



Rozczytaj się z Polskim z Plusem!

I. NA DOBRY POCZĄTEK!

1. Proszę połączyć słowo z jego definicją.

1.	antyczny	a.	maksyma, sentencja
2.	kwitnąć	b.	pot. narzekać na coś lub kogoś
3.	aforyzm	c.	książk. osoba, która często wyraża swoje niezadowolenie z ludzi, rzeczy i sytuacji oraz we wszystkim doszukuje się negatywnych elementów
4.	niespieszny	d.	odnoszący się do starożytności; pochodzący z dawnych czasów; staromodny, staroświecki
5.	upadek	e.	przenośnia; figura stylistyczna występująca zwykle w poezji, oparta na skojarzeniu dwóch zjawisk i przeniesieniu nazwy jednego zjawiska na drugie, np. stalowe nerwy
6.	biadolić	f.	nagła, niezamierzona zmiana czyjejś pozycji pionowej na poziomą, spadnięcie z góry na dół; pogorszenie się stanu czegoś, utrata znaczenia; chwila, w której coś się kończy, ktoś lub coś przestaje istnieć; czyjeś niepowodzenie; niemoralne postępowanie
7.	wypalić się / wypalenie	g.	niezaradny lub bierny; lekceważący
8.	indolentny	h.	słabo rozwinięty, wątpliwy lub lichy
9.	rachityczny	i.	odbywający się bez pośpiechu
10.	malkontent	j.	nadmiernie czymś obciążony / przenieść jakiś ładunek, towar, bagaż na inny środek transportu
11.	przeładowany / przeładować	k.	zniszczyć coś ogniem, wysoką temperaturą lub żrącą substancją; zrobić na czymś znaki czymś rozżarzoną; zniszczyć czyjeś uczucie, zapał / wyczerpać swoje siły, zapał, talent w określonej dziedzinie książk. stan, w którym ktoś utracił siły, entuzjazm i motywację do wykonywania jakiegoś działania lub chęć pozostawiania w sytuacji życiowej, w jakiej się znajduje
12.	metafora	l.	rozwijać się z pączka w kwiat; wyglądać czerstwo, zdrowo; rozwijać się pomyślnie

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

Źródła definicji: sjp.pwn.pl i wsjp.pl

II. PRZECZYTAJ!

2. Proszę przeczytać tekst „Nie narzekaj” i wykonać poniższe ćwiczenia.

W naszych czasach ostatnim krzykiem mody są cytaty antycznych poetów, pisarzy czy filozofów. „Fabryką” produkującą takie wypowiedzi stała się starożytna Grecja. Jeszcze kilka tysięcy lat temu kwitła tam kultura i nauka, a ludzie mogli porzucić wszelkie zmartwienia ziemskie i zająć się rozwojem duchowym. A że syty głodnego nie zrozumie, reszta Europy zaciekle walcząca o przeżycie, nie za bardzo doceniała mądrości stamtąd płynące.

Podczas niespiesznego chylenia się greckiej kultury ku upadkowi, swój świt spotkały Chiny. Azja zawsze była dość zamkniętym regionem, gdzie cudzoziemców witano na pewno nie chlebem i solą. Jednak teraz wszyscy odwołujemy się do złotych chińskich aforyzmów. Świetnym przykładem może być tutaj fraza przypisywana Konfucjuszowi: „Nie narzekaj, że masz pod górkę, gdy idziesz na szczyt.”

Chciałbym rozpatrzyć ten cytat pod różnymi kątami oraz zasugerować co, wielki filozof chciał nam przekazać.

Często stawiamy sobie cele, które naprawdę trudno zrealizować. Nie liczymy się z innymi naszymi obowiązkami lekceważymy trudność zadania. Więc gdy góra stoi pod kątem prostym wiadomo, że nie da się dotrzeć na jej szczyt, czyli ten aforyzm jest metaforą, w której szczyt jest osiągnięciem celu, góra – szlakiem do celu, a nachylenie góry – miarą trudności oraz możliwości zrealizowania tego celu. Więc gdy wybraliśmy ambitny cel, to narzekanie i biadolenie są zabronione. Ja z tym się nie zgadzam.

