twoim miejscu, tobym...
- **Perhaps you should ...** Może powinieneś/powinnaś...
- **How about seeing your doctor?** A może idź do lekarza?
- **I suggest/recommend going to the dentist right away.** Sugeruję, żebyś natychmiast poszedł/poszła do dentysty.
- **Why don't you cut down on pizza?** A może byś ograniczył/ograniczyła jedzenie pizzy?
- **You could also work out regularly.** Mógłbyś/Mogłabyś również regularnie ćwiczyć.
- **You'd better get more sleep.** Lepiej, żebyś więcej spał/spała.

1

Przeczytaj zadanie egzaminacyjne i wskaż zdania lub ich fragmenty, które odpowiadają poszczególnym elementom polecenia.

Twój kolega z Anglii chciałby prowadzić zdrowy tryb życia. Napisz do niego e-mail, w którym:

- opiszesz, jak ty dbasz o kondycję fizyczną,
- podasz przykłady, jak kolega powinien się odżywiać,
- poradzisz, co jeszcze mógłby zrobić, by prowadzić zdrowy tryb życia.



Opis, jak dbasz o kondycję fizyczną. Przykłady, jak kolega powinien się odżywiać.

Porada, co może zrobić, by prowadzić zdrowy tryb życia.

Hi Bob,

Thanks for your message. I think I can help you with your problem, because I'm in quite good condition. I work out every day, I also try to eat healthy meals.

Why don't you include more fruit and vegetables in your diet? If I were you, I'd cut down on sweets and fizzy drinks.

It's also a good idea to do sports and I suggest getting enough sleep. Don't spend too much time playing computer games.

Good luck,

Kuba

2

Przeczytaj e-mail od Kasi, która radzi swojej koleżance, jak zwalczyć przeziębienie. Jakich wskazówek udzieliła Sylvii?



Hi Sylvia,

I hope you're feeling better today. I've asked my grandma how to treat a cold and here's her advice.

If you have a headache and a runny nose, take some aspirin and a lot of vitamin C. You could also rub some herbal ointment on your chest and wear socks in bed. My grandma suggests drinking a lot of water with lemon and honey, and sleeping a lot too.

But if you're still sick in two days, you'd better see a doctor.

And one more thing, you shouldn't come to school because more people will catch a cold if you cough and sneeze there.

Take care,

3 Przeczytaj e-mail Kasi jeszcze raz i uzupełnij zdania 1–6 informacjami z tekstu.

Wskazówka

Przydatne zwroty

✉ ☰

🔍 📎 📧 A 📄

Hi Sylvia,
 I hope you're feeling better today. I've asked my grandma how to treat a cold and here's her advice.
 If you have a headache and a runny nose, take some aspirin and a lot of vitamin C. You could also rub some herbal ointment on your chest and wear socks in bed. My grandma suggests drinking a lot of water with lemon and honey, and sleeping a lot too.
 But if you're still sick in two days, you'd better see a doctor.
 And one more thing, you shouldn't come to school because more people will catch a cold if you cough and sneeze there.
 Take care,
 Kasia

1. If Sylvia has a headache and a runny nose, she should take .
2. She can try special herbal cream on her chest.
3. Sylvia could also in bed.
4. Kasia's grandma recommends and sleeping a lot.
5. Sylvia should she still feels bad.
6. , other students will get sick.

4

Wykonaj poniższe zadanie.

Twój kolega przychodzi do szkoły zmęczony, gdyż spędza długie godziny przed komputerem. Napisz do niego e-mail, w którym:

- wyrazisz swoje zaniepokojenie,
- przedstawisz skutki takiego spędzania czasu,
- zaproponujesz rozwiązanie problemu.

Limit słów: 50–120.