Uważam, że narzekanie jest normalnym procesem, ale pod warunkiem, że działamy. Świetnie, na sto procent rozumiem tych, którzy już krzyczą, cierpią przez zmęczenie, nudę albo wypalenie. Nie wszystko w życiu daje się robić z błyskiem w oczach. Niekiedy trzeba zacisnąć zęby i iść do końca. Nie da się tego robić bez przekleństw i narzekań. Z drugiej strony nie toleruję biadolenia indolentnych osób, które siedzą na samym początku i płaczą, ile jeszcze trzeba przejść, ile trzeba sił na to stracić. Oczywiście za duży strumień negatywu sprawia, że człowiek czuje się zniechęcony, a ludzie wokół traktują go jak rachitycznego malkontenta. Aby tego uniknąć, musimy opanować dwie podstawowe umiejętności: jak wybrać cel, jak nie wycisnąć z siebie siódmych potów na tej drodze.

Istotnym czynnikiem, który decyduje o tym, czy osiągniemy ten czy inny cel, jest wybór tego celu. Nie da się zostać doktorem nauk ścisłych w trzy dni czy przeczytać książki z zamkniętymi oczami. Czasy filozofii dawno minęły. Żyjemy w świecie nauki, świadomego poglądu na życie. Metoda SMART jest nowoczesnym narzędziem, które pomaga ludziom w formułowaniu swoich celów. S – specyficzny, cel musi być konkretny oraz zrozumiały. M – mierzalny, musimy w jakiś sposób zidentyfikować, czy cel został osiągnięty. A – osiągalny, musimy zadbać o to, aby cel był fizycznie osiągalny. R – Plany można mieć wielkie, ale jeśli są nierealne, to bardziej zniechęcają niż motywują nas do działania. T – określony czasowo, musimy mieć termin.

Kierowanie się tą metodą pomogłoby zmniejszyć ilość narzekań oraz zwiększyć satysfakcję z życia, bo kiedy osiągamy nasze cele, czujemy się szczęśliwsi, lepsi.

Gdy nasza podróż staje się nudna jak flaki z olejem to znak, że musimy zrobić sobie przerwę. Można na kilka dni zająć się czymś innym. Natomiast moim ulubionym wyjściem jest rozdelenie pracy na małe części w długim okresie czasu. Czytając po piętnaście minut dziennie można przeczytać książkę w kilka tygodni. Stosując to podejście zawsze się czuję zajęty, ale nie przeładowany.

Konfucjusz prosił ludzi, by nie kładli zbyt dużych ciężarów na swoje barki, ale jeżeli już to zrobią, żeby nie narzekali. Moim zdaniem narzekanie jest akceptowalne, gdy idziemy do celu. Stosując metodę SMART oraz trzymając się zasad rozdzielania pracy możemy znacząco ułatwić sobie życie.

Autor tekstu: Arseni Piatrovich

III. POBAW SIĘ SŁOWAMI!

3. Proszę połączyć wyrażenia w logiczną całość a następnie dopasować do nich definicje.

1.	krzyk	a.	zęby	I. najmłodniejsza rzecz w tym sezonie lub w ostatnim czasie
2.	syty głodnego	b.	siódme poty	II. zmusić się do dużego wysiłku; dać z siebie wszystko
3.	witać	c.	mody	III. rodzaj skargi na brak zrozumienia u innych
4.	zacisnąć	d.	flaki z olejem	IV. witać serdecznie; powitanie symbolizujące gościnność, dobrobyt
5.	wycisnąć z siebie	e.	chlebem i solą	V. poradzić sobie w trudnej sytuacji mimo problemów
6.	nudny jak	f.	nie zrozumie	VI. coś nie wzbudzającego ani odrobiny zainteresowania; coś monotonnego

1.	2.	3.	4.	5.	6.
c					
I					

4. W miejsce ilustracji proszę wpisać właściwe wyrażenia z ćwiczenia nr 3. Następnie proszę odnaleźć w tekście jeszcze trzy związki frazeologiczne i wyjaśnić ich znaczenie.

Casting na marzenia

Kiedy Anka zobaczyła ogłoszenie o castingu do nowego serialu, pomyślała: „Czemu nie?”. Od dziecka marzyła o aktorstwie, ale życie potoczyło się inaczej – studia ekonomiczne, praca w korporacji,



spotkania, raporty. Codzienna rutyna, która po wielu latach stała się .
Więc postanowiła zaryzykować. Na przesłuchaniu panował tłok – przyszło chyba z pięćdziesiąt osób,



każda ubrana jak z żurnala. Stroje niektórych dziewcząt to był istny
platformy, kolczyki wielkości spodków. Anka, w prostej białej koszuli, czuła się jak szara myszka.



Ale kiedy przyszła jej kolej, wzięła się w garść i dała z siebie wszystko. Przez kilka minut próbując oddać emocje postaci, którą miała zagrać. Gdy skończyła, w sali panowała cisza. Potem ktoś z jury skinął głową i powiedział:

– Dziękujemy. Odezwiemy się.

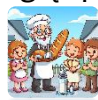
Przez kolejne dni siedziała jak na szpilkach. Każdy telefon, każda wiadomość wydawała się tą najważniejszą. W końcu przyszedł mail: „Zostałaś zakwalifikowana do kolejnego etapu.”

Anka była w szoku. Koleżanka z pracy, która zawsze mówiła, że takie rzeczy to nie dla niej, tylko pokiwała głową i mruknęła:



–Ale niestety 4.

Od tej pory wszystko potoczyło się jak w filmie. Nie tylko dostała rolę, ale też poznała mnóstwo ludzi z branży, odkryła w sobie nową energię i pasję. Co ciekawe, rodzina, która wcześniej była sceptyczna,



zaczęła ją wspierać. Na premierze 5- jak wielką gwiazdę!

Dziś Anka pracuje na planie kolejnego serialu i choć wciąż bywa trudno, mówi jedno:



– Warto było 6, pokonać swój strach i dać sobie szansę.

IV. POLICZ SIĘ Z GRAMATYKĄ!

5. Proszę uzupełnić poniższe zdania właściwą formą imiesłówów przymiotnikowych lub przysłówkowych utworzonych od czasowników w nawiasach.

0. ..Robiąc krok w stronę kompromisu, można otrzymać więcej, niż oczekiwaliśmy. (robić)

1. swoje dawne życie, Marta rozpoczęła wszystko od nowa. (porzucić)

2. Projekt przez młody zespół architektów, zdobył prestiżową nagrodę. (zrealizować)

3. Decyzje przez komisję zostaną ogłoszone jutro. (rozpatrzyć)

4. z krytyką, autor powieści postanowił nie wprowadzać zmian. (liczyć się)

5. Człowiek z szacunkiem rozwija skrzydła. (traktować)

6. emocje, odpowiedziała spokojnie na zaczepki dziennikarzy. (opanować)

7. Informacja jako fałszywa została usunięta z portalu. (zidentyfikować)

8. intensywność treningów, sportowiec poprawił swoje wyniki. (zwiększać)

VI. ZAPRZYJAŻNIJ SIĘ Z ORTOGRAFIĄ!

6. Proszę uzupełnić tekst literami ó/u, ż/rz, ch/h.

W naszych....ostatnim k....ykiem mody są cytaty antycznych poet....w, pisa....y czy filozof....w. „Fabryką” produkującą takie wypowiedzi stała się staro....ytna Grecja. Jeszcze kilka tysięcy lat temu kwitła tam k....ltura i nauka, a ludzie mogli sobie po....ucić wszelkie zmartwienia ziemskie i zając się rozwojem du....owym. Ae syty głodnego nie zrozumie, reszta Europy zaciekle walcząca o p....e....ycie, nie za bardzo doceniała mądrości stamtąd płynące.

Podczas niespiesznegoylenia się greckiej kultury kupadkowi, swój świt spotkały Chiny. Azja zawsze była dość zamkniętym regionem, gdzie c....dzoziemców na pewno nie witanolebem i solą. Obecnie wielu z nas odwoł....je się do złoty....ińskich aforyzm....w. Świetnym p....ykładem może być t....taj fraza przypisywana Konfucjuszowi:

„Nie na....ekaj, że masz pod g....rkę, gdy idziesz na szczyt.”

Chciałbym rozpat....eć ten cytat pod r....żnymi kątami oraz zas....gerować, co wielki filozof chciał nam przekazać.

Często stawiamy sobie cele, kt....re naprawdę trudno zrealizować. Nie liczymy się z innymi naszymi obowiązkami, lekcewa....ymy trudność zadania. Więc gdy g....ra stoi pod kątem prostym, to wiadomo, że nie da się dot....eć jej szczytu, czyli: ten aforyzm jest metaforą, w kt....rej szczyt jest osiągnięciem celu, g....ra – szlakiem do celu, a na....ylenie góry – miarą trudności oraz mo....liwości zrealizowania tego celu. Więc gdy wybraliśmy ambitny cel, to na....ekanie i biadolenie są zabronione. Ale ja z tym się nie zgadzam.

KLUCZ

Ćwiczenie nr 1

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
d	l	a	i	f	b	k	g	h	c	j	e

Ćwiczenie nr 3

1.	2.	3.	4.	5.	6.
c	f	e	a	b	d
I	III	IV	V	II	VI

Ćwiczenie nr 4

1. nudna jak flaki z olejem
 2. krzyk mody
 3. wyciskała siódme poty
 4. syty głodnego nie zrozumie
 5. witano ją chlebem i solą
 6. zacisnąć zęby
- dodatkowe wyrażenia frazeologiczne w tekście:
1. szara myszka – osoba niewyróżniająca się niczym
 2. wziąć się w garść – zmobilizować się, przezwyciężyć słabość lub kryzys
 3. siedziała jak na szpilkach – być niespokojnym, zdenerwowanym; czekać na coś niecierpliwie

Ćwiczenie nr 5

1. Porzuciwszy swoje dawne życie, Marta rozpoczęła wszystko od nowa. (porzucić)
2. Projekt zrealizowany przez młody zespół architektów, zdobył prestiżową nagrodę. (zrealizować)
3. Decyzje rozpatrzone przez komisję zostaną ogłoszone jutro. (rozpatrzyć)
4. Licząc się z krytyką, autor powieści postanowił nie wprowadzać zmian. (liczyć się)
5. Człowiek traktowany z szacunkiem rozwija skrzydła. (traktować)
6. Opanowawszy emocje, odpowiedziała spokojnie na zaczepki dziennikarzy. (opanować)
7. Informacja zidentyfikowana jako fałszywa została usunięta z portalu. (zidentyfikować)
8. Zwiększając intensywność treningów, sportowiec poprawił swoje wyniki. (zwiększyć)

Ćwiczenie nr 6

W naszych czasach ostatnim krzykiem mody są cytaty antycznych poetów, pisarzy czy filozofów. „Fabryką” produkującą takie wypowiedzi stała się starożytna Grecja. Jeszcze kilka tysięcy lat temu kwitła tam kultura i nauka, a ludzie mogli sobie porzucić wszelkie zmartwienia ziemskie i zająć się rozwojem duchowym. A że syty głodnego nie zrozumie, reszta Europy zaciekle walcząca o przeżycie, nie za bardzo doceniała mądrości stamtąd płynące.

Podczas niespiesznego chylenia się greckiej kultury ku upadkowi, swój świt spotkały Chiny. Azja zawsze była dość zamkniętym regionem, gdzie cudzoziemców witano na pewno nie chlebem i solą. Obecnie wielu z nas odwołuje się do złotych chińskich aforyzmów. Świetnym przykładem może być tutaj fraza przypisywana Konfucjuszowi:

„Nie narzekaj, że masz pod górkę, gdy idziesz na szczyt.”

Chciałbym rozpatrzyć ten cytat pod różnymi kątami oraz zasugerować, co wielki filozof chciał nam przekazać.

Często stawiamy sobie cele, które naprawdę trudno zrealizować. Nie liczymy się z innymi naszymi obowiązkami, lekceważymy trudność zadania. Więc gdy góra stoi pod kątem prostym, to wiadomo, że nie da się dotrzeć jej szczytu, czyli: ten aforyzm jest metaforą, w której szczyt jest osiągnięciem celu, góra – szlakiem do celu, a nachylenie góry – miarą trudności oraz możliwości zrealizowania tego celu. Więc gdy wybraliśmy ambitny cel, to narzekanie i biadolenie są zabronione. Ale ja z tym się nie zgadzam.